KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Fisiologi Manusia/IKK60204
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Fisiologi Manusia berbobot 2 SKS. Materi perkuliahan tentang sel dan reaksi pendidikan olahraga yang terjadi dalamnya, penghantaran implus dari satu bagian ke bagian lain, sistem saraf dan otot, sirkulasi darah, cairan tubuh dan limpe, respirasi, pencernaan, pengaturan metabolisme dan suhu serta endokrinologi dan reproduksi. Praktikum: Melakukan pengamatan secara langsung tentang fungsi Fisiologis organ tubuh yang dilakukan di dalam Laboratorium.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	mampu mengetahui, memahami, menguasai, menjelaskan prinsip fungsi fisiologis organ dan sistemnya	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
2	memiliki keterampilan praktikum tentang: fungsi pencernaan pada manusia, tekanan darah, denyut nadi, hemoglobin, hematokrit, sistem respirasi, tolak ukur otot, suhu, nyeri dan cairan	Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik

3	Mampu melakukan pengamatan secara langsung tentang fungsi Fisiologis organ tubuh yang dilakukan di dalam Laboratorium.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)

1		Pengantar perkuliahan Fisiologi Manusia	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu memahami peraturan perkuliahan fisiologi manusia	partisipasi aktif	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	
2		Definisi dan Tujuan Pengertian Fisiologi Manusia, Homeostasis dan Sistem Integrasi Kerangka referensi studi anatomi (anatomi superfisial dan anatomi sectiona	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu memahami teori dan konsep Fisiologi Manusia, Homeostasis dan Sistem Integrasi Kerangka referensi studi anatomi (anatomi superfisial dan anatomi sectiona	Mahasiswa mampu menjelaskan teori dan konsep Fisiologi Manusia, Homeostasis dan Sistem Integrasi Kerangka referensi studi anatomi (anatomi superfisial dan anatomi sectiona	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	2, 4
3		Fisiologi Manusia, Homeostasis dan Sistem Integrasi Kerangka referensi studi anatomi (anatomi superfisial dan anatomi sectiona	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu memahami teori dan konsep Fisiologi Manusia, Homeostasis dan Sistem Integrasi Kerangka referensi studi anatomi (anatomi superfisial dan anatomi sectiona	Mahasiswa mampu menjelaskan teori dan konsep Fisiologi Manusia, Homeostasis dan Sistem Integrasi Kerangka referensi studi anatomi (anatomi superfisial dan anatomi sectiona	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	2, 4
4		Epidermis (lapisan-lapisan epidermis, warna kulit, pidermis dan vitamin D3, faktor tumbuh epidermis),	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu memahami konsep dan teori Epidermis (lapisan- lapisan epidermis, warna kulit, pidermis dan vitamin D3, faktor tumbuh epidermis) manusia	Mahasiswa mampu menjelaskan konsep dan teori Epidermis (lapisan- lapisan epidermis, warna kulit, pidermis dan vitamin D3, faktor tumbuh epidermis) manusia	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
5		Dermis (susunan dermis, sirkulasi dan persyarafan dermis)	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu memahami konsep dan teori Dermis (susunan dermis, sirkulasi dan persyarafan dermis) pada manusia	Mahasiswa mampu menjelaskan konsep dan teori Dermis (susunan dermis, sirkulasi dan persyarafan dermis) pada manusia	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
6		Jaringan dan struktur tulang	1. Diskusi 2. Ceramah	Mahasiswa mampu memahami Jaringan dan struktur tulang	Mahasiswa mampu menjelaskan Jaringan dan struktur tulang	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
7		Jaringan Otot	1. Diskusi 2. Ceramah	Mahasiswa mampu memahami Jaringan Otot dalam tubuh manusia	Mahasiswa mampu menjelaskan Jaringan Otot dalam tubuh manusia	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4

8		Jaringan syaraf	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu Memahami Jaringan syaraf dalam tubuh manusia	Mahasiswa mampu menjelaskan Jaringan syaraf dalam tubuh manusia	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
9		Sistem syaraf otonom	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu memahami macam-macam sistem syaraf otonom	Mahasiswa mampu memahami macam-macam sistem syaraf otonom	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
10		Sistem endokrin	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu memahami dan sistem endokrin dalam tubuh	Mahasiswa mampu menjelaskan dan sistem endokrin dalam tubuh	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
11		Sistem endokrin	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu memahami sistem Endokrin (Kelenjar Adrenal(Korteks Adrenal, Medula Adrenal), Kelenjar Pineal, Jaringan Endokrin Sistem Lain (Intestin, Ginjal, Jantung, Timus, Pankreas, Gonad), Susunan Interaksi Hormon (Hormon dan Pertumbuhan, Hormon dan Stres, Hormon dan Sifat, Penuaan dan Produksi Hormon) Integrasi dengan Sistem Lain	Mahasiswa mampu menjelaskan sistem Endokrin (Kelenjar Adrenal(Korteks Adrenal, Medula Adrenal), Kelenjar Pineal, Jaringan Endokrin Sistem Lain (Intestin, Ginjal, Jantung, Timus, Pankreas, Gonad), Susunan Interaksi Hormon (Hormon dan Pertumbuhan, Hormon dan Stres, Hormon dan Sifat, Penuaan dan Produksi Hormon) Integrasi dengan Sistem Lain	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
12		Sistem sirkulasi (jantung) dan pembuluh darah	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu Memahami sistem sirkulasi (jantung) dan pembuluh darah	Mahasiswa mampu menjelaskan sistem sirkulasi (jantung) dan pembuluh darah	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
13		sistem respiras	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu Memahami sistem respirasi dalam tubuh	Mahasiswa mampu menjelaskan sistem respirasi dalam tubuh	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
14		Sistem pencernaan	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu Memahami sistem pencernaan	Mahasiswa mampu Memahami sistem pencernaan	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
15		sistem Sekresi (ginjal)	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu Memahami sistem ekskresi (ginjal)	Mahasiswa mampu Memahami sistem ekskresi (ginjal)	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
16		Sistem reproduksi	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu memahami sistem reproduksi	Mahasiswa mampu menjelaskan sistem reproduksi	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	0	
	c. Tugas	0	
	d. UTS	15	
	e. UAS	25	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	30	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Dee Unglaub Silverthorn. (2019). Human Physiology: An Integrated Approach (8th Edition). Pearson
2. Elaine N. Marieb, Katja Hoehn. (2018). Human Anatomy and Physiology. Pearson
3. Eric Widmaier, Hershel Raff, Kevin Strang. (2018). Vander’s Human Physiology. McGraw-Hill Education.
4. Lauralee Sherwood. (2014). Human Physiology: From Cells to Systems. Cengage Learning USA.

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1Mata
Kuliah/Kode	:	Pendidikan Agama Islam/MWK60201
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Indonesia		

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah PAI bertujuan untuk menjadikan mahasiswa beriman dengan benar dan bertakwa kepada Allah Swt. serta memiliki akhlak (karakter) mulia serta memiliki wawasan keilmuan dan kehidupan beragama yang luas, sehingga terbentuk mahasiswa Muslim yang kuat imannya, bertakwa, dan berbudi pekerti luhur, juga mampu berpikir filosofis, bersikap rasional dan dinamis, serta berpandangan luas, dengan memperhatikan tuntutan untuk menjalin harmoni dan toleransi antarsesama manusia baik dalam satu umat beragama maupun dengan umat beragama lain.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Menganalisis konsep-konsep dasar ajaran Islam beserta sumber ajarannya dan mampu menghayati serta mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari sehingga memiliki iman yang kuat dan memiliki komitmen untuk melaksanakan ibadah dan muamalah serta bersikap dan berperilaku sesuai dengan nilai-nilai akhlak karimah atau karakter mulia.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

2	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
3	mahasiswa mampu menunjukan wawasan hidup beragama, sehingga terbentuk mahasiswa yang berbudi luhur.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
4	Mahasiswa mampu menerapkan ajaran agama serta berfikir secara filosifis dan dinamis dan rasional	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1		Pendahuluan, Pengenalan Perkuliahan	1. Diskusi 2. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	9
2		Manusia dan Agama	1. Diskusi 2. Kuis/Evaluasi	Mengenal identitas diri versi al-Quran & menyadari fungsi agama bagi kehidupan manusia di dunia	Dapat menjawab 10 soal quiz dengan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	9
3		Agama Islam	1. Diskusi 2. Kuis/Evaluasi	Menyadari makna Islam yang asli	Dapat menjawab 10 soal quiz dengan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	9

4		Sumber Hukum Islam	1. Diskusi 2. Kuis/Evaluasi	Menyadari keterkaitan antara al-Qur'an, Hadis, dan Ijtihad dalam memecahkan persoalan halal-haram atau boleh tidaknya suatu perbuatan dilakukan pada zaman sekarang	Dapat menjawab 10 soal quiz dengan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	9
5		Konsep Iman	1. Diskusi 2. Kuis/Evaluasi	Keterkaitan iman-ilmu-amal dalam beraktivitas sosial dengan manusia lain maupun Tuhan		1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	9
6		Konsep Ibadah	1. Diskusi 2. Kuis/Evaluasi	Dampak ibadah bagi kemaslahatan orang lain	Dapat menjawab 10 soal quiz	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	9
7		Akhlak dan Pendikan Karakter	1. Diskusi 2. Kuis/Evaluasi	Tuhan maha melihat, meski manusia tidak dapat mempersepsi-NYA via pancaindera	Dapat menjawab 10 soal quiz dengan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	9
8		Pendidikan Islam	1. Diskusi 2. Kuis/Evaluasi	Membuka wawasan hubungan Islam dan pendidikan	Dapat menjawab 10 soal quiz dengan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	9
9		Ilmu Pengetahuan, Teknologi, Seni dalam wacana keislaman	1. Diskusi 2. Kuis/Evaluasi	Menemukan benang merah hubungan ajaran Islam dengan IPTEKS	Dapat menjawab 10 soal quiz dengan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	9
10		Islam dan wawasan keindonesiaan	1. Diskusi 2. Kuis/Evaluasi	Membuka wawasan keselarasan nilai-nilai PANCASILA dengan ajaran Islam	Dapat mengerjakan 10 soal quiz dengan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	9
11		Gender dalam Islam	1. Diskusi 2. Kuis/Evaluasi	Membuka wawasan tentang pengarusutamaan gender dan bahaya LGBT bagi keberlangsungan manusia karena melawan kodrat reproduksi	Dapat menjawab 10 soal quiz dengan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	9
12		Pernikahan dalam Islam	1. Diskusi 2. Kuis/Evaluasi	Membuka wawasan tentang tujuan, prinsip, dan larangan dalam pernikahan islam	Dapat menjawab 10 soal Quiz dengan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	9
13		Sistem ekonomi islam	1. Diskusi 2. Kuis/Evaluasi	Membuka wawasan tentang perbedaan cara memperoleh harta yang halal dan dilarang oleh Allah	Dapat menjawab 10 soal Quiz dengan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	9
14		Politik Islam Masyarakat Madani	1. Diskusi 2. Kuis/Evaluasi	Membuka wawasan tentang prinsip etis dalam berorgansisasi, termasuk politik	Dapat menjawab 10 soal Quiz dengan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	9

15		Islam dan HAM	1. Diskusi 2. Kuis/Evaluasi	Membuka wawasan tentang lima hak dasar dalam Islam yang tidak bisa dilanggar oleh siapa pun termasuk oleh negara	Dapat menjawab 10 soal Quiz dengan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	9
16		Islam dan Globalisasi	1. Diskusi 2. Kuis/Evaluasi	Membuka wawasan tentang pergaulan sosial yang semakin luas karena alat transportasi udara yang terjangkau, jaringan internet yang terhubung antar benua, dan maraknya industri wisata.	Dapat menjawab 10 soal Quiz dengan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	9

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	10	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	10	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	30	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. 12. Nasaruddin Umar. (1999). Argumen Kesetaraan Jender. Jakarta: Paramadina.
2. 5. Marzuki. (2018). Analisis Gender dalam Kajian-kajian Keislaman. Yogyakarta: UNY Press
3. 6. Mohammad Daud Ali. (2000). Pendidikan Agama Islam. Jakarta: Rajawali Press.
4. 7. Azyumardi Azra. (1999). Pendidikan Islam: Tradisi dan Modernisasi Menuju Milenium Baru. Jakarta: Logos.
5. 8. Fazlur Rahman (1984). Islam. Bandung: Pustaka.
6. 9. Harun Nasution (1979). Islam Ditinjau Dari Berbagai Aspeknya. Jilid I & II. Jakarta: UI Press.
7. 10. Sulaiman Rasjid (1976). Fiqh Islam. Jakarta: Penerbit Attahiriyah.

8. 11. Muhammad Yusuf Musa. (1988). Islam Suatu Kajian Komprehensif. Terj. A. Malik Madany dan Hamim Ilyas. Jakarta: Rajawali Press.
9. Ajat Sudrajat dkk. (2013). Din Al-Islam: Pendidikan Agama Islam di Perguruan Tinggi Umum. Yogyakarta: UNY Pres
10. 1. Ajat Sudrajat dkk. (2016). Din Al-Islam: Pendidikan Agama Islam di Perguruan Tinggi Umum. Yogyakarta: UNY Press.
11. 2. Marzuki. (2012). Pembinaan Karakter Mahasiswa melalui Pendidikan Agama Islam di Perguruan Tinggi Umum. Yogyakarta: Penerbit Ombak.
12. 3. Marzuki. (2009). Prinsip Dasar Akhlak Mulia: Pengantar Studi Konsep-konsep Dasar Etika dalam Islam. Yogyakarta: Debut Wahana Press-FISE UNY
13. 4. Marzuki. (2015). Pendidikan Karakter Islam. Jakarta: Amzah

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Pendidikan Agama Kristen Katholik/MWK60202
Jumlah SKS : 2		
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Pendidikan Agama Katolik bertujuan untuk membantu terbinanya mahasiswa yang beriman, dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berbudi pekerti luhur, berpikir filosofis, bersikap rasional dan dinamis, berpandangan luas, ikut serta dalam kerja sama antar umat beragama dalam rangka pengembangan dan pemanfaatan ilmu dan teknologi serta seni untuk kepentingan manusia dan nasional. Mata kuliah ini mengkaji: 1). Sarjana Katolik yang dicita-citakan oleh masyarakat dan gereja; 2). Metode studi agama di Perguruan Tinggi Umum; 3). Hubungan dasar yang dimiliki oleh manusia (uraian filosofis); 4). Pikiran mencari kebenaran;5). Manusia beriman mau mengikuti Yesus dan percaya kepada-Nya; 6). Hakikat Yesus Kristus dan peranan-Nya di dalam kehidupan beriman; 7). Gereja sebagai masyarakat beriman; 8). Dasar- dasar dan langkah-langkah pertimbangan dalam pengambilan keputusan baik dan buruk; 9). Motivasi; 10). Keluarga Katolik; 11). Agama Katolik mengakui otonomi ilmu-ilmu bahkan metodologi ilmu-ilmu itu; 12). Tanggung jawab orang Katolik dalam membangun dunia; 13). Karasulan awam sebagai tugas umat beriman di tengah-tengah dunia.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
2	Mahasiswa mampu memiliki pemahaman iman yang memadai	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
3	Mahasiwa mampu menjaga dan mengamalkan ilmu agama yang dianut	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1		Mahasiswa dapat menjelaskan isi kitab suci:Kej.2:1-7	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
2		Mahasiswa dapat menjelaskan pengertian martabat manusia menurut Kitab Suci (Kej 2:7) dan (Mat.5:1-12)	1. Ceramah 2. Diskusi			Tugas	2 x 50 menit	
3		Mahasiswa memahami tanggung jawabnya terhadap masalah social.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			Tugas	2 x 50 menit	2
4		Mahasiswa dapat mengungkapkan persoalan-persoalan actual tentang hubungan antar umat beragama.	1. Ceramah 2. Diskusi			Tugas	2 x 50 menit	3

5		Mahasiswa mengenal & memahami hidup dan karya Yesus Kristus yang dituliskan dalam Kitab Suci.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			Tugas	2 x 50 menit	1
6		Mahasiswa dapat menjelaskan arti Kerajaan Allah.	1. Ceramah 2. Diskusi			Tugas	2 x 50 menit	3
7		Mahasiswa dapat menjelaskan makna sengsara, wafat dan kebangkitan Yesus Kristus.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			Tugas	2 x 50 menit	1
8		Mahasiswa dapat memahami makna hidup Yesus Kristus bagi manusia.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			Tugas	2 x 50 menit	2
9		UTS	Tugas/Kerja Mandiri			UTS	2 x 50 menit	
10		Mahasiswa dapat menguraikan tugas-tugas Gereja yang menguduskan.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			Tugas	2 x 50 menit	3
11		Mahasiswa mengetahui wajah Gereja Indonesia.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			Tugas	2 x 50 menit	3
12		Mahasiswa dapat menguraikan asal-usul Gereja sebagai anugerah Roh Allah, yaitu Roh Kristus itu sendiri. Mahasiswa dapat menguraikan tugas-tugas Gereja yang menguduskan.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			Tugas	2 x 50 menit	1
13		Mahasiswa memahami situasi kehidupan masyarakat masa kini dengan segala persoalannya dan tanggung jawabnya sebagai umat beriman. Mahasiswa memahami tanggung jawabnya terhadap masalah social.	1. Ceramah 2. Diskusi			Tugas	2 x 50 menit	2
14		Mahasiswa memahami tentang arti keluhuran perkawinan. Mahasiswa dapat mengungkapkan isu-isu pokok di masyarakat.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			Tugas	2 x 50 menit	2
15		Mahasiswa memahami tentang arti dari babtisan.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			Tugas	2 x 50 menit	1
16		Mahasiswa memahami tentang arti dari babtisan.	1. Ceramah 2. Diskusi			Tugas	2 x 50 menit	1

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	0	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	15	
	e. UAS	20	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Alkitab Deutero Kanonika, Ende, Flores, NTT, 2000
2. Franz Dahler, Pijar Peradaban Manusia, Yogyakarta, Kanisius, 2000.
3. I. Ismantono SJ. Kuliah Agama Katolik di Perguruan Tinggi Umum, Jakarta: Obor 1993.

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Pancasila/MWK60208
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar : Bahasa Indonesia		

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

rkuliahan ini membahas tentang landasan dan tujuan Pancasila, Pancasila sebagai hasil berpikir ilmiah, Pancasila dalam konteks sebagai perjuangan bangsa Indonesia, Pancasila sebagai sistem nilai dan ideology nasional, UUD dan Amandemennya serta Pancasila sebagai paradigma kehidupan bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa memahami pengertian, sejarah dan fungsi Pancasila	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat

2	Mahasiswa memahami tinjauan ciri ilmiah dalam pancasila dan tinjauan kebenaran di dalam Pancasila	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

3	Mahasiswa memahami Ideologi Negara dan Undang-undang	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu

4	Mahasiswa memahami pancasila sebagai paradigma pembangunan bangsa	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Pancasila di era Revolusi Industri 4.0 2. Pentingnya pendidikan Pancasila di perguruan tinggi.	1. Ceramah 2. Diskusi	Ceramah dan Dialog • Mahasiswa mendapat wawasan tentang Pancasila di era Revolusi Industri 4.0 • Mahasiswa menyatakan sikapnya terhadap makna penting Pancasiladi perguruan tinggi	• Pernyataan sikap • Berani berargume ntasi • Argument asi logis	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	2
2	1	1. Pancasila sebagai Identitas Bangsa Indonesia 2. Pancasila sebagai Kepribadian Bangsa Indonesia 3. Pancasila sebagai Pandangan Hidup Bangsa 4. Pancasila sebagai perjanjian luhur	1. Ceramah 2. Diskusi	• Mahasiswa mendapat wawasan tentang berbagai fungsi Pancasila bagi bangsa Indonesia • Mahasiswa menyataka n sikapnya terhadap makna penting Pancasila di perguruan tinggi	• Pernyataan sikap • Berani berargumentasi • Argumentasi logis	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	2
3	2	1. Pengetahua n, ilmu empiris, dan filsafat 2. Kebenaran ilmiah dalam Pancasila 3. Ciri-ciri berpikir ilmiah dalam Pancasila	1. Ceramah 2. Diskusi	• Mahasiswa mendapatkan pengalama n merefleksi kan kebenaran ilmiah- filsafati • Pancasila ditinjaudari ciri- ciri ilmu dan teori-teori kebenaran	• Semua anggota kelompok terlibat dalam diskusi • Laporan diskusilengkap dan sesuai tugas • Berani berargumentasi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2
4	2	1. Bentuk dan susunan Pancasila 2. Refleksi tentang kajian ilmiah tentang Pancasila di era global	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	• Mahasiswa mendapatkan pengalama n mendeskri psikan bentuk dan susunan Pancasila • Mahasiswa mampu menyatakan sikapnya terhadap bentuk dan susunan Pancasila yang hierarkis piramidal	• Semua anggotakelompok terlibat dalam diskusi • Laporan diskusilengkap dan sesuai tugas • Berani berargumentasi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	

5	2	1. Latar belakang sejarah masuknya agama- agama di Indonesia 2. Kerajaan-kerajaan besar di Indonesia 3. Kolonialisme di Indonesia 4. Pergerakan menuju kemerdekaan 5. Sidang BPUPKI	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mendapatkanpengalaman merefleksika n peristiwa sejarah dan nilai-nilai nasionalisme dan budaya bangsa untuk menggalang persatuan Indonesia dan mampu menyatakan pandangan visionernya untuk perbaikan kehidupan bangsa.	• Hasil refleksi mendalam • Hasil refleksi disusun sistematis logis • Hasil refleksi kreatif • Hasil refleksi bukan duplikasi • Presentasi menarik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	2
6	1, 4	1. sidang kedua BPUPKI 2. Pembentukan PPKI 3. Lahirnya Negara Indonesia: Proklamasi Kemerdekaan 4. Sidang Pertama PPKI 18 Agustus 1945	1. Ceramah 2. Diskusi	• Mahasiswa mendapatkan pengalaman belajar tentang sejarah berdirinya negara Indonesia • Mahasiswa dapat menentukan sikapnya di dalam mengisi kemerdekaan Indonesia	• Pernyataan sikap • Berani berargumentasi • Argumentasi logis	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	2, 3
7	2	1. Pengertian nilai 2. Macam- macam nilai	1. Ceramah 2. Diskusi	• Mahasiswa mendapatkan pengetahuan tentang pengertian nilai, norma, dan sanksi. • Mahasiswa mampu menyikapi kedudukan Pancasila sebagai sistem nilai.	• Pernyataan sikap • Berani berargumentasi • Argumentasi logis	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	2
8	2	1. Sisem nilai dalam Pancasila 2. Makna sila-sila Pancasila	1. Ceramah 2. Diskusi	• Mahasiswa mendapatkan pengalaman belajar tentang makna sila- sila Pancasila • Mahasiswa menunjukkan sikap tentang aktualisasi nilai-nilai Pancasila dalam kehidupan masyarakat	• Pernyataan sikap • Berani berargumentasi • Argumenta si logis	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	2
9	1, 2, 3, 4	EVALUASI TENGAH SEMESTER	1. Tugas/Kerja Mandiri 2. Kuis/Evaluasi	CASE STUDY	EVALUASI TUGAS CASE STUDY	1. Presentasi 2. UTS	2 x 50 menit	

10	3	1. Pengertian ideologi 2. Hubungan antara filsafat dan ideologi 3. Unsur-unsur ideologi	1. Ceramah 2. Diskusi	• Mahasiswa mendapatkan pengalaman tentang kedudukan Pancasila sebagai ideologi nasional • Mahasiswa mampu menyikapi kedudukan Pancasila sebagai ideologi nasional	• Pernyataan sikap • Berani berargumentasi • Argumentasi logis	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2
11	3, 4	1. Liberalisme 2. Komunisme 3. Ideologi keagamaan	1. Ceramah 2. Diskusi	• Mahasiswa mendapatkan pengalaman tentang kedudukan Pancasila sebagai idelogi nasional • Mahasiswa mampu menyikapi kedudukan Pancasila sebagai ideologi nasional	• Pernyataan sikap • Berani berargumentasi • Argumentasi logis	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2
12	3, 4	1. Definisi Pancasila sebagai ideologi terbuka 2. Ciri-ciri ideologi terbuka	1. Ceramah 2. Diskusi	• Mahasiswa mendapatkan pemahaman tentang ciri- ciri Pancasila sebagai ideologi terbuka • Mahasiswa mampu menunjukkan sikap pelestarian terhadap Pancasila sebagai ideologi terbuka	• Pernyataan sikap • Berani berargumentasi • Argumentasi logis	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2
13	3	1. Arti dan makna alinea- alinea dalam Pembukaan UUD NRI Tahun 1945 2. Maksud/Tujuan Pembukaan UUD NRI Tahun 1945 3. Hubungan Pembukaan dengan Pasal- pasal UUD NRI Tahun 1945 4. Hakikat dan kedudukan Pembukaan UUD NRI Tahun 1945 5. Hubungan Pancasila dan Pembukaan UUD NRI Tahun 1945 6. Penjabaran Pancasila dalam Batang Tubuh UUD NRI Tahun 1945	1. Ceramah 2. Diskusi	• Mahasiswamendapatkan pengetahuan dan pemahaman tentang hubungan antara Pancasila dan Pembukaan UUD NRI Tahun 1945 • Mahasiswa mampu menunjukkan sikap yang tepat terhadap UUD NRI Tahun 1945	• Pernyataan sikap • Berani berargumentasi • Argumentasi log	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4

14	3	1. Isi materi UUD NRI Tahun 1945 2. Pelaksanaan UUD NRI Tahun 1945 3. Amandemen UUD NRI Tahun 1945	1. Ceramah 2. Diskusi	• Mahasiswa mendapatkan pengetahuan tentang pelaksanaan dan amandemen UUD NRI Tahun 1945 • Mahasiswa mampu menyikapi dengan tepat kedudukan UUD NRI Tahun 1945	• Pernyataan sikap • Berani berargume ntasi • Argumentasi logis	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
15	4	1. Pengertian paradigma pembangunan 2. Pancasila sebagai paradigma pembangunan pendidikan 3. Pancasila sebagai paradigma pembangunan politik 4. Pancasila sebagai paradigma pembangunan ekonomi 5. Pancasila sebagai paradigma pengembangan sosial-budaya	1. Ceramah 2. Diskusi	• Mahasiswa mendapatkan pengetahuan tentang penjabaran Pancasila sebagai paradigma pembangunan di berbagai bidang. • Mahasiswa menunjukkan sikap	• Pernyataan sikap • Berani berargume ntasi • Argumentasi logis	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
16	3, 4	EVALUASI AKHIR SEMESTER	Kuis/Evaluasi	EVALUASI AKHIR SEMESTER	EVALUASI AKHIR SEMESTER	UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	0	
	b. Kuis	0	
	c. Tugas	0	
	d. UTS	20	
	e. UAS	30	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	

TOTAL	**100**	

E. REFERENSI

1. Jimly Asshidiqie. (2004). Formal Kelembagaan Negara dan Pergeseran Kekuasaan dalam UUD 1945. Yogyakarta: FH UII Press
2. Rukiyati, dkk. (2014). Pendidikan Pancasila. Yogyakarta: UNY Press.
3. Syfrudin Bahar, (ed.). (1995). Risalah Sidang-Sidang BPUPKI dan PPKI. Jakarta. Sekretariat Negara RI.
4. Undang-Undang Dasar 1945 dan Amandemennya.

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode :		Bahasa Indonesia/MWK60209
Jumlah SKS : 2		
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar:		Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah bahasa Indonesia merupakan pendidikan yang menjadikan mahasiswa mampu mengungkapkan pikiran secara lisan maupun tulisan dengan kaidah bahasa Indonesia yang baik dan benar, menjadikan bahasa Indonesia sebagai penghela ilmu pengetahuan dan menjadi alat bantu pemersatu bangsa. Materi pembelajaran mata kuliah berupa: 1) hakikat bahasa Indonesia sebagai bahasa persatuan dan bahasa negara; 2) fungsi, ragam, dan laras bahasa Indonesia; 3) genre teks akademik; 4) tata bahasa Indonesia; 5) pengembangan paragraf; 6) review bahan referensi; 7) penulisan kutipan; 8) penulisan daftar pustaka; 9) penulisan proposal kegiatan; 10) penulisan laporan hasil kegiatan; 11) proposal penelitian; 12) laporan hasil penelitian; dan 13) artikel ilmiah (hasil penelitian).

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa dapat memahami sejarah dan fungsi Bahasa Indonesia	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
2	Penguasaan Teknik membaca	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu

3	Pemahaman Karakteristik karya ilmiah di Indonesia	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
4	Mahasiswa memahami karya ilmiah dan tata bahasa dalam karya ilmiah	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi

5	Mahasiswa menguasai teknik presentasi dan teknik berkomunikasi	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1		Hakikat Bahasa Indonesia	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Memahami konsep bahasa, sejarah bahasa Indonesia, bahasa Indonesia sebagai bahasa persatuan dan bahasa negara, dan sejarah ejaan.	Memahami dan menjelaskan konsep bahasa, sejarah bahasa Indonesia, bahasa Indonesia sebagai bahasa persatuan dan bahasa negara, serta sejarah ejaan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1
2		Fungsi, Ragam, dan Laras Bahasa	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa dapat memahami dan menjelaskan fungsi, ragam, dan laras bahasa Indonesia	Mennjelaskan fungsi, ragam, dan laras bahasa Indonesia	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1

3		Genre TEKS AKADEMIK	1. Diskusi 2. Eksperimen/Praktek 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa dapat memahami dan menjelaskan konsep dan ciri-ciri teks akademik, memahami genre mikro dan genre makro dalam teks akademik, serta menelaskan jenis-jenis karya ilmiah	Menjelaskan konsep dan ciri-ciri teks akademik, genre mikro dan genre makro, serta jenis-jenis karya ilmiah	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1
4		Tata Bahasa Indonesia	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa dapat memahami konsep tata bahasa Indonesia, aturan dalam PUEBI, dan menjelaskan ciri-ciri kalimat efektif	Menjelaskan konsep tata bahasa Indonesia dan aturan dalam PUEBI, serta menjelaskan ciri-ciri kalimat efektif	1. Tugas 2. Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1
5		Pengembangan Paragraf	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa dapat memahami dan menjelaskan pengertian, struktur, dan jenis-jenis paragraf serta mampu mengembangkan paragraf dengan baik	Menjelaskan pengertian, struktur, dan jenis-jenis paragraf, menuliskan dan mengembangkan paragraf dengan baik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	
6		Review Bahan Referensi	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mengetahui sumber-sumber referensi, seperti jurnal terindeks nasional dan internasional	Menjelaskan identitas jurnal ilmiah terindeks nasional dan internasional, memahami struktur artikel dalam jurnal ilmiah secara umum, menjelaskan ciri-ciri kebahasaan yang baik dan benar pada artikel yang terdapat dalam jurnal ilmiah	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1
7		Penulisan Kutipan	1. Eksperimen/Praktek 2. Tugas/Kerja Mandiri 3. Ceramah 4. Demonstrasi	Mahasiswa memahami fungsi dan pentingnya penulisan kutipan, jenis-jenis kutipan, dan aturan penulisannya	Menjelaskan fungsi dan pentingnya penulisan kutipan, jenis-jenis kutipan, dan aturan penulisannya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1

8		Penulisan Daftar Pustaka	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa dapat memahami pentingnya penulisan daftar pustaka, berbagai format dan teknik penulisan daftar pustaka	Menjelaskan pentingnya daftar pustaka, mengidentifikasi format dan teknik penulisan daftar pustaka dari berbagai sumber, dan menerapkannya sesuai pedoman yang berlaku	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1
9		UJIAN TENGAH SEMESTER	Tugas/Kerja Mandiri			UTS	2 x 50 menit	1
10		Penulisan Proposal Kegiatan	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mampu menyusun rancangan proposal kegiatan; Mahasiswa mampu membedakan variasi proposal kegiatan; Mahasiswa mampu merencanakan desain proposal kegiatan.	mempraktikkan menyusun sebuah proposal kegiatan	1. Tugas 2. Proyek	2 x 50 menit	1
11		Penulisan Laporan Hasil Penelitian	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mahasiswa mampu menyusun laporan kegiatan; Mahasiswa mampu membedakan variasi laporan kegiatan; Mahasiswa mampu merencanakan desain laporan kegiatan.	Mahasiswa mempraktikkan menyusun sebuah laporan kegiatan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Proyek	2 x 50 menit	1
12		Praktik Penulisan Proposal Penelitian	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan proposal penelitian (PKM) Mahasiswa mampu menyusun laporan penelitian	Mampu mempraktikkan menyusun sebuah proposal penelitian	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Proyek	2 x 50 menit	1
13		Praktik Penulisan Proposal Penelitian II	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mampu menyusun proposal penelitian sesuai masalah atau fenomena yang ada	Mampu mempraktikkan menyusun sebuah proposal penelitian	1. Presentasi 2. Kehadiran/Keaktifan 3. Tugas 4. Proyek	2 x 50 menit	1

14		Penyusunan Laporan Hasil Penelitian	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mengetahui jenis-jenis laporan hasil penelitian beserta formatnya secara umum	Mengidentifikasi format penulisan laporan hasil penelitian	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1
15		Artikel Ilmiah Hasil Penelitian	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa memahami bagian-bagian pada karya ilmiah beserta fungsinya; Mahasiswa memilih topik, mengumpulkan data dan teori yang memadai untuk menganalisis data, dan mengorganisasikan hasil pemikirannya ke dalam sebuah artikel ilmiah	? Mahasiswa memahami arti penting penulisan sebuah artikel ilmiah. ? Mahasiswa memahami bagian-bagian artikel beserta fungsinya. ? Mahasiswa mengorganisasikan hasil analisisnya sesuai dengan format artikel, menempatkan bagian-bagiannya dengan benar,	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1
16		UJIAN AKHIR SEMESTER	Tugas/Kerja Mandiri	Mampu memilih topik dan menulis artikel ilmiah hasil penelitian	Mempraktikan kaidah bahasa Indonesia tulis ragam akademik dengan tepat dan mengorganisasikannya dalam bentuk artikel ilmiah sesuai ketentuan yang berlaku	1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	1

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	10	
	e. UAS	20	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Kuntarto, Niknik M. (2011). ?Cermat dalam Berbahasa Teliti dalam Berpikir?. Edisi kedua. Jakarta: Penerbit Mitra Wacana Media.

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Keterampilan Dasar Sepakbola/SSE60201
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Dalam mata kuliah ini disampaikan melalui tatap muka secara praktik di lapangan. Dalam praktik di lapangan disampaikan penguasaan keterampilan teknik dasar sepakbola, cara penyelenggaraan sebuah pertandingan, serta menanamkan nilai-nilai (karakter) yang terkandung di dalam permainan sepakbola pada peserta didik (ketaqwaan, kerjasama, keuletan, ketekunan, menghargai orang lain (teman maupun lawan), sportifitas, kejujuran, kesetiakawanan, menghargai keputusan wasit/asisten wasit). Teknik dasar yang perlu dikuasai oleh mahasiswa dalam menempuh mata kuliah ini, meliputi: teknik-teknik dasar tanpa bola (teknik lari, lompat, dan gerak tipu tanpa bola) dan Teknik-teknik dasar dengan bola (juggling, gerak tipu dengan bola, mengumpan bola ke teman (passing), menghentikan dan mengontrol bola (stoping/trapping dan controling), menggiring bola (dribbling), menembak bola ke gawang (shooting), menyundul bola (heading), lemparan ke dalam(throw-in), tackling, dan teknik khusus penjaga gawang (goalkeeping)). Di samping itu, pada mata kuliah ini ada pemberian tugas mandiri dan kelompok untuk meningkatkan penguasaan dan pemahaman keterampilan praktik dan pengetahuan tentang sepakbola yang meliputi: AD/ART Pengcab PSSI setempat, meliput suatu pertandingan resmi, merangkum peraturan permainan. Pada mata kuliah ini harus benar-benar dapat menanamkan nilai-nilai budaya bangsa yang bernilai tinggi (ketaqwaan, menghargai dan menghormati teman, kerjasama, kejujuran dalam melaksanakan tugas, sportif, budi pekerti, dan aklak mulia.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Mahasiswa mampu mempraktekkan keterampilan dasar teknik sepakbola	Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
2	Mahasiswa mampu mempraktekkan keterampilan dasar taktik sederhana dalam sepakbola	Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
3	implementasi karakter positip pada saat bermain atau mengikuti kompetisi sepakbola	Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)

1	1	Pre - test	Eksperimen/Praktek	Melakukan Tes Awal Keterampilan Dasar Teknik Bermain Sepakbola	Mahasiswa mampu melakukan Tes Awal Keterampilan Dasar Teknik Bermain Sepakbola	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2
2	1	keterampilan gerak dasar sepakbola tanpa bola dan unsur-unsur biomotor permainan sepakbola	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	• Latihan lari, lompat, dan loncat. • Latihan biomotor yang terkait dengan sepakbola (lari cepat, kelincahan, daya tahan, dan lain-lain).	Mahasiswa mampu melakukan gerak dasar sepakbola tanpa bola, seperti lari, lompat, loncat, dan gerak tipu tanpa bola.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4
3	1	Teknik-teknik dasar perasaan dengan bola (ball feeling).	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mempraktikkan beberapa teknik ball feeling: • Mengelindingkn bola maju-mundur dengan sol sepatu. • Timang-timang bola dengan punggung kaki. • Timang-timang bola dengan kaki bagian dalam. • Timang-timang bola dengan dahi. • Timang-timang bola kombi-nasi punggung kaki dan paha.	Mahasiswa mampu melakukan teknik-tenik dasar ball feeling.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4
4	1	Teknik dasar passing	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mempraktekkan keterampilan teknik dasar passing dalam permaianan sepakbola.	Mahasiswa mampu mempraktekkan keterampilan teknik dasar passing dalam permaianan sepakbola.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4
5	1	Teknik dasar controlling	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mempraktekkan keterampilan teknik dasar controlling dalam permaianan sepakbola.	Mahasiswa mampu mempraktekkan keterampilan teknik dasar controlling dalam permaianan sepakbola.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4
6	1	Keterampilan menggiring kombinasi passing	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Melakukan latihan menggiring bola dalam berbagai variasi dan passing ke teman	Mahasiswa mampu mempraktekkan keterampilan menggiring bola dalam permainan kecil yang disederhanakan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4

7	1	Menyundul Bola	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Melakukan latihan menyundul bola dalam berbagai variasi	Mampu mempraktekkan keterampilan menyundul bola dalam permainan kecil yang disederhanakan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4
8	1	Menembak ke gawang (shooting)	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	• Melakukan latihan berbagai shooting ke gawang. • Permainan sederhana	Mampu mempraktekkan keterampilan dasar menembak bola ke arah gawang dalam permainan kecil yang disederhanakan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4
9	1	Lemparan ke dalam (throw-in)	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Melakukan latihan lemparan ke dalam	mampu mempraktekkan keterampilan dasar teknik lemparan ke dalam pada permainan kecil yang disederhanakan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
10	1	Teknik-teknik penjaga gawang.	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	• Melakukan latihan-latihan yang terkait dengan teknik penjaga gawang. • Latihan penjaga gawang.	mampu mempraktekkan keterampilan dasar teknik menjaga gawang pada permainan kecil yang disederhanakan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 5
11	2	Pola penyerangan dalam permainan sepak bola	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	• Melakukan latihan pola-pola taktik penyerangan • Permainan sederhana	Mampu mempraktekkan keterampilan bermaina dalam pola 4-4-2	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 5
12	2	Pola pertahanan dalam permainan sepak bola	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	• Melakukan latihan taktik pertahanan • Permainan sederhana	Mampu mempraktekkan keterampilan bermain dalam pola 4-4-2	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 5
13	3	Memimpin sebuah pertandingan (wasit)	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Melakukan praktik memimpin pertandingan sepak bola	Mahasiswa mampu memimpin pertandingan sepak bola	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 5
14	3	Mempraktikkan permainan sepakbola sebenarnya.	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Melakukan praktek bertanding atau kompetisi antar tim dalam satu kelas	Mampu bermain dengan aturan yang sebenarnya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 5
15	3	Mempraktikkan permainan sepakbola sebenarnya.	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Melakukan praktek bertanding atau kompetisi antar tim dalam satu kelas	Mampu bermain dengan aturan yang sebenarnya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 5

16	1, 2	Post-test	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Melakukan Uji Keterampilan Akhir	Mampu melakukan Uji Keterampilan Akhir	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	30	
	b. Team Based Project	20	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. IFAB. (2020). Laws of the game. Switzerland
2. Wahyudi, AN. (2020). Buku Ajar Sepak Bola Dasar. Madiun
3. Irfan, M., Yenes, R., Irawan, R., & Oktavianus, I. (2020). KEMAMPUAN TEKNIK DASAR SEPAKBOLA. Jurnal Patriot, 2(3), 720-731. https://doi.org/10.24036/patriot.v2i3.664
4. Aprinova. (2017). Metode drill dapat meningkatkan teknik dasar menggiring bola siswa sekolah sepakbola Putra Zodiac Kabupaten Bojonegoro. Indonesia Performance Journal Vol 1, No 1. Malang
5. Yunus. (2013). Dasar-Dasar Permainan Sepakbola. Malang: Universitas Negeri Malang.

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Keterampilan Dasar Bolavoli/SSE60202
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Dasar Gerak Bolavoli berisi tentang peraturan permainan bolavoli, dasar bergerak tanpa bola di lapangan, teknis dasar passing bawah, teknik dasar passing atas dan umpan, teknik dasar smash, teknik dasar block, teknik dalam bertahan terhadap servis, taktik bertahan terhadap smash, Peraturan permainan, Peraturan pertandingan, perwasitan.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mengetahui peraturan permainan bola voli, peraturan permainan, peraturan pertandingan, perwasitan	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
2	Mahasiswa memiliki pengetahuan tentang teknik dasar passing bawah, teknik dasar passing atas dan umpan, teknik dasar smash, teknik dasar blok, teknik dalam bertahan terhadap servis, taktik bertahan terhadap smash	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
3	Mahasiswa memiliki keterampilan dalam melakukan teknik dasar passing bawah, teknik dasar passing atas dan umpan, teknik dasar smash, teknik dasar blok, teknik dalam bertahan terhadap servis, taktik bertahan terhadap smash	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	2	Pengantar Kuliah	1. Ceramah 2. Diskusi	Tatap muka kontrak perkuliahan	Mahasiswa memahami target perkuliahan	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
2	2	Test Keterampilan Bola Voli	Eksperimen/Praktek	Praktek, demonstrasi	mahasiswa melaksanakan tes kekrampilan bola voli	Proyek	2 x 50 menit	1, 2
3	2	1. Memimpin pemanasan bolavoli. 2. Dasar awal dan akhir bergerak. 3. Bergerak ke samping. 4. Bergerak ke belakang.	Eksperimen/Praktek	Praktek, demonstrasi	mahasiswa dapat melakukan gerak dan koordinasi dalam bola voli	Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4

4	3	1. Dasar gerak passing bawah 2. Posisi tangan 3. Perkenaan Bola 4. Variasi model latihan mandiri 5. Variasi model latihan berpasangan	Eksperimen/Praktek	Praktek, demonstrasi	mahasiswa dapat melakukan passing bawah	Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
5	3	1. Dasar gerak passing bawah 2. Posisi tangan 3. Perkenaan Bola 4. Variasi model latihan mandiri 5. Variasi model latihan berpasangan	Eksperimen/Praktek	Praktek, demonstrasi	mahasiswa dapat melakukan passing bawah dengan benar	Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
6	3	1. Dasar gerak passing bawah 2. Posisi tangan 3. Perkenaan Bola 4. Variasi model latihan mandiri 5. Variasi model latihan berpasangan	Eksperimen/Praktek	praktek, demonstrasi	mahasiswa mampu melakukan passing bawah	Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
7	3	1. Dasar gerak passing atas 2. Posisi tangan 3. Perkenaan Bola 4. Variasi model latihan mandiri 5. Variasi model latihan berpasangan	Eksperimen/Praktek	praktek dan demonstrasi	mahasiswa dapat melakukan passing atas dan umpan	Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
8	3	1. Dasar gerak passing atas 2. Posisi tangan 3. Perkenaan Bola 4. Variasi model latihan mandiri 5. Variasi model latihan berpasangan	Eksperimen/Praktek	Praktek, demonstrasi	mahasiswa mampu melakukan passing atas dan umpan	Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
9	3	1. Teknik memukul bola. 2. Teknik dasar smash 3. Teknik dasar awalan smash tanpa bola 4. Teknik dasar smash 5. Latihan jenis smash	Eksperimen/Praktek	praktek dan demonstrasi smash	mahasiswa dapat melakukan smash	Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
10	3	1. Teknik servis bawah. 2. Teknik servis atas 3. Teknik servis bola float. 4. Teknik servis bola spin 5. Teknik dasar langkah blok 6. Teknik dasar blok	Eksperimen/Praktek	Praktek, demonstrasi	mahasiswa mampu melakukan servis dan block	Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4

11	3	1. Teknik servis bawah. 2. Teknik servis atas 3. Teknik servis bola float. 4. Teknik servis bola spin 5. Teknik dasar langkah blok 6. Teknik dasar blok	Eksperimen/Praktek	praktek dan demonstrasi	mahasiswa memiliki kemampuan servis dan blok	Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
12	1	1. Perwasitan 2. Pertandingan antar teman	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek	Praktek, demonstrasi	mahasiswa memahami peraturan permainan	Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
13	1	1. Perwasitan 2. Pertandingan antar teman	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek	Praktek, demonstrasi	mahasiswa memahami peraturan permainan	Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
14	1	Sistem pertandingan	Eksperimen/Praktek	praktek dan demonstrasi	mahasiswa memiliki pemahaman terhadap peraturan pertandingan	Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
15	3	pengambilan nilai akhir	Kuis/Evaluasi	praktek	mahasiswa dapat melakukan servis, reserve, passing, dan smash	UTS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
16	3	pengambilan nilai akhir	Kuis/Evaluasi	praktek	mahasiswa dapat melakukan servis, reserve, passing, dan smash	UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. PBVSI. 2004. Peraturan Permainan Bolavoli. Jakarta: PBVSI.
2. FIVB. 2008. Volleyball Regulation. Lausane: FIVB.
3. Suharno HP. 1985. Dasar-Dasar Permainan Bolavoli. Yogyakarta.
4. Neville WJ. 1990. Coaching Volleyball Succesfully. Illinois, USA: Leisure Press.

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Sejarah dan Filsafat Olahraga/SSE60203
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
		.
Bahasa Pengantar : Bahasa Indonesia		

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Filsafat adalah seni berpikir. Oleh karena itu, Filsafat Olahraga merupakan perenungan akan keterlibatan manusia dalam aktivitas jasmani. Mengkaji pendidikan jasmani dan olahraga dari berbagai posisi pemikiran filsafat akan mendukung penjelasan dan pemahaman tentang sifat, nilai, tujuan, signifikansi, dan cakupan pendidikan jasmani dan olahraga. Dengan pertimbangan inilah, analisis filosofis dan berbagai wacana yang berkaitan dengan olahraga pendidikan jasmani dan olahraga akan dibaca, didiskusikan, dikritisi, dan dievaluasi dalam kuliah ini.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu mengerti filsafat, memahami filsafat, asal usul dan asas ilmu pengetahuan	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

2	Mahasiswa mampu menjelaskan hubungan ilmu pengetahuan, filsafat, dan agama yang terkait bidang keilmuan masing-masing	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

3	Mahasiswa mampu berpikir kritis, rasional logis, dan mampu mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari untuk memecahkan persoalan terkait pengembangan keilmuan yang ditekuninya dan kehidupan setiap harinya	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)

1		Mengetahui dan memahami perkuliahan sejarah	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
2		Mengetahui dan memahami perkuliahan sejarah filsafat olahraga	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
3		Mengetahui dan memahami filsafat	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
4		Mengetahui dan memahami filsafat	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
5		Mengetahui dan memahami sejarah perkembangan filsafat	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
6		Mengetahui dan memahami sejarah perkembangan filsafat	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
7		Mengetahui dan memahami sejarah perkembangan filsafat	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
8		ujian	Eksperimen/Praktek			UTS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
9		Mengetahui dan memahami manusia dalam kajian filsafat	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
10		Mengetahui dan memahami manusia dalam kajian filsafat	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
11		Mengetahui dan memahami relasi pemikiran filsafat dan olahraga	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
12		Mengetahui dan memahami hubungan play, games	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 5
13		Mengetahui dan memahami hubungan play, sport.	Ceramah			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 5
14		Mengetahui dan memahami aliran besar filsafat dan implikasinya dalam olahraga	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 4, 5
15		Memahami dan melakukan aspek etika dalam olahraga	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3, 5
16		ujian	Eksperimen/Praktek			UAS	2 x 50 menit	

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%

	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Osborne, Richard. (2001). Filsafat untuk Pemula. Kanisius: Yogyakarta.
2. Suhartono, Suparlan. (2007). Dasar-dasar Filsafat. Ar Ruzz Media: Yogyakarta.
3. Lutan, Rusli. (2001). Olahraga dan Etika Fair Play. Ditjora & Mendiknas: Jakarta.
4. Anwar, M.H. (2008). Relasi Pemikiran Filsafat dan Pendidikan, Handout Matakuliah Filsafat Penjas dan Olahraga.
5. Pramono, Made. (2003). Dasar-dasar Filosofis Ilmu Keolahragaan (Suatu Pengantar). Jurnal Filsafat, Jilid 34, No. 2.

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Sosiologi Olahraga/SSE60204
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar : Bahasa Indonesia		

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah ini membahas tentang kemasyarakatan olahraga yang menitikberatkan pada hakikat sosiologi olahraga, tingkatan sosial dalam olahraga, wanita dalam olahraga, keterkaitan olahraga dan media massa, dan memahami teori-teori tingkah laku kolektif dan perubahan sosial dalam olahraga.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Mahasiswa Memahami olahraga di dalam pengertian yang melampaui statistik performance dan hasil kompetitif serta mengerti isu-isu kekuasaan dan relasi-relasi kekuasaan di dalam masyarakat.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.

2	Mahasiswa mampu Mengembangkan suatu kesadaran tentang bagaimana olahraga dan partisipasi olahraga mempengaruhi kehidupan individu dan kelompok di masyarakat	Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
3	Mampu menggunakan alat-alat analisis yang dibutuhkan untuk berpikir secara kritis tentang olahraga di masyarakat	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
4	Mahasiswa mampu menentukan pilihan tentang olahraga dan partisipasi olahraga di dalam hubungan dengan kehidupan kita dan kehidupan orang lain di dalam keluarga dan komunitas	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Ruang Lingkup Olahraga dan Ruang Lingkup Sosiologi	1. Ceramah 2. Diskusi	Mengerti, memahami dan menganalisis arti sosiologi olahraga	Mahasiswa mampu mengerti, memahami dan menganalisis arti sosiologi olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 5
2	1	Posisi olahraga dalam kajian sosiologi (kedudukan Sosiologi Olahraga) dan Pengertian Sosiologi Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mengerti dan memahami posisi olahraga dalam kajian sosiologi (kedudukan Sosiologi Olahraga) dan Pengertian Sosiologi Olahraga	Mahasiswa paham tentang posisi olahraga dalam kajian sosiologi (kedudukan Sosiologi Olahraga) dan Pengertian Sosiologi Olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 5
3	1	Peranan sosiologi olahraga dan Fungsi sosiologi olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Memahami peran dan fungsi sosiologi olahraga	Mahasiswa mampu memahami tentang peran dan fungsi sosiologi olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 5

4	1	Manfaat ilmu sosiologi olahraga dan Penerapan ilmu sosiologi olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mengetahui dan memahami manfaat ilmu sosiologi serta penerapan ilmu sosiologi olahraga	Mahasiswa mampu memahami manfaat ilmu sosiologi serta penerapan ilmu sosiologi olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 5
5	1, 2	Mobilitas Sosial dalam olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mengetahui dan memahami dari mobilitas soial dalam olahraga	Mahasiswa mampu memahami mobilitas sosial dalam olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 5
6	2	Tingkatan sosial dalam olahraga dan masyarakat	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mengerti dan memahami bentuk tingkatan sosial dalam olahraga dan masyarakat	Mahasiswa mampu memahami bentuk tingkatan sosial dalam olahraga dan masyarakat	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 5
7	2	Kepemimpinan dalam Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mengetahui dan memahami model-model kepemimpinan dalam olahraga	Mahasiswa mengetahui dan memahami model-model kepemimpinan dalam olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
8	1, 2	uts	Kuis/Evaluasi	Mengerjakan soal-soal yang berhubungan dengan olahraga, sosiologi dan sosiologi olahraga	Mahasiswa mampu mengerjakan soal-soal yang berhubungan dengan olahraga, sosiologi dan sosiologi olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. UTS	2 x 50 menit	1, 2, 3
9	1, 2, 3, 4	Hubungan Olahraga dengan Ras & Etnik	1. Ceramah 2. Diskusi	Memahami hubungan antara olahraga dengan ras dan etnik	Mahasiswa mampu memahami hubungan antara olahraga dengan ras dan etnik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 5
10	1, 2, 3, 4	Hubungan olahraga dan pendidikan karakter	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	memahami dan mengetahui tentang hubungan olahraga dengan pendidikan karakter	mahasiswa mampu memahami dan mengetahui tentang hubungan olahraga dengan pendidikan karakter	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 4, 5
11	1, 2, 3, 4	Hubungan olahraga dengan hukum dan politik	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mengetahui dan memahami tentang hubungan olahraga dengan hukum dan politik	Mahasiswa mampu mengetahui dan memahami tentang hubungan olahraga dengan hukum dan politik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 4, 5
12	1, 2, 3, 4	Hubungan olahraga dengan ekonomi	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Memahami dan mengetahui hubungan olahraga dengan ekonomi	Mahasiswa mampu memahami dan mengetahui hubungan olahraga dengan ekonomi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 4

13	1, 2, 3, 4	Teori tingkah laku kolektif & Kekerasan dalam olahraga.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mengetahui dan memahami tentang teori tingkah laku kolektif, penyimpangan & kekerasan dalam olahraga.	Mahasiswa mampu memahami bentuk penyimpangan dan kekerasan dalam olahraga.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	4, 5
14	1, 2, 3, 4	Hubungan olahraga dengan wanita	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mengetahui dan memahami hubungan olahraga dengan wanita	Mahasiswa mampu memahami hubungan gender dan olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	4, 5
15	1, 2, 3, 4	Hubungan olahraga dengan ekonomi dan industri olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Memahami dan mengetahui hubungan olahraga dengan ekonomi dan industri olahraga	Mahasiswa mampu memahami dan mengetahui hubungan olahraga dengan ekonomi dan industri olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	4, 5
16	1, 2, 3, 4	UAS	Tugas/Kerja Mandiri	Menjawab dan mengerjakan soal-soal tentang materi hubungan olahraga dengan ras & etnik, pendidikan dan karakter, hukum dan politik, ekonomi dan industri olahraga, olahraga dengan wanita	Mahasiswa mampu menjawab dan mengerjakan soal-soal tentang materi hubungan olahraga dengan ras & etnik, pendidikan dan karakter, hukum dan politik, bentuk-bentuk penyimpangan dan kekerasan dalam olahraga, ekonomi dan industri olahraga, serta hubungan olahraga dengan wanita yang dijawab dengan baik dan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	10	
	c. Tugas	15	
	d. UTS	10	
	e. UAS	10	

2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Abdullah, Irwan. Penelitian Berwawasan Gender dalam Ilmu Sosial. Humaniora XV. No.3/2003.
2. Lutan, Rusli, dkk. (2004). Kebijakan Nasional dalam Pengembangan Pendidikan Jasmani, dalam Akar Sejarah dan Dimens Keolahragaan Nasional, Jakarta: Ditjora.
3. Lutan, Rusli, dkk. (2004). Perubahan Motif Pembinaan Olahraga: Dari Logika Politik ke Logika Ekonomi, dalam Akar Sejarah dan Dimensi Keolahragaan Nasional, Jakarta: Ditjora.
4. Proyek Pengembangan dan Keserasian Kebijakan Olahraga (2003). Krisis Global Pendidikan Jasmani, dalam Olahraga, Kebijakan dan Politik: Sebuah Analisis, Jakarta: Ditjora
5. Sugiyanto, (2007). Diktat mata kuliah sosiologi olahraga, FPOK IKIP Yogyakarta

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Komunikasi Olahraga/SSE60205
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Bahasa Pengantar		: Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

MATA KULIAH KOMUNIKASI OLAHRAGA MERUPAKAN MATA KULIAH JURUSAN WAJIB TEMPUH DENGAN BOBOT 2 SKS TEORI. MATAKULIAH INI MEMBAHAS BERBAGAI PERSOALAN HUBUNGAN ANTAR MANUSIA DAN LINGKUNGANNYA UNTUK MENCAPAI PEPRSEPSI DAN PEMAHAMAN BERSAMA DALAM RANGKA MEMPERMUDAH PROSES KEGIATAN OLAHRAGA YANG EFEKTIF DAN EFISIEN. KULIAH DILAKSANAKAN DENGAN METODE PENUGASAN SECARA MANDIRI DENGAN MENANGKAP FENOMENA PERKEMBANGAN TEKNOLOGI KOMUNIKASI OLAHRAGA DAN MENDISKUSIKAN DALAM BENTUK DISKUSI KELOMPOK, WORKSHOP, DAN CONVERSATION SESUAI DENGAN KONSENTRASI

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa memiliki keterampilan komunikasi efektif dan mampu menjadi pendengar aktif	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
2	Mahasiswa mengetahui peran komunikasi dalam olahraga	Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
3	Mahasiswa mampu mengetahui teknologi komunikasi dalam pencapaian prestasi olahraga	Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat

4	Mahasiswa mampu menguasai teknik komunikasi dalam bidang olahraga	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1, 2, 3	APERSEPSI DAN PENYAMPAIAN SILABUS DAN KONTRAK BELAJAR	1. Ceramah 2. Diskusi	MAHASISWA MENGETAHUI TUJUAN PEMBELAJARAN DAN KOMPETENSI YANG INGIN DICAPAI SERTA MENYEPAKATI KONTRAK BELAJAR UNTUK SATU SEMESTER		Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	
2	1, 2, 3, 4	SEJARAH, FILOSOFI, DEFINISI KOMUNIKASI, DAN KONSEP DASAR KOMUNIKASI DALAM OLAHRAGA	1. Ceramah 2. Diskusi	MAHASISWA MELAKUKAN EKSPLORASI DAN DISKUSI TENTANG SEJARAH, KONSEP DASAR, DAN DEFINISI KOMUNIKASI	MAHASISWA MENGETAHUI SEJARAH DAN PERKEMBANGAN KOMUNIKASI DAN MEMAHAMI KONSEP DASAR KOMUNIKASI KHUSUSNYA DALAM BIDANG OLAHRAGA	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
3	1, 2, 3, 4	KONSEP DASAR KOMUNIKASI DALAM OLAHRAGA	1. Ceramah 2. Diskusi	MAHASISWA MELAKUKAN EKSPLORASI DAN DISKUSI KONSEP DASAR KOMUNIKASI	MAHASISWA MENGETAHUI SEJARAH DAN PERKEMBANGAN KOMUNIKASI DAN MEMAHAMI KONSEP DASAR KOMUNIKASI KHUSUSNYA DALAM BIDANG OLAHRAGA	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	2
4	1, 2, 3, 4	FUNGSI, KOMPONEN, DALAM KOMUNIKASI	1. Ceramah 2. Diskusi	BERMAIN PERAN UNTUK MENJADI KOMUNIKAN DAN KOMUNIKATOR PADA PROSES KOMUNIKASI	MAHASISWA MEMAHAMI FUNGSI KOMUNIKASI MAHASISWA MAMPU MENYEBUTKAN KOMPONEN KOMUNIKASI	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Studi Kasus	2 x 50 menit	1
5	1, 2, 3, 4	PROSES KOMUNIKASI	1. Diskusi 2. Demonstrasi	BERMAIN PERAN UNTUK MENJADI KOMUNIKAN DAN KOMUNIKATOR PADA PROSES KOMUNIKASI	MAHASISWA MAMPU MENYEBUTKAN DAN MELAKUKAN PROSES KOMUNIKASI	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1

6	1, 2, 3, 4	JENIS KOMUNIKASI DALAM PERSPEKTIF INDIVIDUAL DAN SOSIAL	1. Diskusi 2. Demonstrasi	MEMPRESENTASIKAN TENTANG JENIS KOMUNIKASI DAN MEMAHAMI PERAN DAN BERKOMUNIKASI SEBAGAI INDIVIDU MAUPUN SEBAGAI BAGIAN DARI MASYARAKAT	MAHASISWA MAMPU MENKLASIFIKASIKAN JENIS KOMUNIKASI DALAM PERSPEKTIF INDIVIDUAL DAN SOSIAL	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 3
7		PRINSIP-PRINSIP KOMUNIKASI	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2
8		UTS	Kuis/Evaluasi			UTS	2 x 50 menit	
9	1, 2, 3, 4	JENIS DAN KLASIFIKASI KOMUNIKASI	Diskusi	MEMPRESENTASIKAN TENTANG JENIS KOMUNIKASI DAN MEMAHAMI PERAN DAN BERKOMUNIKASI SEBAGAI INDIVIDU MAUPUN SEBAGAI BAGIAN DARI MASYARAKAT	MAHASISWA MAMPU MENKLASIFIKASIKAN JENIS KOMUNIKASI DALAM PERSPEKTIF INDIVIDUAL DAN SOSIAL	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
10	1, 2, 3, 4	KOMUNIKASI VERBAL DAN NON VERBAL	1. Ceramah 2. Diskusi	MEMPRAKTEKAN MODEL KOMUNIKASI VERBAL DAN KOMUNIKASI NON VERBAL	MAHASISWA MAMPU MENYEBUTKAN, PERBEDAAN, DAN FUNGSI KOMUNIKASI VERBAL DAN NON VERBAL	1. Kuis 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
11		PERBEDAAN, DAN FUNGSI KOMUNIKASI VERBAL DAN NON VERBAL	1. Diskusi 2. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	

12	1, 2, 3, 4	HAMBATAN DAN EVASI KOMUNIKASI	1. Diskusi 2. Demonstrasi	MENGANALISA DAN MENGIDENTIFIKASI HAMBATAN DAN EVASI PADA PROSES KOMUNIKASI	MAHASISWA MAMPU MENGIDENTIFIKASIKAN HAMBATAN YANG DAPAT TERJADI DALAM PROSES KOMUNIKASI MAHASISWA MAMPU MENYEBUTKAN PERBEDAAN ANTARA HAMBATAN DAN EVASI KOMUNIKASI	1. Tugas 2. Presentasi	2 x 50 menit	3
13	1, 2, 3, 4	PERBEDAAN ANTARA HAMBATAN DAN EVASI KOMUNIKASI	1. Diskusi 2. Demonstrasi	MENGANALISA DAN MENGIDENTIFIKASI HAMBATAN DAN EVASI PADA PROSES KOMUNIKASI	MAHASISWA MAMPU MEMBEDAKAN ANTARA HAMBATAN DENGAN EVASI DALAM SUATU KOMUNIKASI	Presentasi	2 x 50 menit	2
14	1, 2, 3, 4	KOMUNIKASI EFEKTIF DAN MENDENGAR AKTIF	1. Diskusi 2. Demonstrasi	MEMPRAKTEKAN KOMUNIKASI DUA ARAH DALAM KELOMPOK KECIL	MAHASISWA MEMAHAMI KONSEP UNTUK MELAKUKAN KOMUNIKASI AKTIF MAHASISWA MENGERTI DAN MAMPU MENERAPKAN KETERAMPILAN MENDENGAR AKTIF	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	3
15	1, 2, 3, 4	PERAN KOMUNIKASI DALAM OLAHRAGA	Diskusi	MELAKUKAN EKSPLORASI DAN IDENTIFIKASI DARI BERBAGAI SUMBER UNTUK MENGETAHUI PERAN KOMUNIKASI DALM DUNIA OLAHRAGA	MAHASISWA MAMPU MENDESKRIPSIKAN PERAN KOMUNIKASI DALAM OLALHRAGA MAHASISWA MAMPU MENGAPLIKASIKAN KETERAMPILAN KOMUNIKASI EFEKTIF	1. Kuis 2. Presentasi	2 x 50 menit	2
16		UAS	Tugas/Kerja Mandiri			UAS	2 x 50 menit	

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	40	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%

	a. Kehadiran	0	
	b. Kuis	0	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	60	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	40	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. 1. Deddy Mulyana (2005). Ilmu Komunikasi: Suatu Pengantar. Bandung: Remaja Rosda Karya.
2. 2. Rosady Ruslan. (2006). Etika Komunikasi. Jakarta: Rajawali Pers.
3. 3. Endang Lestari dan MA . Maliki (2003). Komunikasi yang efektif. Jakarta: Lembaga Administrasi Negara.

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Ilmu Kesehatan Masyarakat/SSE60206
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Bahasa Pengantar		: Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah Ilmu Kesehatan Masyarakat (IKM) merupakan matakuliah dasar bagi Prodi Ikor, sehingga merupakan matakuliah wajib untuk membentuk mahasiswa agar dapat berperilaku sehat, memperhatikan lingkungan dan merawat diri dan orang lain serta mampu menganalisis untuk menuju manusia yang berkualitas.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Memiliki pengetahuan dan mampu menerapkan berperilaku hidup sehat.	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
2	Mahasiswa mampu lebih memperhatikan lingkungan dan merawat diri dan orang lain.	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
3	Mahasiswa mampu menganalisis untuk langkah menuju manusia yang berkualitas	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1		Mahasiswa dapat memahami penentu Kualitas Hidup.	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang ilmu kesehatan masyarakat mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan ilmu kesehatan masyarakat.	Mahasiswa mampu menganalisis dan menjelaskan terkait dengan kualitas hidup	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 3
2		Mahasiswa dapat memahami penentu Kualitas Hidup Sehat dan Bugar	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang ilmu kesehatan masyarakat mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan ilmu kesehatan masyarakat.	Mahasiswa mampu menganalisis dan menjelaskan penentu kualitas hidup	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
3		Mahasiswa dapat menguasai Dimensi Sehat (wellness)	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang ilmu kesehatan masyarakat mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan ilmu kesehatan masyarakat.	mahasiswa mampu menjelaskan Dimensi Sehat	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
4		Mahasiswa dapat menguasai Dimensi Bugar	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang ilmu kesehatan masyarakat mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan ilmu kesehatan masyarakat.	Mahasiswa mampu menjelaskan dimensi bugar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3

5		Mahasiswa dapat mengukur Derajat Kesehatan	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang ilmu kesehatan masyarakat mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan ilmu kesehatan masyarakat.	mahasiswa dapat mengukur derajat kesehatan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
6		Mahasiswa mampu mengetahui jenis penyakit.	Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang ilmu kesehatan masyarakat mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan ilmu kesehatan masyarakat.	Mahasiswa mampu menganalisis jenis penelitian	UTS	2 x 50 menit	1, 2
7		Mahasiswa dapat mengukur Derajat Kebugaran Jasmani dengan baik dan benar.	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang ilmu kesehatan masyarakat mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan ilmu kesehatan masyarakat.	Mahasiswa mampu menganalisis derajat kebugaran jasmani.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
8		UTS	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang ilmu kesehatan masyarakat mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan ilmu kesehatan masyarakat.	Mahasiswa mampu mengerjakan UTS	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3

9		Mahasiswa dapat menguasai tahap-tahap Pencegahan Penyakit.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri 4. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang ilmu kesehatan masyarakat mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan ilmu kesehatan masyarakat.	Mahasiswa mampu mengeanalisis pencegahan penyakit	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
10		Mahasiswa dapat menguasai Komponen Welness	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang ilmu kesehatan masyarakat mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan ilmu kesehatan masyarakat.	Mahasiswa mampu menganalisis Komponen Welness	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
11		Mahasiswa dapat menguasai Dimensi Sakit	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang ilmu kesehatan masyarakat mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan ilmu kesehatan masyarakat.	Mahasiswa mampu menganalisis terkait dengan dimensi sakit	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2
12		Mahasiswa dapat menguasai cara membuat program Perencanaan Pendidikan Kesehatan Masyarakat.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang ilmu kesehatan masyarakat mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan ilmu kesehatan masyarakat.	Mahasiswa mampu menganalisis program perencanaan kesehatan masyarakat	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3

13		Mahasiswa dapat mempraktikkan program Pendidikan Kesehatan Masyarakat dengan baik dan benar.	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang ilmu kesehatan masyarakat mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan ilmu kesehatan masyarakat.	Mahasiswa mampu menganalisis Pendidikan Kesehatan Masyarakat	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
14		Mahasiswa dapat menguasai Epidemiologi dengan baik dan benar.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang ilmu kesehatan masyarakat mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan ilmu kesehatan masyarakat.	Mahasiswa mampu menganalisis epidemiologi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3
15		Mahasiswa dapat mempraktikkan Kesehatan Olahraga di Puskesmasdengan baik dan benar.	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang ilmu kesehatan masyarakat mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan ilmu kesehatan masyarakat.	Mahasiswa dapat menganalisis Kesehatan Olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
16		UAS	Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang ilmu kesehatan masyarakat mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan ilmu kesehatan masyarakat.	Mahasiswa mampu mengerjakan soal UAS	UAS	2 x 50 menit	

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%

	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Keller, J. M. (2016). Motivation, learning, and technology: applying the ARCS-V motivation model. Participatory Educational Research, 3 (2), 1-13.
2. Sulaeman, E. S. (2020). Pemberdayaan masyarakat di bidang kesehatan. D.I.Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
3. Sulaeman, E.S. (2016). Pembelajaran model dan teori perilaku kesehatan konsep dan aplikasi. Surakarta: UNS Press.

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Keterampilan Dasar Atletik/IKK60201
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu		
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Materi perkuliahan ini meliputi: Praktek dasar atletik (jalan dan lari, lompat, lempar), falsafah, peraturan dan ketentuan alat fasilitas

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mampu menjelaskan dan menganalisis berbagai keterampilan gerak dasar dan peraturan perlombaan atletik	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
2	Mampu mengembangkan keterampilan motorik dasar sesuai karakteristik cabang olahraga atletik	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
3	Mampu mempraktikkan keterampilan motorik dasar sesuai karakteristik cabang olahraga atletik	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1, 2, 3	Pemanasan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Jenis Pemanasan	aktif & Variasi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 7
2	1, 2, 3	ABC Running	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Variasi Koordinasi gerak ABC Running	aktif dan terampil	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 7
3	1, 2, 3	Lari Sprint	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Reaksi & start jongkok	aktif dan terampil	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 7

4	1, 2, 3	Lari Sprint	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Tahapan Lari Sprint	Aktif dan Terampil	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 7
5	1, 2	Lompat Jauh	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Tahapan Lompat Jauh		1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 4, 7
6	2, 3	Tolak Peluru	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Tahapan Tolak Peluru Gaya Obrein	aktif dan terampil	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 5, 7
7	1, 3	Lari Gawang	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Tahapan Lari Gawang	aktif dan terampil	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 5, 6
8	1, 2	Lompat Jangkit	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Tahapan Lompat Jangkit	aktif dan terampl	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 5, 7
9	3	Lempar Lembing	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Tahapan Lempar Lembing	aktif dan terampil	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 5, 7
10	2	Lari estafet Non Visual	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Tahapan lari non visual	aktif dan terampil	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 7
11	1	Lompat Tinggi	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Tahapan lompat tinggi gaya Flop	Aktif dan terampil	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 4, 7
12	2	Lempar Cakram	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Tahapan Lempar cakram	Aktif dan Terampil	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 5, 7

13	2, 3	Lari estafet visual	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Tahapan Lari estafet Visual	aktif dan terampil	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 7
14	3	Lompat Galah	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Tahapan Lompat Galah	aktif dan terampil	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 4, 7
15	2	Lontar Martil	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Tahapan Lontar Martil	Aktif dan Terampil	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 5, 7
16	1, 2, 3	Ujian Susulan	Eksperimen/Praktek	ujian Susulan	aktif dan terampil	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	20	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	30	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Peter J.L Thompson.(2016). Introduction to Choaching Theory. IAAF.
2. Herald Muller & Wolfgang Ritzdorf. (2000). Run!!!Jump!!!Trow!!!.IAAF.
3. IAAF.(2001).Kurikulum Level I/II Event Sprint & Hurdles. IAAF.
4. 2009).Kurikulum Level I/II Event Jump. IAAF.

5. IAAF.(2009).Kurikulum Level I/II Throw. IAAF.
6. IAAF.(2009).Kurikulum Level I/II Event Midle and Long Running. IAAF
7. https://worldathletics.org/

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Keterampilan Dasar Senam/IKK60203
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Ketrampilan Dasar Senam berbobot 2 SKS yang disajikan dalam bentuk teori dan praktik, praktik dalam hal ini menekankan pada simulasi mengajar, maupun pemodelan (peer teaching). Pada matakuliah teori, materi meliputi: mempraktikkan gerakan senam pembentukkan, kayang, guling depan, guling belakang, guling lenting, handstand, headstand, meroda, round off, back extention, handspring, dan loncat harimau.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa memiliki pengetahuan, keterampilan, sikap, evaluasi dan menguasai teknik dan latihan dasar senam.	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
2	Mahasiswa memahami Pengertian senam, Pengertian Kalestenik, Pengertian Tumbling dan Manfaat latihan Tumbling	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat

3	Mahasiswa memahami Pengertian senam, Pengertian Kalestenik, Pengertian Tumbling dan Manfaat latihan Tumbling	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
4	Mahasiswa memahami Karakteristik Gerak Dasar senam, Gerakan Umum tubuh dan konsep Gerak	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Senam pembentukkan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mempraktikan gerakan senam pembentukkan L Sheet	Gerakan awal, proses gerakannya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3
2	2	Crow pose dan melemparkan kaki ke depan dan kebelakang	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mempraktikkan gerakan crow pose dan melemparkan kaki ke depan dan ke belakang	gerakan awal dan proses gerakannya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi 5. Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3
3	3	kayang	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mampu mempraktikkan gerakan kayang dari posisi tidur dan posisi berdiri	gerakan awal dan proses gerakannya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
4	4	headstand	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mampu mempraktikkan gerakan headstand dengan bantuan dan tanpa bantuan	gerakan awal dan proses gerakannya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
5	1, 2	Handstand	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mampu mempraktikkan gerakan handstand dengan bantuan dan tanpa bantuan	gerakan awal dan proses gerakannya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
6	1, 3	Guling Depan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mampu mempraktikkan gerakan guling depan	Gerakan awal dan proses gerakannya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
7	1, 4	guling belakang	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mampu mempraktikkan gerakan guling belakang	gerakan awal dan proses gerakannya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
8	2, 3	guling lenting	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mampu mempraktikkan gerakan guling lenting	Gerakan awal dan proses gerakannya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3

9	2, 4	Materi mulai dari senam pembentukan sampai dengan guling lenting	1. Tugas/Kerja Mandiri 2. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mampu mengerjakan UTS dengan baik	Keseuaian jawaban dengan pertanyaan dan ketepatan dalam mengerjakan serta mengumpulkan UTS	UTS	2 x 50 menit	1, 2, 3
10	3, 4	meroda	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mampu mempraktikkan gerakan meroda	gerakan awal dan proses gerakannya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
11	1, 2, 3	round off	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mampu mempraktikkan gerakan round off	Gerakan awal dan proses gerakannya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
12	2, 3, 4	Back Extention	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mampu mempraktikkan gerakan Back Extention	Gerakan awal dan proses gerakannya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
13	1, 3, 4	handspring	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mampu mempraktikkan gerakan handspring	Gerakan awal dan proses gerakannya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
14	1, 2, 4	rangkaian guling depan dan guling lenting	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mampu mempraktikkan rangkaian guling depan dan guling lenting tanpa berhenti	Gerakan awal dan proses gerakannya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
15	1, 2, 3, 4	rangkaian gerakan guling belakang, back extention, dan loncat harimau	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mampu mempraktikkan rangkaian gerakan guling belakang dan back extention tanpa berhenti	gerakan awal dan proses gerakannya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
16	1, 2, 3, 4	materi mulai dari meroda sampai dengan loncat harimau	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mampu mengerjakan soal UAS dengan baik	kesesuaian jawaban dengan pertanyaan dan ketepatan dalam mengerjakan uas serta ketepatan dalam mengumpulkan tugas uas	1. Tugas 2. UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	30	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Mahendra, Agus. (2001). Pembelajaran Senam di Sekolah Dasar. Jakarta: Dirjen Dikdasmen
2. Sukamti, Endang Rini . (2005). Diktat Dasar-dasar Latihan Aerobic Gymnastic. Yogyakarta: FIK UNY
3. Sukarno, Woerjati. (2006). Diktat Senam Irama. Yogyakarta: FIK UNY.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Pendidikan Kewarganegaraan/MWK60207
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Pendidikan Kewarganegaraan bersifat wajib lulus, berbobot 2 SKS. Mata kuliah ini membekali peserta didik dengan pengetahuan dan kemampuan dasar berkenaan dengan hubungan antara warga negara dengan negara,serta pendidikan pendahuluan bela negara agar menjadi waga negara yang dapat diandalkan oleh bangsa dan negaranya. Mata kuliah ini mengkaji : (1) Hak dan kewajiban warga negara; (2) Pendidikan pendahuluan bela negara (3) Demokrasi Indonesia; (4) Hak asasi manusia; (5) Wawasan Nusantara dan identitas nasional Indonesia; (6) Ketahanan nasionional Indonesia; serta strategi ketahanan nasional Indonesia

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa dapat berpartisipasi aktif dalam pembangunan bangsa dan negara berdasarkan niali-nilai luhur Pancasila	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

2	Mahasiswa dapat memahami dan menghayati sistem kenegaraan berdasarkan UUD 1945	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

3	Mahasiswa dapat memiliki wawasan kebangsaan yang kuat dalam memahami dan memecahkan berbagai permasalahan bangsa dengan mengembangkan budaya demokratis yang berkeadaban, Nasionalisme , Cinta Tanah Air dan semangat Bela Negara.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

4	Mahasiswa dapat memahami HAM; Hak dan Kewajiban sebagai warga negara yang baik.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

5	mahasiswa menjadi ilmuan dan profesional yang berjiwa, bersikap, berperilaku dan mampu menerapkan nilai-nilai Pancasila dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa-negara dan menjadi warga negara yang baik.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1		Pengantar Pendidikan Kewarganegaraan (Arti Penting PKn)	1. Ceramah 2. Diskusi	Tanya jawab acak dan latihan soal mengenai Landasan dan Tujuan Pendidikan Kewarganegaraan	1. Memahami konsep dan Urgensi PKn 2. Menemukan alasan perlunya PKn di Perguruan Tinggi 3. Mampu menggali sumber historis, sosiologis, & politik tentang PKn di Indonesia 4. Membangun argumen tentang dinamika dan tantangan PKn 5. Mendeskripsikan esensi dan urgensi PKn untuk masa depan	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	5
2		Identitas Nasional	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	a. Tanya jawab acak b. Mengerjakan tugas tambahan terkait dengan materi ajar.	1. Memahami konsep dan urgensi Identitas Nasional Indonesia 2. Menemukan alasan perlunya Identitas Nasional 3. Menggali sumber historis, sosiologis, politik tentang Identitas Nasional 4. Membangun argumen tentang dinamika dan tantangan Identitas Nasional Indonesia	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	4
3		Globalisasi dan Tantangan Identitas Nasional Bangsa Indonesia	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	a. Tanya jawab acak b. Mengerjakan tugas tambahan terkait dengan materi ajar.	1. Mahasiswa mampu mendiskripsikan tentang proses, aspek, dan dampak globalisasi dalam kehidupan berbangsa dan bernegara. 2. Mahasiswa mampu mengevaluasi pengaruh globalisasi terhadap kehidupan bangsa dan negara Indonesia. 3. Peserta mampu menentukan sikap terhadap pengaruh dan implikasi globalisasi terhadap bangsa dan negara Indonesia.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	4, 5

4		Integrasi Nasional	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	a. Tanya jawab acak b. Mengerjakan tugas tambahan terkait dengan materi ajar	1. Memahami konsep dan urgensi Integrasi Nasional 2. Menemukan alasan perlunya Integrasi Nasional 3. Menggali sumber historis, sosiologis, politik tentang Integrasi Nasional 0 4. Membangun argumen tentang dinamika, tantangan Integrasi nasional 5. Mendeskripsikan esensi dan urgensi Integrasi Nasional	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1
5		Memahami bagaimana nilai dan norma konsti-tusional UUD 1945 dan konstitusio-nalitas ketentuan perundang-undangan di bawah UUD 1945	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	a. Tanya jawab b. Mengerjakan tugas tambahan terkait dengan materi ajar.	1. Memahami konsep dan urgensi konstitusi dalam kehidupan berbangsa-negara 2. Menemukan alasan perlunya konstitusi dalam kehidupan berbangsa-negara 3. Menggali sumber historis, sosiologis, politik tentang konstitusi dalam kehidupan berbangsa-negara RI 4. Menganalisis dinamika pelaksanaan konstitusi di Indonesia	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	6
6		Hubungan Warga Negara dengan Negara dan Pewarganegaraan di Indonesia	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Presentasi dan diskusi kelompok	1. Mahasiswa mampu mendeskripsikan hakikat warga negara dan pewarganegaraan di Indonesia. 2. Mahasiswa mampu menganalisis persamaan kedudukan warga negara dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa dan negara. 3. Mahasiswa mampu menerapkan prinsip persamaan kedudukan warga negara dalam berbagai bidang kehidupan.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	4, 5
7		Persamaan Kedudukan Warga Negara dalam Berbagai Bidang Kehidupan	Diskusi	Presentasi dan diskusi kelompok	Mahasiswa mampu menganalisis dan menunjukkan sikap positif terhadap persamaan kedudukan warga negara dalam berbagai bidang kehidupan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Proyek	2 x 50 menit	4, 5
8		UTS	Tugas/Kerja Mandiri			UTS	2 x 50 menit	1, 4, 5

9		Sistem Pemerintahan Indonesia	Diskusi	Presentasi dan diskusi kelompok	1. Mahasiswa mampu menganalisis berbagai jenis sistem pemerintahan. 2. Mahasiswa mampu menganalisis pelaksanaan sistem pemerintahan negara Indonesia. 3. Mahasiswa mampu menunjukkan sikap kritis terhadap pelaksanaan sistem pemerintahan yang berlaku di Indonesia.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Proyek	2 x 50 menit	4, 5
10		Konsep dan Implementasi Demokrasi	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Presentasi dan Diskusi Kelompok	1. Mahasiswa mampu mendiskripsikan pengertian dan prinsip-prinsip budaya demokrasi 2. Mahasiswa mampu menganalisis pelaksanaan demokrasi di Indonesia sejak orde lama, orde baru, dan orde reformasi 3. Mahasiswa mampu menunjukkan sikap positif terhadap pengembangan demokrasi di Indonesia melalui pelaksanaan pemilihan umum 4. Mahasiswa mampu menerapkan budaya demokrasi dalam berbagai bidang kehidupan.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Proyek	2 x 50 menit	3, 7
11		Sistem Hukum dan Peradilan Nasional	Diskusi	Presentasi dan Diskusi Kelompok	1. Mahasiswa mampu mengkaji macam-macam norma dan sanksinya yang berlaku dalam masyarakat. 2. Mahasiswa mampu mendiskripsikan pengertian dan penggolongan hukum. 3. Mahasiswa mampu menganlisis peranan lembaga-lembaga peradilan. 4. Mahasiswa mampu menunjukkan sikap yang sesuai dengan ketentuan hukum yang berlaku.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Proyek	2 x 50 menit	4, 5

12		Upaya Pemajuan, Penghormatan, dan Perlindungan HAM di Indonesia	1. Diskusi 2. Kuis/Evaluasi	Presentasi dan Diskusi	1. Mahasiswa mampu mendiskripsikan pengertian HAM dan Sejarah HAM 2. Mahasiswa mampu mengkaji peraturan perundang-undangan tentang perlindungan HAM di Indonesia. 3. Mahasiswa mampu mengkaji upaya-upaya pemajuan, penghormatan dan perlindungan (penegakkan) HAM. 4. Mahasiswa mampu berpartisipasi dalam upaya pemajuan, penghormatan dan perlindungan HAM di Indonesia.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Proyek	2 x 50 menit	3, 7
13		Wawasan Nusantara	1. Diskusi 2. Tugas/Kerja Mandiri	Presentasi dan diskusi	1. Menelusuri konsep dan urgensi wawawan nusantara 2. Menemukan rgumen perlunya wawawan nusantara 3. Menggali sumber historis, sosiologis, dan politik tentang wawasan nusantara 4. Membangun rgument tentang dinamika dan tantangan wawasan nusantara Mendeskripsikan esensi dan urgensi wawasan nusantara	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Proyek	2 x 50 menit	4, 5
14		Urgensi Ketahanan Nasional di Indonesia	1. Diskusi 2. Kuis/Evaluasi	Presentasi dan diskusi	1. Menelusuri konsep dan urgensi ketahanan nasional 2. Menemukan Alasan perlunya ketahanan nasional 3. Menggali sumber historis, sosiologis, politik tentang ketahanan nasional 4. Membangun argumen tentang dinamika dan tantangan ketahanan nasional 5. Mendeskripsikan esensi dan urgensi ketahanan nasional	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	2
15		Upaya Bela Negara	1. Diskusi 2. Tugas/Kerja Mandiri	Presentasi dan Diskusi	1. Menelusuri konsep dan urgensi bela negara 2. Menemukan Alasan perlunya upaya bela negara 3. menguraikan bentuk dan contoh upaya bela negara 4. Berpartisipasi dalam upaya bela negara	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	4, 5
16		UAS	Tugas/Kerja Mandiri			UAS	2 x 50 menit	4, 5

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	2	
	b. Kuis	4	
	c. Tugas	4	
	d. UTS	20	
	e. UAS	20	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Bahar, S. 1996. Integrasi Nasional. Teori Masalah dan Strategi. Jakarta: Ghalia Indonesia
2. Basrie, C. 2002. Konsep Ketahanan Nasional Indonesia dalam Kapita Selekta Pendidikan Kewarganegaraan. Bagian II. Jakarta: Proyek Peningkatan Tenaga Akademik, Dirjen Dikti, Depdiknas
3. CICED. 1999. Democratic Citizens in a Civil Society: Report of the Conference on Civic Education for Civil Society. Bandung: CICED
4. Dirjen Belmawa Kemenritekdikti. 2016. Pendidikan Kewarganegaraan Untuk Perguruan Tinggi. Jakarta cetakan I
5. Kaelan, . 2007. Pendidikan Kewarganegaraan. Yogyakarta: Paradigma
6. Asshiddiqie, J. 2006. Konstitusi dan Konstitusionalisme Indonesia. Jakarta: Sekretariat Jenderal& Kepaniteraan Mahkamah Konstitusi
7. Azhari, AF. 2005. Menemukan Demokrasi. Surakarta: Muhammadiyah University Press
8. Budimansyah, D dan Suryadi. K. 2008. PKn dan Masyarakat Multikultural. Bandung: Prodi PKn, Sekolah Pasca Sarjana UPI

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Bahasa Inggris Tujuan Khusus/MWU60201
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:-	
Dosen Pengampu :		
Bahasa Pengantar :		1. Bahasa Indonesia 2. Bahasa Inggris

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Perkuliahan ini diperuntukkan bagi mahasiswa UNY untuk mengembangkan kemampuan Bahasa Inggris akademik yang dapat digunakan untuk mempelajari bidang studi mereka. Mahasiswa akan belajar tentang keterampilan belajar di perguruan tinggi dan strategi membaca teks akademik berbahasa inggris. Mahasiswa akan membaca teks akademik dengan menerapkan strategi-strategi belajar yang dipelajarinya

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa dapat memahami Part of Speech	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
2	Mahasiswa dapat menguasai Using Verbs Correctly Using, Adjectives and Advers Correctly	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu

3	Mahasiswa menguasai Grammartical subject of Agreement	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
4	Mahasiswa menguasai Phrases and Clauses	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur

5	Mahasiswa menguasai Writing Correct and Complete Sentences	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
6	Mahasiswa menguasai Sentence Coordination and Subordination	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1		The Power of English Language (online article)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi			Kuis	2 x 50 menit	1
2		Parts of speech and word formation	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			Tugas	2 x 50 menit	3
3		Skimming and Scanning	1. Ceramah 2. Diskusi			Kuis	2 x 50 menit	3, 4
4		Previewing and predicting	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Tugas/Kerja Mandiri			Tugas	2 x 50 menit	1, 3, 4
5		Teks mengenai Independent learners	1. Ceramah 2. Diskusi			Kuis	2 x 50 menit	2
6		Speed reading	1. Diskusi 2. Ceramah			Kuis	2 x 50 menit	1
7		How to assess sources' credibility level	1. Ceramah 2. Diskusi			Tugas	2 x 50 menit	1
8		Checking source credibility	1. Ceramah 2. Diskusi			Kuis	2 x 50 menit	1
9		Making notes	1. Ceramah 2. Diskusi			Tugas	2 x 50 menit	1, 4
10		Summarizing skills	1. Ceramah 2. Diskusi			Tugas	2 x 50 menit	1
11		Academic reading skills	1. Ceramah 2. Diskusi			Kuis	2 x 50 menit	1
12		Critical reading skills	1. Ceramah 2. Diskusi			Kuis	2 x 50 menit	1
13		Academic writing skills	1. Diskusi 2. Ceramah			Tugas	2 x 50 menit	1
14		Note Taking	1. Ceramah 2. Diskusi			Tugas	2 x 50 menit	1, 4

15		Academic Presentation Skills	1. Ceramah 2. Diskusi			Kuis	2 x 50 menit	1
16		Academic reading skills	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Tugas 2. UAS	2 x 50 menit	1

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	0	
	b. Kuis	10	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	0	
	e. UAS	30	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Allan, B. (2010). Study Skills Handbook. Hull: Business School of Hull University
2. Blass, L. (2006). Well Read. Oxford: Oxford University Press
3. Jamilah, J. (2016). Modul Perkuliahan Bahasa Inggris untuk Kepentingan Akademik. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta
4. Jamilah, J., Madya, S., Priyana, J. (2018). English for Study Skills Development. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Keterampilan Dasar Pencaksilat/SSE60207
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	.
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Dasar Gerak Pencaksilat dengan bobot 2 Sks, terdiri atas teori dan deklaratif, mata kuliah ini membahas tentang konsep-konsep dasar pengetahuan pencaksilat, teknik-teknik dasar pencak silat kuda-kuda, langkah, serta teknik pukulan dan tendangan.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu memahami tentang konsep-konsep dasar pengetahuan pencaksilat	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan
2	Mahasiswa mampu mengauasai teknik-teknik dasar pencak silat	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat

3	Mahasiswa mampu mempraktekan kuda-kuda, langkah, serta teknik pukulan dan tendangan dalam pencak silat	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Pendahuluan	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	
2	2	Sikap dalam pencak silat: Sikap hormat, sikap tegak, sikap duduk, sikap pasan	1. Demonstrasi 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2
3	1, 2	Sikap dalam pencak silat: Sikap hormat, sikap tegak, sikap duduk, sikap pasan	Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2
4	1, 2	Sikap dalam pencak silat: Sikap hormat, sikap tegak, sikap duduk, sikap pasan	1. Ceramah 2. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2
5	1, 2, 3	Kuda-kuda dalam pencakasilat: Kuda-kuda tengah, samping, depan, belakang, silang, kusus	Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2

6	1, 2, 3	Kuda-kuda dalam pencakasilat: Kuda-kuda tengah, samping, depan, belakang, silang, kusus	Demonstrasi			Tugas	2 x 50 menit	1, 2
7	1, 2, 3	Kuda-kuda dalam pencakasilat: Kuda-kuda tengah, samping, depan, belakang, silang, kusus	Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2
8	1, 2, 3	MID Semester	1. Demonstrasi 2. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. UTS	2 x 50 menit	1, 2
9	1, 2, 3	Pembentukan gerakan: Arah, cara langkah, langkah dan posisi, pola langkah	1. Ceramah 2. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2
10	1, 2, 3	Pembentukan gerakan: Arah, cara langkah, langkah dan posisi, pola langkah	1. Ceramah 2. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2
11	1, 2, 3	Teknik serangan tangan pencak silat: Pukulan lurus, bandul, tebasan, sikuan	1. Ceramah 2. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2
12	1, 2, 3	Teknik serangan tangan pencak silat: Pukulan lurus, bandul, tebasan, sikuan	1. Ceramah 2. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
13	1, 2, 3	Teknik serangan kaki pencak silat: Tendangan lurus, jejag, T, belakang, sabit, sapuan, guntingan	1. Ceramah 2. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2
14	1, 2, 3	Teknik serangan kaki pencak silat: Tendangan lurus, jejag, T, belakang, sabit, sapuan, guntingan	Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2
15	1, 2, 3	Teknik belaan pencaksilat: Teknik belaan dasar, teknik belaan lanjutan	1. Ceramah 2. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2
16	1, 2, 3	UAS	1. Tugas/Kerja Mandiri 2. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	1, 2

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%

	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Syahrial, M. (2020). Buku Jago Beladiri. Ilmu Cemerlang Group.
2. Candra, J. (2021). Pencak Silat. Deepublish.

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Keterampilan Dasar Bola Basket/SSE60208
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu :		
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah untuk mengetahui gerak dasar bola basket

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Mahasiswa mampu menguasai teori tentang dasar pengetahuan sejarah, alat dan fasilitas, peraturan permainan dan pertandingan Bolabasket	Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

2	Mahasiswa mampu menguasai teori tentang teknik dasar permainan bolabasket meliputi: Dribling, Passing, Shooting, Lay Up, pertahanan (deffence), penyerangan (offence)	Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
3	Mahaiswa mampu mempraktikkan dasar pengetahuan sejarah, alat dan fasilitas, peraturan permainan dan pertandingan Bolabasket	Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
4	Mahasiswa mampu mempraktikkan teknik dasar permainan bolabasket meliputi: Dribling, Passing, Shooting, Lay Up, pertahanan (deffence), dan penyerangan (offence),	Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
5	Mahasiswa mampu menguasai teori dan praktik penyelenggaraan pertandingan dan perwasitan Bolabasket	Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi

(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	2	Kontrak Kuliah & Aturan Perkuliahan	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	
2	1	Peraturan dalam Bola Basket	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. UAS	2 x 50 menit	1
3	3	Foul dalam Bola Basket	1. Ceramah 2. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	
4	5	Violation dalam Bola Basket	1. Ceramah 2. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	
5	2	Signal Perwasitan Bola Basket	Ceramah			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	
6	1, 4	Score Sheet dalam Bola Basket	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	
7	1	Komponen Fisik dalam Bola Basket	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	
8	4	Pola Penyerangan dalam Bola Basket	Ceramah			UAS	2 x 50 menit	
9	1	Pola Pertahanan dalam Bola Basket	Kuis/Evaluasi			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	
10	4	Praktek Signal Perwasitan dalam Bola Basket	Ceramah			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	
11	4	Praktek Pola Penyerangan dalam Bola Basket	1. Ceramah 2. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	
12	1	Praktek Pola Pertahanan dalam Bola Basket	Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	
13	4	Praktek Penyelenggaraan Pertandingan Bola Basket	Ceramah			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Studi Kasus	2 x 50 menit	
14	1	Praktek Penyelenggaraan Pertandingan Bola Basket	Tugas/Kerja Mandiri			UAS	2 x 50 menit	
15	4	Praktek Penyelenggaraan Pertandingan Bola Basket	Demonstrasi			UTS	2 x 50 menit	
16	3, 5	UAS	Kuis/Evaluasi	UAS		UAS	2 x 50 menit	

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%

	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	10	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	10	
	e. UAS	20	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	30	
	b. Team Based Project	20	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Griffin, Linda L., Mitchell, Stephen A., Oslin, Judith L., Teaching Sport Concepts and Skills: A Tactical Games Approach. USA: Human Kinetics, 1997. Haris,(1998)

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Anatomi/SSE60309
Jumlah SKS	:	3
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Anatomi Manusia mempelajari/membahas tentang struktur tubuh manusia yang berkaitan dengan fungsi lokomosi (gerakan tubuh khususnya saat melakukan aktivitas olahraga) serta ukuran-ukuran tubuh manusia (yang berkaitan dengan upaya penempatan individu sesuai cabang olahraga). Titik tekan pada mata kuliah ini adalah kemampuan mahasiswa dalam mengidentifikasi setiap gerakan olahraga. Pada kuliah ini akan dibahas tentang osteologi (ilmu tentang tulang manusia), arthrologi (ilmu tentang persendian), myologi (ilmu tentang otot dan fungsinya dalam sistem lokomosi), dan anthropometri (ilmu tentang ukuran-ukuran tubuh manusia).

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu mengetahui, memahami, menguasai, menjelaskan nama-nama bangunan pada setiap tulang, otot dan persendian yang ada pada anggota gerak atas, anggota gerak bawah, batang badan, serta dapat menemukan dan menentukan antropometri tubuh manusia	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
2	memiliki keterampilan praktikum tentang: tulang, otot dan persendian yang ada pada anggota gerak atas, anggota gerak bawah, batang badan, serta menemukan dan menentukan antropometri tubuh manusia	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

3	Mampu mengambil keputusan secara tepat dalam konteks penyelesaian masalah di bidang keahliannya, berdasarkan hasil analisis informasi dan data	Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat

4	Mampu melakukan proses evaluasi diri terhadap kelompok kerja yang berada dibawah tanggung jawabnya, dan mampu mengelola pembelajaran secara mandiri	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus

5	Mampu menguasai teori anatomi untuk mengidentifikasi bakat olahraga dengan mengaplikasikan instrumen yang valid dan reliabel	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Pengetahuan dasar anatomi	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi	Mampu menjelaskan tentang pengertian dasar Anatomi Manusia, osteologi, proses penulangan dan klasifikasi tulang, arthrologi, klasifikasi sendi dan gerakan-gerakan pada sendi, myologi, serta sifat-sifat otot	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	3 x 50 menit	2

2	1, 3	Pengetahuan dasar tentang osteology, arthrology, myologi, dan anthropometri	1. Ceramah 2. Diskusi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi	Mampu menjelaskan tentang pengertian dasar Anatomi Manusia, osteologi, proses penulangan dan klasifikasi tulang, arthrologi, klasifikasi sendi dan gerakan-gerakan pada sendi, myologi, serta sifat-sifat otot	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	3 x 50 menit	2
3	1, 4	Nama bagian-bagian tulang yang berfungsi sebagai perlekatan otot, nama sendi	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mampu mendiskrip-sikan bangunan-bangunan pada tulang anggota gerak atas,	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	3 x 50 menit	1, 2, 3
4	1, 2	Nama sendi, komponen tulang yang bersendi serta klasifikasi sendi	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mampu menjelaskan tentang sendi-sendi pada anggota gerak atas	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	3 x 50 menit	1, 2, 3
5	1, 2	Nama-nama otot, posisi otot terhadap tulang dan sendi	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Dapat menemukan serta menjelaskan otot-otot pada anggota gerak atas, dan menentukan fungsinya pada setiap gerakan anggota gerak atas	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	3 x 50 menit	1, 2, 3
6	1, 2	Fungsi otot terhadap gerakan yang ditimbulkannya pada setiap sendi	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Dapat mengidentifikasi setiap gerakan berkaitan dengan sendi dan otot yang berperan pada gerakan tersebut	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2, 3
7	1, 2	Nama bagian-bagian tulang yang berfungsi sebagai perlekatan otot, nama sendi padaanggota gerak bawah	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan menambah informasi secara mandiri	Mampu mendiskrip-sikan bangunan-bangunan pada tulang anggota gerak bawah	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	3 x 50 menit	1, 2, 3
8	1, 2	Nama sendi, komponen tulang yang bersendi serta klasifikasi sendi	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan menambah informasi secara mandiri	Mampu menjelaskan tentang sendi-sendi pada anggota gerak bawah	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	3 x 50 menit	1, 2, 3

9	1, 3	Nama-nama otot, posisi otot terhadap tulang dan sendi	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan menambah informasi secara mandiri	Mampu menemukan serta menjelaskan otot-otot pada anggota gerak bawah, dan menentukan fungsinya pada setiap gerakan anggota gerak bawah	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	3 x 50 menit	1, 2, 3
10	1, 2	Fungsi otot terhadap gerakan yang ditimbulkannya pada setiap sendi	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Tugas/Kerja Mandiri		Mampu mengidentifikasi setiap gerakan berkaitan dengan sendi dan otot yang berperan pada gerakan tersebut.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2, 3
11	1, 2	Nama bagian-bagian tulang yang berfungsi sebagai perlekatan otot, nama sendi pada batang tubuh (thruncus)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusikan materi, dan mengeksplorasi informasi dari referensi	Mampu menemukan bangunan-bangunan pada tulang –tulang batang tubuh (thruncus)	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	3 x 50 menit	1, 2, 3
12	1, 2	Nama sendi, komponen tulang yang bersendi serta klasifikasi sendi pada batang tubuh (thruncus)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusikan materi, dan mengeksplorasi informasi dari referensi	menjelaskan tentang sendi-sendi pada batang tubuh (thruncus)	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	3 x 50 menit	1, 2, 3
13	1, 2	Nama-nama otot, posisi otot terhadap tulang dan sendi pada batang tubuh (thruncus)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusikan materi, dan mengeksplorasi informasi dari referensi	Mampu menemukan serta menjelaskan otot-otot pada batang badan, dan menentukan fungsinya pada setiap gerakan batang tubuh (thruncus)	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	3 x 50 menit	1, 2, 3
14	2, 3, 4	Fungsi otot terhadap gerakan yang ditimbulkannya pada setiap sendi di batang tubuh (thruncus)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusikan materi, dan mengeksplorasi materi dari refrensi.	Mampu mengidentifikasi setiap gerakan berkaitan dengan sendi dan otot yang berperan pada gerakan tersebut	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2, 3

15	2, 4	1. Pengertian anthropometri 2. Ukuran tinggi badan (height) 3. Ukuran berat badan (weight) 4. Ukuran lingkar (girth) 5. Ukuran lebar atau Panjang (breadth and length) 6. Lipatan kulit (skinfold)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusikan materi, dan mengeksplorasi materi dari refrensi.	Mampu mendeskripsikan pengertian dasar anthropometri serta mampu mengetahui teknik-teknik pengambilan ukuran tubuh manusia secara antropometrik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	3 x 50 menit	1, 2, 3
16	3, 4, 5	Teknik penentuan somatotipe	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusikan materi, dan mengeksplorasi materi dari refrensi.	Mengerti, memahami, serta mampu menentukan somatotype	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2, 3

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	10	
	e. UAS	25	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Putz R & Pabst R., 2000. Atlas Anatomi Manusia Sobotta, Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta.
2. Sunardi, J., Sudibjo, P., Sukamti, ER., 2020. Diktat AnatomiManusia, Edisi Pertama, UNY Press ISBN. 978-602-498-126-6, Yogyakarta.
3. Schunke, M., Schulte, E., Schumacher, U., 2013. Atlat Anatomi Manusia Prometheus: Anatomi Umum dan Sistem Gerak, Ed. 3, Penerbit Buku Kedokteran

EGC, Jakarta.
4. Drake RL, Vogl, AW., Mitchel, AWM., 2012. Gray’s Basic Anatomy, International Edition, Churchill Livingstone, an imprint of Elsevier Inc. Elsevier Churchill Livingstone, Phyladelphia.

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Keterampilan Dasar Renang/IKK60202
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	3
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Melakukan praktek dan diharuskan melakukan latihan sendiri di luar perkuliahan. Materi perkuliahan ini meliputi: sejarah renang nasional dan internasional, tata krama (code of conduct), teknik dasar renang gaya bebas dan gaya punggung

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Memiliki pengetahuan keterampilan dasar renang yang meliputi pengertian, sejarah nasional dan internasional, tata krama (code of conduct)	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
2	Mampu menguasai gaya crawl dan gaya punggung dengan baik	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1		Pengantar Keterampilan dasar renang	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mengetahui isi dari RPS terkait sejarah, pengertian, etika, teknik dasar cabang olahraga renang	Mengetahui apa itu matakuliah keterampilan dasar renang	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	
2		Sejarah renang nasional 1. Masa sebelum kemerdekaan 2. Masa setelah kemerdekaan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mengetahui sejarah renang yang ada di Indonesia	Mahasiswa berdiskusi secara individu maupun kelompok	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
3		Sejarah renang Internasional, 1. Sejarah renang dunia Sejarah renang gaya crawl, gaya punggung,	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mengetahui sejarah renang yang ada di International	Mahasiswa berdiskusi secara individu maupun kelompok	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5

4		Tata krama (code of conduct)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mengetahui mengenai tata krama pada saat dilapangan	Mahasiswa berdiskusi secara individu maupun kelompok	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
5		Pengenalan air dan Pembelajaran mengapung, meluncur serta menyelam	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mendiskripsikan, melakukan atau memraktekan, menganalisis gerakan mengapung, mmeluncur dan menyelam	mahasiswa mampu mempraktekan mengapung, meluncur dan menyelam	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 4, 6
6		Pembelajaran dasar gaya crawl	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mendiskripsikan, melakukan atau memraktekan, menganalisis dan melatihkan gerakan Pukulan Lengan, Pukulan Tungkai, Posisi Badan, Bernafas renang gaya crawl	Mampu mendiskripsikan, memraktekan, menganalisis dan melatihkan teknik dan tektik renang gaya crawl	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8
7		1.Pembelajaran dasar kaki gaya crawl 2.Pembelajaran dasar tarikan lengan gaya crawl 3.Pembelajaran dasar pernafasan gaya crawl 4.keterampilan dasar renang gaya crawl	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mendiskripsikan, melakukan atau memraktekan, menganalisis dan melatihkan gerakan Pukulan Lengan, Pukulan Tungkai, Posisi Badan, Bernafas renang gaya crawl	Mampu mendiskripsikan, memraktekan, menganalisis dan melatihkan teknik dan tektik renang gaya crawl	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8
8		1.Pembelajaran dasar kaki gaya crawl 2.Pembelajaran dasar tarikan lengan gaya crawl 3.Pembelajaran dasar pernafasan gaya crawl 4.keterampilan dasar renang gaya crawl	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mendiskripsikan, melakukan atau memraktekan, menganalisis dan melatihkan gerakan Pukulan Lengan, Pukulan Tungkai, Posisi Badan, Bernafas renang gaya crawl	Mampu mendiskripsikan, memraktekan, menganalisis dan melatihkan teknik dan tektik renang gaya crawl	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8

9		1.Pembelajaran dasar kaki gaya crawl 2.Pembelajaran dasar tarikan lengan gaya crawl 3.Pembelajaran dasar pernafasan gaya crawl 4.keterampilan dasar renang gaya crawl	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mendiskripsikan, melakukan atau memraktekan, menganalisis dan melatihkan gerakan Pukulan Lengan, Pukulan Tungkai, Posisi Badan, Bernafas renang gaya crawl	Mampu mendiskripsikan, memraktekan, menganalisis dan melatihkan teknik dan tektik renang gaya crawl	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8
10		Pembelajaran dasar gaya punggung	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mendiskripsikan, melakukan atau memraktekan, menganalisis dan melatihkan gerakan Pukulan Lengan, Pukulan Tungkai, Posisi Badan, Bernafas renang gaya punggung	Mampu mendiskripsikan, memraktekan, menganalisis dan melatihkan teknik dan tektik renang gaya punggung	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8
11		1.Pembelajaran dasar kaki gaya Punggung 2.Pembelajaran dasar tarikan lengan gaya Punggung 3.Pembelajaran dasar pernafasan gaya punggung 4.Keterampilan dasar renang gaya punggung	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mendiskripsikan, melakukan atau memraktekan, menganalisis dan melatihkan gerakan Pukulan Lengan, Pukulan Tungkai, Posisi Badan, Bernafas renang gaya punggung	Mampu mendiskripsikan, memraktekan, menganalisis dan melatihkan teknik dan tektik renang gaya punggung	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8
12		1.Pembelajaran dasar kaki gaya Punggung 2.Pembelajaran dasar tarikan lengan gaya Punggung 3.Pembelajaran dasar pernafasan gaya punggung 4.Keterampilan dasar renang gaya punggung	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mendiskripsikan, melakukan atau memraktekan, menganalisis dan melatihkan gerakan Pukulan Lengan, Pukulan Tungkai, Posisi Badan, Bernafas renang gaya punggung	Mampu mendiskripsikan, memraktekan, menganalisis dan melatihkan teknik dan tektik renang gaya punggung	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8

13		Pembelajaran dasar kaki gaya Punggung 2.Pembelajaran dasar tarikan lengan gaya Punggung 3.Pembelajaran dasar pernafasan gaya punggung 4.Keterampilan dasar renang gaya punggung	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mendiskripsikan, melakukan atau memraktekan, menganalisis dan melatihkan gerakan Pukulan Lengan, Pukulan Tungkai, Posisi Badan, Bernafas renang gaya punggung	Mampu mendiskripsikan, memraktekan, menganalisis dan melatihkan teknik dan tektik renang gaya punggung	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8
14		1. Bahaya di Air 2.Keterampilan dasar renang menolong 3.Keselamatan dan Peralatan menolong 4. Cara-cara memberikan pertolongan	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mendiskripsikan, melakukan atau mempraktekan, menganalisis dan melatihkan menolong	mempraktekan, menganalisis dan melatihkan menolong	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8
15		Aplikasi keterampilan dasar gaya crawl dan gaya punggung	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mendiskripsikan, melakukan atau memraktekan, menganalisis gaya crawl dan gaya punggung	memraktekan, menganalisis gaya crawl dan gaya punggung	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8
16		UAS	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek 3. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%

	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	10	
	e. UAS	25	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	30	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Agus Supriyanto(2020) Keterampilan dasar renang dan menolong. Yogyakarta: UNYPress.
2. Ong Sioe Tjiang. (1962). Renang. Jakarta: Keng Po
3. Muhamad Murni. (2000). Renang. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
4. FX. Sugiyanto dan Agus Supriyanto. (2005). Dasar Gerak Renang. Yogyakarta: FIK UNY.
5. FX. Sugiyanto dan Agus Supriyanto. (2007). Mekanika Renang, Start dan Pembalikan. Yogyakarta: FIK UNY.
6. David G Thomas. 2002. Renang Tingkat Pemula. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
7. Counsilman, James E. 1977. Competitive Swimming Manual For Coaches and Swimmer. Bloomington, Indiana
8. Strza?a, Marek. Stanula, Arkadiusz. Kr??a?ek, Piotr. Ostrowski, Andrzej. Kaca, Marci. G??b, Grzegorz. 2017. Butterfly Sprint Swimming Technique, Analysis of Somatic and Spatial-Temporal Coordination Variables. Journal of Human Kinetics volume 60/2017, 51-62 DOI: 10.1515/hukin-2017-0089 5. Section I – Kinesiology

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Kesehatan Olahraga/IKK60205
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	3
Mata Kuliah Prasyarat	:	-

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Kesehatan Olahraga berbobot 2 SKS. Materi perkuliahan ini meliputi: konsep kesehatan olahraga, respon dan adaptasi tubuh terhadap olahraga, rancangan dan evaluasi program olahraga untuk berbagai tujuan kesehatan, doping dan penyalahgunaan obat, olahraga dan lingkungan, seks dan olahraga, serta wanita dan olahraga

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mampu memberikan pelayanan jasa konsultasi sesuai dengan kosentrasi bidang keahlian	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
2	Mampu meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui Olahraga	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

3	Mampu mengaplikasikan pengetahuan Ilmu Keolahragaan	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
4	Mampu melakukan kajian-kajian ilmiah terhadap permasalahan keolahragaan secara mendalam	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1		Memahami kontrak kuliah Kesehatan Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami Kesehatan olahraga	Memahami tujuan matakuliah Kesehatan olahraga	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3
2		Pengertian sehat, Pengertian sehat statis dan dinamis, Pengertian kebugaran, Pengertian olahraga dan aktivitas jasmani - Hubungan antara sehat, bugar, dan olahraga atau aktivitas jasmani.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mampu mendiskripsikan mengenai hakikat Kesehatan olahraga	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3
3		Dampak Olahraga terhadap berbagai organ	1. Ceramah 2. Diskusi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami Dampak olahraga terhadap berbagai organ	Memahami tujuan materi Dampak olahraga terhadap berbagai organ	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3
4		Dampak Olahraga terhadap prestasi olahraga	Ceramah	Mampu menjelaskan Dampak Olahraga terhadap berbagai organ	Mampu menjelaskan Dampak Olahraga terhadap berbagai organ	1. Kuis 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
5		Prinsip-prinsip olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mencari referensi dampak kesehatan terhadap prestasi olahraga	mampu menjelaskan dampak kesehatan terhadap prestasi olahraga	Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
6		olahraga terhadap anak-anak	1. Ceramah 2. Diskusi	Mampu menjelaskan dampak kesehatan terhadap prestasi olahraga	Mampu menjelaskan dampak kesehatan terhadap prestasi olahraga	Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3

7		olahraga wanita	Ceramah	Berinteraksi dengan dosen, teman,dan sumber belajar untuk memahami prinsip-prinsip olahraga, menentukan beban latihan	Memahami tujuan materi prinsip-prinsip olahraga, menentukan beban latihan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
8		UTS	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami prinsip-prinsip olahraga, menentukan beban latihan	Memahami tujuan materi prinsip-prinsip olahraga, menentukan beban latihan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3
9		Olahraga bagi lansia	Ceramah	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mampu mendiskripsikan mengenai hakikat manfaat olahraga terhadap anak-anak dan remaja	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3
10		olahraga bagi penderita autis	Diskusi	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mampu mendiskripsikanmengenai hakikat manfaat olahraga terhadap anak-anak dan remaja	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3
11		Respon dan adaptasi tubuh terhadap olahraga Doping dan penyalahgunaan obat	1. Ceramah 2. Diskusi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar Olahraga bagi lansia	Memahami tujuan materi Olahraga bagi lansia	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3
12		Olahraga dan kecerdasan	1. Ceramah 2. Diskusi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajaruntuk memahami Olahraga bagi penderita autis	Memahami tujuan materi Olahraga bagi penderita autis	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
13		olahraga ditempat tinggi	Diskusi	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mampu mendiskripsikan mengenai hakikat, respon dan adaptasi tubuh terhadap olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
14		olahraga dibawah air	1. Ceramah 2. Diskusi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami Olahraga dan kecerdasan	Memahami tujuan materi Olahraga dan kecerdasan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3

15		overtraining	1. Ceramah 2. Diskusi	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mampu mendiskripsikan mengenai hakikat, Olahraga ditempat tinggi dan di bawah air	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3
16		UAS	1. Ceramah 2. Diskusi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami overtraining serta pengaruh lingkungan terhadap olahraga	Memahami tujuan materi overtraining serta pengaruh lingkungan terhadap olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	30	
	b. Team Based Project	20	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. WHO, 2018. More Active People For A Healthier World.
2. Marie A. Sapno, 2018. Nutrition for Sport, Exercise, and Health. Human Kinetic
3. David G Behm, 2018. The Science and Physiology of Flexibility and Stretching: Implications and Applications in Sport Performance and Health; Routledge

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Olahraga dan Kebugaran Jasmani/MKU6215
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	3
Mata Kuliah Prasyarat	:-	

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah kebugaran jasmani merupakan mata kuliah wajib tempuh dengan bobot 2 SKS teori. Mata kuliah ini mengkaji konsep kebugaran jasmani, dasar-dasar latihan kebugaran jasmani, metode latihan kebugaran jasmani, pengembangan program latihan kebugaran jasmani, praktek program olahraga untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan program kebugaran jasmani berbasis rekreasi.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Mahasiswa dapat memahami hakekat kebugaran jasmani	Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan

3	Mahasiswa dapat menjelaskan pengertian dan konsep kebugaran jasmani dan memahami tes kebugaran jasmani (VO2 Max) tes Cooper 12 menit	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

4	Mahasiswa dapat melakukan tes kebugaran jasmani (VO2 Max) tes Cooper 12 menit	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

5	Mahasiswa memahami dan menjelaskan komponen kebugaran jasmani yang berhubungan dengan kesehatan dan Mampu mengukur denyut nadi dan menentukan takaran latihan kebugaran jasmani, serta menyusun dan melakukan latihan fleksibilitas	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan
6	Mahasiswa dapat memahami, menyusun dan mempraktikkan latihan berbagai komponen kebugaran jasmani yang berhubungan dengan keterampilan	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)

1		Pengantar kebugaran jasmani	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	ahasiswa mengamati dan mencermti slide materi dari dosen	.Mahasiswa memahami capaian pembelajaran mata kuliah kebugaran jasmani.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	7
2		konsep kebugaran jasmani	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Melalui ceramah, diskusi presentasi dan kegiatan mandiri, mahasiswa memilki pandangan lebih luas tentang pengertian kebugaran jasman	1. Mahasiswa mampu mendiskripsikan kebugaran jasman	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 6, 7
3		komponen kebugaran jasmani yang berhubungan dengan kesehatan: daya tahan kardiorespirasi dan daya tahan otot.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Melalui ceramah, diskusi presentasi dan egiatan mandiri, mahasiswa memilki pandangan lebih luas dalam daya tahan kardiorespirasi dan daya tahan otot	mahasiswa mampu memahami tentang daya tahan kardiorespirasi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2
4		komponen kebugaran jasmani yang berhubungan dengan kesehatan: fleksibilitas, kekuatan otot dan komposisi tubuh.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Melalui ceramah, diskusi presentasi dan egiatan mandiri, mahasiswa memilki pandangan lebih lusa komponen kebugaran jasmani yang berhubungan dengan kesehatan: fleksibilitas, kekuatan otot dan komposisi tubuh.	Mahasiswa dapat: komponen kebugaran jasmani yang berhubungan dengan kesehatan: fleksibilitas, kekuatan otot dan komposisi tubuh.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Studi Kasus	2 x 50 menit	3, 4
5		tes kebugaran jasmani	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Melalui ceramah, diskusi presentasi dan kegiatan mandiri, mahasiswa memiliki pemamhaman tentang langkah-langkah tes kebugaran jasmani	1. Mahasiswa dapat mengidentifikasi langkah-langkah tes kebugaran jasmani	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 5
6		Takaran latihan kebugaran jasmani	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Melalui ceramah, diskusi presentasi dan kegiatan mandiri, mahasiswa memiliki pemamhaman tentang menyusun takaran latihan kebugaran jasamni	1. Mahasiswa dapat menyusun Takaran latihan kebugaran jasmani 3. Menganalisa data untuk menyimpulkan kebenaran suatu fakta	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Studi Kasus	2 x 50 menit	6

7		kebugaran jasmani yang berhubungan dengan keterampilan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Melalui ceramah, diskusi presentasi dan kegiatan mandiri, mahasiswa memiliki pemamhaman tentang kebugaran jasmani yang berhubungan dengan keterampilan	1. Mampu menjelaskan kebugaran jasmani yang berhubungan dengan keterampilan 3. Mampu memberi transformasi energi yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari contoh transformasi energi yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
8		UTS	Kuis/Evaluasi			UTS	2 x 50 menit	
9		Pengaturan berat badan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Melalui ceramah, diskusi presentasi dan kegiatan mandiri, mahasiswa memiliki pemahaman luas mengenai Pengaturan berat badan	1. Memahami alam Pengaturan berat badan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 5
10		Pengembangan metode latihan kebugaran jasmani	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Melalui ceramah, diskusi presentasi dan kegiatan mandiri, mahasiswa memiliki pemamhaman luas mengenai vPengembangan metode latihan kebugaran jasmani	memahami Pengembangan metode latihan kebugaran jasmani dengan resistence exercise	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 4
11		Pengembangan metode latihan kebugaran jasmani aquatik	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Melalui ceramah, diskusi presentasi dan kegiatan mandiri, mahasiswa memiliki pemahaman tentang engembangan metode latihan kebugaran jasmani aquatik	memahami tentang engembangan metode latihan kebugaran jasman aquatik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 5
12		pengembangan metode latihan kebugaran jasmani field exercise	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Melalui ceramah, diskusi presentasi dan kegiatan mandiri, mahasiswa memiliki pemamhaman luas tentang pengembangan metode latihan kebugaran jasmani field exercise	memahami dan praktik pengembangan metode latihan kebugaran jasmani field exercise	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 5

13		Pengembangan metode latihan kebugaran jasmani dengan aktivitas ritmik	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Melalui ceramah, diskusi presentasi dan kegiatan mandiri, mahasiswa memiliki pemahaman mengenai Pengembangan metode latihan kebugaran jasmani dengan aktivitas ritmik	memahami Pengembangan metode latihan kebugaran jasmani dengan aktivitas ritmik dan praktik membuat latihan aktivitas rimtik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	6, 7
14		Penyusunan dan mempraktikkan tes TKJI	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Melalui ceramah, diskusi presentasi dan kegiatan mandiri, mahasiswa memiliki pemamhaman luas Penyusunan dan mempraktikkan tes TKJI	Penyusunan dan mempraktikkan tes TKJI	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	4
15		Refleksi materi kebugaran jasmani	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Refleksi materi kebugaran jasmani	Refleksi materi kebugaran jasmani	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 5
16		UAS	Tugas/Kerja Mandiri			Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 5

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	10	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Werner W. K. H. and Sharon A. H. (2010). Principles and Labs for Physical Fitness. Wadsworth: United State of America.
2. Dwyer, G.B. and Davis, S.E. (2008). ACSM’s Health Related Physical Fitness Assessment Manual. American College of Sport Medicine: USA
3. P. Roldao da Silva et al. (2020). Health-related physical fitness indicators and clustered cardiometabolic risk factors in adolescents: A longitudinal study. Journal of Exercise Science & Fitness. 18 (2020) 162 -167
4. Fiori F, Bravo G, Parpinel M, Messina G, Malavolta R, Lazzer S. (2020). Relationship between body mass index and physical fitness in Italian pre pubertal school children. PLoS ONE. 15(5):e0233362
5. . Jonathan Myers, Peter Kokkinos dan Eric Nyelin. (2019). Physical Activity, Cardiorespiratory Fitness, and the Metabolic Syndrome. Nutrients. 11, 1652
6. Fitness Center FIK UNY (2006) Materi Pelatihan Instruktur Fitness Tingkat Dasar Angkatan VII. Yogyakarta: FIK UNY.
7. djoko Pekik Irianto. (2000). Panduan Latihan Kebugaran. Yogyakarta: Lukman Offset

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Biomekanika Olahraga/SSE60211
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	3
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Bahasa Pengantar : Bahasa Indonesia		

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Biomekanika Olahraga berbobot 2 SKS teori, mata kuliah ini membahas tentang arti, tujuan dan fungsi biomekanika olahraga, sikap tubuh, titik berat badan, prinsip-prinsip seluk beluk mekanis, sistem pengungkit/lever system, ukuran bentuk badan/anthropometry, analisa gerak pada teknik bermacam-macam aktivitas olahraga.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	mampu mempromosikan dan memandu gaya hidup sehat yang mencakup aktivitas fisik, olahraga, dan program kesehatan dan kebugaran pada berbagai komunitas dengan memanfaatkan teori dan literatur penelitian terkini	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
2	memiliki keterampilan praktikum tentang gerak lari sprint dengan software dartfish, menganalisis gerak servis dalam tenis lapangan menggunakan software dartfish	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1		Mengenal dosen pengampu dan mata kuliah Biomekanika Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami Biomekanika Olahraga	Memahami tujuan mata kuliah Biomekanika Olahraga	Kuis	2 x 50 menit	
2		Hakikat atau definisi Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mampu mendeskripsikan hakikat atau definisi Olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4

3		Hakikat atau definisi Biomekanika Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mampu mendeskrip-sikan hakikat atau definisi Biomekanika Olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
4		Bagian yang menunjukkan Sikap Tubuh	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mampu mendeskrip-sikan bagian-bagian tubuh yang dapat menunjukkan Sikap Tubuh	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
5		Bagian yang menunjukkan Sikap Tubuh	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri		Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
6		Letak dan pergeseran Titik Berat Tubuh	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mampu mendeskripsikan letak Titik Berat tubuh dan Pergeserannya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
7		Prinsip bergerak yang efektif, efisien, bebas cidera	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mampu mendeskripsikan prinsip-prinsip bergerak yang efektif, efisien, dan bebas cidera	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
8		Prinsip bergerak yang efektif, efisien, bebas cidera	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mampu mendeskripsikan prinsip-prinsip bergerak yang efektif, efisien, dan bebas cidera	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
9		Pengungkit dan kelas Pengungkit	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mampu mendeskripsikan definisi pengungkit dan kelas pengungkit	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
10		Pengungkit dan kelas Pengungkit	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mampu mendeskripsikan definisi pengungkit dan kelas pengungkit	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
11		Karakteristik Bentuk Tubuh	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mampu mendeskripsikan Karakteristik Bentuk Tubuh	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4

12		Karakteristik Bentuk Tubuh	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mampu mendeskripsikan Karakteristik Bentuk Tubuh	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
13		Analisis Aktivitas Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Presentasi kelompok, diskusi	Mampu mempresentasikan kerja kelompok dan berdiskusi.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
14		Analisis Aktivitas Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Presentasi kelompok, diskusi	Mampu mempresentasikan kerja kelompok dan berdiskusi.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
15		Analisis Aktivitas Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Presentasi kelompok, diskusi	Mampu mempresentasikan kerja kelompok dan berdiskusi.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
16		Analisis Aktivitas Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Presentasi kelompok, diskusi	Mampu mempresentasikan kerja kelompok dan berdiskusi.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. 1. Hadamus, Anna., et al. 2022. Biomechanics in Medicine, Sport and Exercise. Switzerland: Springer.
2. 2. McGinnis, P., M. 2013. Biomechanics of Sport and exercise. United States: Human Kinetics.

3. 3. Zatsiorsky, V., M. 2000. Biomechanics in Sport. Paris: Blackwell Science.
4. 1. Komari, A. 2010. Biomekanika Olahraga. Yogyakarta: FIK UNY.

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Biokimia Olahraga/SSE60212
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	3
Mata Kuliah Prasyarat	:	-

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Pemahaman serta kemampuan menggunakan pemahamannya tentang substansi dan proses biokimia para mahasiswa dikembangkan melalui penjelasan, diskusi, presentasi, untuk memperoleh generalisasi tentang substansi serta biokimia yang ada pada organisme khususnya pada manusia serta menghubungkannya dengan fakta yang ditemukan sehari-hari

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang prinsip-prinsip serta proses-proses biokimia yang berhubungan dengan struktur dan fungsi pada manusia	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
2	Mahasiswa mampu memahami substansi dan proses biokimia yang terdapat pada manusia kaitannya dengan aktivitas olahraga	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1		Pengenalan Biokimia Olahraga Hubungan antara biokimia dengan kehidupan sehari- hari	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	1. Menyampaikandeskripsi singkattentang desainpembelajaran 2. Menunjukkan relevansi kompetensi terhadap perkuliahan 3. Menunjukkan kompetensi dasar yang harus dicapai	1. Mahasiswa mampu mengetahui pengertian dan ruang lingkup biokimia olahraga 2. Mahasiswa mampu memahami proses hubungan antara proses metabolisme secara biokimia dengan kehidupan sehari-hari	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1

2		Mendeskripsikan tentang Sel, Morfologi sel, transport membran, dan jaringan tubuh	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Menjelaskan tentang Sel, Morfologi sel, transport membran, dan jaringan tubuh	1. Mahasiswa mampu memahami tentang Sel, Morfologi sel, dan transport menbran 2. Mahasiswa mampu mengetahui tentang jaringan tubuh	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1
3		Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang Enzim	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mendeskripsikan tentang Karakteristik, sifat, fungsi, nomenklatur, kelas dan pengelompokkan Enzim	Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang karakteristik, sifat, fungsi, nomenklatur serta kelas enzim	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1
4		Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang karbohidrat (glukosa) dan kaitannya dengan kehidupan manusia	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	1. Mendeskripsikan tentang karbohidrat (glukosa) 2. Mendeskripsikan susunan kimia, struktur, pengelompokan glukosa, dan sifat glukosa. 3. Mendeskripsikan tentang Siklus Asam Sitrat	Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang glukosa secara susunan kimia, struktur, pengelompokan glukosa, sifat glukosa, serta reaksi asam sitrat	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1
5		Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang Lipid	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mendeskripsikan tentang Lipid: karakter, pengempokkan berdasarkan polaritas, reaksi saponifikasi, pencernaan dan penyerapan serta oksidasi.	Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang karakteristik, pencernaan dan penyerapan, reaksi saponifikasi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1
6		Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang protein (Asam Amino)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mendeskripsikan tentang protein : fungsi, sumber, Pengempokkan asam amino, berdasarkan polaritas, reaksi deaminasi asam amino, pencernaan dan penyerapan serta oksidasi.	Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang protein: karakteristik, pencernaan dan penyerapan, reaksi deaminasi asam amino	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1
7		Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang vitamin dan mineral	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	1. Mendeskripsikan tentang definisi, fungsi, klasifikasi, Vitamin, Mineral proses pencernaan vitamin dan mineral. 2. Mendeskripsikan strategi diet (pengaturan gizi) pada vitamin. 3. Mendeskripsikan peran vitamin, mineral dan air	Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang klasifikasi, Vitamin, Mineral proses pencernaan, strategi diet (pengaturan gizi), serta peran vitamin dan mineral	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1

8		UTS	Kuis/Evaluasi			UTS	2 x 50 menit	1
9		Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang air dan sistem hidrasi tubuh	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	1. Mendeskripsikan peran , fungsi, kebutuhan, komposisi air terhadap tubuh khususnya pada saat berolahraga 2. Mendeskripsikan peran hidrasi dalam mendukung prestasi atlet serta menjaga kesehatan atlet.	Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang peran , fungsi, kebutuhan, komposisi air, serta peran hidrasi saat berolahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1
10		Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang interaksi metabolisme karbohidrat	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	1. Mendeskripsikan tentang metabolisme karbohidrat yang terjadi pada saat tubuh kekurangan dan kelebihan supply bahan gizi karbohidrat 2. Mendeskripsikan tentang kerangka interaksi biokimia metabolisme karbohidrat	1. Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang metabolisme karbohidrat yang terjadi pada saat tubuh kekurangan dan kelebihan supply bahan gizi. 2. Mendeskripsikan tentang kerangka	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1
11		Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang Interaksi Sistem Metabolisme Lemak dan Protein	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	1. Mendeskripsikan tentang metabolisme lemak dan protein yang terjadi pada saat tubuh kekurangan dan kelebihan supply bahan gizi lemak dan protein 2. Mendeskripsikan tentang kerangka interaksi biokimia metabolisme lemak dan protein	1. Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang metabolisme lemak dan protein yang terjadi pada saat tubuh kekurangan dan kelebihan supply bahan gizi 2. Mendeskripsikan tentang kerangka interaksi biokimia metabolisme lemak dan protein	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1
12		Bioenergetika Latihan I	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mendeskripsikan tentang proses metabolisme pada olahraga atletik khususnya sprint dan maraton		1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1
13		Bioenergetika Latihan I	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mendeskripsikan tentang proses metabolisme pada olahraga atletik khususnya sprint dan maraton		1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1

14		Bioenergetika Latihan II	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mendeskripsikan tentang proses metabolisme energi predominan pada aktivitas angkat berat, futsal, basket, dan tenis		1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1
15		Bioenergetika Latihan II	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mendeskripsikan tentang proses metabolisme energi predominan pada aktivitas angkat berat, futsal, basket, dan tenis		1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1
16		UAS	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi			UAS	2 x 50 menit	1

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	15	
	e. UAS	20	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	50	
	b. Team Based Project	0	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Don MacLaren and James Morton. (2012). Biochemistry for sport and exercise metabolism. John Wiley & Sons, Ltd.

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Dasar-dasar Latihan Beban/SSE60213
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	3
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Dasar-Dasar Latihan Beban merupakan mata kuliah wajib tempuh jurusan dengan bobot 2 SKS, terdiri atas 1 Teori dan 1 Praktek. Mata kuliah ini berisi tentang pengertian latihan beban, konsep dasar latihan beban, metode latihan beban, pengenalan cara penggunaan alat untuk latihan. Pada sesi praktik dikenalkan cara penggunaan alat, cara mencari beban latihan, praktik menjalani program latihan dan praktik evaluasi kebugaran

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu memahamai dan menganalisis dasar latihan beban	Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
2	Mahasiswa mampu mempraktekkan dasar latihan beban	Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
3	Mahasiswa mampu mengevaluasi kebugaran	Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Konsep dasar latihan beban dan metode latihan beban	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa berdiskusi tentang konsep dasar latihan beban dan metode latihan beban	Mahasiswa mampu menjelaskan: 1. Pengertian latihan beban dan konsep dasar latihan beban 2. Metode latihan beban dan mampu menerapkan metode tersebut dalam program latihan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	3, 5

2	2	Praktik konsep dasar latihan beban dan metode latihan beban	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mempraktikkan: 1. Repetisi, set, recovery 2. Pengaturan nafas saat mengangkat beban 2. Metode latihan beban sirkuit, set blok, compund set, superset, dan piramid	Mahasiswa terampil dalam mempraktikkan: Mahasiswa mempraktikkan: 1. Repetisi, set, recovery 2. Pengaturan nafas saat mengangkat beban 2. Metode latihan beban sirkuit, set blok, compund set, superset, dan piramid	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 5
3	1	Pengenalan cara penggunaan alat gym machine	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mampu memahami pengenalan cara penggunaan alat gym machine pada Ekstremitas superior	Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan pengenalan cara penggunaan alat gym machine pada ekstremitas superior dengan baik dan benar pada: 1. Ekstremitas superior 2. Ekstremitas inferior	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3
4	2	Praktik penggunaan alat gym machine untuk latihan pada extremitas superior dengan baik dan benar	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Mhasiswa mempraktikkan penggunaan alat gym machine untuk latihan pada extremitas superior dengan baik dan benar	Mahasiswa menguasai dan terampil mempraktikkan penggunaan alat gym machine untuk latihan pada extremitas superior	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 3
5	1	Pengenalan cara penggunaan alat gym machine	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa berdiskusi tentang cara penggunaan alat gym machine untuk latihan pada extremitas inferior dengan baik dan benar	Mahasiswa memahami cara penggunaan alat gym machine untuk latihan pada extremitas inferior dengan baik dan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 5
6	2	Praktik penggunaan alat gym machine	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa praktik penggunaan alat gym machine pada extremitas inferior dengan baik dan benar	Mahasiswa terampil dan menguasai Praktik penggunaan gym machine untuk latihan pada extremitas inferior dengan baik dan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4
7	1	Pengenalan cara penggunaan alat dumbell/ barbell	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa berdiskusi tentang pengenalan cara penggunaan alat dumbell/ barbell pada extremitas superior	Mahasiswa memahamai tentang pengenalan cara penggunaan alat dumbell/ barbell pada extremitas superior	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	3, 5

8	2	Praktik pengenalan cara penggunaan alat dumbell/ barbell	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa praktik pengenalan cara penggunaan alat dumbell/ barbell pada extremitas superior	Mahasiswa terampil dan menguasai pengenalan cara penggunaan alat dumbell/ barbell pada extremitas superior dengan baik dan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3, 5
9	1	Pengenalan cara penggunaan alat dumbell/ barbell	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa berdiskusi tentang pengenalan cara penggunaan alat dumbell/ barbell pada extremitas inferior	Mahasiswa memhami dan mampu menjelaskan tentang pengenalan cara penggunaan alat dumbell/ barbell pada extremitas inferior	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 5
10	2	Praktik pengenalan cara penggunaan alat dumbell/ barbell	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa praktik pengenalan cara penggunaan alat dumbell/ barbell pada extremitas inferior dengan baik dan benar	Mahasiswa menguasa dna terampil dalam pengenalan cara penggunaan alat dumbell/ barbell pada extremitas inferior	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 5
11	1	Menentukan beban latihan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa berdiskusi tentang penentuan beban latihan menggunakan 1 RM dan RM Mahasiswa memahami tentang: 1. Penentuan beban latihan menggunakan 1 RM dan RM 2. Kelebihan dan kekurangan penentuan beban menggunakan 1 RM maupun RM	Mahasiswa mampu menjelaskan penentuan beban latihan menggunakan 1 RM dan RM Mahasiswa memahami tentang: 1. Penentuan beban latihan menggunakan 1 RM dan RM 2. Kelebihan dan kekurangan penentuan beban menggunakan 1 RM maupun RM	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 5
12	2	Praktik penentuan beban latihan	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mempraktikkan penentuan beban latihan menggunakan 1 RM dan RM	Mahasiswa terampil dan menguasai cara/metode penentuan beban latihan menggunakan 1 RM dan RM	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 5
13	1	Program kebugaran jasmani	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa berdiskusi tentang program kebugaran jasmani menggunakan latihan beban	Mahasiswa mampu memahami tentang program kebugaran jasmani menggunakan latihan beban	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 4, 5, 6

14	2	Praktik menyusun pogram kebugaran jasmani	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa praktik menyusun program latihan beban untuk meningkatkan kebugaran jasmani komponen kesehatan	Mahasiswa terampil dan menguasai dalam menyusun program latihan beban untuk meningkatkan kebugaran jasmani komponen kesehatan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 5, 6
15	3	Evaluasi kebugaran jasmani	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa berdiskusi tentang evaluasi kebugaran jasmani komponen kesehatan	Mahasiswa memahami evaluasi kebugaran jasmani komponen kesehatan yang terdiri dari: 1. Daya tahan jantung paru 2. Kekuatan dan daya tahan otot 3. Fleksibilitas 4. Komposisi tubuh	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	4, 6
16	3	Praktik evaluasi kebugaran jasmani	Eksperimen/Praktek	Mahasiswa praktik evaluasi kebugaran jasmani komponen kesehatan	Mahasiswa terampil dan menguasai evaluasi kebugaran jasmani komponen kesehatan yaitu: 1. Daya tahan kardiovaskuler 2. Kekuatan dan daya tahan otot 3. Fleksibilitas 4. Komposisi Tubuh	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	6

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Bompa, Tudor O. (2009). Periodization Theory and Methodology of Training. United States: Human Kinetics.
2. Frederic Delavier. Strength Training Anatomy. Human Kinetics
3. Jim Stoppani. (2006). Enciclopedia of Muscle & Strength. United States: Human Kinetics.
4. Mark A. Powell. (2011). Physical Fitness Training, Effects and Maintaining. New York: Nova Science Publishers, Inc.
5. Panitia PIF. (2004). Materi Pelatihan Instruktur Fitness. Yogyakarta: Klinik Kebugaran FIK UNY.
6. Werner W. K. Hoeger and Sharon A. Hoeger. (2011). Lifetime Physical Fitness and Wellness. Wadsworth: United State of America.

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Tenis Lapangan/SSE60214
Jumlah SKS :		2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	3
Mata Kuliah Prasyarat	:	-

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu menguasai teori tentang sejarah, etika, dan peraturan permainan tenis	Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
2	Mahasiswa mampu menguasai teori tentang konsep dasar teknik dan taktik bermain tenis	Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
3	Mahasiswa mampu mempraktikkan teknik-teknik dasar dalam permainan tenis lapangan	Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
4	Mahasiswa mampu mempraktikkan taktik dalam permainan tenis lapangan	Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Freeman William H., 1989, Peak When It Counts, Tafnews Press, California.	1. Ceramah 2. Diskusi			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	4
2	1	Freeman William H., 1989, Peak When It Counts, Tafnews Press, California.	1. Ceramah 2. Diskusi			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	3, 4
3	2	6. Harre Dietrich, 1982, Prinsples of Sport Training, Sporverlag, berlin. 7. Joan N. Vickers. 1990, InstructionalDesignFor Teaching Physical Activities	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1
4	2	8. Rushel Brent S., Pyke Frank S., 1992, Training for Sport and Fitness, Macmillan Company,Melbourne.	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1

5	2	8. Rushel Brent S., Pyke Frank S., 1992, Training for Sport and Fitness, Macmillan Company,Melbourne.	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3
6	2	Harre Dietrich, 1982, Prinsples of Sport Training, Sporverlag, berlin. 7. Joan N. Vickers. 1990, InstructionalDesignFor Teaching Physical Activities	Ceramah			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	2
7	3	Freeman William H., 1989, Peak When It Counts, Tafnews Press, California.	1. Ceramah 2. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1
8	2, 3	Freeman William H., 1989, Peak When It Counts, Tafnews Press, California.	Tugas/Kerja Mandiri			UTS	2 x 50 menit	3
9	2	Harre Dietrich, 1982, Prinsples of Sport Training, Sporverlag, berlin. 7. Joan N. Vickers. 1990, InstructionalDesignFor Teaching Physical Activities	1. Diskusi 2. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	
10	3	6. Harre Dietrich, 1982, Prinsples of Sport Training, Sporverlag, berlin. 7. Joan N. Vickers. 1990, InstructionalDesignFor Teaching Physical Activities	Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Proyek	2 x 50 menit	4
11	2, 4	6. Harre Dietrich, 1982, Prinsples of Sport Training, Sporverlag, berlin. 7. Joan N. Vickers. 1990, InstructionalDesignFor Teaching Physical Activities	1. Ceramah 2. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Proyek	2 x 50 menit	3
12	2	Freeman William H., 1989, Peak When It Counts, Tafnews Press, California.	1. Ceramah 2. Demonstrasi			Kuis	2 x 50 menit	2
13	4	8. Rushel Brent S., Pyke Frank S., 1992, Training for Sport and Fitness, Macmillan Company,Melbourne.	1. Ceramah 2. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	3
14	4	6. Harre Dietrich, 1982, Prinsples of Sport Training, Sporverlag, berlin. 7. Joan N. Vickers. 1990, InstructionalDesignFor Teaching Physical Activities	Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	4
15	4	Harre Dietrich, 1982, Prinsples of Sport Training, Sporverlag, berlin. 7. Joan N. Vickers. 1990, InstructionalDesignFor Teaching Physical Activities	Ceramah			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Studi Kasus	2 x 50 menit	4
16	4	Harre Dietrich, 1982, Prinsples of Sport Training, Sporverlag, berlin. 7. Joan N. Vickers. 1990, InstructionalDesignFor Teaching Physical Activities	Kuis/Evaluasi			UAS	2 x 50 menit	2

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan

1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	15	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	30	
	b. Team Based Project	20	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Bompa, 1999, Periodization Training for Sport, Human Kinetics, Canada.
2. 8. Rushel Brent S., Pyke Frank S., 1992, Training for Sport and Fitness, Macmillan Company,Melbourne.
3. 3. Bidang Pembinaan Prestasi KONI Pusat, 1997, Sistim Pembinaan Atlit Prestasi, Binpres KONI pusat, Jakarta
4. ,1. Bompa O. Tudor, 1994, Theory and Methodology of Training, Human Kinetics. Canada

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Tenis Meja/SSE60215
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	3
Mata Kuliah Prasyarat	:	-

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah tenis meja merupakan mata kuliah Pilihan Permainan berbobot 2 SKS deklaratif. Mata kuliah ini membahas teori dan praktek peralatan dan fasilitas bermain tenis meja, peraturan bermain tenis meja, jalan dan pantulan bola tenis meja, keterampilan gerak tanpa bola, keterampilan gerak dengan bola, sistim pertandingan. Tujuan mata kuliah ini adalah agar mahasiswa dapat bermain tenis meja tingkst dasar. Kegiatan kuliah meliputi tatap muka, demonstrasi, pemberian tugas dan praktik.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa dapat menguasai pengetahuan dasar permainan tenis meja meliputi: peralatan dan fasilitas bermain tenis meja dan peraturan bermain tenis meja	Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
2	Mahasiswa mampu mempraktikkan teknik-teknik dasar dalam permainan tenis meja	Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
3	Mahasiswa dapat menguasai sistem pertandingan dalam permainan tenis meja	Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Sejarah Permainan TenisMeja, dan Pengenalan Permainan Tenis Meja	1. Ceramah 2. Diskusi	Pengantar Permainan Tenis Meja, Peraturan dan Perwasitan Tenis Meja, Fasilitas, Sarana dan Prasarana Tenis Meja	Mampu mengetahui permainan, peraturan dan fasilitas tenis meja	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 3
2	2	Teknik dasar permainan tenis meja	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Grip/Cara Pegang Bet dan Pukulan Servis	Mahasiswa Mampu memahami Teknik dasar permainan tenis meja	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3
3	2	Teknik dasar permainan tenis meja	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Stance dan gerak kaki	Mahasiswa mampu melakukan teknik darar permainan tenis meja	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 3

4	1, 2	Pukulan dalam permainan Tenis Meja	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Memantulkan Bola dengan bet, lantai dan tembok	Mampu memukul bola dengan memantulkan dengan bet, lantai dan tembok	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 3
5	1, 2	Pukulan dalam permainan Tenis Meja	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Pukulan Backhand dan Pukulan Forehand Stroke Tenis Meja	Mampu menguasai pukulan backhand dan forehand stroke tenis meja	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	2, 3
6	1, 2	Variasi pukulan dalam permainan tenis meja	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Pukulan Variasi Servis	Mampu menguasai berbagai pukulan variasi servis tenis meja	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 3
7	1, 2	Variasi pukulan dalam permainan tenis meja	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Pukulan Variasi Forehand dan Backhand	Mampu menguasai pukulan variasi forehand dan backhand	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 3
8	1, 2	Ujian Tengah Semester	1. Eksperimen/Praktek 2. Tugas/Kerja Mandiri	Mengevaluasi peraturan, fasilitas, teknik dasar dan variasi pukulan tenis meja	Mampu memahami peraturan, fasilitas, teknik dasar dan variasi pukulan tenis meja	1. Kehadiran/Keaktifan 2. UTS	2 x 50 menit	1, 2, 3
9	1, 2	Teknik pukulan lanjutan dalam permainan tenis meja	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Blok dan pushstroke forehand maupun backhand	Mampu menguasai blok dan pushstroke forehand dan backhand	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 3
10	1, 2	Teknik pukulan lanjutan dalam permainan tenis meja	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Pushstroke dan drivestroke forehand dan backhand	Mampu menguasai pukulan pushstroke dan drivestroke forehand dan backhand	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 3
11	1, 2, 3	Bermain Tenis Meja	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek	Bermain Tunggal	Mampu bermain tunggal tenis meja dengan baik dan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
12	1, 2, 3	Bermain Tenis Meja	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek	Permainan ganda	Mampu bermain ganda tenis meja dengan baik dan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
13	1, 2, 3	Peraturan dan perwasitan dalam permainan tenis meja	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Perwasitan	Mampu memimpin pertandingan tenis meja	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3

14	1, 2, 3	Peraturan dan perwasitan dalam permainan tenis meja	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Organsasi Pertandingan	Mampu memahami peraturan dan perwasitan dalam permainan tenis meja	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
15	1, 2, 3	Mengelola pertandingan tenis meja	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Technikal meeting	Mampu memimpin technikal meeting	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
16	1, 2, 3	Mengelola pertandingan tenis meja	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Pertandingan tenis meja	Mampu melaksanakan dan mengorganisasikan Pertandingan Tenis Meja	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	10	
	e. UAS	20	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Peraturan Permainan Tenis Meja terbaru yang dikeluarkan oleh PB PTMSI.
2. Sutarmin (2007). Terampil berolahraga tenis meja. Solo: Era Intermedia. ISBN: 9793316950
3. Dewi Permatasari (2017). Buku pintar tenis meja. Jakarta : Anugrah. ISBN: 978-602-6409-18-8

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Bulutangkis/SSE60216
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	3
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah bulutangkis merupakan mata kuliah Pilihan Permainan berbobot 2 SKS deklaratif. Mata kuliah ini mengenalkan peraturan permainan bulutangkis, teknik pegangan raket, pukulan dasar permainan bulutangkis, taktik dasar bulutangkis, bermain bulutangkis dengan benar.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu menguasai peraturan permainan bulutangkis	Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
2	Mahasiswa mampu menguasai dan mempraktikkan teknik dasar dalam permainan bulutangkis	Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
3	Mahasiswa mampu mengelola kompetisi dalam permainan bulutangkis	Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Sejarah, Peraturan permainan dan pertandingan	1. Ceramah 2. Diskusi	mengulas sejarah dan tokoh bulutangkis di dunia	mampu mengenal tokoh bulutangkis Internasional	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3
2	1	Sejarah, Peraturan permainan dan pertandingan	1. Ceramah 2. Diskusi	mengulas sejarah dan tokoh bulutangkis di indonesia	mampu mengenal tokoh bulutangkis nasional	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3
3	1	Lapangan, jenis shuttle, uji kecepatan shuttle, raket, peralatan, undian, cara penghitungan angka , dan perpindahan tempat	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Menganalisis peralatan dan mempraktekan peraturan pertandingan bulutangkis	Memahami berbagai peralatan bulutangkis dan mampu menguasai peraturan pertandingan bulutangkis	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3

4	1, 2	Jenis Pegangan Raket.	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Menjelaskan jenis-jenis cara memegang raket yang benar.	Mampu menguasai salah satu jenis pegangan raket yang baik.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
5	1, 2	Teknik Pukulan forehand dan backhand	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Menganalisis dan mempraktekkan teknik pukulan forehand dan backhand secara tepat	Mampu menguasai teknik pukulan forehand dan backhand secara tepat	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
6	1, 2	Teknik Dasar Pukulan Bulutangkis Servis Lop dan Dropshot	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Menjelaskan dan mempraktekan berbagai jenis teknik pukulan servis, lop, dan dropshot	Mampu mengidentifikasi beberapa jenis teknik dasar pukulan Bulutangkis	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
7	1, 2	Teknik Dasar Pukulan Bulutangkis Netting Drive dan Smash	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	menjelaskan dan mempraktekan berbagai jenis teknik pukulan netting, drive dan smash	mampu menguasai teknik pukulan dasar netting,drive dan smash	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
8	1, 2	Ujian Tengah Semester	Kuis/Evaluasi	Mengevaluasi pertemuan 1 sampai 7	Mampu menguasai materi dari pertemuan 1 sampai pertemuan ke 7	1. Kehadiran/Keaktifan 2. UTS	2 x 50 menit	1, 2, 3
9	1, 2, 3	Bermain Bulutangkis Tunggal	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek 3. Tugas/Kerja Mandiri	Startegi permainan bulutangkis tunggal	Mampu memahami pertandingan bulutangkis tunggal baik beregu maupun perorangan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
10	1, 2, 3	Permainan Tunggal Perorangan	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Taktik dalam permainan bulutangkis tunggal Perorangan	Mampu membuat dan menyusun pertandingan bulutangkis tunggal baik beregu maupun perorangan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
11	1, 2, 3	Permainan Tunggal beregu	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Teknik, taktik dan strategi bermain bulutangkis tunggal beregu	Mampu menguasai teknik, taktik dan strategi bermain bulutangkis tunggal beregu	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
12	1, 2, 3	Bermain Bulutangkis ganda putra	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Strategi permainan bulutangkis ganda putra	Mampu menguasai pertandingan bulutangkis ganda putra	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
13	1, 2, 3	Bermain Bulutangkis ganda putri	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Taktik dan Strategi bermain bulutangkis ganda putri	Mampu menguasai taktik dan strategi permainan bulutangkis ganda putri	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3

14	1, 2, 3	Bermain Bulutangkis ganda campuran	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Taktik dan Strategi permainan bulutangkis ganda campuran	Mampu menguasai taktik dan strategi permainan buliutangkis ganda campuran	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
15	1, 2, 3	Permainan Ganda beregu dan perorangan	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek	Taktik dan strategi permainan ganda bulutangkis beregu dan perorangan	Menguasai aktik dan strategi permainan ganda bulutangkis beregu dan perorangan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
16	1, 2, 3	Kompetisi pertandingan bulutangkis	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek	Pengelolaan kompetisi bulutangkis	Mampu mengelola kompetisi bulutangkis	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Sigit Nugroho (2020) Perkembangan Olahraga Permainan Bulutangkis. Yogyakarta: FIK UNY. ISBN: 9786028429764
2. Bernd-Volker Brahms (2010). Badminton Handbook. Training, Tactics, Competition. Meyer & Meyer Sport (UK)
3. Aksan. H. (2013). Mahir Bulu Tangkis. Bnadung: Nuansa Cendekia

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Panahan/SSE60217
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	3
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	.

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Panahan yaitu mata kuliah Pilihan, berbobot 2 SKS, terdiri atas 1 Teori dan 1 Praktek. Mata kuliah ini mengenalkan sejarah panahan, peraturan panahan, peralatan panahan, teknik dasar memanah, dan skoring dalam panahan.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Mahasiswa mampu menguasai teori tentang sejarah, peraturan, dan peralatan olahraga panahan	Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan

2	Mahasiswa mampu memahami dan mempraktikkan teknik dasar memanah	Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
3	Mahasiswa mampu memahami dan mempraktikkan sistem skoring dalam olahraga panahan	Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1, 2, 3	Sejarah dan Perkembangan Olahraga Panahan Indonesia	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa memahami dan mengetahui Sejarah perkembangan Panahan di Indonesia	Mahasiswa mampu memahami dan mengetahui Sejarah perkembangan Panahan di Indonesia	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
2	1, 2, 3	Pengetahuan Peraturan Olahraga Panahan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mengetahui dan memahami tentang Peraturan Panahan	Mahasiswa Mampu menjelaskan tentang Peraturan Panahan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 8
3	1, 2	Mengenal Peralatan Panahan	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang peralatan panahan Ronde Nasional, Ronde Recurve, bare bow, dan Ronde Compound	Mahasiswa memiliki dan mengobserfasi tentang peralatan panahan Ronde Nasional, Ronde Recurve, bare bow, dan Ronde Compound	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 3, 5, 6, 7
4	1, 2, 3	metode dan cara memasang tali busur	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang metode/ cara memasang tali busur serta Mahasiswa menyimpulkan metode/ cara yang paling mudah dilakukan bagi pemula panahan	Mampu menjelaskan metode/ cara memasang tali busur dengan baik.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 4

5	1, 2, 3	Memasang dan nama-nama bagian-bagian busur panah	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek 3. Tugas/Kerja Mandiri	Memahami dan mengetahu nama bagian-bagian busur	Mampu memasang bagian-bagian busur jadi satu rangkaian	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3, 4, 6
6	1, 2, 3	Pengenalan Tehnik Memanah	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mengetahui dan memahami teknik memanah secara baik	Mampu memparktikan dan menguasai tehnik memanah	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3, 4, 6, 7
7	1, 2, 3	Tehnik Memanah Dengan Media Busur Paralon/Thera Band	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa memahami dan mengetahui tehnik memanah dengan media busur paralon dan thera band	Mahasiswa mampu memahami dan mengetahui tehnik memanah dengan media busur paralon dan thera band	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3, 4
8	1, 2, 3	UTS	Eksperimen/Praktek			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UTS	2 x 50 menit	2, 3
9	1, 2, 3	Pelaksanaan Skoring Panahan	1. Eksperimen/Praktek 2. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa memahami dan mengetahui pelaksanaan scoring	Mahasiswa dapat memahami dan mengetahui pelaksanaan scoring	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3, 4, 6
10	1, 2, 3	Pelaksanaan Scoring Individu	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa memahami dan mengetahui pelaksanaan scoring Individu	Mahasiswa mampu memahami dan mengetahui pelaksanaan scoring Individu	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3, 4, 5, 6
11	1, 2, 3	Pelaksanaan Scoring Beregu	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa memahami dan mengetahui pelaksanaan scoring beregu	Mahasiswa mampu memahami dan mengetahui pelaksanaan scoring beregu	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3, 4, 5, 6
12	1, 2, 3	Pelaksanaan Scoring Mix team	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa memahami dan mengetahui pelaksanaan scoring mix team	Mahasiswa mampu memahami dan mengetahui pelaksanaan scoring mix team	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3, 4, 8
13	1, 2, 3	Skoring Jarak 30 meter Individu	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek	Mampu memahami dan mengetahui skoring individu dengan jarak 30 Meter	Mahasiswa mempraktekan pelaksanaan scoring Individu jarak 30 meter	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3, 4

14	1, 2, 3	Skoring Jarak 30 meter Beregu	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek	Mampu memahami dan mengetahui skoring individu dan beregu dengan jarak 30 Meter	Mampu mempraktekan skoring individu dan beregu dengan jarak 30 Meter	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3, 4, 6
15	1, 2, 3	Mengenal Perwasitan Dalam Panahan	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek	Mampu memahami dan mengetahu perwasitan dalam panahan	Memahami perwasitan dalam panahan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3, 4
16	1, 2, 3	UAS	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3, 4

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Dhawale, T., Yeole, U., & Jedhe, V. (2018). Effect of Upper Extremity Plyometric Training on Strength and Accuracy in Archery Players. Journal of Medical Science and Clinical Research, 6(12), 143–147. https://doi.org/https://dx.doi.org/10.18535/jmscr/v6i12.22
2. Lu, Q., Li, P., Wu, Q., Liu, X., & Wu, Y. (2021). Efficiency and Enhancement in Attention Networks of Elite Shooting and Archery Athletes. Frontiers in Psychology, 12, 527. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.638822
3. Pelana, R., & Oktafiranda, nadya dwi. (2017). Tehnik Dasar Olahraga Panahan. RAJAWALI PERS.
4. Prasetyo, Y. (2018). Tehnik Dasar Panahan. Thema Publishing.
5. Decheline, G., Widowati, A., Maryani, N. T. S., Ali, M., Aqobah, Q. J., Barikah, A., & Zawawi, H. D. (2020). The Effect of Bow Training on the Endurance of the Arm Muscles of the Beginner Archery at Kobar Club, Jambi. EasyChair Preprint, 30(3307), 1–5.

https://doi.org/https://easychair.org/publications/preprint/X869
6. Yachsie, B. T. P. W. B., Graha, A. S., & Hartanto, A. (2023). Circuit Game Development: Effects on Balance, Concentration, Muscle Endurance, and Arrow Accuracy. Physical Education Theory and Methodology, 23(1), 92-97.
7. Yachsie, B. T. P. W. B., Pranata, D., Hita, I. P. A. D., Kozina, Z., & Suhasto, S. (2023). How Does Circuit Plank Exercise Affect Arm Muscle Strength And Archery Accuracy.
8. Yachsie, B. T. P. W. B., Suharjana, A. S. G., Prasetyo, Y., Nasrulloh, A., & Suhasto, S. (2023). Mental Training to Improve the 40-Meter-Distance Archery Accuracy with Imagery and Meditation Methods.

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Teori dan Metodologi Latihan Olahraga dan Kesehatan/SSE60218
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	3
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	.
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Teori dan Metodologi Latihan Orkes merupakan matakuliah jurusan wajib tempuh dengan bobot 3 SKS yang terdiri dari 2 SKS teori dan 1 SKS Praktik.Mata kuliah ini berisi tentang pengertian prinsip-prinsip latihan, komponen-komponen latihan, sistem energipada saat latihan dan penyusunan program latihan kesehatan dan komponen biomotor.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan metodologi latihan olahraga kesehatan	Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
2	Mahasiswa mampu mengkaji implikasi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah	Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut

3	Mahasiswa mampu menerapkan Ilmu Keolahragaan untuk menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga dengan metodologi latihan olahraga kesehatan	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Deskripsi matakuliah teori dan metodologi latihan Orkes	Diskusi	presentasi	lisan	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2
2	1	Dasar-dasar Latihan dan konsep latihan	Demonstrasi	presentasi	lisan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
3	1	Prinsip-prinsip latihan, komponen latihan, rumusan tujuan dan sasaran latihan	Demonstrasi	presentasi	lisan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
4	1	Konsep kebugaran jasmani dan komponen-komponen kebugaran	Demonstrasi	presentasi	lisan	Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
5	1	Konsep erergi, kebutuan energi, konsep sistem energi, sistem energi anerobik dan aerobik	Demonstrasi	presentasi	lisan	Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
6	2	Konsep erergi, kebutuan energi, konsep sistem energi, sistem energi anerobik dan aerobik	Demonstrasi	presentasi	lisan	Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
7	2	Faktor-faktor latihan (meliputi persiapan fisik, persiapan teknik persiapan taktik dan mental)	Demonstrasi	presentasi	lisan	Presentasi	2 x 50 menit	2, 3
8	1, 2	uts	Kuis/Evaluasi	ujian tulis	lisan	UTS	2 x 50 menit	1, 2
9	2	Faktor-faktor latihan (meliputi persiapan fisik, persiapan teknik persiapan taktik dan mental)	Demonstrasi	presentasi	lisan	Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
10	2	Materi tes VO2 Mak kebugaran jasmani	Demonstrasi	presentasi	lisan	Presentasi	2 x 50 menit	3, 4, 5
11	2	Intensitas latihan (penentuan beban latihan)	Demonstrasi	presentasi	lisan	Presentasi	2 x 50 menit	3, 4, 5
12	2	Perencanaan dan tahapan latihan	Demonstrasi	presentasi	lisan	Presentasi	2 x 50 menit	3, 4, 5
13	2, 3	Materi periode sasi latihan	Demonstrasi	presentasi	lisan	Presentasi	2 x 50 menit	3, 4, 5

14	3	Pengertian komponen biomotor dan Latihan untuk Komponen biomotor	Demonstrasi	presentasi	lisan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	3, 4, 5
15	3	Pengertian komponen biomotor dan Latihan untuk Komponen biomotor	Demonstrasi	presentasi	lisan	Presentasi	2 x 50 menit	3, 4, 5
16	1, 2, 3	UAS	Kuis/Evaluasi	Ujian Tulis	ujian tulis	UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Sukadiyanto. (2009). Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik. Yoyakarta: Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK UNY
2. Giam, CK. (1993). Ilmu Kedokteran Olahraga. (alih Bahasa: Hartono Satmoko). Jakarta: Bina Rupa.
3. Djoko Pekik Irianto. (2004). Dasar-Dasar Latihan Kebugaran Jasmani. Pelatihan Instruktur Fitness Tingkat Dasar (Beginner). Yogyakarta: Klinik Kebugaran FIK UNY
4. Djoko Pekik Irianto. (2000). Panduan Latihan Kebugaran. Yogyakarta: Lukman Offset
5. Bompa, T.O. (1999). Theory and Methodology of Training. Dubuque; Kendal Hunt. Ub. Company

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Dasar-dasar Terapi/SSE60219
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	3
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Dasar Dasar Terapi merupakan Matakuliah wajib tempuh jurusan dengan bobot 2 SKS yang terdiri dari 1 SKS teori dan 1 SKS praktik. Mata kuliah ini membahas sistematika terapi meliputi teknik anamnesis, pemeriksaan fisik, pemeriksaan penunjang, diagnosis, perencanaan dan evaluasi terapi.dengan target yang diinginkan.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu menganalisa, berpikir logis dan mampu mengembangkan pengetahuan dasar-dasar terapi	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
2	Mahasiswa menguasai sejarah, teori dasar dan pengembangan dasar-dasar terapi	Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
3	Mahasiswa mampu mempraktekan pengetahuan dasar-dasar terapi	Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
4	Mahasiswa mampu mengembangkan dasar-dasar terapi yang telah dipelajari dan menerapkan di masyarakat	Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)

1	2	Anamnesis-1	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri 4. Kuis/Evaluasi	mahasiswa memahami struktur anatomi, memahami pentingnya mengetahui identitas dalam proses anamnesis, memahami pentingnya mengetahui identitas, riwayat penyakit sekarang & dahulu dalam proses anamnesis	Mahasiswa memiliki pemahaman peran anamnesis pada proses terapi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	2, 3
2	1	Anamnesis-2	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri 4. Kuis/Evaluasi	Memahami pentingnya mengetahui riwayat penyakit sekarang dalam proses anamnesis Memahami pentingnya mengetahui riwayat penyakit dahulu dalam proses anamnesis	Mahasiswa memiliki pemahaman peran anamnesis pada proses terapi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 3
3	1, 3	Praktikum Teknik Anamnesis (kasus nyeri bahu)	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek	Mampu melakukan anamnesis dengan runtut dalam kasus nyeri bahu	Mahasiswa menguasai teknik anamnesis dalam kasus nyeri bahu dengan baik dan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	2, 3
4	1, 3	Praktikum Teknik Anamnesis (kasus nyeri ankle)	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek	Mampu melakukan anamnesis dengan runtut dalam kasus nyeri ankle	Mahasiswa menguasai teknik anamnesis kasus nyeri ankle dengan baik dan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	2, 3
5	1	Pemeriksaan Fisik-1	1. Ceramah 2. Diskusi	Mampu menjelaskan cara inspeksi Mampu menjelaskan cara palpasi	Mahasiswa memahami cara pemeriksaan fisik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	2, 3
6	1	Pemeriksaan Fisik-2	1. Ceramah 2. Diskusi	Mampu menjelaskan pemeriksaan ROM Mampu menjelaskan cara memeriksa kekuatan	Mahasiswa memahami cara pemeriksaan fisik dengan mengukur ROM dan kekuatan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 3

7	3	Praktikum Pemeriksaan Fisik dengan melakukan inspeksi & palpasi	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek	Mampu melakukan inspeksi & palpasi pada kasus cedera muskuloskeletal	Mahasiswa menguasai cara pemeriksaan fisik dengan melakukan inspeksi & palpasi pada kasus cedera muskuloskeletal	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	2, 3
8	1	UTS	1. Kuis/Evaluasi 2. Eksperimen/Praktek	Tes tentang anamnesa, teknik anamnesa dan pemeriksaan fisik	Mahasiswa mampu menjawab pertanyaan-pertanyaan dalam UTS	1. Kehadiran/Keaktifan 2. UTS	2 x 50 menit	2, 3
9	3	Praktikum Pemeriksaan Fisik (pemeriksaan ROM)	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek	Mampu melakukan pemeriksaan ROM normal	Mahasiswa menguasai cara pemeriksaan fisik dengan melakukan pemeriksaan ROM normal	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Studi Kasus	2 x 50 menit	2, 3
10	3	Pemeriksaan Penunjang	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Kuis/Evaluasi	Mampu memahami berbagai pemeriksaan penunjang	Mahasiswa memahami fungsi pemeriksaan penunjang dalam proses terapi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3
11	1, 2	Perencanaan Terapi-1	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mampu menjelaskan Terapi Farmakologi pada kasus cedera muskuloskeletal Mampu menguasai metode RICE pada kasus cedera akut	Mahasiswa memahami jenis-jenis terapi	1. Tugas 2. Kehadiran/Keaktifan 3. Kuis 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 4
12	1	Perencanaan Terapi-2	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mampu mengidentifikasi terapi berbasis energy & biofields terapi Mampu mengidentifikasi terapi berbasis mind-body-spirit terapi Mampu menjelaskan terapi berbasis biologi	Mahasiswa memahami jenis-jenis terapi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3
13	3, 4	Praktek Perencanaan Terapi	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mampu membuat perencanaan terapi kasus cedera olahraga	Mahasiswa mampu membuat perencanaan terapi	Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4

14	3, 4	Terapi Manipulatif	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek	Mampu menjelaskan fisiologi terapi masase Mampu menjelaskan teknik dasar masase Mampu menjelaskan kontraindikasi masase	Mahasiswa memahami peran terapi manipulatif	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1
15	1	Modalitas Terapi	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mampu menjelaskan jenis-jenis modalitas terapi Mampu memahami manfaat masing-masing modalitas terapi	Mahasiswa memahami peran modalitas terapi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	4
16	1, 2, 3, 4	UAS	Kuis/Evaluasi			UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Clay JH & Pounds DM. 2008. Basic Clinical Massage Therapy: Integrating Anatomy & Treatment. Lippincott Williams & Wilkins.
2. Bytomski J & Moorman CT. 2010. Oxford American Handbook of Sports Medicine. Oxford Press.
3. Kisner C & Colby EA. 2002. Therapeutic Exercise: Foundations & Techniques. F.A. Davis Company, Philadelphia.
4. Prentice WE. 2002. Therapeutic Modalities for Physical Therapies.McGraw-Hill companies, USA

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Pencegahan dan Perawatan Cedera/SSE60220
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	3
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah ini disajikan dalam bentuk kuliah secara teori dan praktek. Materi perkuliahan ini memberikan pemahaman ilmu dan keterampilan yang meliputi konsep P3K, hubungan antara gangguan dan ancaman beserta penanganannya, pencegahan cedera (meliputi ketepatan memilih alat dan fasilitas, kelengkapan pelindung, latihan yang terdiri dari pemanasan, penguluran, latihan, dan pendinginan), penanganan dini cedera di lapangan (meliputi Sprain, Strain, patah tulang, aplikasi panas dan dingin), dan perawatan cedera.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa memiliki pemahaman ilmu dalam mengaplikasikan konsep P3K.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
2	Memiliki keterampilan untuk melakukan pertolongan pertama pada kecelakaan	Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik

3	Mahasiswa memahami hubungan antara gangguan dan ancaman beserta penanganannya, pencegahan cedera (meliputi ketepatan memilih alat dan fasilitas, kelengkapan pelindung, latihan yang terdiri dari pemanasan, penguluran, latihan, dan pendinginan).	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

4	Mahasiswa mampu menangani secara dini dan perawatan cedera di lapangan (meliputi Sprain, Strain, patah tulang, aplikasi panas dan dingin).	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Konsep Penanganan Cedera dan P3K	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mampu memahami tentang konsep Penanganan Cedera dan P3K	Mahasiswa mampu memahami tentang: 1. Konsep tentang PPC 2. Pengertian P3K 3. Konsep-konsep P3K	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	2, 6, 8
2	1	konsep Penangan Cedera dan P3K	1. Diskusi 2. Eksperimen/Praktek	Praktik P3K	Mahasiswa Mampu mempraktikkan P3K	Tugas	2 x 50 menit	6, 7, 8
3	4	Perawatan dini terhadap cedera	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasisawa mengetahui penyebab cedera dan Konsep tentang metode RICE	Mahasiswa mampu menjelaskan tentang: 1. Penyebab cedera 2. Metode RICE	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	5, 6, 7
4	4	Perawatan dini cedera dan metode RICE	1. Diskusi 2. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mempraktik metode RICE	Mahasiswa Mampu melakukan praktik metode RICE dengan baik dan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	5, 6, 7
5	1	Prinsip CPR (cardiopulmonary resuscitation)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mempelajari: 1. Memahami pembebasan jalan napas 2. Oksigenasi 3. PJL	Mahasiswamampu memahami konsep: 1. Memahami pembebasan jalan napas 2. Oksigenasi 3. PJL	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 6
6	1	Praktik CPR (cardiopulmonary resuscitation)	Eksperimen/Praktek	Mahasiswa praktik: 1. Pembebasan jalan napas 2. Oksigenasi 3. PJL	Mahasiswa mampu melakukan dan mempraktikkan: 1. Pembebasan jalan napas 2. Oksigenasi 3. PJL	Tugas	2 x 50 menit	1, 6
7	1	Penanganan penghentian perdarahan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mempelajari: 1. Penyebab dan macam perdarahan 2. Teknik penghentian perdarahan 3. Daerah penghentian perdarahan	Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan tentang: 1. Penyebab dan macam perdarahan 2. Teknik penghentian perdarahan 3. Daerah penghentian perdarahan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	5, 6, 7

8	1, 2	Praktik Penanganan penghentian perdarahan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa praktik: 1. Identifikasi penyebab dan macam perdarahan 2. Teknik penghentian perdarahan 3. Daerah penghentian perdarahan	Mahasiswa mampu mempraktikkan dan terampil: 1. Identifikasi penyebab dan macam perdarahan 2. Teknik penghentian perdarahan 3. Daerah penghentian perdarahan	Tugas	2 x 50 menit	6, 7, 8
9	1	Penatalaksanaan Gangguan Kesadaran	Eksperimen/Praktek	Mahasiswa memahami: 1. Memahami lena, syok, pingsan 2. Memahami penyebab gangguan kesadaran 3. Memahami pemberian penanganan P3K di lapangan	Mahasiswa paham dan terampil melakukan: 1. Memahami definisi lena, syok, pingsan 2. Memahami penyebab gangguan kesadaran 3. Pemberian penanganan P3K di lapangan	1. Tugas 2. Studi Kasus	2 x 50 menit	3, 5, 6, 7
10	1	Penatalaksanaan ancaman Infeksi	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa memahami penatalaksanaan ancaman Infeksi	Mahasiswa memahami dan mampu menjelaskan: 1. Definisi luka tusuk, gores, sayat, sobek 2. Penyebab infeksi 3. Metode pemeberian penanganan P3K di lapangan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	6, 7, 8
11	1	penatalaksanaan ancaman Infeksi	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa Praktik penatalaksanaan ancaman Infeksi	Mahasiswa terampil: 1. Mengidentifikasi luka tusuk, gores, sayat, sobek 2. Mebgidentifikasi penyebab infeksi 3. Terampil pemeberian penanganan P3K di lapangan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	6, 7, 8
12	1, 2	Penatalaksanaan patah tulang	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa memahami: 1. Identifikasi penyebab dan jenis patah tulang 2. Memahami teknik pembidaian dan pembalutan 3. Memahami fungsi pembidaian dan pembalutan	Mahasiswa megrti dan mampu menjelaskan: 1. Mengidentifikasi penyebab dan jenis patah tulang 2. Memahami teknik pembidaian dan pembalutan 3. Memahami fungsi pembidaian dan pembalutan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	4, 5, 6

13	1, 2	Penatalaksanaan patah tulang	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa praktik penatalaksanaan patah tulang	Mahasiswa mampu melakuka dan terampil dalam: 1. Identifikasi penyebab dan jenis patah tulang 2. Teknik pembidaian dan pembalutan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	4, 5, 6
14	4	Konsep Cedera Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa memahami: 1. Memahami definisi sprain dan strain 2. Memahami upaya – upaya perawatan sprain dan strain		1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3
15	4	Konsep Cedera Olahraga	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa melakukan praktik: 1. identifikasi sprain dan strain 2. Praktik upaya – upaya perawatan sprain dan strain	Mahasiswa mampu mempraktikan dan terampil: 1. identifikasi sprain dan strain 2. Praktik upaya – upaya perawatan sprain dan strain	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3
16	1, 2	Ambulatory aid	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa memahami: 1. Memahami definisi Ambulatori Aid 2. Memahami pelaksanaan Ambulatori Aid dengan 1-4 orang	Mahasiswa mampu menjelaskan dan terampil mempraktikkan: 1. Ambulatori Aid 2. Penatalaksanaan Ambulatori Aid dengan 1-4 orang	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	7, 8

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	15	
	e. UAS	20	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Hendrotomo, 1986. Resusitasi Kardiopulmonal (R.K.P) dalam Konas – 1 PCCMI. SA 1
2. M. Soebroto, 1974. Cedera Olahraga. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga dan Pemuda Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia.
3. Paul M. Taylor, dkk. 1997. Conguering Athletic Injuries. Diterjemahkan Jamal Khabib: Mencegah dan Mengatasi Cedera Olahraga. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
4. Peter Brukner dan Karim Khan, 1993. Clinical Sports Medicine. Australia: McGrawHillBook Company.
5. Richards H. Strauss, (1979). Sport Medicine and Physiology. W.B. Saunders Company: West Washington Square Phiadelpia.
6. Bambang Priyonoadi, (1997). PPPK, Resusitasi Kardiopulmoner, dan Perawatan Dini di Arena Olahraga. Makalaha dalam Pelatihan Pendidikan Keselamatan, PPPK, dan Masase untuk Guru Pendidikan Jasmani Tingkat SLTP: FPOK IKIP Yogyakarta
7. Kartono Mohamad, (2001). Pertolongan Pertama. Edisi yang disempurnakan. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
8. Youngson di alih bahasakan Hadyana, (1996). Buku Saku P3K: Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan. Jakarta: arcan

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Manajemen Olahraga/SSE60221
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	3
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar : Bahasa Indonesia		

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah Manajemen Olahraga adalah matakuliah yang bersifat wajib tempuh bagi mahasiswa program study Ilmu Keolahragaan dengan bobot 2 SKS. Mata kuliah ini membahas konsep dasar, peranan dan ruang lingkup manajemen olahraga, dilanjutkan dengan kajian yang mendalam tentang pengelolaan terhadap bidang garapan manajemen olahraga, yang mencakup : Matakuliah ini membahas serta mempelajari penerapan manajemen bidang olahraga terutama manajemen berbasis aktivitas dibidang olahraga. Bahasan dititik beratkan pada ketrampilan dasar manajemen dan penerapan fungsi manajemen untuk program berbasis aktivitas dibidang olahraga. Mahasiswa dikenalkan pula dengan organisasi pertandingan atau perlombaan olahraga. Dengan demikian mahasiswa memiliki ketrampilan untuk mengatur event olahraga. Perkuliahan diberikan melalui tatap muka, diskusi,dan penugasan.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa memiliki sikap religius, kerjasama dan disiplin	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
2	Mahasiswa mampu menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut dalam manajemen olahraga	Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan
3	Mahasiswa mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur dalam manajemen olahraga	Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
4	Mahasiswa memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga	Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Kontrak belajar dan Pengantar Manajemen Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1
2	1, 2	Konsep Dasar Manajemen Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1
3	2	Mengenal Organisasi dan Lembaga Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	3

4	3	Manajemen Organisasi dalam Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Resitasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	3
5	3	Manajemen Sumberdaya Manusia dalam Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kerja Lapangan 4. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3
6	3	Standard operating procedures	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	3
7	2, 3	Manajemen Sarana Prasarana Pendukung dalam Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	4
8	3	Ujian Tengah Semester	Kuis/Evaluasi			Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3
9	1, 2, 3	Manajemen Fasilitas Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3
10	1, 2, 3	Manajemen Keuangan dalam Olahraga	1. Ceramah 2. Kerja Lapangan 3. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3, 4
11	1, 2, 3	Manajemen Hubungan Lembaga Olahraga dengan Masyarakat	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek 3. Kerja Lapangan			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3, 4
12	1, 2, 3	Ketatalaksanaan Lembaga atau Organisasi Olahraga	1. Ceramah 2. Resitasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	4, 5
13	1, 2, 3	Kepemimpinan dan Supervisi dalam Olahraga	1. Ceramah 2. Resitasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	4, 5
14	1, 3, 4	Event planner	1. Diskusi 2. Eksperimen/Praktek			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Proyek	2 x 50 menit	3, 5
15	3, 4	Pemasaran Olahraga	1. Kerja Lapangan 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3, 5
16	1, 4	Ujian Akhir Semester	Kuis/Evaluasi			Kuis	2 x 50 menit	4, 5

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	10	
	e. UAS	20	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	30	
	b. Team Based Project	20	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Hernandes, Ruben, Acosta .2002. Managing Sport Organisation. Human Kinetic. USA.
2. Hadi S. 2002. Mendidik Manajer Ala Hvard. Erlangga. Jakarta INA.
3. Covell, Daniel, et al , 2007. Managing Sport Organisation. Butterworth Heinemann. USA.
4. Culley, Peter and Pascou, John. 2009. Sport Facilities and Tecnologies. Routledge. USA
5. Mahew Nicholson. 2007. Sport and Media. Managing The Nexus. Elsivier: UK

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Tes Pengukuran dan Evaluasi Olahraga dan Kesehatan/SSE60222
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	3
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah ini mengkaji tentang konsep tes, pengukuran, dan evaluasi dalam olahraga yang terdiri atas: kriteria tes yang baik dan benar, validitas dan reliabilitas, obyektivitas, petunjuk pelaksanaan, norma, serta pertimbangan ekonomis dalam tes dan pengukuran. Berbagai macam tes dan pengukuran terhadap komponen kebugaran jasmani akan dibahas dalam perkuliahan ini, baik tes tunggal dan tes baterai. Untuk pendalaman setiap kompetensi dasar dilakukan diskusi, presentasi, penugasan, dan praktikum secara bertahap dan hasilnya dihimpun dalam bentuk portofolio sebagai laporan individual dan laporan kelompok.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa Mampu menganalisis dan mengevaluasi kegiatan pengukuran dan evaluasi program olahraga khususnya olahraga kesehatan	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
2	Mampu mempraktekkan kegiatan pengukuran dan evaluasi program olahraga kesehatan	Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
3	Mampu memberikan pelayanan jasa konsultasi untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)

1	1	Teori-teori tes, pengukuran, dan evaluasi, pentingnya tes, pengukuran, dan evaluasi dalam olahraga.	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang tes, pengukuran, dan evaluasi pada kegiatan olahraga, mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan konsep teori dan mengkomunikasikan pada kelompok	Mahasiswa mampu menjelaskan perbedaan tes, pengukuran, dan evaluasi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1
2	1	Ciri-ciri instrumen yang baik	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang ciri-ciri instrumen yang baik dan menyimpulkan konsep ciri ciri intrumen dan mengkomunikasikan pada kelompok	Mahasiswa mampu menjelaskan ciri instrumen yang baik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
3	1	Validitas dan Reliabelitas	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mengamati video proses pengukuran dari beberapa alat ukur dengan tujuan yang sama Mahasiswa mengkomunikasikan pada kelompok tentang konsep valid dan reliabel dalam pengukuran	Mahasiswa mampu menetapkan validitas dan reliabelitas suatu alat ukur yang belum ditemukan nilai validitas dan reliabilitasnya.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Proyek	2 x 50 menit	3
4	1, 3	Konsep obyektif, mencari norma, petunjuk pelaksanaan, dan pertimbangan ekonomis dalam tes dan pengukuran.	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mengamati video proses pengukuran dari alat ukur yang lengkap, kemudian mahasiswa mengkomunikasikan pada kelompok tentang konsep obyektivitas, norma, petunjuk pelaksanaan dan ekonomis	Mahasiswa mampu menjelaskan cara menyusun norma suatu instrumen	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Proyek	2 x 50 menit	3

5	1, 3	Komponen kebugaran jasmani yang berhubungan dengan kesehatan dan keterampilan	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mengamati paparan dosen tentang Komponen-komponen kebugaran jasmani	Mahasiswa mampu menjelaskan pengertian dari kekuatan, daya tahan, komposisi tubuh, kelenturan dan daya tahan jantung paru	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	2
6	2, 3	Tes tunggal dan tes baterei yang berhubungan dengan kebugaran jasmani	Demonstrasi	Mahasiswa mampu menjelaskan perbedaan tes tunggal dan tes baterai	Mahasiswa mengamati video proses pengukuran dari alat ukur yang berjenis tunggal dan baterai, kemudian mengkomunikasikan pada kelompok tentang konsep tes tunggal dan baterai	Presentasi	2 x 50 menit	3, 4, 5
7	1, 2, 3	Instrumen untuk mengukur daya tahan jantung paru	1. Diskusi 2. Eksperimen/Praktek 3. Kerja Lapangan	Menganalisis dan mengevaluasi instrumen untuk mengukur daya tahan jantung paru	Mahasiswa dapat memahami dan mempraktikkan pengukuran daya tahan jantung paru	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 5
8	2, 3	Instrumen komposisi tubuh dan tingkat aktivitas fisik	1. Diskusi 2. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa menganalisis dan mempraktikkan instrumen untuk mengukur komposisi tubuh dan tingkat aktivitas fisik	Mahasiswa mampu mengidentifikasi dan mempraktikkan instrumen untuk mengukur komposisi tubuh dan tingkat aktivitas fisik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 4, 5
9	1, 2, 3	Instrumen kekuatan dan daya tahan otot	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Menganalisis dan mengevaluasi instrumen untuk mengukur kekuatan dan daya tahan otot	Mahasiswa mampu menganalisis hasil pengukuran kekuatan dan daya tahan otot	1. Tugas 2. Proyek	2 x 50 menit	2, 3
10	1	Instrumen untuk mengukur kelentukan	1. Diskusi 2. Resitasi	Menganalisis dan mengevaluasi instrumen kelentukan	Mahasiawa mampu mengidentifikasi dan mempraktikkan instrumen untuk mengukur kelentukan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Proyek	2 x 50 menit	1, 4, 5

11	2, 3	Merancang dan mengembangkan alat ukur/instrumen yang berhubungan kebugaran jasmani	1. Diskusi 2. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mempelajari, dan mengamati, mencermati petunjuk manual pengembangan alat ukur yang disampaikan oleh dosen, kemudian mengembangkan suatu alat ukur yang berhubungan dengan kondisi fisik / kebugaran jasmani	Mahasiswa mampu menyusun laporan hasil praktikum tes kondisi fisik dan kebugaran jasmani	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Proyek	2 x 50 menit	2, 3, 5
12	2, 3	Instrumen untuk mengukur daya ledak, kecepatan, dan kelincahan	1. Diskusi 2. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa menganalisis dan mempraktikkan instrumen untuk mengukur daya ledak, kecepatan, dan kelincahan	Mahasiswa mampu mengidentifikasi dan mempraktikkan instrumen untuk mengukur kebugaran jasmani yang berhubungan dengan keterampilan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 4, 5
13	2, 3	Instrumen untuk mengukur keseimbangan, dan pendukung keterampilan olahraga	1. Eksperimen/Praktek 2. Diskusi	Mahasiswa menganalisis dan mempraktikkan instrumen untuk mengukur keseimbangan dan komponen keterampilan pendukung keterampilan olahraga	Mahasiswa mampu mengidentifikasi dan mempraktikkan instrumen untuk mengukur kebugaran jasmani yang berhubungan dengan keterampilan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 4, 5
14	1	Metode Ilmiah Pengembangan Alat Ukur	Diskusi	Mahasiswa mempelajari konsep pengembangan alat ukur dari dosen	Mahasiawa mampu memahami konsep pengembangan instrumen	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 4
15	2, 3	Merancang dan mengembangkan alat ukur/instrumen yang berhubungan kebugaran jasmani	1. Diskusi 2. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mempelajari, dan mengamati, mencermati petunjuk manual pengembangan alat ukur yang disampaikan oleh dosen, kemudian mengembangkan suatu alat ukur yang berhubungan dengan kondisi fisik / kebugaran jasmani	Mahasiswa mampu menyusun laporan hasil praktikum tes kondisi fisik dan kebugaran jasmani	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Proyek	2 x 50 menit	2, 3, 5
16	2, 3	Instrumen untuk mengukur kebugaran jasmani atau kondisi fisik khusus cabang olahraga	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mengidentifikasi instrumen kebugaran jasmani dan kondisi fisik khusus cabang olahraga	Mahasiswa mampu menganalisis hasil pengukuran kebugaran jasmani yang berhubungan dengan cabang olahraga	1. Tugas 2. Proyek	2 x 50 menit	2, 3

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	10	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Barry L. Johnson dan Jack K Nelson. 1970. Practical Measurement for Evaluation in Physical Education. USA. Burges Publishing Company.
2. Morrow James R. 2005. Measurement and Evaluation in Human Performance. USA Human Kinetics.
3. Norman E. Grounlund. 1993. How To Make Achievment Test and Assessments. USA. Allin and Bacon.
4. W. James Popham. 1995. Classroom Assesment. USA. Allin and Bacon.
5. KONI PUSAT. 1999. Sistem Monitoring dan Evaluasi dan Pelaporan. Pelaksanaan dan Hasil Program Olahraga. Jakarta. KONI.

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Kewirausahaan/SSE60223
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah ini akan membekali mahasiswa agar mampu membangun spirit/jiwa dan karakter wirausaha, memahami konsep kewirausahaan, dan melatih keterampilan/skill berwirausaha. Cakupan materi matakuliah ini meliputi: Menerapkan pemikiran logis, kritis, kreaatif dan inovatif dalam mengembangkan usaha baru, membangun spirit/jiwa dan karakter wirausaha, motivasi berprestasi, memahami etika busnis dan tanggungjawab sosial, manajemen produksi, keuangan, dan pemasaran, menciptakan peluang usaha, mengembangkan bussines plan, dan praktik berwirausaha. Strategi pembelajaran menggunakan pendekatan student centre melalui pembelajaran berbasis projek dan studi kasus, dengan metode antara lain: ceramah, diskusi, game, penugasan, simulasi, dan praktik lapangan serta presentasi. Evaluasi penilaian menggunakan model penugasan, presentasi dan test tertulis

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Mahasiswa bertaqawa kepada Tuhan YME, taat beribadah dan menunjukkan sikap yang khusu, tawadlu, dan istiqomah,	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius

2	Mahasiswa berpartisipasi aktif, bertanggungjawab, dan memiliki motivasi mengembangkan diri, dan berkarakter dalam setiap pembelajaran yang dilakukan	Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
3	Mahasiswa memiliki jiwa/spirit & karakter wirausaha, memahami hakekat kewirausahaan, etika bisnis dan tanggungjawab sosial, memiliki ketrampilan berwirausaha	Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1, 2, 3	Orientasi MK KI KWU	1. Ceramah 2. Diskusi	1. Mahasiswa mendengarkan dan memperhatikan penjelasan secara serius pelaksanaan mata kuliah 2. Mahasiswa mencermati secara mendalam penjelasan cakupan, arti dan tujuan mata kuliah	Mahasiswa dapat: 1. menjelaskan tata tertib dan aturan main pelaksanaan mata kuliah 2. mengetahui pentingya mata kuliah KIKWU 3. menjelaskan cakupan, arti dan tujuan mata kuliah	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	6, 7
2	1, 2, 3	1. Mahasiswa mempersespsikan pengangguran 2. Mahasiswa memahami konsep kewirausahaan	1. Ceramah 2. Diskusi	1. Mahasiswa mempersespsikan pengangguran 2. Mahasiswa memahami keterkaitan kewirausahaan dengan pengangguran	Mahasiswa dapat: 1. menjelaskan definisi penganggur 2. menjelaskan peran MK KI KWU terhadap dampak dari pengangguran	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 4, 6

3	1, 2, 3	Mengenal karakter pengusaha sukses	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Tahap-tahap pembelajaran team-based project: 1. Kelas dibagi menjadi kelompok kecil (1 klpk beranggotakan 4-5 mhs) 2. Setiap kelompok diberikan masalah nyata terkait dengan melamar pekerjaan diperusahaan 3. Diberikan waktu yang cukup untuk membuat rencana melakukan wawancara dengan pengusaha sukses 4. Mahasiswa menggali data secukupnya untuk bahan laporan hasil wawancara 5. Mahasiswa menyiapkan dan mepresentasikan hasil wawancaradi depan kelas 6. Audien secara aktif melakukan diskusi, memberikan feedback yang konstruktif 7. Dosen membimbing pada setiap kelompok selama periode pekerjaan projek dan mendorong mahasiswa untuk berpikir kritis dan kreatif dalam berkolaborasi	Mahasiswa dapat: 1. melakukan wawancara dengan pengusaha sukses 2. mempresentasikan hasil wawancara di depan kelas	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Proyek	2 x 50 menit	1, 4, 6, 7
4	1, 2, 3	Membangun karakter dan mindset wirausaha	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	1. Mahasiswa dapat mengkonstruk karakter wirusaha 2. Mahasiswa memahami pentingnya perubahan 3. Mahasiswa dapat memahami cara mindset entrepreneur	Mahasiswa dapat: 1. mengkonstruks karakter wirusaha 2. Dapat berfikir perubahan 3. Memiliki mindset emtrepreneur	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	4, 8

5	1, 2, 3	Berfikir kreatif dan inovatif dan berorientasi pada tindakan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	1. Mahasiswa menyimak penjelasan dosen dan mempelajari kasus yang diberikan bagaimana membangun cara berfikir kreatif, inovatif dan berorientasi pada tindakan 2. Mahasiswa menelusuri berbagai sumber tentang pengertian pengertian kreatif, inovatif yang berorientasi pada tindakan 3. Mahasiswa mendiskusikan dan merumuskan solusi kasus terkait dengan berfikir kreatif, inovatif dan berorientasi pada tindakan 4. Mahasiswa secara kelompok melakukan analisis cara berfikir kreatif, inovatif dan berorientasi pada tindakan 5. Mahasiswa membuat kesimpulan dan laporan hasil diskusi 6. Mahasiswa mempresentasikan hasil diskusi kelompok 7. Mahasiswa bersama dosen melakukan refleksi dan evaluasi hasil diskusi		1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 6, 7
6	1, 2, 3	Motivasi berprestasi dalam kegiatan KWU	1. Ceramah 2. Diskusi	1. Mahasiswa memiliki persepsi motivasi berprestasi dalam kegiatan wirausaha 2. Mahasiswa menemukan pasion-nya di bidang kewirausahaan	Mahasiswa dapat : 1. Memiliki motivasi berprestasi 2. Memiliki spirit berwira-usaha 3. Terbangun pesen untuk wirausaha	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 4

7	1, 2, 3	Konsep dan pengelolaan resiko	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Tahap-tahap pembelajaran team-based project: 1. Kelas dibagi menjadi kelompok kecil (1 klpk beranggotakan 4-5 mhs) 2. Setiap kelompok diberikan masalah nyata terkait dengan melamar pekerjaan diperusahaan 3. Diberikan waktu yang cukup untuk membuat rencana kerja dan berkolaborasi antar anggota dalam kelompok 4. Setiap kelompok mempersiapkan presentasi/karya akhir yang ditampilkan di depan kelas, yang diikuti tanya jawab dengan audiens 5. Audien secara aktif melakukan diskusi, memberikan feedback yang konstruktif 6. Dosen membimbing pada setiap kelompok selama periode pekerjaan projek dan mendorong mahasiswa untuk berpikir kritis, kreatif dan inovatif	Mahasiswa dapat: 1. membuat surat lamaran pekerjaan 2. menghasilkan surat lamaran pekerjaan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 4
8	1, 2, 3	Etika Bisnis dan tanggung jawab sosial	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	1. Mahasiswa menyimak penjelasan dosen 2. Mahasiswa mencermati kasus/permasalahan yang diberikan dosen (orientasi masalah) 3. Mahasiswa mengumpulkan bahan-bahan tentang tindakan etika dalam dunia bisnis 4. Mahasiswa merumuskan cara memecahkan masalah terkait dengan etika bisnis dan tanggung jawab sosial 5. Mahasiswa membuat kesimpulan dan laporan hasil diskusi 6. Mahasiswa mempresentasikan hasil diskusi kelompok 7. Mahasiswa bersama dosen melakukan refleksi dan evaluasi hasil diskusi	Mahasiswa dapat: 1. menjelaskan etika bisnis dalam kegitan kewirausahaan 2. mengidentifikasi tindakan etika bisnis 3. menjelaskan tanggung jawab sosial yang harus dilakukan oleh seorang pelaku usaha	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Proyek	2 x 50 menit	1, 7, 8

9	1, 2, 3	Ujian Tengan semester	Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mengerjakan UTS	Mahasiswa dapat : 1. menyelesaiakn asesmen yang diberikan pada kegiatan UTS 2. Menyerahkan hasil kerjaan atas UTS yang diberikan	UTS	2 x 50 menit	
10	1, 2, 3	Komponen dan Sistimatika perencanaan Usaha	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Tahap-tahap pembelajaran team-based project: 1. Mahasiswa menyimak penjelasan dosen dan mencermati kasus /permasalahan(orientasi masalah) 2. Kelas dibagi menjadi kelompok kecil (1 klpk beranggotakan 4-5 mhs) 3. Setiap kelompok diberikan masalah nyata terkait dengan bidang usaha yang akan direncanakan 4. Diberikan waktu yang cukup untuk membuat rencana kerja dan berkolaborasi antar anggota dalam kelompok 5. Setiap kelompok mempersiapkan presentasi/karya akhir yang ditampilkan di depan kelas, yang diikuti tanya jawab dengan audiens 6. Audien secara aktif melakukan diskusi, memberikan feedback yang konstruktif 7. Dosen membimbing pada setiap kelompok selama periode pekerjaan projek dan mendorong mahasiswa untuk berpikir kritis dan kreatif dalam berkolaborasi	Mahasiswa dapat: 1. menjelaskan komponen dan sistematika business plan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 4

11	1, 2, 3	Penyusunan bussines plan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Tahap-tahap pembelajaran team-based project: 1. Mahasiswa menyimak penjelasan dosen dan mencermati kasus /permasalahan(orientasi masalah) 2. Kelas dibagi menjadi kelompok kecil (1 klpk beranggotakan 4-5 mhs) 3. Setiap kelompok diberikan masalah nyata terkait dengan bidang usaha yang akan direncanakan 4. Diberikan waktu yang cukup untuk membuat rencana kerja dan berkolaborasi antar anggota dalam kelompok 5. Setiap kelompok mempersiapkan presentasi/karya akhir yang ditampilkan di depan kelas, yang diikuti tanya jawab dengan audiens 6. Audien secara aktif melakukan diskusi, memberikan feedback yang konstruktif 7. dosen membimbing pada setiap kelompok selama periode pekerjaan projek dan mendorong mahasiswa untuk berpikir kritis dan kreatif dalam berkolaborasi	Mahasiswa dapat: 1. menjelaskan komponen dan sistematika business plan 2. menyusun business plan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Proyek	2 x 50 menit	2, 3, 4

12	1, 2, 3	Implementasi perencanaan usaha baru	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kerja Lapangan 4. Tugas/Kerja Mandiri	Tahap-tahap pembelajaran team-based project: 1. Mahasiswa menyimak penjelasan dosen dan mencermati kasus /permasalahan (orientasi masalah) 2. Kelas dibagi menjadi kelompok kecil (1 klpk beranggotakan 4-5 mhs) sesuai dalam kelompok penyusunan business plan sebelumnya 3. Setiap kelompok praktik melakukan kegiatan usaha baru sesuai dengan business plan yang telah dibuat. 4. Diberikan waktu yang cukup (minggu ke 12~14) untuk melaksanakan praktik kewirausahaan secara berkolaborasi antar anggota dalam kelompok 5. Setiap kelompok mempersiapkan presentasikan hasil kegiatan usaha kelompok secara bertanggung jawab 6. Dosen menilai hasil laporan kegiatan usaha sebelum dipresentasikan 7. Dosen memberikan evaluasi dan masukan terhadap hasil laporan serta cara penyajian presentasi yang tepat	Mahasiswa dapat: 1. Melakukan praktik kegiatan usaha baru secara riil 2. Bertanggung jawab atas tugas scr kelompok dan individu 3. membuat laporan hasilkegiatan usaha	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Proyek	2 x 50 menit	3, 4

13	1, 2, 3	Implementasi perencanaan usaha baru	1. Eksperimen/Praktek 2. Kerja Lapangan 3. Tugas/Kerja Mandiri	Tahap-tahap pembelajaran team-based project: 1. Mahasiswa menyimak penjelasan dosen dan mencermati kasus /permasalahan (orientasi masalah) 2. Kelas dibagi menjadi kelompok kecil (1 klpk beranggotakan 4-5 mhs) sesuai dalam kelompok penyusunan business plan sebelumnya 3. Setiap kelompok praktik melakukan kegiatan usaha baru sesuai dengan business plan yang telah dibuat. 4. Diberikan waktu yang cukup (minggu ke 12~14) untuk melaksanakan praktik kewirausahaan secara berkolaborasi antar anggota dalam kelompok 5. Setiap kelompok mempersiapkan presentasikan hasil kegiatan usaha kelompok secara bertanggung jawab 6. Dosen menilai hasil laporan kegiatan usaha sebelum dipresentasikan 7. Dosen memberikan evaluasi dan masukan terhadap hasil laporan serta cara penyajian presentasi yang tepat	Mahasiswa dapat: 1. Melakukan praktik kegiatan usaha baru secara riil 2. Bertanggung jawab atas tugas scr kelompok dan individu 3. membuat laporan hasilkegiatan usaha	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Proyek	2 x 50 menit	3, 4

14	1, 2, 3	Implementasi perencanaan usaha baru	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek 3. Tugas/Kerja Mandiri	Tahap-tahap pembelajaran team-based project: 1. Mahasiswa menyimak penjelasan dosen dan mencermati kasus /permasalahan (orientasi masalah) 2. Kelas dibagi menjadi kelompok kecil (1 klpk beranggotakan 4-5 mhs) sesuai dalam kelompok penyusunan business plan sebelumnya 3. Setiap kelompok praktik melakukan kegiatan usaha baru sesuai dengan business plan yang telah dibuat. 4. Diberikan waktu yang cukup (minggu ke 12~14) untuk melaksanakan praktik kewirausahaan secara berkolaborasi antar anggota dalam kelompok 5. Setiap kelompok mempersiapkan presentasikan hasil kegiatan usaha kelompok secara bertanggung jawab 6. Dosen menilai hasil laporan kegiatan usaha sebelum dipresentasikan 7. Dosen memberikan evaluasi dan masukan terhadap hasil laporan serta cara penyajian presentasi yang tepat	Mahasiswa dapat: 1. Melakukan praktik kegiatan usaha baru secara riil 2. Bertanggung jawab atas tugas scr kelompok dan individu 3. membuat laporan hasilkegiatan usaha	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Proyek	2 x 50 menit	3, 4
15	1, 2, 3	Presentasi hasil kegiatan usaha baru	1. Resitasi 2. Kerja Lapangan	1. Mahasiswa menyimak penjelasan dosen sebelum melakukan presentasi hasil kegiatan kewirausahaan 2. secara bergantian kelompok mahasiswa mempresentasikan hasil kegiatan kewirausahaan 3. Audien secara aktif melakukan diskusi, memberikan feedback yang konstruktif 4. Dosen membimbing pada setiap kelompok selama periode pekerjaan projek dan mendorong mahasiswa untuk melakukan usaha secara berkelanjutan	Mahasiswa dapat: 1. membuat prsesentasi hasil kegiatan praktik kewirausahaan 2. mempresentasikan hasil kegiatan praktik kewirausahaan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 4

16	1, 2, 3	Presentasi hasil kegiatan usaha baru	1. Diskusi 2. Kerja Lapangan 3. Tugas/Kerja Mandiri	1. Mahasiswa menyimak penjelasan dosen sebelum melakukan presentasi hasil kegiatan kewirausahaan 2. secara bergantian kelompok mahasiswa mempresentasikan hasil kegiatan kewirausahaan 3. Audien secara aktif melakukan diskusi, memberikan feedback yang konstruktif 4. Dosen membimbing pada setiap kelompok selama periode pekerjaan projek dan mendorong mahasiswa untuk melakukan usaha secara berkelanjutan	Mahasiswa dapat: 1. membuat prsesentasi hasil kegiatan praktik kewirausahaan 2. mempresentasikan hasil kegiatan praktik kewirausahaan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Proyek	2 x 50 menit	2, 3

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	40	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	10	
2.	Partisipatif	60	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	40	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Geoffrey G. Meredith dkk. (1996) Kewirausahaan, Teori dan Praktek. Edisi kelima. Jakarta: PT Pustaka Binaman Pressindo.
2. Justin G. Longenecker dkk.(2001). Kewirausahaan Manajemen Usaha Kecil. Jakarta: PT. Salemba Empat Patria.
3. Lynn M. Pearce. (2010). Business Plans Handbook, Volume 16. New York: Farmington Hills,
4. Rusman Hakim. (1998). Kiat Sukses Berwiraswasta. Edisi Kedua. Jakarta: PT Elex Media Media Komputindo.
5. Abdullah Gymnastiar. (2006). Melipatgandakan Kekayaan dengan Kecerdasan Spiritual. Bandung. Solusi Qalbu.
6. Alain Fayolle. (2007).Handbook of Research in Entrepreneurship Education, Volume 2. Belgium: Edward Elgar Publishing Limited

7. Buchari Alma. (2006). Kewirausahaan. Edisi kesepuluh. Bandung: Alfabeta
8. Gerben Blaauw, Peter van der Sijde ,Christoph Diensberg (2008). Teaching Entrepreneurship, Cases for Education and Training. Netherlands: A Springer Company

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Data Analisa/SSE60224
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah ini membahas tentang peranan statistik dalam kegiatan ilmiah, teknik teknik statistik, yaitu ukuran tendensi sentral, ukuran variabilitas, transformasi sekor, korelasi, distribusi, analisis data regresi, anova, statistik deskriptif, statistika inferensial, pengujian hipotesis parametrik, dan pengenalan statistika nonparametrik.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Menguasai pengetahuan tentang teknik- teknik statistik, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan data keolahragaan.	Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
2	Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah olahraga kesehatan.	Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga

3	Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur.	Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
4	Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok.	Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1, 2, 4	Prinsip dasar statistika	1. Diskusi 2. Demonstrasi	Mendapat penjelasan dari dosen, berintearksi dengan teman untuk memahami materi pembelajaran	Mampu memahami prinsip dasar statistika	Kuis	2 x 50 menit	1
2	2, 3	Software analisis statistika (SPPS)	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar sebagai presenter atau audience untuk memahami materi pembelajaran	Mampu menyiapakn software statistika analisi SPPS	Tugas	2 x 50 menit	1, 3
3	2, 3	Jenis data dan Import data SPSS	1. Diskusi 2. Demonstrasi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar sebagai presenter atau audience untuk memahami materi pembelajaran	Mampu memahami dan mengidentifikasi jenis data dan dapat melakukan import data SPSS	1. Kuis 2. Tugas 3. Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3
4	2, 3	Statistika deskriptif	1. Diskusi 2. Demonstrasi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar sebagai presenter atau audience untuk memahami materi pembelajaran	Mampu memahami dan mampu melakukan analisis statistika deskriptif	1. Kuis 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3

5	2, 3, 4	Pemilihan teknik statistika	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar sebagai presenter atau audience untuk memahami materi pembelajaran	Mampu memahami dan mampu melakukan pemilihan teknik statistika	1. Kuis 2. Tugas 3. Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
6	2, 3	Uji beda parametrikdua kelompok independent	1. Diskusi 2. Demonstrasi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar sebagai presenter atau audience untuk memahami materi pembelajaran	Mampu memahami dan mampu melakukan Uji beda parametrikdua kelompok independent	1. Tugas 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
7	2, 3	Uji beda parametrik dua kelompok berpasangan	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar sebagai presenter atau audience untuk memahami materi pembelajaran	Mampu memahami dan mampu melakukan Uji beda parametrik dua kelompok berpasangan	Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
8	1, 2, 3, 4	UTS	Kuis/Evaluasi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar sebagai presenter atau audience untuk memahami materi pembelajaran	Mampu memahami dan mampu melakukan Uji beda parametrik dua kelompok berpasangan	UTS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
9	2, 3	Uji beda non-parametrik dua kelompok independent	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar sebagai presenter atau audience untuk memahami materi pembelajaran	Mampu memahami dan mampu melakukan Uji beda non-parametrik dua kelompok independent	1. Kuis 2. Tugas 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	2, 4
10	2, 3	Uji beda non-parametrik dua kelompok berpasangan	1. Diskusi 2. Demonstrasi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar sebagai presenter atau audience untuk memahami materi pembelajaran	Mampu memahami dan mampu melakukan Uji beda non- parametrik dua kelompok berpasangan	1. Tugas 2. Studi Kasus	2 x 50 menit	2, 4
11	2, 3	Uji beda parametrik >dua kelompok independent	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar sebagai presenter atau audience untuk memahami materi pembelajaran	Mampu memahami dan mampu melakukan Uji beda parametrik >dua kelompok independent	Tugas	2 x 50 menit	2, 4

12	2, 3	Uji beda non-parametrik >dua kelompok independent	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Uji beda non-parametrik >dua kelompok independent	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar sebagai presenter atau audience untuk memahami materi pembelajaran	1. Tugas 2. Proyek	2 x 50 menit	2, 4
13	2, 3	Uji Korelasi Bivariate Parametrik data skala	1. Diskusi 2. Demonstrasi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar sebagai presenter atau audience untuk memahami materi pembelajaran	Mampu memahami dan mampu melakukan Uji Korelasi Bivariate Parametrik data skala	1. Tugas 2. Studi Kasus	2 x 50 menit	2, 4
14	2, 3	Uji Korelasu Bivariate Non parametrik data Skala	1. Diskusi 2. Demonstrasi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar sebagai presenter atau audience untuk memahami materi pembelajaran	Mampu memahami dan mampu melakukan Uji Korelasu Bivariate Non parametrik data Skala	1. Tugas 2. Proyek	2 x 50 menit	2, 3, 4
15	2, 3	Uji Korelasi Chi-Square	1. Diskusi 2. Demonstrasi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar sebagai presenter atau audience untuk memahami materi pembelajaran	Mampu memahami dan mampu melakukan Uji Korelasi Chi-Square	1. Tugas 2. Presentasi	2 x 50 menit	2, 4
16	2, 3	Uji linear regresi sederhana	1. Diskusi 2. Demonstrasi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar sebagai presenter atau audience untuk memahami materi pembelajaran	Mampu memahami dan mampu melakukan Uji linear regresi sederhana	1. Tugas 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	40	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	0	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	5	
	e. UAS	20	
2.	Partisipatif	60	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%

	a. Studi Kasus	30	
	b. Team Based Project	30	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Aminoto, T. and D. Agustina, Mahir Statistika dan SPSS. 2020: Edu Publisher.
2. ari, N. and R. Wardani, Pengolahan dan Analisis Data Statistika dengan SPSS. 2015: Deepublish.
3. Pramesti, G., Statistika lengkap secara teori dan aplikasi dengan SPSS 23. 2016: Elex Media Komputindo.
4. 1.Newell, John, Tom Aitchison, and Stanley Grant. Statistics for sports and exercise science: a practical approach. Routledge, 2014.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Fisiologi Olahraga/SSE60225
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Fisiologi Olahraga berbobot 2 SKS teori, 1 Praktek, bersifat wajib tempuh. Mata kuliah ini berisi tentang adaptasi latihan terhadap fungsi neuromuskuler, cardiorespirasi, system energi dalam latihan, adaptasi latihan regulasi cairan dan elektrolit, regulai suhu dalam latihan, proses latihan, proses aklimatisasi, fitnes dan talent, adaptasi latihan regulasi cairan dan elektrolit, regulasi suhu dalam latihan, proses latihan, proses aklimatisasi, fitness dan talent, adaptasi jenis kelamin dalam olahraga, usia dan olahraga dan dopping.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Mahasiswa mampu Mendeskripsikan konsep kebugaran jasmani dan komponen komponennya	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
2	Mahasiswa Mampu mendeskripsikan konsep respons dan adaptasi latihan pada sistem kardiovaskuler.	Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme

3	Mampu mendeskripsikan konsep respons dan adaptasi latihan pada sistem respirasi.	Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1		Sistem energi dalam Latihan, system energi predominan, system energi anaerob dan system energi anaerob	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan sumber energi untuk latihan fisik serta mampu menjelaskan sistem energi predominan, anaerob, dan aerob	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4, 5
2		Efek Latihan pada level jaringan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan efek latihan secara akut serta adaptasi tubuh terhadap latihan fisik pada tingkat jaringan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4, 5
3		Efek akut latihan secara sistemis terhadap Sistem cardiovasculare	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan efek latihan fisik secara terhadap jantung, pembuluh darah, dan sistem sirkulasi tubuh selama latihan fisik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5

4		4. Efek Latihan secara sistemis terhadap Sistem Respirasi dan fungsi transportasi oksigen	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan efek latihan fisik terhadap ventilasi paru, frekuensi pernapasan, serta kemampuan distribusi oksigen dan CO2 di dalam tubuh selama latihan fisik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4, 5
5		Adaptasi latihan latihan secara sistemis terhadap Sistem cardiovasculare dan respirasi	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan efek latihan fisik secara kronis/adaptasi terhadap perubahan fungsional jantung, pembuluh darah, dan sistem sirkulasi tubuh yang akan mempengaruhi kesehatan dan kebugaran.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
6		Efek latihan terhadap Kesehatan dan kebugaran tubuh	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan efek latihan fisik terhadap kesehatan yang berhubungan dengan pencegahan dan pengobatan penyakit, dan kebugaran, serta mampu menentukan bentuk latihan yang diperlukan untuk meningkatkan kesehatan dan kebugaran.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
7		7. Memahami Vo2 max dan efek latihan endurance terhadap VO2max	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan dan melakukan pengukuran VO2max, serta mampu menentukan bentuk latihan yang dapat meningkatkanVO2max.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4, 5
8		Memahami Ambang batas anaerobic dan efek latihan endurance terhadap ambang batas anaerobic	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan dan melakukan pengukuran ambang batas anaerobic dengan metode conconi dengan naik turun bangku	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4, 5

9		Penggunaan oksigen selama Latihan fisik	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa memahami dan mampu menjelaskan laju penggunaan oksigen selama melakukan latihan fisik,serta mampu menjelaskan sistem energi yang diperlukan saat melakukan latihan fisik.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4, 5
10		Kelelahan dan macam kelelahan dalam olahraga dan Latihan fisik	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa memehami tentang kelelahan danmacam kelelahan serta mampu mencegah dan mengatasi kelelahan saat melakukan latihan fisik.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4, 5
11		Proses pemulihan (recovery) dalam olahraga dan latihan fisik	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mamahami tentang beberapa metode pemulihan dan mampu mengenal beberapa hal yang dapat mempengaruhi pemulihan. Mahasiswa mampu melakukan pemulihan pada beberapa fase pertandingan.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4, 5
12		Termoregulator dan pengaruhnya dalam olah raga dan aktivitas fisik	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa memahami tentang termoregulasi serta mampu menjaga suhu tubuh yang optomal dalam melakukan latihan fisik atau olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4, 5
13		Pengaruh Latihan fisik terhadap cairan dan elektrolit tubuh	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa memahami tentang pengaturan cairan dan elektrolit tubuh selama melakukan latihan fisik serta mampu memahami pengaruh perubahan cairan dan elektrolit tubuh terhadap penampilan/prestasi olahraga.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4, 5

14		Talenta dalam kajian prestasi olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa memahami pengaruh talenta terhadap prestasi olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4
15		Doping dalam olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa memahami tentang doping dan permasalahannya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4, 5
16		Wanita dan olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa memahami pengaruh jenis kelamin dalam menentukan penampilan serta prestasi olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4, 5, 7

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	40	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	60	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	40	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Purba. 2016. Fisiologi Jantung dan Fisiologi Pembuluh Darah. Bandung: Departemen Ilmu Faal/Faal Olah raga
2. Santosa Giri Wijaya dan Dikdik Zafar Sidik. 2012. Ilmu Faal Olahraga. Bandung: PT.Remaja Rosda Karya.
3. Wiarto, G., 2013. Fisiologi dan Olahraga, Graha Ilmu, Edisi Pertama, Cetakan Pertama, Ruko Jambusari No. 7A, Yogyakarta.
4. Kraemer, WJ., Fleck, SJ., Deschenes, MR., 2012. Exercise Physiology: Integrating Theory and Application, First Edition, Lippincott Williams & Wilkins, a Wolters Kluwer business, 351 West Camden Street, Baltimore.
5. Katch, VL., McArdle, WD., Katch, FI., 2011. Essentials of Exercise Physiology, Fourth Edition, Wolters Kluwer Health, Lippincott Williams & Wilkins, 351 West Camden Street Baltimore.
6. Department of Health & Human Services. 2018. Physical Activity Guidelines for Americans, 2nd edition, U.S. Washington, DC: U.S.
7. Davis, B, 2000. Physical Education and the study of sport, 4th ed. London: Harcourt Publishers.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Kinesiologi/SSE60226
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu :		
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah ini membahas aplikasi fungsi tulang, persendian, otot skelet, sistem saraf dan menkanika kedalam aktivitas jasmani atau olahraga. Tujuan matakuliah ini mahasiswa dapat menganalisis gerak yang efisien, efektif serta terhindar dari cidera. Kegiatan kuliah meliputi tatap muka, demontrasi, pemberian tugas dan praktikum

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu mengaplikasikan fungsi tulang dan persendian, otot skelet, sistem saraf dan mekanika, kedalam aktivitas jasmani atau olahraga	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

2	Mahasiswa mampu menganalisis gerak yang efisien, efektif serta terhindar dari cidera	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
3	Mahasiswa memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan dalam bidang olahraga kesehatan.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	3	Sejarah dan Pengertian Kinesiolog	1. Ceramah 2. Diskusi	Mampu menjelaskan sejarah dan pengertian Kinesiologi	Memahami sejarah dan pengertian Kinesiologi	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 5
2	1, 2, 3	Gerak	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Pengertian gerak dan Faktor Gera	Memahami gerak dan faktor gerak	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 4, 5
3	1, 3	Kesetimbangan dan Pengungkit	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Pengertian, faktor Kesetimbangan dan Pengungkit	Memahami kesetimbangan dan pengungki	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 5
4	1, 2, 3	Pengungkit	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Menganalisa gerak panco	Memahami sistem kesetimbangan dan pengungkit pada tubuh manusia	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 3, 5
5	1, 3	Komposisi dan struktur tulang	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mengidentifikasi komposisi dan stuktur tulang	Mengetahui nama dan letak tulang pada tubuh manusia	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 3, 5
6	1, 3	Pertumbuhan dan perkembangan tulang dan sendi	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Pertumbuhan dan perkembangan tulang serta persendian	Memahami pertumbuhan dan perkembangan tulang serta persendian	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 3, 5
7	1, 3	Fungsi tulang dan persendian	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mengetahui fungsi dan jenis tulang serta persendian	Memahami fungsi dan jenis tulang serta persendian	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 3, 5
8	1, 3	Myologi/ Otot	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mengetahui fungsi dan jenis otot	Memahami fungsi dan jenis otot	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 5

9	1, 2, 3	Mid Semester	1. Tugas/Kerja Mandiri 2. Kuis/Evaluasi	Menjelaskan sejarah, gerak, kesetimbangan, pengungkit, tulang, sendi dan otot	Memahami sejarah, gerak, kesetimbangan, pengungkit, tulang, sendi dan otot	1. Kehadiran/Keaktifan 2. UTS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
10	2, 3	Analisis Gerak Kebugaran Beban Dalam	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek 3. Tugas/Kerja Mandiri	Menganalisa gerak push up dan pull up	Paham mempraktekan gerakan push up dan pull up beserta tulang, sendi dan otot yang terlibat	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
11	2, 3	Analisis Gerak Kebugaran Beban Dalam	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek 3. Tugas/Kerja Mandiri	Menganalisa gerak sit up dan back up	Mampu mempraktekan gerak sit up dan back up	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
12	2, 3	Analisis Gerak Kebugaran Beban Luar	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek 3. Tugas/Kerja Mandiri	Menganalisa gerak shoulder press dan butterfly	Memahami gerakan shoulder dan butterfly yang efektif, efisien dan aman	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
13	2, 3	Analisis Gerak Kebugaran Beban Luar	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek 3. Tugas/Kerja Mandiri	Menganalisa gerak Leg Press dan Pull Down	Memahami gerakan Leg Press dan Pull Down yang efektif, efisien dan aman	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
14	2, 3	Analisis Gerak stretching Ektermitas Atas	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek 3. Tugas/Kerja Mandiri	Menganalisa gerak penguluran leher, dada, punggung, perut dan Pinggul	Mengetahui Gerak Penguluran yang baik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
15	2, 3	Analisis Gerak stretching tangan dan Ektermitas Bawah	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek 3. Tugas/Kerja Mandiri	Menganalisa gerak penguluran lengan, tangan, paha dan kaki	Mengetahui penguluran yang baik dan benar pada anggota gerak bawah	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
16	1, 2, 3	Ujian Akhir Semester	Kuis/Evaluasi	Evaluasi semua materi perkuliahan	Memahami materi perkuliahan yang diberikan	UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%

	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	30	
	b. Team Based Project	20	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Stoll, S. K. (2014). The Roles and Responsibilities of Kinesiology Regarding Sport. Quest, 66(3). https://doi.org/10.1080/00336297.2014.918897
2. Martens, R. (2020). Finding Sport and Kinesiology. In Kinesiology Review (Vol. 10, Issue 2). https://doi.org/10.1123/KR.2020-0062
3. Kurtova, G., Ponomarenko, O., Zhukov, O., & Khomenko, O. (2020). THEORETICAL AND METHODOLOGICAL FOUNDATIONS OF SPORTS3.3. KINESIOLOGY. Pedagogy of the Formation of a Creative Person in Higher and Secondary Schools, 3(70). https://doi.org/10.32840/1992-5786.2020.70-3.20
4. Twietmeyer, G. (2015). God, Sport Philosophy, Kinesiology: A MacIntyrean Examination. Quest, 67(2). https://doi.org/10.1080/00336297.2015.1017587
5. Subagyo dan Sigit Nugroho. (2008). Kinesiologi Pendidikan Jasmani. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Dasar-dasar Terapi Manipulatif/SSE60227
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah ini didefinisikan sebagai pendekatan ilmiah yang menggunakan teknik-teknik khusus namun tidak terbatas pada manipulasi/mobilisasi, yang digunakan oleh terapis untuk mendiagnosis dan merawat jaringan lunak dan struktur sendi dengan menggunakan berbagai macam terapi manipulatif. Tujuannya adalah untuk memodulasi rasa sakit; meningkatkan rentang gerak (ROM); mengurangi atau menghilangkan peradangan jaringan lunak; mendorong relaksasi; meningkatkan perbaikan fungsi tubuh. Terapi Manipulatif dilakukan dengan metode manual seperti dengan masase

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Bertanggungjawab terhadap profesi	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.

2	Mampu melakukan pekerjan dibidangnya secara mandiri maupun kelompok	Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
3	Mampu memberikan solusi atas permasalahan di bidang terapi manipulatif	Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
4	Mampu menerapkan terapi manipulatif secara terampil dan memiliki kompetensi dalam bidang terapi manipulatif	Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1		Pengantar Perkuliahan Dasar dasar Terapi Manipulatif	1. Ceramah 2. Diskusi			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3
2		Definisi dan sejarah Pengobatan Tradisional	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
3		Perkembangan Pengobatan Tradisional di Dunia, Benua Eropa, Benua Asia, Benua Amerika, Benua Australia	Ceramah			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
4	1, 2, 3, 4	Sejarah dan Perkembangan Pengobatan Tradisional di Indonesia, Era kerajaan, Era penjajahan, Era kemerdekaan	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
5		Jenis sarana dan diagnosis pengobatan tradisional di Dunia: Doa, Air, Cahaya, Batu alam, Tumbuhan, Olah tubuh, Hewan, Buah, Rempah	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
6		Macam pengobatan tradisional di Dunia: Meditasi/Berdiam diri, Ramuan, Masase /pijat, Olahtubuh, Terapi esensial, Mandi dan berendam, Berjemur	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3

7		Macam-macam pengobatan tradisional di era modernJamu, Pijat elektronik, Sauna elektrik, Sinar elektrik, Air kesehatan, Lulur, Obat luar dengan kemasan, Obat oral dengan kemasan	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
8		UTS	Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. UTS	2 x 50 menit	1, 2, 3
9		Manfaat, tujuan pengobatan tradisional, Pencegahan, Pengobatan, Perawatan	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
10		Pengobatan tradisional dilihat dari aspek spiritual: Animisne dan Dinamisme	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
11		Pengobatan tradisional dilihat dari budaya dan filsafat ilmu: Adat istiadat, Ilmuwan Penganut Teori	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
12		Pengobatan tradisional dilihat dari sudut ilmu pengetahuan: Pendidikan dan sains	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
13		Pengobatan tradisional dilihat dari sosial masyarakat: Sosial masyarakat	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
14		Pengobatan tradisional dilihat dari aspek kesehatan fisik dan kebugaran: Kesehatan fisik (nutrisi), Kebugaran	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
15		Pengobatan tradisional dilihat dari era modern: Penelitian, uji klinis, pemasaran	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
16		UAS	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Rufaida, Z., Lestari, S. W. P., & Sari, D. P. (2018). Terapi Komplementer. E-Book Penerbit STIKes Majapahit, 1-32.
2. Pristianto, A., & Rahman, F. (2018). Terapi Latihan Dasar. Muhammadiyah University Press.
3. Argaheni, N. B., Astuti, E. D., Azizah, N., Winarsih, W., Putri, N. R., Yuliani, M., ... & Santi, M. Y. (2022). Asuhan Kebidanan Komplementer. Yayasan Kita Menulis.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Masase Olahraga/SSE60228
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mempelajari dan mengembangkan pengetahuan, keterampilan dalam melakukan masase, yang meliputi: pengertian, sejarah, dan teknik masase/manipulasi secara umum, konsep masase olahraga, sejarah masase olahraga, macam-macam manipulasi masase olahraga dan kegunaannya, etika masase olahraga, sasaran masase olahraga, indikasi dan kontra indikasi, alat dan perlengkapan masase olahraga, pedoman praktik masase olahraga.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mampu menjadi praktisi keolahragaan yang didukung kemampuan menganalisa berbasis ilmu keolahragaan serta peka terhadap permasalahan keolahragaan	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
2	Mampu memberikan pelayanan jasa konsultasi untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

3	Mampu melakukan kajian-kajian ilmiah terhadap permasalahan keolahragaan secara mendalam	Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan
4	Mampu mengembangkan fasilitas olahraga masyarakat	Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

5	Mampu mengaplikasikan pengetahuan Ilmu Keolahragaan	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1, 2, 3, 5	Pendahuluan, Perkenalan, Aturan, dan Tata Tertib perkuliahan	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa menyimak materi yang akan disampaikan dalam perkuliahan ke depan	Mahasiswa mampu memahami aturan dan tata tertib perkuliahan dan tugas- tugas	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9
2	1, 2, 3	Definisi masase, sejarah dan teknik manipulasi/masase, definisi masase olahraga, sejarah dan teknik masase olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mahasiswa menyimak definisi masase, sejarah dan teknik manipulasi/masase, definisi masase olahraga, sejarah dan teknik masase olahraga	Mahasiswa mampu memahami definisi masase, sejarah dan teknik manipulasi/masase, definisi masase olahraga, sejarah dan teknik masase olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
3	1, 2, 3, 5	Etika dan kegunaan massase olahraga, Indikasi dan Kontradiksi pada massase olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mahasiswa menyimak materi Etika dan kegunaan massase olahraga, Indikasi dan Kontradiksi pada massase olahraga	Mahasiswa mampu memahami materi Etika dan kegunaan massase olahraga, Indikasi dan Kontradiksi pada massase olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9

4	2, 3, 4	Hubungan masase olahraga dengan anatomi dan fisiologi tubuh	1. Diskusi 2. Demonstrasi	Mahasiswa menyimak, berdiskusi dan memahami hubungan masase olahraga dengan anatomi dan fisiologi tubuh	Mahasiswa mampu memahami hubungan masase olahraga dengan anatomi dan fisiologi tubuh	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9
5	2, 5	Teknik Manipulasi Massase olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa menyimak dan memahami teknik manipulasi masase olahraga	Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan teknik manipulasi massase olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
6	1, 2, 3, 5	Teknik manipulasi massase olahraga paha (tungkai atas) posisi terlentang dan tengkurap	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa menyimak dan memahami teknik manipulasi massase olahraga paha (tungkai atas) posisi terlentang dan tengkurap	Mahasiswa mampu memahami dan melakukan teknik manipulasi massase olahraga paha (tungkai atas) posisi terlentang dan tengkurap	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
7	1, 2, 3, 5	Teknik manipulasi massase olahraga bagian betis (tungkai bawah) posisi terlentang dan tengkurap	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa menyimak dan memahami teknik manipulasi massase olahraga bagian betis (tungkai bawah) pada posisi terlentang dan tengkurap	Mahasiswa mampu memahami dan melakukan teknik manipulasi massase olahraga bagian betis (tungkai bawah) pada posisi terlentang dan tengkurap	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
8	1, 2, 3, 4, 5	UTS	1. Eksperimen/Praktek 2. Kuis/Evaluasi	Pengetahuan tentang masase olahraga	Indikator tes pengetahuan tentang masase olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. UTS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9
9	1, 2, 3, 5	Teknik manipulasi massase olahraga bagian kaki (telapak kaki) posisi terlentang dan tengkurap	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mahasiswa menyimak dan memahami teknik manipulasi massase olahraga bagian kaki (telapak kaki) posisi terlentang dan tengkurap	Mahasiswa mampu melakukan teknik manipulasi massase olahraga bagian kaki (telapak kaki) posisi terlentang dan tengkurap	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
10	1, 2, 3, 5	Teknik manipulasi massase olahraga bagian punggung posisi tengkurap	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa menyimak, berdiskusi dan memahami teknik manipulasi massase olahraga bagian punggung posisi tengkurap	Mahasiswa mampu melaksanakan teknik manipulasi massase olahraga bagian punggung posisi tengkurap	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7

11	1, 2, 3, 5	Teknik manipulasi massase olahraga bagian perut posisi terlentang	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa menyimak dan memahami materi yang berkaitan dengan teknik manipulasi massase olahraga bagian perut	Mahasiswa mampu melaksanakan materi yang berkaitan dengan teknik manipulasi massase olahraga bagian perut	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
12	1, 2, 3, 5	Teknik manipulasi massase olahraga dada	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa menyimak, berdiskusi dan memahami teknik manipulasi massase olahraga bagian dada dengan posisi terlentang	Mahasiswa mampu memahami dan melakukan teknik manipulasi massase olahraga bagian dada dengan posisi terlentang	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
13	1, 2, 3, 5	Teknik manipulasi massase olahraga lengan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa menyimak, berdiskusi dan memahami materi yang berkaitan dengan teknik manipulasi massase olahraga bagian lengan dengan posisi terlentang	Mahasiswa mampu melaksanakan teknik manipulasi massase olahraga bagian lengan dengan posisi terlentang	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
14	1, 2, 3, 5	Teknik manipulasi massase olahraga Kepala	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa menyimak, berdiskusi dan memahami materi yang berkaitan dengan teknik manipulasi massase olahraga bagian kepala	Mahasiswa mampu melakukan teknik manipulasi massase olahraga bagian kepala	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
15	1, 2, 3, 5	Teknik manipulasi massase keseluruhan badan (posisi tengkurap dan terlentang)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa memahami materi yang berkaitan dengan teknik manipulasi massase keseluruhan badan (posisi tengkurap dan terlentang)	Mahasiswa mampu melaksanakan materi yang berkaitan dengan teknik manipulasi massase keseluruhan badan (posisi tengkurap dan terlentang)	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 6, 7
16	1, 2, 3, 4, 5	UAS	1. Eksperimen/Praktek 2. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mengerjakan tes tertulis dan mempraktekkan masase olahraga	Mahasiswa mampu mengerjakan tes tertulis dan mempraktekkan masase olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan

1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	15	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	10	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	30	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Jelvéus, A. (2011). Integrated Sports Massage Therapy E-Book: A Comprehensive Handbook. Elsevier Health Sciences.
2. Fritz, S. (2013). Sports & exercise massage: comprehensive care in athletics, fitness, & rehabilitation. Elsevier Health Sciences
3. Robertson, A. (2017). Therapeutic Stretching in Physical Therapy and Sports Rehabilitation. New York: Routledge
4. Cash, M. (2018). Sport and Remedial Massage Therapy (5th ed.). London: Ebury Publishing
5. Kurniawan, A.W & Muchammad Tsaqif A.K (2021). Sport Massage. Pijat Kebugaran Olahraga: Akademi Pustaka
6. Nugraha, U. (2023). SPORT MASSAGE. PT. Salim Media Indonesia
7. Wijayanto, A. (2023). SPORT MASSAGE: Pijat Kebugaran Olahraga.
8. Arroyo-Morales, M., et al. (2017). "Short-term effects of sport massage therapy on exercise-induced muscle damage." European Journal of Applied Physiology, 117(7), 1303-1310.
9. Monteiro, J. L., et al. (2019). "Effects of pre-competition massage on athletic performance: A meta-analysis." Journal of Bodywork and Movement Therapies, 23(3), 456-462.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Perkembangan Motorik/SSE60229
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

1. Mahasiswa memahami perspektif perkembangan individu dan konsep dasar perkembangan motorik. 2. Mahasiswa Mampu Menganalisa aspek perkembangan motorik yang berhubungan dengan, perkembangan sosial, persepsi gerak dan faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik 3. Mahasiswa Mampu Menjelaskan Dan Menganalisa Perkembangan gerak refleks, lokomotor, dan manipulatif, tahap-tahap perkembangan motorik, perkembangan fisik dan motorik

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Mahasiswa mampu memahami perspektif perkembangan individu	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
2	Mahasiswa mampu memahami konsep dasar perkembangan motorik	Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan

3	Mahasiswa mampu mengetahui dan memahami faktor - faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1, 2, 3	Mahasiswa mampu memahami perspektif perkembangan individu.	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mempelajari perspektif perkembangan individu.	Mahasiswa menguasai perspektif perkembangan individu.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 3, 5
2	1, 2	Mahasiswa mampu memahami perspektif perkembangan mototrik.	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mempelajari perspektif perkembangan mototrik.	Mahasiswa mampu menjelaskan perspektif perkembangan mototrik.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 5
3	1, 2, 3	Mahasiswa mampu memahami konsep dasar perkembangan motorik.	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mempelajari konsep dasar perkembangan motorik.	Mahasiswa menganalisis konsep dasar perkembangan motorik.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 3, 4
4	1, 2, 3	Mahasiswa mampu mengetahui dan memahami aspek perkembangan motorik.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa memahami aspek perkembangan motorik.	Mahasiswa mampu mengetahui aspek perkembangan motorik.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 3
5	1, 2, 3	perkembangan motorik hubungannya dengan perkembangan sosial.	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mempelajari perkembangan motorik hubungannya dengan perkembangan sosial.	Mahasiswa mampu menganalisa perkembangan motorik hubungannya dengan perkembangan sosial.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	5
6	1, 2, 3	Mahasiswa mengetahui dan memahami perkembangan motorik hubungannya dengan persepsi gerak.	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mempelajari perkembangan motorik hubungannya dengan persepsi gerak.	Mahasiswa menganalisis perkembangan motorik hubungannya dengan persepsi gerak.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 4

7	1, 2, 3	Mahasiswa mampu mengetahui dan memahami faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik.	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mempelajari faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik.	Mahasiswa mampu mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	3, 4, 5
8	1, 2, 3	UTS	Eksperimen/Praktek	mahasiswa dapat mengerjakan soal	mahasiswa mengerjakan soal dengan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. UTS	2 x 50 menit	
9	1, 2, 3	Mahasiswa mampu mengetahui dan memahami Perkembangan gerak refleks	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mempelajari Perkembangan gerak refleks	Mahasiswa menganalisis Perkembangan gerak refleks	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	4, 5
10	1, 2, 3	Mahasiswa mampu mengetahui dan memahami Perkembangan gerak lokomotor, dan manipulatif.	1. Ceramah 2. Demonstrasi	Mahasiswa mempelajari Perkembangan gerak lokomotor, dan manipulatif.	Mahasiswa menganalisis Perkembangan gerak lokomotor, dan manipulatif.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 5
11	1, 2, 3	Mahasiwa mampu mengetahui memahami perkembangan motorik kasar dan halus dan tahap-tahap perkembangan motorik.	1. Ceramah 2. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 4
12	1, 2, 3	Mahasiswa mampu mengetahui dan memahami perkembangan fisik dan motorik	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mempelajari perkembangan fisik dan motorik	Mahasiswa menganalisis perkembangan fisik dan motorik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	3, 5
13	1, 2, 3	Mahasiswa mampu mengetahui dan memahami pekembangan susunan syaraf.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mahasiswa mmempelajari pekembangan susunan syaraf.	Mahasiswa menganalisis pekembangan susunan syaraf.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5

14	1, 2, 3	Observasi perkembangan fisik dan motorik pada anak prasekolah/TK	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek 3. Kerja Lapangan 4. Tugas/Kerja Mandiri	mahaiswa melakukan Observasi perkembangan fisik dan motorik pada anak prasekolah/TK	mahasiswa menganalisis hasil Observasi perkembangan fisik dan motorik pada anak prasekolah/TK	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Studi Kasus 3. Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
15	1, 2, 3	Observasi perkembangan fisik dan motorik pada anak sekolah menengah.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kerja Lapangan 4. Tugas/Kerja Mandiri	mahasiswa melakukajn Observasi perkembangan fisik dan motorik pada anak sekolah menengah.	mahasiswa menganalisis perkembangan fisik dan motorik pada anak sekolah menengah.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Studi Kasus 4. Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
16	1, 2, 3	UAS	Kuis/Evaluasi	masiswa mengerjakan soal UAS dengan materi perkembangan motorik	masiswa mengerjakan soal UAS dengan benar materi perkembangan motorik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. von Tetzchner, S. (2019). Motor Development. Child and Adolescent Psychology, 149–162. https://doi.org/10.4324/9781315742113-9
2. Departemen Pendidikan Nasional. (2007). Pedoman Pembelajaran Bidang Pengembangan Fisik / Motorik. 62.
3. iram, P. D. P. H. Y. (2016). Belajar Keterampilan Motorik (Edisi Revisi). 101–102.

4. Mahendra, A. Y. M. S. (2006). Perkembangan dan Belajar Motorik. 0–33.
5. Sujiono, B., Sumantri, M. S., & Chandrawati, T. (2016). Hakikat Perkembangan Motorik Anak. Modul Metode Pengembangan Fisik, 1–21.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1 Mata
Kuliah/Kode	:	Olahraga Kontemporer/SSE60230
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Olahraga Kontemporer

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu menguasai teori tentang dasar pengetahuan sejarah, alat dan fasilitas, peraturan permainan olahraga terbaru/ kontemporer	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
2	Mahasiswa mampu menguasai teori tentang pengembangan permainan olahraga terbaru	Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
3	Mahasiswa mampu menguasai praktek permainan olahraga terbaru	Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Pengertian Olahraga Kontemporer	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1
2	1	Perkembangan Olahraga	Ceramah			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1
3	1	Isu-Isu Kontemporer	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	2
4	2	Permasalahan dalam Olahraga	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1
5	2	Olahraga Tradisional	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1
6	2	Olahraga Modern	Ceramah			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1

7	2	Olahraga dengan Net	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	3
8	2	UTS	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	2
9	2	Permainan dengan menggunakan net	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3
10	2	1. Tonnis	1. Ceramah 2. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Proyek	2 x 50 menit	4
11	3	Throw Ball	1. Ceramah 2. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	4
12	3	Gateball	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	4
13	3	Petanque	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1
14	3	Futsal	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3
15	3	Bola Sundul	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	
16	3	UAS	Eksperimen/Praktek			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	4

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	15	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	5	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%

	a. Studi Kasus	30	
	b. Team Based Project	20	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Tri Nurharsono dan Sri Haryono. (2006). Permainan Tonnis. Semarang: FIK UNNES
2. 1. Harsuki. (2003). Perkembangan Olahraga Terkini. Raja Grafindo: Jakarta.
3. Justinus Lhaksana (2011). Taktik dan Strategi Futsal Modern. Be Champion
4. Achmad Allatief Ardiwinata, Suherman, Mata Dinata (2006). Kumpulan Permainan Rakyat (Olahraga Tradisional). Cerdas Jaya: Jakarta

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Terapi Okupasi Anak Difabel/SSE60231
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah ini bersifat wajib dengan bobot 2 SKS terdiri atas 1 SKS Teori dan 1 SKS Praktek. Matakuliah ini membahas 1) Pengertian terapi okupasi, 2) Tujuan terapi bermain dan okupasi, 3) Ruang lingkup terapi okupasi, 5) Mekanisme pelaksanaan terapi okupasi, 6) Perencanaan dan pelaksanaan program okupasi pada anak difabel.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi manajemen pelayanan kesehatan melalui pendekatan saintifik	Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
2	Mahasiswa ampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan manajemen pelayanan kesehatan	Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
3	Mahasiswa mampu menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut dalam manajemen pelayanan kesehatan	Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Konsep dasar terapi okupasi tentang pengertian, indikasi, fungsi, jenis, dan tahapan terapi okupasi serta tahapan terapi okupasi kelompok.	1. Ceramah 2. Diskusi	Mendiskusikan dalam kelompok kecil mengenai Konsep dasar terapi okupasi tentang pengertian, indikasi, fungsi, jenis, dan tahapan terapi okupasi serta tahapan terapi okupasi kelompok.	Mahasiswa mampu mendiskripsikan Konsep dasar terapi okupasi tentang pengertian, indikasi, fungsi, jenis, dan tahapan terapi okupasi serta tahapan terapi okupasi kelompok.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	

2	1, 2	1. 1. kesulitan-kesulitan yang dihadapi dalam mengintegrasikan perkembangan psikososialnya. 2. kesulitannya berkomunikasi dengan orang lain. 3. ke tidak wajar dalam mengekspresikan perasaan atau kebutuhan yang primitif. 4. Terhentinya seseorang dalam fase pertumbuhan tertentu atau seseorang yang mengalami kemunduran. 5. Seseorang yang cacat tubuh yang mengalami gangguan dalam kepribadiannya	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Menjelaskan indikasi-indikasi dalam1. kesulitan-kesulitan yang dihadapi dalam mengintegrasikan perkembangan psikososialnya. 2. kesulitannya berkomunikasi dengan orang lain. 3. ke tidak wajar dalam mengekspresikan perasaan atau kebutuhan yang primitif. 4. Terhentinya seseorang dalam fase pertumbuhan tertentu atau seseorang yang mengalami kemunduran. 5. Seseorang yang cacat tubuh yang	Mahasiswa mendiskusikan 1. kesulitan-kesulitan yang dihadapi dalam mengintegrasikan perkembangan psikososialnya. 2. kesulitannya berkomunikasi dengan orang lain. 3. ke tidak wajar dalam mengekspresikan perasaan atau kebutuhan yang primitif. 4. Terhentinya seseorang dalam fase pertumbuhan tertentu atau seseorang yang mengalami	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	
3	1, 2	. Perlakuan psikiatri yang spesifik untuk alat diasnotik 2. Terapi khusus untukmengembalikan fungsi fisik, meningkatkan ruang gerak sendi, kekuatan otot, dan koordinasi gerakan. 3. Mengajarkan aktivitas kehidupan sehari-hari. 4.Membantu difabel menyesuaikan diri. 5. Meningkatkan toleransi kerja, memelihara, dan meningkatkan kemampuan yang masih ada.	1. Ceramah 2. Diskusi	Menjelaskan 1. Perlakuan psikiatri yang spesifik untuk alat diasnotik 2. Terapi khusus untukmengembalikan fungsi fisik, meningkatkan ruang gerak sendi, kekuatan otot, dan koordinasi gerakan. 3. Mengajarkan aktivitas kehidupan sehari-hari. 4.Membantu difabel menyesuaikan diri. 5. Meningkatkan toleransi kerja, memelihara, dan meningkatkan kemampuan yang masih ada.	Mahasiswa mampu menjelaskan 1. Perlakuan psikiatri yang spesifik untuk alat diasnotik 2. Terapi khusus untuk mengembalikan fungsi fisik, meningkatkan ruang gerak sendi, kekuatan otot, dan koordinasi gerakan. 3. Mengajarkan aktivitas kehidupan sehari-hari. 4.Membantu difabel menyesuaikan diri. 5. Meningkatkan toleransi kerja, memelihara, dan meningkatkan kemampuan yang masih ada.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	

4	2	Gangguan konsentrasi - Gangguan motorik - Kesulitan belajar - Gangguan sensori - Gangguan tumbuh kembang - Gangguan perilaku dan emosi - Gangguan interaksi sosial - Hiperaktif - Keterbelakangan mental	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Menjelaskan Gangguan konsentrasi - Gangguan motorik - Kesulitan belajar - Gangguan sensori - Ganggan tumbuh kembang - Gangguan perilaku dan emosi - Gangguan interaksi sosial - Hiperaktif - Keterbelakangan mental -	Mahasiswa mampu mendiskripsikan gangguan konsentrasi - Gangguan motorik - Kesulitan belajar - Gangguan sensori - Ganggan tumbuh kembang - Gangguan perilaku dan emosi - Gangguan interaksi sosial - Hiperaktif - Keterbelakangan mental	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
5	2	- Kelumpuhan otak/keterlambatan perkembangan pada otak (Cerebral Palsy)	1. Ceramah 2. Diskusi	Mengetahui berbagai akibat kelumpuhan otak - Kelumpuhan otak/keterlambatan perkembangan pada otak (Cerebral Palsy	Dapat mengklasifikasi akibat - Kelumpuhan otak/keterlambatan perkembangan pada otak (Cerebral Palsy)	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
6	2	Jenis okupasi terapi yaitu: activity of daily living (perawatan diri), productivity (kerja), dan leisure (pemanfaatan waktu luang	1. Ceramah 2. Diskusi	Mendiskusikan Jenis okupasi terapi activity of daily living (perawatan diri), productivity (kerja), dan leisure (pemanfaatan waktu luang	Mahasiswa mampu membuat berbagai bentuk aktivitas okupasi terapi activity of daily living (perawatan diri), productivity (kerja), dan leisure (pemanfaatan waktu luang	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
7	1, 2	1.Tahap Evaluasi 2. Tahap Intervensi 3. Tahap Hasil Akhir	1. Ceramah 2. Diskusi	Mendiskusikan tentang Tahapan Evaluasi, Tahap Intervensi danTahap Hasil Akhir	Mahasiswa mampu menjelaskan tentang Tahapan Evaluasi, Tahap Intervensi danTahap Hasil Akhir terapi okupasi.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2

8	2	1. tahap Orientasi . 2. tahap Pendahuluan (Introduction) 3. Tahap Pemanasan 4. Tahap aktivitas terpilih (selected activities) 5. Tahap Terminasi	1. Ceramah 2. Diskusi	Mendiskusikan tahap Orientasi, Pendahuluan (Introduction),Tahap Pemanasan, Tahap aktivitas terpilih (selected activities) dan Tahap Terminasi dalam kelompok kecil.	Mahasiswa mempunyai kemampuan untuk mendiskripsikan tahap Orientasi, Pendahuluan (Introduction),Tahap Pemanasan, Tahap aktivitas terpilih (selected activities) dan Tahap Terminasi dalam kelompok kecil.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
9	1, 2	Tahapan layanan Okupasi terapi. -. Tahap Hasil Akhir	1. Ceramah 2. Diskusi	Mendiskusikan tentang Tahapan Evaluasi, Tahap Intervensi danTahap Hasil Akhir	Mahasiswa mampu menjelaskan tentang Tahapan Evaluasi, danTahap Hasil Akhir terapi okupasi.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
10	2, 3	resume materi 1 sd 9	Eksperimen/Praktek	Membuat konklusi materi 1 sd 9	Mahasiswa mampu membuat konklusi dari materi yang sudah disampaikan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
11	1	1. tahap Orientasi . 2. tahap Pendahuluan (Introduction) kelompok	1. Ceramah 2. Diskusi	Mendiskusikan tahap Orientasi, Pendahuluan (Introduction),	Mahasiswa mempunyai kemampuan untuk mendiskripsikan tahap Orientasi, Pendahuluan (Introduction),	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
12	1, 3	3. Tahap Pemanasan 4. Tahap aktivitas terpilih (selected activities) 5. Tahap Terminasi	1. Ceramah 2. Diskusi	memahami tahap aktivitas terpilih (selected activities) dan Tahap Terminasi dalam kelompok kecil	Menjelaskan tahap Pemanasan, Tahap aktivitas terpilih (selected activities) dan Tahap Terminasi dalam kelompok kecil.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	2
13	1	Tahapan layanan Okupasi terapi. -Konsultasi - Pemeriksaan awal (Assessment)	1. Ceramah 2. Diskusi	Mendiskusikan . Konsultasi - Pemeriksaan awal (Assessment	Mahasiswa mempunyai kemampuan untuk menjelaskan Konsultasi - Pemeriksaan awal (Assessment)	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2

14	1	- Penetapan program terapi	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri	Dapat membuat Penetapan program terapi	Penetapan program terapi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
15	1, 3	Pelaksanaan program terapi (Individu maupun kelompok) - Evaluasi program	1. Diskusi 2. Eksperimen/Praktek 3. Kuis/Evaluasi	Pelaksanaan program terapi (Individu maupun kelompok) - Evaluasi program	Mendemontrasikan Pelaksanaan program terapi (Individu maupun kelompok) - Evaluasi program	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
16	3	1. Metode OT secara Individual dan metode secara kelompok. 2. Alat2 integrasi sensorik	1. Diskusi 2. Demonstrasi	Mendiskusikan tentang panduan Metode OT secara Individual dan metode secara kelompok. dan Alat2 integrasi sensorik	Mahasiswa mempunyai kemampuan untuk Metode OT secara Individual dan metode secara kelompok. dan Alat2 integrasi sensorik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	10	
	b. Team Based Project	40	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. 2. Siti Makmudah 2008. Terapi okupasi anak tuna grahita dan tunadaksa. Unesa press
2. 1. Creek 2003 Occupational Therapy Defined as a Complex Intervention, London COT

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Ilmu Gizi/SSE60232
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Ilmu Gizi berisikan pelajaran tentang makanan dan zat gizi yang terkandung didalamnya kaitannya dengan kesehatan tubuh, macam-macam zat gizi, sistem hidrasi dan penerapannnya, sistem pencernaan, penyerapan serta kegunaan bagi tubuh. Mempelajari tentang penyakit-penyakit akibat kekurangan gizi, mempelajari cara menyusun menu makanan dengan memperhatikan kebutuhan kalorinya bagi tubuh.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa memiliki pengetahuan, kemampuan menerangkan tentang makanan serta zat gizi kaitannya dengan kesehatan tubuh, penyakit-penyakit gizi dan dapat menyusun menu empat sehat lima sempurna gizi seimbang dengan perhitungan kalori sesuai Berat Badan.	Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
2	Mahasiswa memiliki pengetahuan tentang makanan serta zat gizi kaitannya dengan kesehatan tubuh	Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
3	Mahasiswa memiliki pengetahuan tentang penyakit-penyakit gizi	Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat

4	Mahasiswa memiliki pengetahuan untuk menyusun menu empat sehat lima sempurna gizi seimbang dengan perhitungan kalori sesuai berat badan	Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1, 2	Konsep makanan sehat	1. Ceramah 2. Diskusi	1. Menyampaikan deskripsi singkat tentang desain pembelajaran 2. Menunjukkan relevansi kompetensi terhadap perkuliahan 3. Menyampaikan arti makanan sehat 4. Definisi-definisi zat makanan 5. Penyampaian tentang bahan makanan	Mahasiswa mampu mengetahui arti makanan sehat, bahan makanan, definisi-definisi zat makanan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 6
2	1, 2, 4	Macam-macam zat gizi dan Karbohidrat	1. Ceramah 2. Diskusi	Menjelaskan tentang Pembagian zat gizi, Pembagian karbohidrat, Fungsi karbohidrat Pencernaan, absorbsi, ekskresi, metabolisme	Mahasiswa Mampu untuk 1. Pembagian zat gizi 2. Pembagian karbohidrat 3. Fungsi karbohidrat 4. Pencernaan, absorbsi, ekskresi, metabolisme	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 6
3	1, 2	Lemak/ lipid	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang: 1. Pengenalan lipid 2. Pembagian lipid 3. Fungsi lipid 4. Asam lemak essensial Obesitas	. Sikap (Instrumen: observasi, angket) 2. Pengetahuan (Instrumen Tes)	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3, 6

4	1, 2	Protein	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang: 1. Pembagian protein dan asam amino 2. Fungsi, 3. pencernaan Metabolisme asam amino	1. Sikap (Instrumen: observasi, angket) 2. Pengetahuan (Instrumen Tes)	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3, 6
5	1, 2	Pencernaan makanan, absorbsi , transportasi, pembuangan	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang pengenalan proses sistem pencernaan makanan, cara kerja organ-organ yang terkait	1. Sikap (Instrumen: observasi, angket) 2. Pengetahuan (Instrumen Tes)	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3, 6
6	1, 2, 3	Macam-macam vitamin, pembagian dan fungsinya	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang 1. Macam-macan dan fungsi Vitamin bagi tubuh 2. Vitamin yang larut dalam lemak 3. Vitamin yang larut dalam air	1. Sikap (Instrumen: observasi, angket) 2. Pengetahuan (Instrumen Tes) 3. Keterampilan/ unjuk kerja (Instrumen, pedoman, observasi, rubrik)	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 6
7	1, 2, 3	Mineral	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang Macam-macam makro mineral dan fungsinya dalam tubuh.	. Sikap (Instrumen: observasi, angket) 2. Pengetahuan (Instrumen Tes)	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 6
8	1, 2, 4	Hidrasi dan Penerapannya	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang peran, fungsi dan kebutuhan hidrasi dalam tubuh khususnya jika diimplementasikan pada saat berolahraga	1. Sikap (Instrumen: observasi, angket) 2. Pengetahuan (Instrumen Tes) 3. Interaksi kelas (diskusi)	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 6, 7, 8, 9
9	4	Pengaturan Gizi Sehat Berimbang	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang Pengaturan Gizi Sehat Berimbang	Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang Pengaturan Gizi Sehat Berimbang	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 6
10	1, 2	Gizi untuk Pertumbuhan dan Perkembangan	Diskusi	Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang Gizi untuk Pertumbuhan dan Perkembangan	Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang Gizi untuk Pertumbuhan dan Perkembangan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 6

11	1, 4	Kalori Expenditure	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang: 1. Penghitungan IMT, Status Gizi 2. Penghitungan Energi	Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang: 1. Penghitungan IMT, Status Gizi 2. Penghitungan Energi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
12	1, 4	Kalori Expenditure	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang: 1. Penghitungan IMT, Status Gizi 2. Penghitungan Energi	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang: 1. Penghitungan IMT, Status Gizi 2. Penghitungan Energi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 4
13	1, 4	Penghitungan Kolori Bahan Makanan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang 1. Pengitungan Bahan Makanan 2. Pembagian Menu Makan Penyusunan Makanan untuk Atlet	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang 1. Pengitungan Bahan Makanan 2. Pembagian Menu Makan Penyusunan Makanan untuk Atlet	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	3, 4, 7, 8
14	1, 4	Penghitungan Kolori Bahan Makanan	Ceramah	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang 1. Pengitungan Bahan Makanan 2. Pembagian Menu Makan Penyusunan Makanan untuk Atlet	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang 1. Pengitungan Bahan Makanan 2. Pembagian Menu Makan Penyusunan Makanan untuk Atlet	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	3, 5, 7, 8
15	3	Mal Nutrition	1. Eksperimen/Praktek 2. Kerja Lapangan	menganalisis kasus Mal Nutrition pada Masyarakat	mampu mengidentifikan kasus mal nutrisi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3, 8, 9
16	1, 2, 3, 4	Reviuw dan Laporan Observasi kasus Gizi di masyarakat	Kerja Lapangan	mampu menganalisis kasus Gizi di masyarakat	mampu mengidentifikasi kasus gizi yang ada di masyarakat	1. Presentasi 2. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 5, 6, 9

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%

	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	10	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	10	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	30	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Achmad Djaeni Sediaoetama (2000). Ilmu Gizi. Jakarta: Dian Rakyat.
2. Djoko Pekik Irianto (2000). Panduan Gizi lengkap untuk Keluarga dan Olahragawan. Andi Offset. Yogyakarta.
3. Suhardjo dan Clara M.Kusharto (1992). Prinsip-Prinsip Ilmu Gizi. Yogyakarta: Percetakan Kanisius.
4. Sunita Almatsier (2001). Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
5. S.Dawiesah Ismadi (1990). Nutrisi dan Kesehatan. Yogyakarta: Pusat Pangan dan Gizi Universitas Gadjah Mada
6. Bernadot, Dan. (2012) Advanced Sport Nutrition, Second Edition. Human Kinetics.
7. Beachle, T.R. & Earle, R.W. (2008). Essential of Strengh Training and Conditioning. Human Kin etics.
8. Porcari, J., Bryant, C., & Comana, F. (2015) Exercise Physiology. F. A. Davis Company
9. Kenney W. L., Wilmore J. H. & Costill, D. L. (2012) Physiology of Sport and Exercise, Fifth Editi on. Human Kinetics.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta, 1 Januari 2025
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Olahraga Rekreasi/SSE60233
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Teori dan Metodologi Latihan Orkes merupakan matakuliah jurusan wajib tempuh dengan bobot 2 SKS yang terdiri dari 1 SKS teori dan 1 SKS Praktik.Mata kuliah ini berisi tentang pengertian prinsip-prinsip latihan, komponen-komponen latihan, sistem energi pada saat latihan dan penyusunan program latihan kesehatan dan komponen biomotor.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Memiliki dan menjelaskan gambaran maupun pengetahuan tentang matakuliah teori dan metodologi latihan Orkes	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

2	Memahami dan menjelaskan pengertian latihan, dasar latihan dan konsep latihan	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

3	Memahami dan menjelaskan prinsip-prinsip latihan, komponen latihan, rumusan tujuan latihan dan sasaran latihan	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

4	Memahami dan menjelaskan konsep kebugaran jasmani dan komponen komponen kebugaran	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

5	Memahami dan menjelaskan konseep energi, kebutuahan energy, sistem energi	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

6	sistem energi anaerobik dan aerobik	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

7	Memahami dan mampu menjelaskan perencanaan praktik tes VO2 Mak kebugaran jasmani	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1		Deskripsi matakuliah teori dan metodologi latihan Orkes	1. Ceramah 2. Diskusi			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3
2		Dasar-dasar Latihan dan konsep latihan	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
3		Prinsip-prinsip latihan, komponen latihan, rumusan tujuan dan sasaran latihan	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
4		Konsep kebugaran jasmani dan komponen-komponen kebugaran	1. Ceramah 2. Diskusi			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3
5		Konsep erergi, kebutuan energi, konsep sistem energi	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
6		sistem energi anerobik dan aerobik	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
7		Faktor-faktor latihan (meliputi persiapan fisik, persiapan teknik	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 3
8		persiapan taktik dan mental)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	3
9		ujian	Eksperimen/Praktek			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UTS	2 x 50 menit	1, 3
10		Materi tes VO2 Mak kebugaran jasmani	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 3
11		Intensitas latihan (penentuan beban latihan)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
12		Perencanaan dan tahapan latihan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3

13		Materi periode sasi latihan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
14		Pengertian komponen biomotor	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
15		Latihan untuk Komponen biomotor	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
16		ujian	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Bompa, T.O. (1994). Theory and Methodology of Training. Canada: Kendal Hunt Ub. Company
2. Bompa, T.O. (1999). Theory and Methodology of Training. Dubuque; Kendal Hunt. Ub. Company
3. Sukadiyanto. (2009). Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik. Yoyakarta: Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK UNY

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1Mata
Kuliah/Kode	:	Aktivitas Jasmani Adaptif/SSE60234
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah aktivitas jasmani adapted ini bersifat wajib tempuh, berbobot 3 sks. Matakuliah ini membahas tentang filosofi aktivitas jasmani adapted/ olahraga adapted, perencanaan program aktivitas jasmani adapted untuk tujuan preventif, promotif dan korektif bagi anak berkebutuhan khusus.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu memahami tentang arti pentingnya aktivitas jasmani adaptif	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
2	mahasiswa mampu menguasai aktivitas jasmani yang disarankan dan dilarang untuk anak berkebutuhan khusus	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

3	Mhasiswa mampu memahami karakteristik anak-anak yang berkelainan	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
4	Mahasiswa mampu membuat program aktivitas jasmani maupun olahraga yang dimodifikasi.	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	RPS	Ceramah	pemaparan materi kuliah	absensi kehadiran	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	
2	2	konsep aktivitas jasmani yang dilarang untuk anak berkebutuhann khusus	1. Ceramah 2. Diskusi	secara teori mencari informasi dari jurnal dan buku	kehadiran,	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	
3	2	membuat program aktivitas jasmani anak berkebutuhan khusus yang tidak dilarang atau yang dianjurkan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	belajar kelompok	presensi, tugas, presentasi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	
4	2	tanggung jawab terhadap tugas presentasi tentang aktivitas jasmani anak berkebutuhan khusus	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	suasana belajar menyenangkan	presensi kehadiran, keaktifan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	
5	2	bagaimana cara membuat program aktivitas jasmani yang dianjurkan	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri 3. Kuis/Evaluasi	mengerti aktivitas jasmaninyang dianjurkan untuk anak berkebutuha khusus	kehadiran,keaktifan, tugas, presentasi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	
6	3	bagimana memahami karakteristik anak berkebutuhan khusus	Ceramah	merangkum materi tentang karaktereistik anak berkebutuhan khusus	presensi, mempunyai inisiatif	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	
7	3	mempunyai keterampilan membuat aktivitas jasmani sesuai dengan ketunaannya	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	praktek memberinaktivitas jasmani sesuai dengan ketunaannya	kehadiran, tugas, studin kasus	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	
8	3	UTS	Kuis/Evaluasi	teori	peningkatan	UTS	2 x 50 menit	
9	4	mahasiswa mampu mencari referensi tentang membuat program modifikasi aktivitas jasmani	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	belajar bersama. teori , mengerti	presensi	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	

10	4	mahasiswa mampu membuat protram aktivitas jasmani sesuai dengan ketunaan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	metode, memodifikasi, praktek	keterampilan, inisiatif	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	
11	4	suasana belajar nyaman	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	memodifikasi,praktek	sikap, keterampilan inisiatif, presensi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	
12	4	mahasiswa mempresentasikan hasil penyusunan program aktivitas jasmani untuk anak tuna grahita	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	praktek, memodifikasi	presensi, inisiatif	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	
13	4	mahasiswa mempresentasikan program modifikasi aktivitas jasmani untuk ankan tuna netra	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek 3. Tugas/Kerja Mandiri	praktek, suasana belajar nyaman	presensi, keterampilan, pencapaian, semangat	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	
14	4	mahsiswa presentasi program aktivitas jasmani untuk anak tuna daksa	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	teori, praktek, metode memodifikasi	presensi, inisiatif, sikap. keterampialan dan pencapaian	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	
15	4	mahasiswa mempresentasikan progaram aktivitas jasmani untuk rungu	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek 3. Tugas/Kerja Mandiri	belajar betrsama, suasan belajar nyaman, memodifikasi, teori dan prkatek	presensi. inisiatif, ketreampilan, sikap, semangant dan pencapaian	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	
16	1, 2, 3, 4	mahasiswa mengikuti ujian akhir semester	1. Tugas/Kerja Mandiri 2. Kuis/Evaluasi	mengerti	presensi, semangat dan pencapaian	1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%

	a. Kehadiran	15	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Anjuran: 1. Nurhasan. (2004). Aktivitas Kebugaran. Jakarta: Direktorat Pembinaan Sekolah Luar Biasa. 2. David Auxter (2001) Principles and Methods Of Adapted Physical education and Recreation. Boston: IL Dubuque 3. Walter C. (1981). Adapted Physical Education and Rekreation. United States: CV Mosby Campany 4. Yudy Hendrawan. (2007). Pendidikan Jasmani dan Olahraga A

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Gizi Olahraga/SSE60235
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Gizi Olahraga berisikan materi tentang makanan dan zat gizi yang terkandung didalamnya kaitannya dengan kesehatan tubuh dan metabolisme tubuh dalam kegiatan olahraga, Mata kuliah ini membahas tentang proses perencanaan makanan bagi atlet yang disesuaikan dengan klasifikasi olahraga, kebutuhan zat gizi atlet, keseimbangan pemasukan energi melalui karbohidrat dan protein selama latihan dan pertandingan, pengaturan makanan bagi atlet khususnya pada saat sebelum, selama dan setelah latihan atau bertanding, pemanfaatan makanan tradisional serta suplemen makanan, pengaturan Berat Badan, doping dan ergogenic aids

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu memahami proses perencanaan makanan bagi atlet yang disesuaikan dengan klasifikasi olahraga	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
2	Mahasiswa mampu memahami kebutuhan zat gizi, pengaturan makanan, dan pengaturan berat badan bagi atlet	Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
3	Mahasiswa menguasai pengetahuan tentang pemanfaatan makanan tradisional serta suplemen makanan, doping, dan ergogenic aids	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	2	Kebutuhan Energi olahragawan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang Penghitungan kebutuhan energi bagi Olahragawan sesuai dengan cabang olahraga	Mahasiswa mampu mengetahui Penghitungan kebutuhan energi bagi Olahragawan sesuai dengan cabang olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3, 5
2	1	Sistem Energi untuk Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri 4. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mampu mengetahui dan menunjukkan relevansi kompetensi terhadap perkuliahan Sistem Energi untuk Olahraga	Mahasiswa mampu memahami tentang: 1. Teory sistem energi 2. Sistem energi aerobik dan anaerobik 3. Sistem energi predominan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
3	2	Pengaturan Makanan sebelum, selama dan setelah latihan/ Bertanding	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri 4. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang: Makanan sebelum, selama dan setelah latihan/Bertanding	Mahasiswa mampu mendeskripsikan dan menyusun tentang Pengaturan Makanan sebelum, selama dan setelah latihan/ Bertanding	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Studi Kasus	2 x 50 menit	3, 5, 6, 7
4	2	Pengaturan Makanan sebelum, selama dan setelah latihan/ Bertanding	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri 4. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang: Makanan sebelum, selama dan setelah latihan/bertanding	Mahasiswa mampu mendeskripsikan dan menyusun menu tentang Pengaturan Makanan sebelum, selama dan setelah latihan/ Bertanding	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Studi Kasus	2 x 50 menit	3, 5, 6, 7
5	2	Pengaturan Berat badan bagi Olahragawan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang: Pengaturan Berat badan bagi Olahragawan	Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang Pengaturan Berat badan bagi Olahragawan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 6, 7

6	3	Peningkatan Massa otot dengan Protein (Protein to Build and repair Muscles)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa Mendeskripsikan tentang: Peningkatan Massa otot dengan Protein (Protein to Build and repair Muscles)	Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang: 1. Peran Protein untuk peningkatan massa otot 2. Manfaat Asam amino dan whey protein 3. Program peningkatan lean massa otot	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 6, 7
7	1, 2	Pengaturan Hidrasi bagi Atlet	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mampu Mendeskripsikan tentang Pengaturan Hidrasi bagi Atlet	Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang: 1. Fungsi Hydrasisaat latihan/bertanding 2. Penghitungan Status Hydrasi 3. Pemenuhancairan saat latihan/bertanding	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 6, 7
8	1, 2, 3	UJIAN TENGAH SEMESTER	Tugas/Kerja Mandiri	Menegrjakan soal Ujian Tengah Semester	Mahasiswa mampu menjawab pertanyaan dengan baik	UTS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
9	3	Minuman berenergi dan makanan organik bagi Atlet	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa Mampu Mendeskripsikan tentang minuman berenergi dan makanan organik bagi Atlet	Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang macam-macam minuman berenergi dan makanan organik bagi Atlet untuk meningkatkan performance	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 6, 7
10	3	Suplement and ergogenic Aids	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mampu Menunjukkan relevansi kompetensi terhadap perbedaan, macam, sumber makanan, batas legal pemakaian dan resiko terhadap pemberian Suplement and ergogenic Aids	Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang perbedaan, macam, sumber makanan, batas legal pemakaian dan resiko terhadap pemberian Suplement and ergogenic Aids	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 5, 6, 7
11	2	Carbohydrate Loading Loading	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang Carbohydrate Loading	1. Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang Manfaat dan resiko Carbohydrate Loading 2. Mekanisme pemberian Carbohydrate Loading	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 6, 7

12	3	Doping	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mampu menunjukkan relevansi kompetensi terhadap doping yang terjadi di dunia olahraga	Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang: 1. Doping yang legal dan ilegal 2. Test Doping 3. Peraturan Dunia tentang penggunaan Doping dan sanksinya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 5, 6, 7
13	2	Eating Disorder and Food Obsessions	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mampu Menunjukkan relevansi kompetensi terhadap kasus-kasus Eating Disorder	Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang 1. eating disorder 1.Food Obsessions 2.Kasus yang sering terjadi pada atlet 3.Pencegahan dan perawatan kasus tersebut	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 5, 6, 7
14	2	Eating Disorder and Food Obsessions	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mampu Menunjukkan relevansi kompetensi terhadap kasus-kasus Eating Disorder	Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang: 1.Food Obsessions 2.Kasus yang sering terjadi pada atlet 3.Pencegahan dan perawatan kasus tersebut	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 6, 7
15	2	Nutrisi Optimal saat pemulihan (Recovery)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mampu memahami tentang Nutrisi Optimal saat pemulihan (Recovery)	Mahasiswa mampu mendeskripsikan tentang: 1. Pemberian makananan yang dianjurkan saat cedera dan pemulihan 2. Pengaturan makanan untuk menjaga performance saat recovery	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 6, 7
16	1, 2, 3	UTS	Tugas/Kerja Mandiri	UTS	Mahasiswa Mampu Mngerjakan soal UTS	UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	15	
	e. UAS	20	

2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Achmad Djaeni Sediaoetama (2000). Ilmu Gizi. Jakarta: Dian Rakyat.
2. Benardot D. (2006). Advanced Sport Nutrition. Campaign L. Human Kynetic
3. Djoko Pekik Irianto (2000). Panduan Gizi lengkap untuk Keluarga dan Olahragawan. Andi Offset. Yogyakarta.
4. Suhardjo dan Clara M.Kusharto (1992). Prinsip-Prinsip Ilmu Gizi. Yogyakarta: Percetakan Kanisius.
5. Sunita Almatsier (2001). Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
6. Lanham-New SA, Stear SJ, Shirrerf SM, Collins AL (Eds) (2011). Sport and Exercixe Nutrition. West Sussex, Wiley-Blackwell
7. Nancy Clark's. (2014). Sport Nutrition Guidebook-5th Edition. Campaign L. Human Kynetic

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Ilmu Kesehatan Mental/SSE60236
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah kesehatan mental berisi tentang pengertian ilmu kesehatan mental, sejarah kesehatan mental, konsep kesehatan mental, ruang lingkup kesehatan mental, pandangan tentang mental yang sehat, penyesuaian diri, prevensi dalam kesehatan mental, pendidikan sexs bagi remaja, kesehatan mental di sekolah, agama dan kesehatan mental, melalui kuliah teori

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa memahami pengetahuan tentang prinsip dasar kesehatan mental	Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
2	Mahasiswa memahami sebab kekalutan mental dan bentuk gangguan mental	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
3	Mahasiswa mengetahui pengaruh pendidikan terhadap kesehatan mental dan prinsip pemberian bimbingan gangguan mental	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Definisi Ilmu Kes Mental dan Pentingnya Ilmu Kes Mental	Ceramah	mahasiswa mempelajari definsi Kes Mental dan Pentingnya Ilmu Kes Mental	mahasiswa memahami definsi Kes Mental dan Pentingnya Ilmu Kes Mental	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
2	1	Konsep Kesehatan Mental dan Kriteria Kesehatan Mental	Diskusi	mahasiswa mempelajari Konsep Kesehatan Mental dan Kriteria Kesehatan Mental	mahasiswa memiliki pemahaman tentang Konsep Kesehatan Mental dan Kriteria Kesehatan Mental	Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
3	1	Awal Gerakan Kes Mental dan Organisasi Internasional	Diskusi	mahasiswa mempelajari Awal Gerakan Kes Mental dan Organisasi Internasional	mahasiswa memiliki pemahaman tentang Awal Gerakan Kes Mental dan Organisasi Internasional	Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
4	1	Tujuan Mempelajari Kesehatan Mental dan Sasaran dalam Kesehatan Mental	Demonstrasi	mahasiswa mempelajari Tujuan Mempelajari Kesehatan Mental dan Sasaran dalam Kesehatan Mental	mahasiswa memiliki pengetahuan tentang Tujuan Mempelajari Kesehatan Mental dan Sasaran dalam Kesehatan Mental	Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
5	2	Pihak yang Dilibatkan dalam Kes Mental dan Ruang Lingkup Kes Mental	Demonstrasi	mahasiswa mempelajari Pihak yang Dilibatkan dalam Kes Mental dan Ruang Lingkup Kes Mental	mahasiswa memahami Pihak yang Dilibatkan dalam Kes Mental dan Ruang Lingkup Kes Mental	Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
6	1	Teori-teori Mental yang Sehat dan Prinsip dalam Kesehatan mental	Demonstrasi	mahasiswa mempelajari Teori-teori Mental yang Sehat dan Prinsip dalam Kesehatan mental	mahasiswa memiliki pemahaman tentang Teori-teori Mental yang Sehat dan Prinsip dalam Kesehatan mental	Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
7	3	Pengertian Penyesuaian Diri dan Ketidakmampuan Menyesuaikan Diri dan Abnormalitas	Demonstrasi	mahasiswa mempelajari Pengertian Penyesuaian Diri dan Ketidakmampuan Menyesuaikan Diri dan Abnormalitas	mahasiswa memiliki pemahaman tentang Pengertian Penyesuaian Diri dan Ketidakmampuan Menyesuaikan Diri dan Abnormalitas	Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4

8	1, 2	uts	Kuis/Evaluasi	mahasiswa melaksanakan ujian tulis tengah semester	mahasiswa dapat melaksanakan ujian tengah semester dengan materi yang sudah disepakati	UTS	2 x 50 menit	1, 2
9	3	Ciri-ciri Penyesuaian Diri yang Efektif dan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa	Demonstrasi	mahasiswa mempelajari Ciri-ciri Penyesuaian Diri yang Efektif dan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa	mahasiswa memiliki pemahaman Ciri-ciri Penyesuaian Diri yang Efektif dan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa	Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
10	3	Pengertian Prevensi dan Prinsip-prinsip Prevensi	Demonstrasi	mahasiswa mempelajari Pengertian Prevensi dan Prinsip-prinsip Prevensi	mahasiswa memahami Pengertian Prevensi dan Prinsip-prinsip Prevensi	Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
11	3	Tujuan dan Sasaran dalam Prevensi	Demonstrasi	mahasiswa mempelajari Tujuan dan Sasaran dalam Prevensi	mahasiswa memahami Tujuan dan Sasaran dalam Prevensi	Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
12	3	Pengertian Seksual, Tujuan Pendidikan Seksual pada Remaja dan Peran Orang Tua dalam Pendidikan Seks	Demonstrasi	mahasiswa mempelajari Pengertian Seksual, Tujuan Pendidikan Seksual pada Remaja dan Peran Orang Tua dalam Pendidikan Seks	mahasiswa memiliki pengetahuan tentang Pengertian Seksual, Tujuan Pendidikan Seksual pada Remaja dan Peran Orang Tua dalam Pendidikan Seks	Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
13	2	Hubungan antara atlet dan pelatih	Demonstrasi	mahasiswa mempelajari Hubungan antara atlet dan pelatih	mahasiswa memiliki pemahaman tentang Hubungan antara atlet dan pelatih	Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
14	3	Membantu Kesukaran Atlet dan Persoalan Kepribadian dalam atlet	Demonstrasi	mahasiswa mempelajari Kesukaran Atlet dan Persoalan Kepribadian dalam atlet	mahasiswa memahami Kesukaran Atlet dan Persoalan Kepribadian dalam atlet	Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
15	3	Fungsi Agama dalam Kehidupan, Agama sebagai Therapy terhadap Gangguan Kejiwaan dan Peranan Agama dalam Pembinaan Mental	Diskusi	mahasiswa mempelajari Fungsi Agama dalam Kehidupan, Agama sebagai Therapy terhadap Gangguan Kejiwaan dan Peranan Agama dalam Pembinaan Mental	mahasiswa memiliki pemahaman tentang Fungsi Agama dalam Kehidupan, Agama sebagai Therapy terhadap Gangguan Kejiwaan dan Peranan Agama dalam Pembinaan Mental	Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4

16	1, 2, 3	UAS	Kuis/Evaluasi	ujian tulis	ujian tulis	UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Yustinus Semiun. (2006). Kesehatan Mental. Yogyakarta: Kanisius
2. Kartini Kartono. (1989). Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam. Bandung: Mandar Maju.
3. Moeljono Notosoedirdjo dan Latipun. (2007) Kesehatan Mental. Malang: UMM Press.
4. Siswanto. (2007). Kesehatan Mental Konsep, Cakupan, dan Per kembangannya. Yogyakarta: Andi Offset.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Manajemen Pelayanan Kesehatan/SSE60237
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah Manajemen Pelayanan Kesehatan membahas tentang pengertian manajemen kesehatan, pengorganisasian manajemen kesehatan, sistem perencanaan pelayanan kesehatan, manajemen mutu pelayanan kesehatan, pengawasan dan pengendalian pelayanan kesehatan, standarisasi pelayanan kesehatan serta interdisipliner dalam manajemen pelayanan kesehatan.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Mahasiswa mampu mengkaji implikasi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan ilmu olahraga sesuai dengan Terapi Okupasi Anak Difabel	Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok

2	Mahasiswa mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi	Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
3	Mahasiswa mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah Terapi Okupasi Anak Difabel	Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	2	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang Pengertian Manajemen Kesehatan	1. Ceramah 2. Diskusi	1. Pengertian Manajemen 2. Manfaat manajemen 3. Penerapan manajemen di bidang kesehatan	lisan	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2
2	2	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang Pengertian Manajemen Kesehatan	Ceramah	1. Pengertian Manajemen 2. Manfaat manajemen 3. Penerapan manajemen di bidang kesehatan	lisan	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2
3	2	Mendeskripsikan tentang Sistem organisasi	1. Ceramah 2. Diskusi	1. Menjelaskan tentang sistem organisasi 2. Menjelaskan tentang sistem manajemen 3. Penerapan sistem manajemen dan organisasi di bidang kesehatan	lisan	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2
4	2	Mendeskripsikan tentang Sistem manajemen	1. Ceramah 2. Diskusi	1. Menjelaskan tentang sistem organisasi 2. Menjelaskan tentang sistem manajemen 3. Penerapan sistem manajemen dan organisasi di bidang kesehatan	lisan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2
5	2	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang Perlunya perencanaan	1. Ceramah 2. Diskusi	1. Mendeskripsikan tentang langkah perencanaan 2. Manfaat perencanaan	lisan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2

6	2	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang Manfaat perencanaan dalam pelayanan kesehatan	1. Ceramah 2. Diskusi	1. Mendeskripsikan tentang langkah perencanaan 2. Manfaat perencanaan		1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2
7	2	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang: 1. Perlunya perencanaan 2. Manfaat perencanaan dalam pelayanan kesehatan	1. Ceramah 2. Diskusi	1. Mendeskripsikan tentang langkah perencanaan 2. Manfaat perencanaan		1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2
8	2	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang: Manajemen mutu pelayanan	1. Ceramah 2. Diskusi	Mendeskripsikan tentang pentingnya manajemen mutu pelayanan kesehatan	lisan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2
9	2	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang: Manajemen mutu pelayanan	1. Ceramah 2. Diskusi	Mendeskripsikan tentang pentingnya manajemen mutu pelayanan kesehatan		1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2
10	2	UTS	Kuis/Evaluasi	Ujian Tulis		UTS	2 x 50 menit	1, 2
11	2	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang konsep Pengawasan dan Pengendalian Pelayanan Kesehatan	1. Ceramah 2. Diskusi	Mendeskripsikan tentang konsep Pengawasan dan Pengendalian Pelayanan Kesehatan	lisan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
12	2	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang konsep Pengawasan dan Pengendalian Pelayanan Kesehatan	1. Ceramah 2. Diskusi	Mendeskripsikan tentang konsep Pengawasan dan Pengendalian Pelayanan Kesehatan		Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
13	2	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang standard pelayanan kesehatan	1. Ceramah 2. Diskusi	Mendeskripsikan tentang standard pelayanan kesehatan		Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
14	2	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang standard pelayanan kesehatan	1. Ceramah 2. Diskusi	Mendeskripsikan tentang standard pelayanan kesehatan	lisan	Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
15	2	Mahasiswa diharapkan dapat memahami tentang adanya hubungan interdisipliner dalam Pelayanan Kesehatan	1. Ceramah 2. Diskusi	Mendeskripsikan tentang hubungan interdisipliner dalam Pelayanan Kesehatan	lisan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
16	2	UAS	Kuis/Evaluasi	Ujian Tulis		UAS	2 x 50 menit	1, 2

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Suyadi, 2011. Manajemen Pelayanan Kesehatan: Suatu Pendekatan Interdisipliner, Seminar Nasional “Pergeseran Paradigma Manajemen: Tinjauan dari Berbagai Disiplin Ilmu”, Program Pascasarjana, STIE Indonesia, Malang.
2. Mc Mohan, Barton, E, Piot, M, Ross, F. On Being in Charge. A Guide to Management in Primary Health Care, World Health Organization

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1 Mata
Kuliah/Kode	:	Karya Ilmiah Olahraga/SSE60238
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Karya Ilmiah Olahraga adalah mata kuliah yang membahas terkait dengan jenis penelitian yang berbasis penelitian olahraga.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan ilmunya dalam bidang Karya Ilmiah Olahraga	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
2	Mahasiswa mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan Karya Ilmiah Olahraga	Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
3	Mahasiswa mampu menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga	Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1, 2, 3	Kontrak perkuliahan dan pengantar perkuliahan Karya ilmiah Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang Karya Ilmiah Olahraga mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan jenis penelitian	Mahasiswa mampu menjelaskan pengertian dari Karya ilmiah Olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. UTS	2 x 50 menit	1, 2

2	2	Menganalisis jenis penelitian kualitatif dan kuantitatif	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang Karya Ilmiah Olahraga mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan jenis penelitian	Mahasiswa mampu menjelaskan penelitian kuantitatif dan kualitatif	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. UTS	2 x 50 menit	1, 2
3	1	Menganalisis jenis penelitian kualitatif dan kuantitatif	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri 4. Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang Karya Ilmiah Olahraga mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan jenis penelitian	Mahasiswa mampu menjelaskan konsep penelitian	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. UTS	2 x 50 menit	1, 2
4	3	Menganalisis jenis penelitian pengembangan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang Karya Ilmiah Olahraga mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan jenis penelitian	Mahasiswa mampu menjelaskan konsep penelitian pengembangan	1. Presentasi 2. UTS	2 x 50 menit	1, 2
5	2	Menganalisis jenis penelitian pengembangan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang Karya Ilmiah Olahraga mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan jenis penelitian	mahasiswa mampu menjelaskan jenis penelitian pengembangan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. UTS	2 x 50 menit	1, 2

6	2	Menganalisis jenis penelitian dan mempresentasikan proposal penelitian	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang Karya Ilmiah Olahraga mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan jenis penelitian	Mahasiwa mampu menjelaskan jenis penelitian.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. UTS	2 x 50 menit	1, 2
7	1	Menganalisis jenis penelitian dan mempresentasikan proposal penelitian	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang tes, pengukuran, dan evaluasi pada kegiatan olahraga, mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan jenis penelitian	Mahasiswa mampu menjelaskan jenis penelitian	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. UTS	2 x 50 menit	1, 2
8	3	Menganalisis Jurnal atau artikel	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang Karya Ilmiah Olahraga mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan jenis penelitian	mahasiswa mampu menjelaskan jenis penelitian	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. UTS	2 x 50 menit	1, 2
9	2	UTS	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang Karya Ilmiah Olahraga mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan jenis penelitian	Mahasiswa mampu mengerjakan materi terkait jenis penelitian	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. UTS	2 x 50 menit	1, 2

10	3	Menganalisis Jurnal atau artikel	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang Karya Ilmiah Olahraga mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan jenis penelitian	mahasiswa mampu menganalisi artikel jurnal	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. UTS	2 x 50 menit	1, 2
11	2	Menganalisis Jurnal atau artikel base on Sport Science	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang Karya Ilmiah Olahraga mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan jenis penelitian	Mahasiswa mampu menjelaskan jenis penelitian	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. UTS	2 x 50 menit	1, 2
12	1	Menganalisis Jurnal atau artikel base on Sport Science	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang Karya Ilmiah Olahraga mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan jenis penelitian	Mahasiswa mampu menganalisis jurnal base on sport	1. Kehadiran/Keaktifan 2. UTS	2 x 50 menit	1, 2
13	3	Menganalisis jenis penelitian dan mempresentasikan proposal penelitian	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang Karya Ilmiah Olahraga mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan jenis penelitian	Menganalisis jenis penelitian dan mempresentasikannya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. UTS	2 x 50 menit	1, 2

14	1	Menganalisis jenis penelitian dan mempresentasikan proposal penelitian	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang Karya Ilmiah Olahraga mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan jenis penelitian	mahasiswa mampu menganalisis jenis penelitian dan memdiskusikannya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. UTS	2 x 50 menit	1, 2
15	1, 3	Pre UAS	Ceramah	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang Karya Ilmiah Olahraga mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan jenis penelitian	mahasiswa paham materi yang sudah di sampaikan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. UTS	2 x 50 menit	1, 2
16	3	UAS	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mengamati penjelasan dan pemaparan tentang Karya Ilmiah Olahraga mahasiswa bertanya hal-hal yang menarik dan belum jelas tentang pemaparan materi dari dosen, serta mahasiswa menyimpulkan jenis penelitian	mahasiswa mampu mengerjakan materi ujian karya ilmiah olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	1, 2

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	0	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	20	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%

	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	30	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. smidi, A. (2003). Pendekatan Kuantitatif dan Kualitatid serta Kombinasinya dalam penelitian Psikologi. Pustaka Pelajar.
2. rikunto, Suharsimi. (2002). Prosedur Peneltian Ilmiah Suatu Pendekatan Praktis. Jakarta: Rineka Cipta.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Etika dan Perilaku Olahraga/SSE60239
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Etika dan Perilaku Olahraga merupakan mata kuliah dengan bobot 2 SKS yang terdiri atas 1 sks Teori dan 1 SKS Praktek. Mahasiswa mempraktikkan bagai mana seharusnya bertindak dan berperilaku dalam menghadapi klien khususnya dan masyarakat pada umumnya yang membutuhkan sebagai realisasi dan sosialisasi di masyarakat/instansi terkait maha siswa bekerja secara aktif dalam kelompok maupun individu.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Mahasiswa Memahami Teori Dan Perkembangan Ilmu Dan Aplikasi Etika Dan Perilaku Dalam Olahraga	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat

2	Mahasiswa Mengetahui Peran Etika Dan Perilaku Dalam Olahraga	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
3	Mahasiswa mampu menerapkan Etika dan Perilaku Dalam Olahraga	Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Pengantar Etika	Diskusi	Mahasiswa berdiskusi tentang pentingnya Etika dan perilaku dalam interaksi kegiatan olahraga		Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2
2	1, 2	?PENGANTAR ETIKA ?FUNGSI ETIKA ?NORMA, KAIDAH, DAN ETIKET ?ETIKA YANG BERKAITAN DENGAN NILAI DAN NORMA PRINSIP-PRINSIP MORAL DASAR	Diskusi	MAHASISWA MELAKUKAN EKSPLORASI DAN DISKUSI TENTANG KONSEP ETIKA DAN PRINSIP MORAL DASAR	?MEMAHAMI DEFINISI ETIKA ?MENJELASKAN FUNGSI ETIKA, NORMA DAN KAIDAH DALAM KEHIDUPAN SEHARI-HARI ?MENGETAHUI HUBUNGAN ANTARA ETIKA DAN NORMA ?MENJELASKAN DAN MENGAPLIKASIKAN PRINSIP MORAL DASAR	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3

3	1, 2	ETIKA YANG BERKAITAN DENGAN NILAI DAN NORMA PRINSIP-PRINSIP MORAL DASAR	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Tugas/Kerja Mandiri	MAHASISWA MELAKUKAN EKSPLORASI DAN DISKUSI TENTANG KONSEP ETIKA DAN PRINSIP MORAL DASAR	MENGETAHUI HUBUNGAN ANTARA ETIKA DAN NORMA MENJELASKAN DAN MENGAPLIKASIKAN PRINSIP MORAL DASAR	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Proyek	2 x 50 menit	2, 3, 4
4	1, 2, 3	ETIKA DALAM OLAHRAGA	Ceramah	BERMAIN PERAN UNTUK MELAKUKAN PROSES KOMUNIKASI DENGAN MENGEDEPANKAN PRINSIP ETIKA DASAR	MEMAHAMI DAN MENJELASKAN FUNGSI ETIKA DALAM OLAHRAGA MENGIDENTIFIKASI DUA MODEL PENDEKATAN ETIKA DALAM OLAHRAGA	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Proyek	2 x 50 menit	3, 4, 5, 6
5	2, 3	DUA MODEL ETIKA DALAM OLAHRAGA FAKTOR PERSONAL YANG MEMPENGARUHI PERILAKU	1. Diskusi 2. Eksperimen/Praktek 3. Kerja Lapangan	BERMAIN PERAN UNTUK MELAKUKAN PROSES KOMUNIKASI DENGAN MENGEDEPANKAN PRINSIP ETIKA DASAR	MENGIDENTIFIKASI DUA MODEL PENDEKATAN ETIKA DALAM OLAHRAGA	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	3, 4, 5, 6
6	2, 3	MEMBANGUN KARAKTERISTIK DAN PERILAKU OLAHRAGA	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Kerja Lapangan	BERMAIN PERAN UNTUK MELAKUKAN PROSES KOMUNIKASI DENGAN MENGEDEPANKAN PRINSIP ETIKA DASAR	MENYEBUTKAN FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPERNGARUHI PERILAKU DAN KARAKTERISTIK SESEORANG	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Studi Kasus	2 x 50 menit	2, 3, 4, 5
7	2, 3	Olahraga Sebagai Media Pengembang Karakter	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa Mengamati Perilaku Insan Olahraga Mahasiswa mengidentifikasi nilai nilai Olahraga	Mahasiswa mampu mengidentifikasi nilai nilai utama aktifitas olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Studi Kasus	2 x 50 menit	4, 5, 6
8	1, 2, 3	UTS	Kuis/Evaluasi	Mengerjakan soal UTS	Mahasiswa memiliki kemampuan sebagaimana CPMK	UTS	2 x 50 menit	3, 4

9	1, 2, 3	Teori Experience Learning	Diskusi	Mahasiswa mengamati perilaku olahragawan yang diluar logika	Mhasiswa mampu menganalisis penyebab perilaku negatif dalam interaksi olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 6
10	1, 2, 3	Playing with Ethics: Experiencing New Ways of Being in RPGs	1. Demonstrasi 2. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa melakukan Debat Terbimbing	Mampu berkomunikasi dengan etika yang baik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Studi Kasus	2 x 50 menit	3, 4, 5
11	2, 3	Pengembangan Perilaku Atlet dalam situasai Keolahragaan	1. Diskusi 2. Demonstrasi	. Mahasiswa diskusi tentang aktifitas olahraga dan pengaruhnya pada perilaku	Memiliki Ide untuk merubah Perilaku	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Studi Kasus	2 x 50 menit	4, 5, 6
12	1, 2, 3	PENGERTIAN PROFESI DAN PROFESIONAL PRINSIP-PRINSIP ETIKA	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Kerja Lapangan	Mahasiswa diskusi tentang Profesi dan etika	MEMBEDAKAN PROFESI DAN PROFESIONALISME MENJELASKAN PRINSIP ETIKA PROFESI	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	4, 5, 6
13	2, 3	PENGEMBANGAN PROFESIONALISME dan PENGERTIAN GAYA KERJA	1. Diskusi 2. Kerja Lapangan	Mahasiswa mengamati Gaya Kerja	MAMPU MENGIDENTIFIKASI BERABAGAI MACAM GAYA KERJA	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	4, 5, 6
14	2, 3	DEFINISI KONFLIK dan JENIS KONFLIK	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	MEMPRAKTEKAN MODEL PENYELESAIAN UNTUK SUATU KONFLIK	MAHASISWA DAPAT MENDEFINISIKAN, DAN MENGIDENTIKASI KONFLIK	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	4, 5, 6
15	2, 3	?ISU-ISU SOSIAL TERKAIT ETIKA DAN PERILAKU OLAHRAGA (KEKERASAN, KETIDAK-ADILAN,GENDER, DOPPING,DLL)	1. Diskusi 2. Kerja Lapangan	MENGANALISA DAN MENGIDENTIFIKASI HAMBATAN DAN EVASI PADA PROSES KOMUNIKASI	MAHASISWA MAMPU MENGIDENTIFIKASI DAN MENGANALISA ISU-ISU SOSIAL YANG BERKEMBANG DALAM DUNIA OLAHRAGA	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3, 4, 5, 6
16	1, 2, 3	UAS	Kuis/Evaluasi	Mengerjakan Soal Evaluasi	Mampu Mencapai Target Kompetensi Minimal 80%	UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Reclaiming the Principles of Sportsmanship
2. Spirituality, Sport, and Doping: More than Just a Game
3. Ethics and Game Design: Teaching Values Through Play
4. Psychology Gets in the Game: Sport, Mind, and Behavior, 1880-1960
5. Humors, Hormones and the Mind: An Approach to the Understanding of Behaviour
6. Play, Game, and Sport

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Psikologi Olahraga/SSE60240
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Psikologi Olahraga mengkaji berbagai aspek psikologis yang terkait dengan perilaku manusia dalam aktivitas olahraga, yang meliputi kepribadian olahragawan, perhatian dan konsentrasi, ketegangan – kecemasan – kegairahan, motivasi dan rasa percaya diri, agresivitas dan emosi, komunikasi – kepemimpinan – kohesivitas, metoda latihan ketegaran mental.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu menjelaskan dan menganalisa Kepribadian, motivasi Atlet	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
2	Mahasiswa mampu menjelaskan dan menganalisa Emosi dan Emosional, ketegangan dan kecemasan Atlet	Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
3	Mahasiswa memahami peranan jenis kelamin, pemilihan atlet secara tepat, pemberian motivasi, penggunaan strategi untuk menurunkan semangat lawan, penanggulangan tingkat stress yang luar biasa dan pengembangan strategi tim.	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Menganalisis Learning Outcomes Dan Sinopsis Mata Kuliah Psikologi Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	mahasiswa mempelajari Menganalisis Learning Outcomes Dan Sinopsis Mata Kuliah Psikologi Olahraga	mahasiswa menguasai tentang analisis Learning Outcomes Dan Sinopsis Mata Kuliah Psikologi Olahraga	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 4
2	1	Menjelaskan Hakekat Psikologi Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	mahasiswa mempelajari Hakekat Psikologi Olahraga	mahasiswa menguasai tentang Hakekat Psikologi Olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 4, 5
3	1	Menganalisis Kepribadian Atlet	1. Ceramah 2. Diskusi	mahasiswa mempelajari Kepribadian Atlet	mahasiswa memiliki pemahaman tentang Kepribadian Atlet	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
4	1	Menganalisis Motivasi Atlet	1. Ceramah 2. Diskusi	mahasiswa mempelajari Motivasi Atlet	mahasiswa memilki pemahaman tentang Motivasi Atlet	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
5	2	Menjelaskan Dan Menganalisa Emosi Dan Emosional Atlet	1. Ceramah 2. Diskusi	mahasiswa mempelajari Emosi Dan Emosional Atlet	mahasiswa memiliki pemahaman tentang Emosi Dan Emosional Atlet	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
6	2	Menjelaskan Dan Menganalisa Ketegangan Dan Kecemasan (Anxiety) Atlet	1. Ceramah 2. Diskusi	mahasiswa mempelajari Ketegangan Dan Kecemasan (Anxiety) Atlet	mahasiswa memiliki pemahaman tentang Ketegangan Dan Kecemasan (Anxiety) Atlet	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
7	2	Menjelaskan Dan Menganalisa Stres Pada Atlet	1. Ceramah 2. Diskusi	mahasiswa mempelajari Stres Pada Atlet	mahasiswa memiliki pemahaman tentang Stres Pada Atlet	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
8	1, 2	uts	Kuis/Evaluasi	ujian tulis	ujian tulis	UTS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
9	3	Menjelaskan Dan Menganalisa Percaya Diri Atlet	1. Ceramah 2. Diskusi	mahasiswa mepelajari Percaya Diri Atlet	mahasiswa memiliki pemahaman tentang Percaya Diri Atlet	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
10	3	Menjelaskan Dan Menganalisa Kepemimpinan	1. Ceramah 2. Demonstrasi	mahasiswa mempelajari tentang Kepemimpinan	mahasiswa memiliki pemahaman tentang Kepemimpinan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5

11	3	Menjelaskan Dan Menganalisa Tentang Komunikasi Dalam Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	mahasiswa mempelajari Tentang Komunikasi Dalam Olahraga	mahasiswa memiliki pengetahuan Tentang Komunikasi Dalam Olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
12	3	Menjelaskan Dan Menganalisa Tentang Persepsi Dan Atribusi	1. Ceramah 2. Diskusi	mahasiswa mempelajari Persepsi Dan Atribusi	mahasiswa memiliki pemahaman tentang Persepsi Dan Atribusi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
13	3	Menjelaskan Dan Menganalisa Tentang Mental Imagery	1. Ceramah 2. Diskusi	mahasiswa mempelajari Tentang Mental Imagery	mahasiswa memiliki pengetahuan Tentang Mental Imagery	Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
14	3	Menjelaskan Dan Menganalisa Tentang Penetapan Sasaran (Goal Setting)	1. Ceramah 2. Diskusi	mahasiswa mempelajari Tentang Penetapan Sasaran (Goal Setting)	mahasiswa memiliki pengetahuan Tentang Penetapan Sasaran (Goal Setting)	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
15	3	Menjelaskan Dan Menganalisa Tentang Penampilan Puncak (Peak Performance)	1. Ceramah 2. Diskusi	mahasiswa mempelajari Tentang Penampilan Puncak (Peak Performance)	mahasiswa memiliki pemahaman Tentang Penampilan Puncak (Peak Performance)	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
16	1, 2, 3	UAS	Kuis/Evaluasi	ujian tulis	ujian tulis	UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Setiyawan, S. (2017). Kepribadian Atlet Dan Non Atlet. Jendela Olahraga, 2(1). https://doi.org/10.26877/jo.v2i1.1289
2. Tangkudung, J. (2018). Sport Psychometrycs?: Dasar-dasar dan Instrumen Psikometri Olahraga (Issue July).
3. 5. Tangkudung, J., & Apta, M. (2015). MENTAL TRAINING ASPEK-ASPEK PSIKOLOGI DALAM OLAHRAGA (Issue February). https://doi.org/10.1159/000421153
4. Ari Wibowo, K., Adi, W., Fahrial, A., & Muhammad, H. (2021). PSIKOLOGI OLAHRAGA (Issue July). Akademia Pustaka.1. Ari Wibowo, K., Adi, W., Fahrial, A., & Muhammad, H. (2021). PSIKOLOGI OLAHRAGA (Issue July). Akademia Pustaka.
5. Supriyadi. (2016). Psikologi olahraga. UNIVERSITAS UDAYANA DENPASAR

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Olahraga Lansia dan Wanita/SSE60241
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Olahraga lansia dan Wanita berbobot 1 SKS teori dan 1 sks praktik, merupakan mata kuliah jurusan wajib tempuh. Mata kuliah ini, membahas tentang dampak penuaan terhadap sistem-sistem fisiologis, dampak penyakit kronik dan gaya hidup sedentary terhadap progresivitas penurunan fungsi fisiologis terkait usia, manfaat aktivitas fisik dan olahraga teratur terhadap perubahan-perubahan fisiologis terkait usia, program latihan yang sesuai untuk lansia, fluktuasi fisiologis dasar terkait dengan siklus menstruasi, menopause, & kehamilan, mengevaluasi bagaimana fluktuasi fisiologis dapat mempengaruhi performans fisik, female athlete triad, aktivitas fisik dan olahraga pada wanita

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Memahami dan memiliki wawasan serta dapat menjelaskan tentang karakteristik lansia dan wanita	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
2	Memahami dan memiliki wawasan serta dapat menjelaskan tentang olahraga bagi wanita dan lansia	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus

3	Mahasiswa mampu membuat program olahraga untuk lansia dan wanita	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1, 2	Mendapatkan informasi pelaksanaan praktik “Olahraga Lansia & Wanita” fisiologi manusia	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mahasiswa mampu memahami konsep “Olahraga Lansia & Wanita”	Memahami konsep “Olahraga Lansia & Wanita”	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 4, 5
2	1	karakteristik lansia	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu memahami karakteristik lansia	Memahami karakteristik lansia	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 3, 5
3	2	Karakteristik Wanita	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mahasiswa dapat menjelaskan berbagai karakteristik Wanita	Menjelaskan berbagai karakteristik Wanita	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 4
4	1, 2, 3	Manfaat aktivitas fisik terhadap perubahan-perubahan fisiologis	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu memahami manfaat aktivitas fisik terhadap perubahan-perubahan fisiologis	Memahami manfaat aktivitas fisik terhadap perubahan-perubahan fisiologis	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 3, 5
5	1, 2	Dampak penyakit kronik dan gaya hidup sedentary	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mampu Memahami dampak penyakit kronik dan gaya hidup sedentary	Memahami dampak penyakit kronik dan gaya hidup sedentary	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
6	1, 3	Program latihan yang sesuai untuk lansia	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa Mendapatkan pemahaman program latihan yang sesuai untuk lansia	Pemahaman program latihan yang sesuai untuk lansia	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4
7	1, 3	Program latihan yang sesuai untuk wanita	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa Mendapatkan pemahaman program latihan yang sesuai untuk wanita	Pemahaman program latihan yang sesuai untuk wanita	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	2, 3, 5
8	1, 2	UTS	Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mampu merefklesikan materi yang telah dipelajari	Refleksi materi yang telah dipelajari	UTS	2 x 50 menit	

9	1, 2	Prinsip dasar, FITT& program latihan daya tahan untuk lansia	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa dapat menguasai prinsip dasar, FITT& program latihan daya tahan untuk lansia	Menguasai prinsip dasar, FITT& program latihan daya tahan untuk lansia	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 4
10	1, 2	Prinsip dasar, FITT & program latihan kekuatan untuk lansia	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa dapat menguasai prinsip dasar, FITT & program latihan kekuatan untuk lansia	Menguasai prinsip dasar, FITT & program latihan kekuatan untuk lansia	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 3, 5
11	1, 2	Prinsip dasar, FITT & program latihan fleksibilitas untuk lansia	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa dapat menguasai prinsip dasar, FITT & program latihan fleksibilitas untuk lansia	Menguasai prinsip dasar, FITT & program latihan fleksibilitas untuk lansia	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 3
12	1, 2	Prinsip dasar, FITT & program latihan daya tahan pada kehamilan	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa dapat menguasai prinsip dasar, FITT & program latihan daya tahan pada kehamilan	Menguasai prinsip dasar, FITT & program latihan daya tahan pada kehamilan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3
13	1, 2, 3	Prinsip dasar, FITT & program latihan kekuatan pada kehamilan	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa dapat menguasai prinsip dasar, FITT & program latihan kekuatan pada kehamilan	Menguasai prinsip dasar, FITT & program latihan kekuatan pada kehamilan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	2, 3, 4
14	1, 2	Prinsip dasar, FITT & program latihan fleksibilitas pada kehamilan	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa dapat menguasai prinsip dasar, FITT & program latihan fleksibilitas pada kehamilan	Menguasai prinsip dasar, FITT & program latihan fleksibilitas pada kehamilan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 3, 4
15	2, 3	Prinsip dasar, FITT & program latihan balance pada kehamilan	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa dapat menguasai prinsip dasar, FITT & program latihan balance pada kehamilan	Menguasai prinsip dasar, FITT & program latihan balance pada kehamilan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	2, 3
16	1, 2	UAS	Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mampu merefleksikan materi perkuliahan yang telah dipelajari	Refleksi materi perkuliahan yang telah dipelajari	UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%

	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Kanosue, K., Oshima, S., Cao, Z., & Oka, K. (2015). Physical Activity, Exercise, Sedentary Behavior and Health. Springer Tokyo Heidelberg New York Dordrecht London. https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/978-4-431-55333-5.pdf
2. Mody, E., & Matzkin, E. (2014). Musculoskeletal health in women. In Musculoskeletal Health in Women. https://doi.org/10.1007/978-1-4471-4712-1
3. Santos-rocha, R. (2020). Exercise and Sporting Activity during Pregnancy: Evidence-Based Guidelines. In Medicine & Science in Sports & Exercise (Vol. 52, Issue 10). https://doi.org/10.1249/mss.0000000000002478
4. Sinnott-O'Connor, C., & MacManus, C. (2022). Canoeing and kayaking. In Sport and Exercise Physiology Testing Guidelines: Volume I – Sport Testing: Vol. VIII. https://doi.org/10.4324/9781003045281-32
5. Kusumo, M. P. (2020). Buku Lansia. November, 1–60.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Metodologi Penelitian/MKK60301
Jumlah SKS	:	3
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Metodologi Penelitian merupakan mata kuliah wajib untuk prodi Ilmu Keolahragaan S1 dengan bobot 3 SKS teori. Mata kuliah ini mengkaji tentang teori, konsep dasar dan langkah- langkah ilmiah dalam melakukan penelitian serta berbagai pendekatan penelitian untuk mempersiapkan mahasiswa menyelesaikan tugas akhirnya.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mampu melakukan penelitian ilmiah terhadap permasalahan keolahragaan secara mendalam	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

2	Mampu memahami langkah-langkah penelitian ilmiah	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

3	Mampu melakukan pengujian hipotesis, analisis dan penarikan simpulan.	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)

1	1	Pengantar perkuliahan dan pengenalan pedoman dan sistematika tugas akhir	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa menyimak dan diskusi tentang proses pembelajaran dan pengenalan pedoman tugas akhir skripsi	Mahasiswa memahami proses pembelajaran dan pengenalan pedoman tugas akhir skripsi	Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	3, 4
2	1	Konsep Metodologi Penelitian	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mempelajari konsep metodologi penelitian	Mahasiswa memahami secara alur pikir proses penelitian dan struktur penulisan ilmiah	Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	1, 2, 4
3	1, 2	Overview Jenis-Jenis Pendekatan Penelitian	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mempelajari jenis-jenis penelitian secara garis besar	Mahasiswa memahami jenis-jenis penelitian secara garis besar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	3 x 50 menit	1, 2, 7
4	1, 2	Strategi penyusunan latar belakang dan identifikasi masalah	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa menyimak dan berdiskusi tentang strategi penyusunan latar belakang dan identifikasi masalah	Mahasiswa mampu menganalisis dan menyusun latar belakang dan identifikasi masalah	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 4, 7
5	1, 2	Batasan masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mempelajari strategi penyusunan batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian dan manfaat penelitianbatasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian dan manfaat penelitian	Mahasiswa mampu memahami hal hal yang perlu diperhatikan dalam menulis batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian dan manfaat penelitian	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 4, 5
6	1, 2	Strategi penyusunan kaji pustaka dan kajian penelitian yang relevan	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mempraktikkan cara pencarian literature secara efektif untuk menyusun tinjauan pustaka dan kajian penelitian yang relevan	Mahasiswa memahami strategi penyusunan kaji pustaka dan kajian penelitian yang relevan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	3 x 50 menit	1, 2, 4, 7
7	1, 2	Strategi penyusunan kerangka berpikir dan hipotesis	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa berdiskusi tentang strategi penyusunan kerangka berpikir dan hipotesis/pertanyaan penelitian	Mahasiswa menguasai strategi penyusunan kerangka berpikir dan hipotesis atau pertanyaan penelitian	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 4, 7
8	1, 2	Mid	Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mengerjakan soal mid	Mahasiswa mampu menyusun BAB 1 dan BAB 2 proposal penelitian	1. Kehadiran/Keaktifan 2. UTS	3 x 50 menit	1, 2, 4, 5, 7

9	1, 2	Desain Penelitian	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mempelajari klasifikasi dan karakteristik berbagai desain penelitian	Mahasiswa memahami klasifikasi dan karakteristik berbagai desain penelitian	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 4, 5, 7
10	3	Populasi dan Sampel Penelitian	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mempelajari konsep populasi dan sampel, sample size, serta teknik sampling	Mahasiswa memahami konsep populasi dan sampel, sample size, serta teknik sampling	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 4, 5, 7
11	1, 3	Instrumen dalam penelitian	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mempelajari berbagai instrumen serta menentukan validitas dan reliabilitas instrumen	Mahasiswa mampu memahami berbagai instrumen serta menentukan validitas dan reliabilitas instrumen	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 4, 6
12	1, 3	Teknik Analisis Data	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mempelajari berbagai teknik analisis data sesuai desain penelitian	Mahasiswa mampu menerapkan teknik analisis data sesuai desain penelitian	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 4, 7
13	2, 3	Strategi penyusunan hasil penelitian	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mempelajari strategi penyusunan hasil penelitian	Mahasiswa mampu memahami strategi penyusunan hasil penelitian	Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 4, 5, 7
14	2, 3	Strategi penyusunan pembahasan dan keterbatasan penelitian	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mempelajari hal hal yang perlu diperhatikan dalam menyusun pembahasan dan keterbatasan penelitian.	Mahasiswa mampu memahami hal hal yang perlu diperhatikan dalam menyusun pembahasan dan keterbatasan penelitian.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 4, 5, 7
15	3	Strategi penyusunan kesimpulan, implikasi dan saran	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mempelajari strategi penyusunan kesimpulan, implikasi dan saran	Mahasiswa mampu memahami strategi penyusunan kesimpulan, implikasi dan saran	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 4, 5, 7
16	1, 2, 3	UAS	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mengerjakan soal UAS	Mahasiswa mampu mengerjakan soal UAS	1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	3 x 50 menit	1, 2, 4, 5, 7

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%

	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Gratton C & Jones I. (2010). Research Methods in Sport Studies. Second Edition. Routledge Taylor & Francis Group, London.
2. Lemeshow, (2012). Methodology of Research. Prentice Hall Publishing Company: New York.
3. Lemlit UNY, (2010). Panduan Penelitian. UNY Press: Yogyakarta.
4. Suryaman M. dkk (2023). Panduan Skripsi Program Sarjana Universitas Negeri Yogyakarta
5. Siyoto S & Sodik A. (2015). Dasar Metodologi Penelitian. Literasi Media Publishing, Yogyakarta.
6. Currell, K., Jeukendrup, A.E. Validity, Reliability and Sensitivity of Measures of Sporting Performance. Sports Med 38, 297–316 (2008). https://doi.org/10.2165/00007256-200838040-00003
7. Wood M. (2015). Brief Notes on Research Methods. University of Portsmouth Business School. http://woodm.myweb.port.ac.uk/SL/reserachmethods.htm.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Perkembangan Motorik Adaptif/SSE60246
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah ini mengkaji secara kritis dan mendalam tentang perkembangan motorik, secara khusus pada anak berkebutuhan khusus atau ABK, yang dirinci sebagai berikut: (1) Perspektif perkembangan individu yang meliputi prinsip perubahan sepanjang hidup dan periodisasi perkembangan, serta terminologi teori perkembangan; (2) Konsep dasar perkembangan motorik, yang meliputi tentang pengertian perkembangan motorik, perbedaan pertumbuhan, perkembangan dan kematangan, prinsip perkembangan motorik, nilai-nilai perkembangan motorik, tujuan dan fungsi perkembangan motorik, perkembangan motorik hubungannya dengan perkembangan kognitif; (3) Aspek perkembangan motorik, yang meliputi urutan perkembangan motorik (perkembangan anatomis, fisiologis dan perilaku gerak) dan sasaran perkembangan motorik (pengayaan gerak dan kesadaran gerak), perspektif perkembangan motorik, pendekatan interdisipliner terhadap perkembangan motorik, merancang penelitian dalam perkembangan motorik; (4) Perkembangan motorik hubungannya dengan perkembangan sosial, yang meliputi tentang perkembangan harga diri dan olahraga, pengaruh sosial selama masa perkembangan (masa balita, masa anak-anak, remaja, dan dewasa); (5) Perkembangan motorik hubungannya dengan persepsi gerak, yang meliputi tentang: pengertian perkembangan persepsi motorik (pemaknaan lain mengenai persepsi motorik dan proses persepsi motorik), komponen perkembangan persepsi motorik (kesadaran akan keseimbangan, kesadaran mengenai ruang, kesadaran mengenai waktu, kesadaran tubuhdan arah), meneliti efektivitas program persepsi motoric; (6) Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik (sebelum lahir dan sesudah lahir), pengaruh rangsangan dan halangan dini terhadap perkembangan motorik (pengaruh rangsangan dini, pengaruh halangan dini, konsep dasar mengenai rangsangan dan halangan); (7) Perkembangan gerak refleks, lokomotor, dan manipulatif yang meliputi: tahapan

perkembangan gerak refleks, karakteristik perkembangan gerak anak (usia 0-1, usia 1-2, usia 2-3, usia 3-4, usia 4-5), memadukan perilaku dengan motorik, tahapan perkembangan gerak lokomotor (unsur-unsur keterampilan gerak dasar), perkembangan gerak manipulatif (melempar, menangkap, memukul dan menendang); (8) Perkembangan motorik kasar dan halus; (9) Tahap-tahap perkembangan motorik, yang meliputi: pegembangan keterampilan awal dan pengembangan keterampilan; (10) Perkembangan fisik dan motorik, yang meliputi: masa bayi, masa anak kecil, masa anak besar, masa adolesensi, masa dewasa dan orang tua; (11) Pekembangan susunan syaraf; dan (12) Mahasiswa melakukan observasi siswa di sekolah-sekolah SLB di berbagai tingkatan dan berbagai ketunaan.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Mahasiswa mampu menganalisis, mensintesis, dan mengevaluasi perkembangan motorik adaptif, serta dapat mengimplementasikannya	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
2	Mahasiswa mampu memahami pengertian perkembangan motorik adaptif	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat

3	mahasiswa mampu menguasai konsep perkembangan motorik adaptif	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1, 2, 3	Orientasi Perkuliahan RPS	Ceramah	Penyampaian tentang mata kuliah dan kontrak belajar		Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	
2	1, 2, 3	Pengertian Perkembangan Motorik dan ABK	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mengetahui dan menganalisis pengertian Perkembangan Motorik dan ABK	Mahasiswa mampu menjelaskan dengan detail tentang pengertian perkembangan motorik dan ABK	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
3	1, 2, 3	Perspektif perkembangan individu	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mengetahui dan menganalisis perkembangan individu	Mahasiswa mampu menjelaskan tentang perkembangan individu	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
4	1, 2, 3	Konsep dasar perkembangan motorik	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mengetahui dan menganalisis konsep dasar tentang perkembangan motorik	Mahasiswa mampu menjelaskan tentang konsep dasar perkembangan motorik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
5	1, 2, 3	Aspek perkembangan motorik	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mengetahui dan menganalisis aspek perkembangan motorik	Mahasiswa mampu menjelaskan tentang aspek perkembangan motorik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7

6	1, 2, 3	Perkembangan motorik hubungannya dengan perkembangan sosial	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mengetahui dan menganalisis perkembangan motorik yang dihubungkan dengan perkembangan sosial	Mahasiswa mampu menjelaskan perkembangan motorik yang dihubungkan dengan perkembangan sosial	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
7	1, 2, 3	Perkembangan motorik hubungannya dengan persepsi gerak	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa mengetahui dan menganalisis perkembangan motorik yang dihubungkan dengan persepsi gerak	Mahasiswa mampu menjelaskan perkembangan motorik yang dihubungkan dengan persepsi gerak	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
8	1, 2, 3	UTS	Kuis/Evaluasi			UTS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
9	1, 2, 3	Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik	1. Diskusi 2. Eksperimen/Praktek 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mampu mengetahui dan menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik	Mahasiswa mampu menjelaskan apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
10	1, 2, 3	Perkembangan gerak refleks, lokomotor, dan manipulatif	1. Eksperimen/Praktek 2. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mampu mengetahui dan menganalisis gerak refleks, lokomotor, dan manipulatif	Mahasiswa mampu menjelaskan pengertian dari gerak refleks, lokomotor, dan manipulatif	1. Tugas 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
11	1, 2, 3	Perkembangan motorik kasar dan halus	1. Eksperimen/Praktek 2. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mampu mengetahui dan menganalisis perkembangan motorik kasar dan halus	Mahasiswa menjelaskan tentang perkembangan motorik kasar dan halus	1. Tugas 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
12	1, 2, 3	Tahap-tahap perkembangan motorik	1. Eksperimen/Praktek 2. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mampu mengetahui dan menganalisis tahap-tahap perkembangan motorik	Mahasiswa mampu menjelaskan tahap-tahap perkembangan motorik	1. Tugas 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
13	1, 2, 3	Perkembangan fisik dan motorik	1. Eksperimen/Praktek 2. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mampu mengetahui dan menganalisis perkembangan fisik dan motorik	Mahasiswa mampu menjelaskan tentang perkembangan fisik dan motorik	1. Tugas 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7

14	1, 2, 3	Pekembangan susunan syaraf	1. Eksperimen/Praktek 2. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mampu mengetahui dan menganalisis perkembangan susunan syaraf	Mahasiswa mampu menjelaskan tentang perkembangan susunan syaraf	1. Tugas 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
15	1, 2, 3	Rangkuman	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu menganalisis rangkuman pembelajaran dalam 1 semester	Mahasiswa memiliki rangkuman pembelajaran dalam 1 semester	Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
16	1, 2, 3	UAS	Kuis/Evaluasi			UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	30	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Agus Mahendra. 2006. Perkembangan dan Belajar Motorik. Jakarta: Penerbit Universitas Terbuka.
2. Asrorul, Asroru. 2016. Media Pembelajaran Anak Berkebutuhan Khusus (ABK): Buku Referensi untuk Guru, Mahasiswa dan Umum. Jakarta.
3. David L. Gallahue. 2002. Understanding Motor Development: Infant, Children, Adolescent, Adults. USA: Mc Graw-Hill.
4. Desiningrum, D. R. 2016. Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus. Yogyakarta: Psikosain.
5. Somantri, Sutjihati. 2012. Psikologi Anak Luar Biasa. Bandung: PT Refika Aditama.
6. Sugiyanto. 2003. Perkembangan dan Belajar Motorik. Jakarta: Pusat Penerbitan Universitas Terbuka.

7. Tim Pengampu Mata Kuliah Perkembangan Motorik. 2007. Diktat Pekembangan Motorik. Yogyakarta: FIK UNY.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Sosiologi Adaptif/SSE60247
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Inggris

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah Sosiologi Adaptif merupakan Matakuliah konsentrasi olahraga adaptif dengan bobot 2 SKS teori. Matakuliah ini membahas tentang kemasyarakatan olahraga yang menitikberatkan pada hakikat sosiologi olahraga, tingkat sosial dalam olahraga serta memahami teori tingkah laku kolektif dan perubahan sosial dalam olahraga pada anak luar biasa dalam lingkup institusi adaptif maupun masyarakat.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan terkait dengan konsep sosiologi adaptif	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
2	Mahasiswa mampu memahami konsep dasar sosiologi adaptif	Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
3	Mahasiswa mampumemahami Peran Olahraga dalam perkembangan Kematangan Sosial dan emosional Anak Berkebutuhan Khusus	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

4	Mahasiswa memahami Model Sosiologis Adaptasi Olahraga untuk meningkatkan partisipasi anak berkebutuhan khusus	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Kontrak Belajar dan Pengantar Sosiologi Adaptif	1. Ceramah 2. Diskusi			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 5
2	1, 2	Konsep Dasar Sosiologi Adaptif	1. Ceramah 2. Diskusi			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 5
3	1, 2	Dasar Sosiologi Bagi Anak Berkebutuhan Khusus	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2
4	1, 2, 3	Determinan Partisipasi Olahraga anak berkebutuhan khusus	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3
5	1, 2, 3	Peran Olahraga dalam perkembangan Kematangan Sosial dan emosional Anak Berkebutuhan Khusus	1. Ceramah 2. Resitasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2
6	2, 3	Peran masyarakat dalam meningkatkan partisipasi olahraga anak berkebutuhan khusus	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Studi Kasus	2 x 50 menit	3
7	2, 3	Peran orangtua dalam meningkatkan partisipasi olahraga anak berkebutuhan khusus	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	4
8	2, 3	Ujian Tengah Semester	Kuis/Evaluasi			UTS	2 x 50 menit	

9	2, 3	Peran Guru dalam meningkatkan partisipasi anak berkebutuhan khusus	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	3
10	1, 2, 3	Mahasiswa mamahami Model Sosiologis Adaptasi Olahraga untuk meningkatkan partisipasi anak berkebutuhan khusus	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	3, 4
11	2, 3	Model Sosiologis adaptasi sarana olahraga untuk meningkatkan partisipasi olahraga anak berkebutuhan khusus	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	3, 4
12	2, 3	Model Sosiologis adaptasi permainan olahraga untuk meningkatkan partisipasi anak berkebutuhan khusus	1. Ceramah 2. Kerja Lapangan			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	3, 5
13	3, 4	Model Sosiologis adaptasi program olahraga untuk emningkatkan partisipasi anak berkebutuhan khusus	1. Ceramah 2. Resitasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 3
14	3, 4	Permainan Olahraga Untuk Anak Berkebutuhan Khusus	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3, 4
15	3, 4	Project Sosiologi Anak Berkebutuhan Khusus	1. Kerja Lapangan 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Proyek	2 x 50 menit	3, 4
16	4	Ujian Akhir Semester	Kuis/Evaluasi			UAS	2 x 50 menit	

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	10	
	e. UAS	20	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Henslin, James M. 2006. Sosiologi dengan Pendekatan Membumi. Jakarta: Penerbit Erlangga
2. Kamanto Sunarto. 2000. Pengantar Sosiologi. Jakarta: LPFEUI.
3. Lone, Ahrar Ahmad & Sukany Das. 2015. Social Institutions. New Delhi: Laxmy Publictions
4. Sugiyanto. 2002. Lembaga Sosial. Yogyakarta: Global Pustaka Utama.
5. Polak, Mayor. 1990. Sosiologi Pengantar Ringkas. Jakarta: PT Ikhtiar Baru.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Sistem Saraf Pusat/SSE60248
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Sistem Saraf Pusat merupakan mata kuliah konsentrasi olahraga adaptif dengan bobot 2 SKS teori. Mata kuliah ini membahas anatomi sistem saraf pusat serta mekanisme fisiologinya. Pada mata kuliah ini juga akan dibahas tentang peran sistem saraf pusat dalam proses lokomosi, serta patofisiologi beberapa gangguan sistem saraf pusat pada manusia yang berkaitan dengan gerakan.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Memiliki keterampilan dalam mengerjakan tugas	Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
2	Memiliki kemampuan berkomunikasi secara efektif, berfikir kritis, dan membuat keputusan secara tepat	Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
3	Mampu memahami anatomi sistem saraf pusat	Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat

4	Mampu memahami fungsi dan peran masing-masing bagian otak	Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
5	Mampu memahami peran sistem saraf pusat dalam sistem lokomosi	Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
6	Mampu memahami beberapa kelainan system saraf pusat yang dapat menimbulkan terjadinya kelainan/gangguan gerak	Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
7	Menguasai konsep, teori, dan pengalaman praktis dalam penerapan materi Sistem Saraf Pusat	Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
8	Mampu memahami, menjelaskan, sertra mengembangkan berbagai macam kelainan yang terjadi berkaitan dengan sistem saraf pusat	Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
9	Mampu memahami, menjelaskan, sertra mengembangkan berbagai macam kelainan yang terjadi berkaitan dengan sistem saraf	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	3	Gambaran Umum Sistem Saraf Pusat (SSP)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mengetahui peran sistem saraf pada system alat gerak	Mahasiswa mampu memahami system saraf pusat	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 3, 4

2	3	Pembagian SSP	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu mengetahui bagian-bagian saraf pusat dan saraf tepi, peran saraf pusat dan saraf tepi pada system lokomosi.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
3	3	Pembagian SSP	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu mengetahui bagian-bagian saraf pusat dan saraf tepi, peran saraf pusat dan saraf tepi pada system lokomosi.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
4	3	Pembagian SSP	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu mengetahui bagian-bagian saraf pusat dan saraf tepi, peran saraf pusat dan saraf tepi pada system lokomosi.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
5	4	Mempelajari Bagian-bagian otak besar dan fungsinya	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu memahami tentang Bagian-bagian otak, fungsi setiap bagian otak,	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 5
6	4	Mempelajari Bagian-bagian otak besar dan fungsinya	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu memahami tentang Bagian-bagian otak, fungsi setiap bagian otak,	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 3, 5

7	4	Mempelajari Bagian bagian otak kecil dan fungsinya,	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu memahami tentang Bagian-bagian otak, fungsi setiap bagian otak,	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 3, 5, 6
8	4	Mempelajari Bagian bagian otak kecil dan fungsinya,	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu memahami tentang Bagian-bagian otak, fungsi setiap bagian otak,	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 5, 6
9	3	Proses pertumbuhan dan perkembangan otak manusia	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu memahami tentang proses pertumbuhan otak manusia	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 5, 6
10	4, 5	Area motoric primer sekunder dan tersier serta fungsi masinf-masing area	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu mengetahui area motorik primer, sekunder, dan tersier serta fungsi masing-masing area.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 4, 5
11	5, 7	Fungsi Area motoric primer, sekunder dan tersier, sertahubungannya dengan koordinasi gerakan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan mekanisme terjadinya gerakan dan bagian-bagian yang berperan dalam inisiasi dan koordinasi gerakan.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 4, 5, 6

12	3, 5	Anatomi bagian-bagian medulla spinalis	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menunjukkan dan mengerti bagian-bagian medulla spinalis	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 3, 4, 6
13	3, 5	Peran bagian-bagian medulla spinalis dalam proses gerakan (system lokomosi)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan fungsi masing-masing bagian medulla spinalis serta perannya dalam menginisiasi gerakan tubuh	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 4, 5, 6
14	6, 8	Retardasi Mental	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu mendiskripsikan penyebab dan gejala Retardasi Mental	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 5, 6
15	6, 8, 9	Cerebral Palsy	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu mendiskripsikan penyebab dan gejala Cerebral Palsy	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 5, 6
16	6, 8, 9	Autisme	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu mendiskripsikan penyebab dan gejala Autisme	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 5, 6

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	40	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	60	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	40	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Aswin, S. 1996. Systema Nervosum Centrale, Bagian Anatomi, Embriologi dan Antropologi, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
2. Verlag, GT., 1996. Diagnosis Topik Neurologi: Anatomi, Fisiologi, Tanda, Gejala (terjemahan), Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta.
3. Putz R & Pabst R. Atlas Anatomi Manusia Sobotta. (2000). Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
4. Schunke, M., Schulte, E., Schumacher, U., 2013. Atlat Anatomi Manusia Prometheus: Kepala, Leher, dan Neuroanatomi, Ed. 3, Penerbit Buku Kedokteran 3. EGC, Jakarta.
5. Hall, JE., 2011. Guyton and Hall Textbook of Medical Physiology, 12 th ed., Saunders, an imprint of Elsevier Inc., Saunders Elsevier, Philadeplhia.
6. Sherwood, L., 2013. Introduction of Human Physiology, International Edition, 8th ed., Nelson Education, Ltd., Kanada.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Terapi Manipulatif Penyakit Degeneratif/SSE60249
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah ini membahas tentang penyakit degeneratif, jenis-jenis penyakit degeneratif, karakteristik penyakit degeneratif, identifikasi jenis penyakit degeneratif yang populasinya tinggi era sekarang, terapi latihan/olahraga, serta pengembangan model terapi dan rehabilitasi pada penyakit degeneratif.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Menumbuhkan sikap dan rasa tanggung jawab terhadap peningkatan derajat kesehatan terhadap penyakit degeneratif	Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa

2	Mmapu menerapkan dan memiliki pemikira yang logis dan kritis terhadap penerapan humaniora dalam bidang terapi rehabilitasi	Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
3	Mampu mempraktikan konsep dasar teori penyakit degeneratif kepada masyarakat umum	Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
4	Mampu berpengaruh dalam peningkatan kesehatan masyarakat	Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
5	Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa	Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1		Pengantar Perkuliahan Terapi Manipulatif Penyakit Degeneratif	1. Ceramah 2. Diskusi			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	
2		Sejarah Perkembangan Masase Terapi di Indonessia	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	
3		Teknik macam masase, indikasi dan kontra indikasi	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	
4		Masase Terapi Penyakit Degeneratif pada Osteoporosis	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	

5		Masase Terapi Penyakit Degeneratif pada Hipertensi	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	
6		Masase Terapi Penyakit Degeneratif pada Diabetus Militus	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	
7		Masase Terapi Penyakit Degeneratif pada Asam Urat	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	
8		UTS	1. Tugas/Kerja Mandiri 2. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi 5. Studi Kasus	2 x 50 menit	
9		Masase Terapi Penyakit Degeneratif pada Osteoathritis	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	
10		Masase Terapi Penyakit Degeneratif pada Kolesterol	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	
11		Masase Terapi Penyakit Degeneratif pada Hipertensi	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	
12		Masase Terapi Penyakit Degeneratif pada Jantung	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	
13		Masase Terapi Penyakit Degeneratif pada Stroke	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	

14		Masase Terapi Penyakit Degeneratif pada Ginjal	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	
15		Study Kasus dan Based Project	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi 5. Studi Kasus 6. Proyek	2 x 50 menit	
16		UAS	1. Tugas/Kerja Mandiri 2. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi 5. UAS	2 x 50 menit	

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Graha, A.S. (2020). Masase Terapi Penyakit Degeneratif Metode Ali Satia Graha. Yogyakarta. UNY Press. ISBN: 978-602-4980-24-5
2. Rahman, F. A. (2021). Lindungi Dirimu dengan APD (Anti Penyakit Degeneratif). Orbit Indonesia.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Olahraga Terapi Penyakit Degeneratif 1/SSE60250
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Olahraga Terapi Penyakit Degeneratif I merupakan mata kuliah konsentrasi terapi fisik dengan bobot 2 SKS, yang terdiri dari 1 SKS teori dan 1 SKS praktikum. Mata kuliah ini berisi prinsip dasar olahraga terapi dan rehabilitasi pada penyakit Diabetes mellitus/ DM, Hipertensi, dan Stroke

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
2	Mahasiswa memahami prinsip dasar olahraga terapi dan rehabilitasi	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat

3	Mahasiswa mampu memahami karakteristik patofisiologi pada penyakit Diabetes Militus, Hipertensi dan Stroke	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Prinsip Olahraga Kesehatan dan Penyakit Degeneratif	1. Ceramah 2. Diskusi	Jenis Olahraga untuk penyakit degeneratif	Memahami Prinsip Olahraga Kesehatan dan Penyakit Degeneratif	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 3
2	1	Karakteristik, patofisiologi, gejala, tanda, diagnosa pada penyakit Diabetes Militus (DM)	1. Diskusi 2. Tugas/Kerja Mandiri	Memahami karakteristik/klasifikasi, patofisiologi, gejala, tanda, diagnosa pada penyakit Diabetes Militus (DM)	Mahasiswa mampu memahami karakteristik/klasifikasi, patofisiologi, gejala, tanda, diagnosa pada penyakit Diabetes Militus (DM)	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2

3	1, 2	Penyuluhan dan edukasi pasien	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Memahami cara-cara penyuluhan dan edukasi untuk pasien	Mahasiswa memahami cara-cara penyuluhan dan edukasi untuk pasien	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
4	1, 2	Olahraga Terapi untuk Penyakit Diabetes Mellitus (DM)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Memahami bentuk olahraga terapi untuk penyakit DM	mahasiswa mampu memahami bentuk olahraga terapi untuk penyakit DM	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
5	1, 2	Program latihan untuk penyakit DM	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Memahami Program latihan untuk penyakit DM	Mahasiswa mampu menyusun program latihan untuk penyakit DM	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
6	1, 2	Karakteristik, patofisiologi, gejala, tanda, diagnosa pada penyakit Hipertensi	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Memahami karakteristik, patofisiologi, gejala, tanda, diagnosa pada penyakit Hipertensi	Mahasiswa mampu memahami karakteristik, patofisiologi, gejala, tanda, diagnosa pada penyakit Hipertensi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	3, 4
7	1, 2	Penyuluhan dan edukasi pasien Hipertensi	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Memahami cara penyuluhan dan edukasi pasien hipertensi	mahasiswa mampu melakukan penyuluhan dan edukasi pasien hipertensi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	3, 4
8	1, 2	UTS	Tugas/Kerja Mandiri	UTS		UTS	2 x 50 menit	
9	1, 2, 3	Olahraga Terapi untuk Penyakit Hipertensi	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Memahami berbagai olahraga untuk penyakit hipertensi	Mahasiswa memahami berbagai jenis olahraga yang tepat untuk penyakit hipertensi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	3, 4
10	1, 2	Program latihan untuk penyakit hipertensi	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Memahami Program latihan untuk penyakit hipertensi	Mahasiswa mampu membuat program latihan untuk penderita penyakit hipertensi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	3, 4
11	1, 2, 3	Karakteristik, patofisiologi, gejala, tanda, diagnosa pada penyakit Stroke	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Memahami karakteristik, patofisiologi, gejala, tanda, diagnosa pada penyakit Stroke	Mahasiswa memahami karakteristik, patofisiologi, gejala, tanda, diagnosa pada penyakit Stroke	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	5, 6

12	1, 2, 3	Penyuluhan dan edukasi pasien Stroke	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Memahami cara penyuluhan dan edukasi pasien Stroke	Mahasiswa mampu melakukan penyuluhan dan edukasi pada pasien Stroke	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	5, 6
13	1, 2, 3	Olahraga terapi bagi penderita Stroke	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Memahami berbagai bentuk olahraga terapi yang tepat bagi penderita Stroke	Mahasiswa memahami berbagai bentuk olahraga terapi yang tepat bagi penderita Stroke	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	5, 6
14	1, 2, 3	Program latihan untuk penyakit Stroke (latihan stroke Fase berbaring dan duduk)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Memahami penyusunan program latihan untuk penyakit Stroke (latihan stroke fase berbaring dan duduk)	Mahasiswa mampu menyusun program latihan untuk penyakit Stroke (latihan stroke fase berbaring dan duduk)	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	5, 6
15	1, 2, 3	Program latihan untuk penyakit Stroke (latihan stroke fase ambulasi)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Memahami program latihan untuk penyakit Stroke (latihan stroke fase ambulasi)	Mahasiswa mampu menyusun program latihan untuk penyakit Stroke (latihan stroke fase ambulasi)	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	5, 6
16	1, 2, 3	UAS	Tugas/Kerja Mandiri	UAS	UAS	UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	40	
	b. Team Based Project	10	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Sheri RC, Ronald JS, jane EY, Michael CR et.al. (2016). Physical Activity/Exercise & Diabetes: A Position Statement of The American Diabetes Association. Diabetes Care 2016;39:2065–2079 | DOI: 10.2337/dc16-1728
2. Tim Holt and Sudhesh Kumar. (2010). ABC of diabetes. Wiley-Blackwell
3. Gareth Beevers, Gregory Y. H. Lip, and Eoin O'Brien (2007). ABC of hypertension. 5th ed. Blackwell Publishing Ltd
4. 3. Ghadieh AS. (2015). Evidence for exercise training in the management of hypertension in adults. Can Fam Physician. 61(3):233-9
5. Sandra AB et.al. (2014). Physical Activity and Exercise Recommendations for Stroke Survivors. Stroke. 2014;45:2532–2553. https://doi.org/10.1161/STR.0000000000000022
6. Ivey FM, Hafer-Macko CE, Macko RF. Exercise rehabilitation after stroke. NeuroRx. 2006;3:439-50.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Patofisiologi/SSE60251
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah Patofisiologi merupakan Matakuliah konsentrasi terapi fisik dengan bobot 2 SKS teori. Matakuliah ini mempelajari dasar dasar gangguan kesehatan yang merupakan deviasi dari fungsi tubuh normal. Gangguan kesehatan yang dibahas meliputi gangguan kesehatan yang disebabkan oleh gangguan infeksi, trauma, serta proses degenerative pada tubuh, yang berhubungan dengan permasalahan olahraga.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Memiliki kemampuan berkomunikasi secara efektif, berfikir kritis, dan membuat keputusan secara tepat	Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
2	Mampumemahami beberapa patofisiologi kelainan yang berkaitan denganolahraga	Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder

3	Mampu menerapkan secara langsung pengetahuan tetang patofisiologi dalam bidang sesuai keahlian	Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
4	Memahami konsep penyakit dan beberapa model penyakit secara epidemiologis	Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
5	1. Memahami dan menganalisis mekanisme terjadinya penyakit	Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
6	Memahami istilah baku yang berkaitan dengan mekanisme kejadian penyakit	Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
7	Memahami beberapa penyakit berdasarkan klasifikasi penyebab penyakit	Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
8	Memahami mekanisme penyebaran penyakit	Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
9	Memahami dan menganalisis proses kejadian penyakit yang berhubungan dengan aktivitas olahraga dan cedera olahraga	Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1, 2	Ruang lingkup patofisiologi dan patofisiologi penyakit	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan pengertian patofisiologi, menjelaskan patofisiologi penyakit, menjelaskan ruang lingkup dan beberapa istilah yang berkaitan dengan patofisiologi penyakit	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1
2	2, 3	Patogenesis dan Patofisiologi	1. Ceramah 2. Diskusi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan danmemahami pengertian dan perbedaan patogenesis dan patofisiologi.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1

3	4, 6	Pengertian patologi, etiologi dan faktor risiko	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan dan memahami pengertian patologi, etiologi dan faktor risiko, serta mampu memberikan contoh kasus.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1
4	5	Sequele dan Prognosis	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan dan memahami pengertian sequele dan prognosis serta mampu memberikan contoh kasus.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 3
5	2, 5	Macam penyakit berdasarkan penyebabnya	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan dan mengklasifikasikan penyakit berdasarkan penyebabnya, serta memberikan contoh kasus	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
6	5	Mekanisme terjadinya penyakit berdasarkan penyebab penyakit	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan mekanisme terjadinya penyakit berdasarkan penyebab penyakit serta memberikan contoh kasus	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 3
7	5	Mekanisme terjadinya penyakit berdasarkan penyebab penyakit	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan mekanisme terjadinya penyakit berdasarkan penyebab penyakit serta memberikan contoh kasus	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3

8	5, 7	Mengenal tanda dan gejala penyakit	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu mengidentifikasi dan menjelaskan tanda dan gejala penyakit,berdasarkan patofisiologinya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
9	4	Model penyakit secara epidemiologis, pengaruh host, agen dan lingkungan serta perannya dalam kejadian penyakit	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan beberapa model penyakit secara epidemiologis, mampu menganalisis pengaruh host, agen dan lingkungan serta perannya dalam kejadian penyakit	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1
10	4, 5, 8	Kejadian penyakit berdasarkan konsep epidemiologis	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menganalisis kejadian penyakit berdasarkan konsep epidemiologis serta memberikan contoh kasus	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
11	8	Beberapa cara penyebaran penyakit serta prinsip dasar pencegahan penyakit	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan perpindahan penyakit dari penjamu satu ke penjamu yang lain sertamampumemberikan contoh kasus	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1
12	5, 8	Pencegahan penyakit dengan mengendalikan dan merekayasa host, agen dan lingkungan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan prinsip dasar dalam pencegahan penyakit dengan upaya pengendalian dan rekayasa host, agen dan lingkungan, serta mampu memberikan contoh kasus.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3

13	5	Patofisiologi nyeri dan peradangan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan patofisiologi terjadinya nyeri dan peradangan, mampu membedakan jenis-jenis nyeri, serta mampu menjelaskan tanda, gejala dan memberikan upaya pencegahannya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi 5. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
14	9	Patofisiologi dehidrasi padaolahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan mekanisme terjadinya dehidrasi pada olahraga serta mampu memberikan contoh kasus serta upaya pencegahannya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
15	9	Patofisiologi kram otot pada olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan mekanisme terjadinya kram otot pada olahraga serta mampu memberikan contoh kasus, dan upaya pencegahannya.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
16	9	Patofisiologi Delay Onset Muscle Soreness (DOMS)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan mekanisme terjadinya Delay Onset Muscle Soreness (DOMS) serta mampu memberikan contoh kasus dan upaya pencegahannya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	40	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%

	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	60	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	40	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Frizzell, Joan. 2001. Handbook of Pathophysiology. Springhouse Corporation.
2. Giriwijoyo, S., dan Sidik DZ., 2013. Ilmu Kesehatan Olahraga, PT Remaja Rosdakarya Offset, Bandung.
3. Kjaer, M., Krogsgaard, M., Magnusson, P., Engebretsen, L., Roos, H., Takala, T., YWoo, SL., 2003. Textbook of Sport Medicine: Basic Science and Clinical Aspects of Sport Injury and Physical Activity, Blackwell Science Ltd, USA.
4. Meliala, L., Suryamiharja, A., Purba, JS., Sadeli, HA., 2001. Nyeri Neuropatik, Patofisiologi dan Penatalaksanaannya, Kelompok Studi Nyeri, Perhimpunan Dokter Spesialis Saraf Indonesia.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Adaptasi Latihan/SSE60252
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah Adaptasi Latihan merupakan Matakuliah konsentrasi kebugaran jasmani dengan bobot 2 SKS. Matakuliah ini mengkaji tentang konsep dari pengaruh latihan, yang meliputi respon akut dan adaptasi kronik dari latihan. Adapun efek latihan meliputi: 1) perubahan pada tingkat biokimia, 2) pada sistem organ tubuh, seperti pengaruh latihan pada sistem kardiorespirasi, respirasi, neuromuscular-skeletal, neuroendocrine-immune, dan saat latihan submaksimal, 3) perubahan yang lain, meliputi perubahan pada komposisi tubuh, kolestrol darah, tingkat trigliserida, tekanan darah, dan aklimatisasi di wilayah ketinggian dan udara dengan suhu dingin atau panas.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan pengaruh latihan serta mampu menerapkan ilmu keolahragaan di masyarakat berdasarkan kaidah ilmu keolahragaan.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
2	Mahasiswa mampu mengusai berbagai macam bentuk pemanasan sebelum latihan	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus

3	Mahasiswa mampu mengetahui proses adaptasi latihan yang terjadi secara aerobik maupun anaerobik, serta proses terjadinya kelelahan.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1		Kontrak Perkuliahan dan RPP matakuliah	1. Ceramah 2. Diskusi	Mencermati proses perkuliahan dari RPS dan SAP	-	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3
2		Pengertian latihan, prinsip dan periodisasi latihan, komposisi tubuh, cardiovascular fitnees dan fleksibilitas	1. Ceramah 2. Diskusi	Menelaah dan memahami konsep awal pada latihan	Mengerti konsep awal latiha	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 3, 4
3		Exercise dan training	1. Ceramah 2. Diskusi	Menjelaskan dan mendeskripsikan konsep perbedaan exercise dan training	Mengerti berbagai perbedaan pada exercise dan training	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 6

4		Respon, adaptasi dan faktor-faktor yang mempengaruhi kedua hal tersebut	1. Ceramah 2. Diskusi	Menelaah, memahami dan mendeskripsikan konsep respon dan adaptasi latihan	Mengerti konsep respon dan adaptasi latihan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
5		Perubahan biokimia akibat latihan aerobik	1. Ceramah 2. Diskusi	Mencermati, menganalisis dan mendeskripsikan berbagai perubahan biokimia saat latihan aerobik melalui diskusi dan tanya jawab	Memahami berbagai perubahan biokimia akibat latihan aerobik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
6		Perubahan biokimia akibat latihan anaerobik	1. Ceramah 2. Diskusi	Mencermati, menjelaskan dan menganalisis berbagai perubahan biokimia saat latihan anaerobik melalui diskusi dan tanya jawab	Memahami berbagai perubahan biokimia akibat latihan anaerobik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 4
7		Perubahan kardiorespirasi akibat latihan	Diskusi	Mencermati, menganalisis dan mendeskripsikan berbagai perubahan kardio-respirasi saat latihan melalui diskusi dan tanya jawab	Memahami berbagai perubahan kardiorespirasi akibat latihan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
8		UTS	Kerja Lapangan	UTS	UTS	1. Tugas 2. UTS	2 x 50 menit	3, 4, 5, 6
9		Perubahan sistem respirasi akibat latihan	1. Ceramah 2. Diskusi	Mencermati, menganalisis dan mendeskripsikan berbagai perubahan sistem respirasi melalui diskusi dan tanya jawab	Memahami berbagai perubahan sistem respirasi akibat latihan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
10		Perubahan neuromuscular-skeletal	1. Ceramah 2. Diskusi	Mencermati, menganalisis dan mendeskripsikan berbagai perubahan neuromuscular-skeletal melalui diskusi dan tanya jawab	Memahami perubahan neuromuscular akibat latihan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 4
11		Perubahan Neuroendocrine-Immune	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Mencermati, menjelaskan dan menganalisis berbagai perubahan neuroendocrine-immune melalui diskusi dan tanya jawab	Memahami perubahan neuroendocrine-immune	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	3, 4, 5, 6

12		Perubahan saat latihan submaksimal	1. Ceramah 2. Diskusi	Menganalisis dan mendeskripsikan berbagai perubahan saat latihan submaksimal melalui diskusi dan tanya jawab	Memahami latihan submaksimal efeknya terhadap tubuh	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
13		Perubahan pada komposisi tubuh akibat latihan, Perubahan pada tingkat kolesterol dan trigliserida, Perubahan tekanan darah	1. Ceramah 2. Diskusi	Menganalisis dan mendeskripsikan menganalisis faktor-faktor yang berpengaruh pada latithan melalui diskusi dan tanya jawab	Memahami faktor-faktor yang dipengaruhi oleh latihan	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2
14		Aklimatisasi tubuh pada dataran rendah dan tinggi, Aklimatisasi tubuh pada suhu dingin dan panas	1. Ceramah 2. Diskusi	Menganalisis dan mendeskripsikan menganalisis aklimatisasi tubuh melalui diskusi dan tanya jawab	Memahami aklimatisasi tubuh pada lingkungan sekitar, yaitu dataran rendah dan tinggi, suhu dingin dan panas	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3
15		Teori aplikasi latihan, kesalahan adaptasi latihan dan detraining	1. Ceramah 2. Diskusi	Menganalisis dan mendeskripsikan menganalisis stressor saat latihan melalui diskusi dan tanya jawab	Memahami teori dan kesalahan pada pemahaman adaptasi latihan dan detraining	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
16		Review dari pembahasan awal sampai akhir perkuliahan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Memunculkan kreativitas dalam mencari hal-hal yang dianggap masih banyak pertanyaan yang perlu dipecahkan	Review mata kuliah dan projek ilmiah skala kecil	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	10	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	10	

2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	30	
	b. Team Based Project	20	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. 10. Plowman, S.A. and Smith, D.L. (2011). Exercise Physiology for Health, Fitness, and Performance. Lippincott Williams & Wilkins, a Wolters Kluwer business.
2. 9. Kenney W. L., Wilmore J. H. & Costill, D. L. (2012). Physiology of Sport and Exercise, Fifth Edition. Human Kinetics.
3. Hoeger, W.W.K. & Hoeger, S.A. (2011). Fitness and Wellness. Wadsworth, Cengage Learning
4. Cerika, R. (2018) Kesehatan Olahraga. UNY Press.
5. Sidik, D.Z., Pesurnay, P.L., & Afari, L. (2019). Pelatihan Kondisi Fisik. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
6. 3. Brich, K. McLaren, D., and George K. (2005). Sport & Exercise Physiology. Garland Science/BIOS Scienti?c Publishers.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Latihan Beban/SSE60253
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah Latihan Beban merupakan Matakuliah konsentrasi kebugaran jasmani dengan bobot 2 SKS yang terdiri dari 1 SKS teori dan 1 SKS praktik. Matakuliah ini berisi tentang pembuatan program latihan dan evaluasi berdasarkan frekwensi, intensitas, tipe dan waktu dengan penggunaan alat untuk latihan sesuai dengan target yang diinginkan.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa dapat menguasai cara menyusun Penyusunan program latihan yang Ceramah, diskusi Menguasai cara menyusun program Mampu menguasai cara menyusun Kuis 5% 50 menit 2,3,5 program latihan dengan baik dan benar.	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

2	Mahasiswa dapat menguasai cara membuat program latihan kebugaran jasmani (Physical Fitness) dengan baik dan benar.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

3	Mahasiswa dapat menguasai cara membuat program latihan kekuatan dengan baik dan benar.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

4	Mahasiswa dapat menguasai cara membuat program latihan daya tahan otot dengan baik dan benar.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

5	Mahasiswa dapat menguasai cara membuat program latihan penurunan berat badan (Fat Lose) dengan baik dan benar .	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

6	Mahasiswa dapat menguasai cara membuat program latihan menaikkan berat badan (Weight Gain) dengan baik dan benar	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

7	Mahasiswa dapat menguasai cara membuat program latihan pembentukan (Body Building) dengan baik dan benar.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

8	Mahasiswa dapat menguasai cara membuat program latihan pengencangan (Body Shaping) dengan baik dan benar.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1		Penyusunan program latihan yang tepat	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	
2		Penyusunan program latihan yang tepat	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	
3		Program latihan kebugaran jasmani (Physical Fitness).	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	
4		Program latihan kebugaran jasmani (Physical Fitness).	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	
5		Praktik program latihan kekuatan.	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Proyek	2 x 50 menit	
6		Program latihan kekuatan otot.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek			1. Presentasi 2. Studi Kasus 3. Proyek	2 x 50 menit	
7		Program latihan daya tahan otot.	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	
8		UTS	Kuis/Evaluasi			UTS	2 x 50 menit	
9		Praktek latihan daya tahan otot.	Eksperimen/Praktek			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Proyek	2 x 50 menit	
10		Program latihan penurunan berat badan (Fat Lose).	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	
11		Praktek latihan penurunan berat badan (Fat Lose).	Eksperimen/Praktek			Proyek	2 x 50 menit	
12		Program latihan menaikkan berat badan(Weight Gain) .	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	
13		Program latihan pembentukan (Body Building).	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek			1. Presentasi 2. Studi Kasus 3. Proyek	2 x 50 menit	

14		Praktek latihan pembentukan (Body Building).	Eksperimen/Praktek			1. Studi Kasus 2. Proyek	2 x 50 menit	
15		Program latihan pengencangan (Body Shaping).	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek			1. Tugas 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	
16		UAS	Kuis/Evaluasi			UAS	2 x 50 menit	

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	30	
	b. Team Based Project	20	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Thomas R. Baechle and Roger W. Earle. (2014). Fitness Weight Training. United States: Human Kinetics.
2. Bompa, Tudor O. (2009). Periodization Theory and Methodology of Training. United States: Human Kinetics.
3. Jim Stoppani. (2006). Enciclopedia of Muscle & Strength. United States: Human Kinetics.
4. Mark A. Powell. (2011). Physical Fitness Training, Effects and Maintaining. New York: Nova Science Publishers, Inc.
5. Panitia PIF. (2004). Materi Pelatihan Instruktur Fitness. Yogyakarta: Klinik Kebugaran FIK UNY.
6. Werner W. K. Hoeger and Sharon A. Hoeger. (2011). Lifetime Physical Fitness and Wellness. Wadsworth: United State of America.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Aktivitas Aerobic/SSE60254
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah yang menjelaskan tentang berbagai aktifitas yang dianalisis dari sistem energi aerobik maupun anaerobik

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Mahasiswa mampu memahami dan mengetahui tentang materi Aktivitas aerobik	Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik

2	Mahasiswa mampu mengaplikasikan materi aktivitas aerobik	Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
3	Mahasiswa mampu mempraktekkan materi aktivitas aerobik	Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
4	Mahasiswa mampu mengevaluasi materi ktivitas aerobik	Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Konsep-konsep dasar aktivitas aerobik	1. Ceramah 2. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	
2	2	Konsep-konsep kebugaran jasmani	1. Ceramah 2. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	
3	4	Aktivitas aerobic dan aktivitas anaerobic	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	
4	3	System energy yang digunakan oleh tubuh pada saat aktivitas aerobic	1. Ceramah 2. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	
5	3	System energy yang digunakan oleh tubuh pada saat aktivitas an aerobic	1. Ceramah 2. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	
6	4	System energy yang digunakan oleh tubuh pada saat aktivitas an aerobic	1. Ceramah 2. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	
7	2	Jenis jenis olahraga sesuai dengan sistem energi yang digunakan	Ceramah			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	

8	2	Perencanaan program latihan berdasarkan pada prinsip latihan	Ceramah			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	
9	3	Perencanaan program latihan ditinjau dari takaran latihan	1. Ceramah 2. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	
10	4	Perencanaan program latihan aktivitas aerobik menggunakan media elektronik	1. Ceramah 2. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	
11	2	Perencanaan program latihan aktivitas aerobik di dalam ruangan (senam aerobik) dan evaluasi	Ceramah			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	
12	3	Perencanaan program latihan aktivitas aerobik di luar ruangan atau ditrek dan evaluasi	1. Ceramah 2. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	
13	2	Perencanaan program latihan aktivitas aerobik untuk kesehatan dan rekreasi	1. Ceramah 2. Kuis/Evaluasi	Perencanaan program latihan aktivitas aerobik untuk kesehatan dan rekreasi		1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	
14	4	Evaluasi dari program perencanaan dan implementasi aktivitas aerobic	1. Ceramah 2. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	
15	1	Evaluasi dari program perencanaan dan implementasi aktivitas aerobic	Ceramah			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	
16	3	UAS	1. Ceramah 2. Kuis/Evaluasi			UAS	2 x 50 menit	

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	20	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%

	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	30	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Griffin, Linda L., Mitchell, Stephen A., Oslin, Judith L., Teaching Sport Concepts and Skills: A Tactical Games Approach. USA: Human Kinetics, 1997. Haris,(1998)

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Media dan Jurnalis Olahraga/SSE60255
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Media dan Jurnalis merupakan mata kuliah konsentrasi manajemen olahraga dengan bobot 2 SKS teori. Mata kuliah ini bertujuan untuk meningkatkan ketrampilan komunikasi, dan pemanfaatan media massa sebagai alat komunikasi. Mahasiswa memperoleh bekal kemampuan minimal penulisan produk jurnalistik, seperti: feature, berita, dan opini, email bisnis, brosur, business report dan executive summaries. Selain itu, perkuliahan akan membahas Bahasa Jurnalistik, media olahraga, kode etik jurnalistik, dan produk jurnalistik.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
2	Mahasiswa mampu menjelaskan pengertian dari media dan jurnalis olahraga.	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
3	Mahasiswa mampu mendiskripsikan dan mejelaskan kontribusi media dan jurnalis Olahraga	Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
4	Mahasiswa menguasai konsep umum terkait dengan media dan jurnalis olahraga	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat

5	Mahasiswa mampu mengaplikasikan media untuk kemajuan olahraga.	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1, 2, 3, 4, 5	Orientasi Perkulihan, RPS, dan Komitmen	1. Ceramah 2. Diskusi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami Media dan Jurnalis Olahraga	Memahami tujuan matakuliah Media dan Jurnalis Olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	
2	1, 2, 3, 4, 5	Komunikasi Massa;	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mampu mendiskrip-sikan hakikat dan konsep komunikasi massa	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2
3	1, 2, 3, 4, 5	Media Massa;	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan menambah informasi secara mandiri	Mampu mendiskrip-sikan hakikat dan konsep proses humas	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	2
4	1, 2, 3, 4, 5	Media Olahraga/Sport Media;	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusikan materi, dan mengeksplorasi informasi dari referensi	Mendiskripsi-kan komunikasi dan hubungan masyarakat	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1

5	1, 2, 3, 4, 5	Jurnalis Olahraga;	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusikan materi, dan mengeksplorasi materi dari refrensi.	Mendeskripsikan Alat dan Ragam Jurnalis Olahraga;	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1
6	1, 2, 3, 4, 5	Jurnalistik Olahraga; Introduction Sports Journalism and Journalism about Sports; Engaging with Sports Journalism: Context and Issues;	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, mengeksplorasi informasi dengan belajar mandiri	Mendiskripsikan cara mengimplementasikan Jurnalistik Olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
7	1, 2, 3, 4, 5	Jurnalistik Olahraga; Introduction Sports Journalism and Journalism about Sports; Engaging with Sports Journalism: Context and Issues;	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, mengeksplorasi informasi dengan belajar mandiri	Mendiskripsikan cara mengimplementasikan Jurnalistik Olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
8	1, 2, 3, 4, 5	Jurnalistik Olahraga; Introduction Sports Journalism and Journalism about Sports; Engaging with Sports Journalism: Context and Issues;	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, mengeksplorasi informasi dengan belajar mandiri	Mendiskripsikan cara mengimplementasikan Jurnalistik Olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
9	1, 2, 3, 4, 5	Kode Etik Jurnalistik;	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplorasi informasi dengan belajar mandiri	Mengkonstruksikan Kode Etik Jurnalistik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6

10	1, 2, 3, 4, 5	Produk Jurnalistik	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplorasi informasi.	Mendiskripsikan Produk Jurnalistik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
11	1, 2, 3, 4, 5	Bahasa Jurnalistik;	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan menambah informasi secara mandiri	Mempraktikkan Bahasa Jurnalistik;	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
12	1, 2, 3, 4, 5	Menulis: Feature; Berita; dan Opini;	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengerjakan tugas mandiri	Mendiskripsikan hakikat dan konsep Menulis: Feature; Berita; dan Opini;	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
13	1, 2, 3, 4, 5	Menulis: Feature; Berita; dan Opini;	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengerjakan tugas mandiri	Mendiskripsikan hakikat dan konsep Menulis: Feature; Berita; dan Opini;	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
14	1, 2, 3, 4, 5	Menulis: Feature; Berita; dan Opini;	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengerjakan tugas mandiri	Mendiskripsikan hakikat dan konsep Menulis: Feature; Berita; dan Opini;	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
15	1, 2, 3, 4, 5	Praktik Menulis dan Observasi ke Redaksi Surat Kabar, dan Radio	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusikan materi, dan berusaha menambah informasi dengan belajar mandiri	Mempraktikkan menulis jurnalistik dan melaksanakan observasi ke redaksi Suratkabar dan Radia	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
16	1, 2, 3, 4, 5	Praktik Menulis dan Observasi ke Redaksi Surat Kabar, dan Radio	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusikan materi, dan berusaha menambah informasi dengan belajar mandiri	Mempraktikkan menulis jurnalistik dan melaksanakan observasi ke redaksi Suratkabar dan Radia	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	30	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Arthur A.Raney, and Jennings Bryant.(eds). (2006). Handbook of sports and media. Lawrence Elbaum Associates, Publishers. www.eBookstore.tandf.co.uk Kode Etik Jurnalistik
2. Dadan Suherdiana. (2020). Jurnalistik Kontemporer. Bandung: CV. Mimbar Pustaka.
3. Lisa Septia Dewi Ginting. (2020). Jurnalistik:"Kemahiran berbahasa Produktif". Guepedia: The First On-Publisher in Indonesia. www.guepedia.com
4. Andini Nur Bahri. (2018). Diktat Jurnalistik. Medan: Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Medan
5. Mahi M. Hikmat. (2018). Jurnalistik: Literary Journalism. Jakarta: Penerbit Prenadamedia Group.
6. Raymond Boyle. (2006). Sport Journalism: Context and Issues. London: Sage Publication

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Manajemen Sumber Daya Manusia Olahraga/SSE60256
Jumlah SKS :		2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Manajemen sumberdaya insani olahraga merupakan suatu mata kuliah konsentrasi manajemen olahraga yang membahas dan memberikan bekal pengetahuan dan kemampuan pengelolaan sumber daya insani dalam olahraga dan rekreasi, perbedaan individual dalam sumber daya insani, praktik pengelolaan sumber daya insani, dan attitudinal outcomes.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
2	Mampu menjelaskan pandangan sumber daya manusia mempengarui kebijakan managemen olahraga	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
3	mampu mengambarkan kontribusi managemen Sumber Daya Manusia pada ketahanan organisasi olahraga	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum

4	Mampu mengidentifikasi tantangan managemen SDM dalam organisasi olahraga	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan
5	Mampu menguasai managemen secara umum terkait dengan SDM organisasi olahraga	Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1, 2, 3, 4, 5	Signifikansi sumber daya manusia	1. Ceramah 2. Diskusi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami manfaat sumber daya insani	Mendiskripsikan manfaat sumber daya insani	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1
2	1, 2, 3, 4, 5	Relawan dan kesukarelaan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikanmateri dengan sejawat dan dosen, dan menambah informasi dengan referensi, dan mengerjakan tugas mandiri	Mendiskripsikankebutuhan sukwan, organisasi sukwan, siapa sukwan, altruism dan sukwan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2

3	1, 2, 3, 4, 5	Profesional dan profesionalisme	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusi-kan materi dengan dosen dan sejawat, dan berusaha menambah informasi dari sumber belajar	Mendiskripsikanciri-ciri profesi, proses menjadi profesional, semiprofesional, status profesional dalam manajemen olahraga, profesionalisme dan kesukwanan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 3
4	1, 2, 3, 4, 5	Klien sebagai sumber daya manusia	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusi-kan materi dengan dosen dan sejawat, dan berusaha menambah informasi dari sumber belajar	Mendiskripsikan jenis, keikutsertaaan, motif dan motivasi konsumen.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 3
5	1, 2, 3, 4, 5	Klien sebagai sumber daya manusia: Kemampuan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusi-kan materi dengan dosen dan sejawat, dan berusaha menambah informasi dari sumber belajar	Mendiskripsikan isu tentang kemampuan, tiga bentuk kemampuan: kognitif, emosi, dan psikomotor	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 3
6	1, 2, 3, 4, 5	Klien sebagai sumber daya manusia: Kepribadian	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusi-kan materi dengan dosen dan sejawat, dan berusaha menambah informasi dari sumber belajar	Mendiskripsikanfaktor-faktor penentu kepribadian, teori tipe, teori sifat, dan kepribadian dan perilaku organisasi.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 3
7	1, 2, 3, 4, 5	Nilai-Nilai	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan menambah informasi dengan referensi, dan mengerjakan tugas mandiri	Mendiskripsikan hakikat, sumber, jenis, hirarki, dan fungsi nilai-nilai (values) dalam organisasi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 3
8	1, 2, 3, 4, 5	Motivasi	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan menambah informasi dengan referensi, dan mengerjakan tugas mandiri	Mendiskripsikan model motivasi dan motivasi sebagai investasi pribadi.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4

9	1, 2, 3, 4, 5	Desain Pekerjaan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusi-kan materi dengan dosen dan sejawat, dan berusaha menambah informasi dari sumber belajar	Mengkonstruksikan pengayaan pekerjaan, Atribut tugas, Properti motivasi dalam tugas, penerapan atribut tugas, atribut tugas dan perbedaan individu, pendekatan lain dalam disain tugas, dan ketergantungan, koordinasi dan keragaman tugas.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 3
10	1, 2, 3, 4, 5	Kepegawaian dan pertimbangan karir	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusi-kan materi dengan dosen dan sejawat, dan berusaha menambah informasi dari sumber belajar	Mendiskripsikan penyusunan pegawai dan pertimbangan karir	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
11	1, 2, 3, 4, 5	Kepemimpinan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusi-kan materi dengan dosen dan sejawat, dan berusaha menambah informasi dari sumber belajar	Mengkonstruksikan perilaku, model, dan tipe kepemimpinan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4
12	1, 2, 3, 4, 5	Penilaian kinerja	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusi-kan materi dengan dosen dan sejawat, dan berusaha menambah informasi dari sumber belajar	Mendiskripsikan tujuan, apa-kapan-siapa yang dinilai, kesalahan rating dalam penilaian kinerja	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 3
13	1, 2, 3, 4, 5	Sistem penghargaan (reward)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusi-kan materi dengan dosen dan sejawat, dan berusaha menambah informasi dari sumber belajar	Mengkonstruksikan tujuan, tipe/bentuk, landasan pengharagaan.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 3
14	1, 2, 3, 4, 5	Pemasaran Internal	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusi-kan materi dengan dosen dan sejawat, dan berusaha menambah informasi dari sumber belajar	Mendiskripsikan pemasaran internal	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 3

15	1, 2, 3, 4, 5	Kepuasan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusi-kan materi dengan dosen dan sejawat, dan berusaha menambah informasi dari sumber belajar	Mengkonstruksikan pengayaan teori kepuasaan pekerjaan, kepuasaan thd kerja sukarela, kepuasaan peserta, dan pengukuran kepuasan.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 3
16	1, 2, 3, 4, 5	Komitmen	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusi-kan materi dengan dosen dan sejawat, dan berusaha menambah informasi dari sumber belajar	Mendiskripsikan multidimensi komitmen organisasi, komitmen pekerjaan, pengembangan dan dampak komitmen organisasi, kaitan komitmen organisasi.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	30	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Chelladurai, Packianathan. (2006). Human resource management in sport and recreation. 2nded. Champaign, IL.:Human Kinetics.
2. Aisbett, L., & Hoye, R. (2015). Human resource management practices to support sport event volunteers. Asia Pacific Journal of Human Resources, 53(3), 351–369. https://doi.org/10.1111/1744-7941.12062
3. Bonnie L. Parkhouse., ed. (2005). The management of sport: Its foundation and application, 4th ed. New York: McGraw Hill Higher Education.
4. Cuskelly, G., Fredline, L., Kim, E., Barry, S., & Kappelides, P. (2021). Volunteer Selection at a Major Sport Event: A Strategic Human Resource Management Approach. Sport Management Review, 24(1), 116–133. https://doi.org/10.1016/j.smr.2020.02.002

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Pemasaran Olahraga/SSE60257
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	1 . .
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah Pemasaran olahraga adalah mata kuliah konsentrasi Manajemen Olahraga Prodi Ilmu Keolahragaan FIK UNY yang mempelajari tentang pengertian, konsep, dan lingkup pemasaran Olahraga, Segmen dan Sasaran Pemasaran Olahraga Strategi Pemasaran Olahraga, Perilaku Konsumen, Komunikasi dalam Pemasaran, Kepuasan Pelanggan, Penelitian dalam Pemasaran Olahraga. Dalam pelaksanaan kuliah dibagi menjadi 2 kelas, yaitu kelas teori dan kelas praktek, dalam kelas teori mahasiswa terlibat aktif dalam pembelajaran dengan melakukan persentasi individu dan kelompok, untuk memperkaya pengalaman dan pengetahuan belajarnya., dalam kelas praktek mahasiswa mampu mengetahui dan melakukan praktek Pemasaran Olahraga. Mahasiswa juga mengerjakan tugas-tugas membaca referensi dan jurnal-jurnal relevan dengan mata kuliah ini

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Kelas teori mahasiswa terlibat aktif dalam pembelajaran dengan melakukan persentasi individu dan kelompok, untuk memperkaya pengalaman dan pengetahuan belajarnya., dalam kelas praktek mahasiswa mampu mengetahui dan melakukan praktek Pemasaran Olahraga. Mahasiswa juga mengerjakan tugas-tugas membaca referensi dan jurnal-jurnal relevan dengan mata kuliah ini	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
2	Mahasiswa memahami kontrak perkuliahan, metode pembelajaran yang digunakan serta garis besar mata kuliah Manajemen Olahraga	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
3	Mahasiswa memahami tentang manajemen pemasaran olahraga secara umum.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan

4	Mahasiswa memahami tentang Fungsi Perencanaan dan Managemen Strategik pemasaran olahraga	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1, 2, 3, 4	Apersepsi, Penyampaian Rps,Dan Kontrak Belajar	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa Mampu Berdiskusi Dan Saling Memberi Toleransi Untuk Mencapai Kesepakatan Untuk Kepentingan Bersama		Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3
2	1, 2, 3, 4	Konsep, dan lingkup pemasaran Olahraga,	1. Diskusi 2. Eksperimen/Praktek 3. Tugas/Kerja Mandiri	Menelusuri Sumber Literasi Yang Baik Dan Dapat Digunakan Sebagai Sumber Belajar Mengungkapkan Ide Dan Memberikan Kritikan Dalam Diskusi Ilmiah		1. Tugas 2. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3
3	1, 2, 3, 4	Konsep, dan lingkup pemasaran Olahraga,	Diskusi	Menelusuri Sumber Literasi Yang Baik Dan Dapat Digunakan Sebagai Sumber Belajar Mengungkapkan Ide Dan Memberikan Kritikan Dalam Diskusi Ilmiah		1. Kuis 2. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3
4	1, 2, 3, 4	Segmen Pemasaran Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mahasiswa mampu memahami serta menganalisis segmen pemasaran olahraga Mahasiswa mampu memahami serta menganalisis sasaran pemasaran olahraga		1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3

5	1, 2, 3, 4	Sasaran Pemasaran Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu memahami serta menganalisis segmen pemasaran olahraga Mahasiswa mampu memahami serta menganalisis sasaran pemasaran olahraga		1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3
6	1, 2, 3, 4	Strategi Pemasaran Produk Olahraga,	1. Ceramah 2. Diskusi	Diskusi dan Presentasi dalam kelompok Kecil (2 sampai 3 orang) untuk mengkaji tentang Strategi Pemasaran Olahraga	Mahasiswa mampu menganalisis konsep 4P	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2
7	1, 2, 3, 4	Strategi Pemasaran Produk Olahraga,	1. Diskusi 2. Eksperimen/Praktek 3. Tugas/Kerja Mandiri	Diskusi dan Presentasi dalam kelompok Kecil (2 sampai 3 orang) untuk mengkaji tentang Strategi Pemasaran Olahraga	Mahasiswa mampu menganalisis konsep 4P	1. Tugas 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
8	1, 2, 3, 4	Strategi Pemasaran Produk Olahraga,	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Diskusi dan Presentasi dalam kelompok Kecil (2 sampai 3 orang) untuk mengkaji tentang Strategi Pemasaran Olahraga	Mahasiswa mampu menganalisis konsep 4P	1. Presentasi 2. Studi Kasus	2 x 50 menit	2, 3
9	1, 2, 3, 4	UTS	Kuis/Evaluasi			UTS	2 x 50 menit	1, 2, 3
10	1, 2, 3, 4	Perilaku Konsumen,	1. Ceramah 2. Diskusi			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2
11	1, 2, 3, 4	Perilaku Konsumen,	Demonstrasi			1. Presentasi 2. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2
12	1, 2, 3, 4	Komunikasi dalam Pemasaran,	1. Ceramah 2. Diskusi			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	2, 3
13	1, 2, 3, 4	Komunikasi dalam Pemasaran,	Tugas/Kerja Mandiri			1. Tugas 2. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3
14	1, 2, 3, 4	Kepuasan Pelanggan	1. Ceramah 2. Diskusi			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	2, 3
15	1, 2, 3, 4	Penelitian dalam Pemasaran Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2
16	1, 2, 3, 4	UAS	Kuis/Evaluasi			UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	40	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	0	
	b. Kuis	0	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	60	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	40	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Aicher, T.J. and Brenner, J. (2015), “A model of individuals’ motivation to participate in sport tourism: a self-determination theory perspective”, International Journal of Sport Management, Recreation, and Tourism, Vol. 18 No. 18D.
2. Shinta, Agustina . 2011. Manajemen Pemasaran. Malang: UB Press
3. Putri, B. R. T. (2017). Menejemen Pemasaran.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Telaah dan Literatur Olahraga/SSE60242
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah ini adalah

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Mahasiswa mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Telaah Literatur Olahraga	Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
2	Mahasiswa mampu mengkaji implikasi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah Telaah Literatur Olahraga	Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat

3	Mahasiswa mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga melalui Telaah Literatur Olahraga	Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	2	Pendahuluan	1. Ceramah 2. Diskusi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami telaah dan literatur olahraga	Mahasiswa dapat mengidentifikasi dan mengenal telaah dan literatur olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1
2	1, 2	Proses Telaah Literatur	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi dengan sejawat dan dosen, dan menambah informasi dengan referensi, dan mengerjakan tugas mandiri	Mahasiswa dapat mendeskripsikan hakikat dan tujuan telaah literatur, mencari sumber pustaka,danmenyajikan hasil telaah	Tugas	2 x 50 menit	1
3	1	Strategi mencari sumber pustaka untuk telaah literatur olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi dengan sejawat dan dosen, dan menambah informasi dengan referensi, dan mengerjakan tugas mandiri	Mahasiswa dapat mendeskripsikan dan mencari sumber pustaka,serta menyajikan hasil telaah	1. Kuis 2. Tugas	2 x 50 menit	1
4	1, 2	Perencanaan membaca dan pembuatan catatan dari literatur	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusikan materi dengan dosen dan sejawat, dan berusaha menambah informasi dari sumber belajar	Mendiskripsikan perencanaan membaca dan penyusunan catatan dari literatur	Tugas	2 x 50 menit	1
5	1, 2	Peningkatan kecepatan membaca	1. Diskusi 2. Eksperimen/Praktek 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusikan materi dengan dosen dan sejawat, dan berusaha menambah materi dari sumber belajar	Mendeskripsikan kiat meningkatkan kecepatan membaca buku	Tugas	2 x 50 menit	1

6	1, 2	Peningkatan kecepatan membaca	1. Diskusi 2. Eksperimen/Praktek 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusikan materi dengan dosen dan sejawat, dan berusaha menambah materi dari sumber belajar	Mendeskripsikan kiat meningkatkan kecepatan membaca buku	Tugas	2 x 50 menit	1
7	1, 2	Cara membaca textbook	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi dengan sejawat dan dosen, dan menambah informasi dengan referensi	Mendiskripsikan cara membaca buku teks	Tugas	2 x 50 menit	1
8	1, 2	Cara membaca textbook	Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa menambah informasi dengan referensi	Mendiskripsikan cara membaca buku teks	Tugas	2 x 50 menit	1, 2
9	2, 3	Memahami Bacaan Textbook	1. Diskusi 2. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusikan materi dengan dosen dan sejawat, dan berusaha menambah informasi dari sumber belajar	Mahasiswa mampu mendiskripsikan cara menemukan topik yang dibahas	Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
10	2, 3	Memahami Bacaan Textbook	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusikan materi dengan dosen dan sejawat, dan berusaha menambah informasi dari sumber belajar	Mahasiswa mampu menemukan pokok pikiran dan merumuskan pokok pikiran dari bacaan textbook	Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
11	2, 3	Memahami Bacaan Textbook	1. Diskusi 2. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusikan materi dengan dosen dan sejawat, dan berusaha menambah informasi dari sumber belajar tentang rincian pendukung, berpikir cermat, pola tulisan penulis, keterampilan memahami aline yang panjang, dan menghapal materi buku melalui pengorganisasian	Mahasiswa mampu mengidentifikasi rincian pendukung, berpikir cermat, pola tulisan penulis, keterampilan memahami aline yang panjang, dan menghapal materi buku melalui pengorganisasian	Tugas	2 x 50 menit	1, 2

12	2, 3	Cara Cepat Membaca Jurnal Profesional	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan menambah informasi dengan referensi, dan mengerjakan tugas mandiri	Mahasiswa mampu mendiskripsikan cara cepat membaca jurnal profesional	Kuis	2 x 50 menit	1, 2
13	1, 2	Kiat mendapatkan referensi dari internet	1. Diskusi 2. Eksperimen/Praktek	Mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan menambah informasi dengan referensi, dan mengerjakan tugas mandiri	Mahasiswa mampu mendiskripsikan cara mendapatkan referensi dari internet dan menemukan berbagai sumber referensi dari internet	Tugas	2 x 50 menit	1, 2
14	2, 3	Penulisan Kutipan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusikan materi dengan dosen dan sejawat, dan berusaha menambah informasi dari sumber belajar	Mahasiswa mendemonstrasikan cara menyusun kutipan langsung dan tidak langsung dalam kerangka tulisan ilmiah	Tugas	2 x 50 menit	1, 2
15	1, 2, 3	Penulisan hasil telaah ke dalam karya ilmiah	1. Diskusi 2. Kerja Lapangan 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mencermati eksposisi dosen, dan mendiskusikan materi dengan dosen dan sejawat, dan mempraktikkan penulisan karya ilmiah	Mendemonstrasikan kemampuan penuangan hasil telaah ke dalam karya ilmiah	Tugas	2 x 50 menit	1, 2
16	1, 2, 3	Penulisan hasil telaah ke dalam karya ilmiah	1. Diskusi 2. Kerja Lapangan 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mendiskusikan materi dengan sejawat dan mempraktikkan penulisan karya ilmiah	Mendemonstrasikan kemampuan penuangan hasil telaah ke dalam karya ilmiah	Tugas	2 x 50 menit	1, 2

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	10	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%

	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Cortina, J., Elder, J., and Gonnet, K. (1989). Comprehending College Textbooks: Steps to understanding and remembering what you read. New York: McGraw Hill.
2. Kamil. (1995). Memahami dan menterjemahkan Buku Teks. Yogyakarta: PT. Kanisius.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Olahraga Usia Dini/SSE60243
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah ini membahas tentang konsep aktivitas untuk anak anak usia dini meliputi perkembangan keterampilan motorik, kesegaran jasmani berkaitan dengan kesehatan, olahraga yang sesuai dengan usia anak usia dini yang dapat membimbing dan membantu proses perkembangan anak anak menjadi aktif sepanjang hidupnya dan pendekatan pelatihan yang efektif sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangannya

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu memahami pengetahuan dan kemampuan praktik olahraga yang bertujuan utuk perkembangan dan pertumbuhan usia dini	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
2	Mahasiswa mampu menjelaskan karakteristik olahraga bagi usia dini yang disesuaikan dengan aspek-aspek psikologis.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

3	Mahsiswa mampu memahami olahraga bagi psikologi anak usia dini, perkembangan emosional dan emosi dasar yang mengganggu penampilan olahraga pada anak usia dini	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
4	Mahasiswa mampu mengembangkan self-concept dan self-esteem pada anak usia dini, dan dampak olahraga bagi perkembangan aspek-aspek psikologis anak usia dini.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)

1	1	materi tentang konsep dasar program olahraga bagi anak usia dini, nilai dan manfaatnya	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mahasiswa mendapatkan materi tentang nilai dan manfaat olahraga bagi anak usia dini	Pemahaman mahasiswa akan materi tentang nilai dan manfaat olahraga bagi anak usia dini	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
2	1	Pengembangan materi dasar-dasar ilmiah keterampilan motorik anak usia dini	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa memperoleh materi dasar-dasar ilmiah keterampilan motorik anak usia dini	pemahaman mahasiswa tentang materi dasar-dasar ilmiah keterampilan motorik anak usia dini	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
3	1	Materi tentang konsep perkembangan keterampilan (skill theme development)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa belajar dan mempraktikan langsung tentang konsep perkembangan keterampilan (skill theme development)	Tingkat pengetahuan dan keterampilan belajar tentang konsep perkembangan keterampilan (skill theme development)	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
4	1	Materi tentang konsep kesadaran ruang, bagaimana tubuh bergerak, dan hubunganya dengan lingkungan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa memperoleh materi konsep tentang kesadaran ruang, bagaimana tubuh bergerak, dan hubunganya dengan lingkungan	Pengetahuan mahasiswa akan materi konsep tentang kesadaran ruang, bagaimana tubuh bergerak, dan hubunganya dengan lingkungan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
5	2	Materi konsep perkembangan keterampilan (skill theme development)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Resitasi	Mahasiswa belajar tentang materi konsep perkembangan keseimbangan	Tingkat keaktifan mahasiswa, pemahaman materi, dan presentasi mandiri tentang konsep perkembangan keseimbangan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
6	2	Materi konsep perkembangan keterampilan (skill theme development)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Resitasi	Mahasiswa belajar tentang konsep perkembangan keterampilan (skill theme development) olahraga sepakbola	Pemahaman mahasiswa akan konsep perkembangan keterampilan (skill theme development) olahraga sepakbola	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6

7	2	Materi tentang konsep perkembangan keterampilan (skill theme development)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Resitasi	Mahasiswa belajar tentang konsep perkembangan keterampilan (skill theme development) keahlian olahraga strikingand fielding	Pemahaman mahasiswa dan presentasi materi konsep perkembangan keterampilan (skill theme development) keahlian olahraga strikingand fielding	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi 4. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
8	2	Materi konsep perkembangan keterampilan (skill theme development)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Resitasi	Mahasiswa belajar dan berdiskusi kelompok tentang materi konsep perkembangan keterampilan olahraga net	Pemahaman mahasiswa, presentasi dan menyelesaikan tugas materi konsep perkembangan keterampilan olahraga net	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi 5. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
9	3	materi tentang konnsep konsep gerak dalam berbagai aktivitas jasmani usia dini	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Resitasi	Mahasiswa belajar tentang konsep gerak dalam berbagai aktivitas jasmani usia dini	Pemahaman mahasiswa tentang konsep gerak dalam berbagai aktivitas jasmani usia dini	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi 5. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
10	3	Materi tentang konsep gerak dalam berbagai aktivitas jasmani usia dini dan mengembangkan nilai, bentuk dan struktur permainan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Resitasi	mahasiswa belajar materi konsep gerak dalam berbagai aktivitas jasmani usia dini dan mengembangkan nilai, bentuk dan struktur permainan	Pengetahuan mahasiswa dalam memahami konsep gerak dalam berbagai aktivitas jasmani usia dini dan mengembangkan nilai, bentuk dan struktur permainan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi 5. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
11	3	materi konsep dasar kesegaran jasmani usia dini	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Resitasi	mamhasiswa mendapatkan pembelajaran materi konsep dasar kesegaran jasmani usia dini	Pemahaman mahasiswa akan materi konsep dasar kesegaran jasmani usia dini	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi 5. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
12	3	materi konsep perencanaan program aktivitas jasmaniusia din	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Resitasi	Mahasiswa memperoleh pembelajaran tentang konsep perencanaan program aktivitas jasmani usia dini	Pemahaman mahasiswa akan materi pembelajaran tentang konsep perencanaan program aktivitas jasmani usia dini	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi 5. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6

13	4	Materi konsep organisasi dan instruksional	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Resitasi	Mahasiswa memperoleh materi dan pengalaman tentang penerapan konsep organisasi dan instruksional	Pemahaman mahasiswa, hasil diskusi tentang materi penerapan konsep organisasi dan instruksional	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi 5. Studi Kasus 6. Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
14	4	materi konsep dasar pengelolaan program aktivitas jasmani usia dini	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Resitasi	Mahasiswa dapat menerapkan konsep dasar pengelolaan program aktivitas jasmani usia dini	Pemahaman dan penguasaan mahasiswa pada materi konsep dasar pengelolaan program aktivitas jasmani usia dini	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi 5. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
15	4	materi konsep dasar assesmen aktivitas jasmani usia dini	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Resitasi	Mahasiswa belajar tentang penerapkan konsep dasar assesmen aktivitas jasmani usia dini	Pemahaman mahasiswa akan materi menerapkan konsep dasar assesmen aktivitas jasmaniusia dini	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi 5. Studi Kasus 6. Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
16	4	Konsep dasar assesmen aktivitas jasmani usia dini	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek 4. Kerja Lapangan 5. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa menerapkan konsep dasar assesmen aktivitas jasmani bagi anak usia dini	Dapat menerapkan konsep dasar assesmen aktivitas jasmani anak usia dini	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	15	
	e. UAS	20	

2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Schmidt Richard A. 1987. Motor Control And Learning: A behavioural Emphasis. Champaign: Human Kinetics
2. Thomas K.T.,Lee. A.M., Thomas Jerry T. 2003. Physical Education Methods For Elementary Teachers. Champaign: Human Kinetics
3. Bompa Tudor and Michael Carrera (2015). Conditioning Young Athletes. Human Kinatics
4. Bompa Tudor and Gregory Haff. (2009). Periodization Teori and Methodology Of Training. Human Kinatics
5. Istvan Balyi; Colin Higgs; Richard Way. (2013). The Long Term Atlete Development. Human Kinatics
6. Cheryl Mallen, Lorne Adams. (2008). Sport, Recreation and Tourism Event Management: Theoretical and Practical Dimensions. ISBN: 075068447X,9780750684477

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Analisis Teknologi Keolahragaan/SSE60244
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah ini membahas pengertian Industri olahraga, peran, peluang dan kontribusi serta strategi pengembangan industri olahraga dengan cara menganalisis produksi, sasaran, harga, tempat dan promosi di bidang olahraga, praktek kunjungan ke beberapa pengelola pusat kegiatan keolahragaan, perusahaan olahraga dan magang.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu menganalisis masalah-masalah teknologi olahraga yang terkait dengan masyarakat dalam bidang ilmu keolahragaan	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
2	Mahasiswa mampu melakukan kajian-kajian ilmiah terhadap permasalahan keolahragaan secara mendalam	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

3	Mahasiswa mampu mengaplikasikan media Teknologi dan Informasi Komunikasi (TIK) untuk mendukung kelancaran pelaksanaan tugas/peranannya.	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

4	Mahasiswa mampu mengaplikasikan pengetahuan Ilmu Keolahragaan	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

5	Mahasiswa mampu merumuskan solusi yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1		1. Pengertian Industri 2. Pengertian Industri Olahraga 3. Mengidentifikasi Jenis-Jenis Industri	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3
2		1. Pengertian Industri 2. Pengertian Industri Olahraga 3. Mengidentifikasi Jenis-Jenis Industri	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3

3		1. Dasar Pengembangan Industri Olahraga dan Pelaku Industri Olahraga 2.Bentuk Industri Olahraga 3. Pembinaan dan Pengembangan Industri Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
4		1. Dasar Pengembangan Industri Olahraga dan Pelaku Industri Olahraga 2.Bentuk Industri Olahraga 3. Pembinaan dan Pengembangan Industri Olahraga	Ceramah			Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3
5		1. Dasar Pengembangan Industri Olahraga dan Pelaku Industri Olahraga 2.Bentuk Industri Olahraga 3. Pembinaan dan Pengembangan Industri Olahraga	Tugas/Kerja Mandiri			Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3
6		1. Sapras dan Penyelenggaraan Olahraga 2.Pekan olahraga dan promosi olahraga	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3
7		1. Sapras dan Penyelenggaraan Olahraga 2.Pekan olahraga dan promosi olahraga	Diskusi			1. Kuis 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
8		UTS	Kuis/Evaluasi			UTS	2 x 50 menit	1, 2, 3
9		Model-Model Industri Olahraga	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3
10		Model-Model Industri Olahraga	Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
11		1. Kekuatan dan Kelemahan Industri Olahraga 2. Peluang dan Ancaman Industri Olahraga	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3
12		1. Kekuatan dan Kelemahan Industri Olahraga 2. Peluang dan Ancaman Industri Olahraga	1. Diskusi 2. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3
13		1. Konsep, bauran dan strategi pemasaran olahraga 2.Manajemen Fasilitas Olahraga 3.Perkembangan dan Pengaruh Media dalam Olahraga	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3
14		1. Konsep, bauran dan strategi pemasaran olahraga 2.Manajemen Fasilitas Olahraga 3.Perkembangan dan Pengaruh Media dalam Olahraga	1. Diskusi 2. Demonstrasi			1. Kuis 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3

15		Perusahan di bidang industri olahraga	Kerja Lapangan			Proyek	2 x 50 menit	1, 2, 3
16		UAS	Kuis/Evaluasi			UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	15	
	d. UTS	10	
	e. UAS	10	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. 1. Dr. Sigit Nugroho, M.Or (2019). Industri Olahraga. UNY Press: Yogyakarta
2. 2. Prof DR. H. Harsuki. (2011). Membangun Jaringan Pemasaran Peralatan Industri Olahraga ditengah Persaingan Gobal. Bahan yang disajikan dalam workshop Pengembangan Peralatan Industri Olahraga: Semarang
3. 3. Firmanzah. (2011). Managing Sport Industry in Indonesia. Bahan yang disajikan dalam workshop Pengembangan Manajemen Industri Olahraga: Malang.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Industri Olahraga/SSE60245
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah ini membahas pengertian Industri olahraga, peran, peluang dan kontribusi serta strategi pengembangan industri olahraga dengan cara menganalisis produksi, sasaran, harga, tempat dan promosi di bidang olahraga, praktek kunjungan ke beberapa pengelola pusat kegiatan keolahragaan, perusahaan olahraga dan magang.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Mahasiswa mampu mengembangkan fasilitas olahraga masyarakat	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan

2	Mahasiswa mampu melakukan manajemen dan mampu mengelola keolahragaan, pengelolaan sarana dan prasarana olahraga	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
3	Mahasiswa mampu memandu dan berkreasi menciptakan olahraga kepariwisataan, olahraga rekreasi, olahraga amatir, olahraga masyarakat dan olahraga kebutuhan khusus	Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	2	Pengertian dan Jenis Industri	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa memperhatikan paparan dosen mengenai pengertian dan jenis industri	Mahasiswa mampu menjelaskan pengertian dan jenis industri	Kuis	2 x 50 menit	1
2	2	Pengertian dan Jenis Industri	Diskusi	Mahasiswa mempresentasikan hasil diskusi tentang konsep dan jenis industri	Mengidentifikasi jenis-jenis Industri	Presentasi	2 x 50 menit	1
3	2	Pengembangan Industri Olahraga	Diskusi	Mahasiswa mengidentifikasi hal-hal berkaitan pengembangan industri olahraga	Mahasiswa memahami dasar pengembangan industri olahraga dan pelaku industri olahraga	Kuis	2 x 50 menit	1, 3
4	1, 2	Pengembangan Industri Olahraga	1. Diskusi 2. Demonstrasi	Mahasiswa menganalisis bentuk-bentuk industri olahraga	Mahasiswa dapat memahami bentuk industri olahraga	1. Kuis 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 3
5	2	Pengembangan Industri Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa menganalisis proses pembinaan dan pengembangan industri olahraga	Mahasiswa memahami proses pembinaan dan pengembangan industri olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 3

6	1, 2	Aksi Pengembangan Industri Olahraga	1. Demonstrasi 2. Diskusi	Mahasiswa mengidentifikasi sarana prasarana dan penyelenggaraan olahraga sebagai industri olahraga	Mahasiswa memahami sarana prasarana dan penyelenggaraan olahraga sebagai industri olahraga	Tugas	2 x 50 menit	1, 3
7	2	Aksi Pengembangan Industri Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa menganalisis pekan olahraga dan promosi olahraga sebagai industri olahraga	Mahasiswa mampu menjelaskan pekan olahraga dan promosi dalam industri olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
8	2, 3	Model Industri Olahraga	1. Diskusi 2. Ceramah	Mahasiswa menganalisis model-model industri olahraga	Mahasiswa memahami model-model industri olahraga	Presentasi	2 x 50 menit	1
9	3	Analisis Industri Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa menganalisis kekuatan dan kelemahan industri olahraga	Mahasiswa memahami kekuatan dan kelemahan indsutri olahraga	1. Kuis 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 3
10	2, 3	Analisis Industri Olahraga	Diskusi	Mahasiswa menganalisis peluang dan ancaman industri olahraga	Mahasiswa mampu menjelaskan peluang dan ancaman industri olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3
11	2, 3	Pemasaran Indsutri Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa menganalisis konsep bauran dan strategi pemasaran industri olahraga	Mahasiswa memahami konsep bauran dan strategi pemasaran industri olahraga	1. Kuis 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2
12	1	Industri Fasilitas Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa menganalisis industri fasilitas olahraga	Mahasiswa mampu menjelaskan konsep industri fasilitas olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 3
13	2, 3	Media Massa Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa menganalisis perkembangan media dalam industri olahraga	Mahasiswa dapat menjelaskan konsep perkembangan media dalam industri olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2
14	3	Media Massa Olahraga	Diskusi	Mahasiswa menganalisis media olahraga sebagai industri olahraga	Mahasiswa dapat menjelaskan kaitan media olahraga sebagai bagian dari indsutri olahraga	Presentasi	2 x 50 menit	1
15	3	Industri Olahraga di Daerah	Kerja Lapangan	Mahasiswa mengidentifikasi industri olahraga di daerah	Mahasiswa dapat menjelaskan industri olahraga yang ada di daerah	1. Presentasi 2. Proyek	2 x 50 menit	3

16	1, 2, 3	Ujian Akhir Semester	Kuis/Evaluasi	Mahasiswa melaksanakan evaluasi akhir semester	Mahasiswa dapat menjelaskan konsep industri olahraga, pengembangan dan model industri olahraga, serta hal-hal yang berkaitan dengan industri olahraga.	UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	10	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Sigit Nugroho. (2018). Industri Olahraga. UNY Press: Yogyakarta
2. Harsuki. (2011). Membangun Jaringan Pemasaran Peralatan Industri Olahraga ditengah Persaingan Gobal. Bahan yang disajikan dalam workshop Pengembangan Peralatan Industri Olahraga: Semarang
3. Firmanzah. (2011). Managing Sport Industry in Indonesia. Bahan yang disajikan dalam workshop Pengembangan Manajemen Industri Olahraga: Malang

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus/SSE60258
Jumlah SKS	:	3
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus merupakan mata kuliah konsentrasi olahraga adaptif dengan bobot 3 SKS, yang terdiri dari 2 SKS teori dan 1 SKS paktikum. Mata kuliah ini membahas konsep dasar pendidikan anak luar biasa meliputi pengertian, klasifikasi, prevalensi, penyebab, pengembangan minat bermain, prinsip dan metode bimbingan bermain anak luar biasa. Kegiatan kuliah meliputi teori dan praktik dengan sosialisasi di sekolah /pusat rehabilitasi anak luar biasa.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.

1	Mahasiswa mampu memahami konsep dasar pendidikan anak luar biasa	Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
2	Mahasiswa mampu memahami, mengidentifikasi klasifikasi, prevalensi, penyebab anak berebutuhan khusus	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.

3	Mahasiswa mampu mengembangankan minat bermain bagi anak luar biasa	Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus

4	Mahasiswa mampu membimbing dan mendidik anak berkebutuhan khusus	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1, 2	Pengertian dan jenis-jenis anak berkebutuhan khusus	1. Ceramah 2. Diskusi	Menjelaskan pengertian dan jenis anak berkebutuhan khusus	Mahasiswa mampu menjelaskan pengertian dan mengetahui jenis anak berkebutuhan khusus	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	3 x 50 menit	2, 4
2	1, 2	Karakteristik Anak Berkebutuhan Khusus	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi	Menjelaskan ciri-ciri anak tuna netra, tuna rungu dan tuna grahita	Mahasiswa mampu memahami ciri-ciri Anak Tuna Netra,Tuna Rungu dan Tuna Grahita	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
3	1, 2	Karakteristik Anak Berkebutuhan Khusus	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri 4. Kuis/Evaluasi	menjelaskan ciri-ciri anak tuna daksa dan tuna laras	Mahasiswa mampu memahami ciri-ciri anak tuna daksa dan tuna laras	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	3 x 50 menit	1, 4

4	1, 2	Karakteristik Anak Berkebutuhan Khusus	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Menjelaskan ciri-ciri anak berbakat, kesulitan belajar dan autis	Mahasiswa mampu memahami ciri-ciri anak berbakat, kesulitan belajar dan autis	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
5	3, 4	Pendidikan dan bimbingan Anak Tuna Netra	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Tugas/Kerja Mandiri 6. Kuis/Evaluasi	Menjelaskan model layanan pendidikan anak tuna netra	Mahasiswa mampu memahami dan membuat model layanan pendidikan bagi anak tuna netra	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
6	3, 4	Pendidikan dan bimbingan Anak Tuna Netra	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Tugas/Kerja Mandiri	Menjelaskan konsep bimbingan anak tuna netra	Mahasiswa mampu memahami dan membuat model layanan bimbingan bagi anak tuna netra	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
7	3, 4	Pendidikan dan bimbingan Anak Tuna Rungu	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Tugas/Kerja Mandiri 6. Kuis/Evaluasi	Menjelaskan model layanan pendidikan dan bimbingan bagi anak tuna rungu	Mahasiswa mampu membuat model layanan pendidikan dan bimbingan bagi anak tuna rungu	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
8	1, 2, 3, 4	Ujian Tengah Semester	1. Tugas/Kerja Mandiri 2. Kuis/Evaluasi	Mengevaluasi pengertian, jenis-jenis, karakteristik dan model pendidikan serta bimbingan anak berkebutuhan khusus	Mahasiswa mampu mengevaluasi pengertian, jenis-jenis, karakteristik dan model pendidikan serta bimbingan anak berkebutuhan khusus	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. UTS	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
9	3, 4	Pendidikan dan bimbingan Anak Tuna Grahita	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Kuis/Evaluasi	Menjelaskan model pendidikan dan bimbingan Anak Tuna Grahita	Mahasiswa mampu menguasai model pendidikan dan bimbingan bagi Anak Tuna grahita	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
10	3, 4	Pendidikan dan bimbingan Anak Tuna Daksa	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Resitasi 6. Kuis/Evaluasi	Menjelaskan konsep pendidikan dan bimbingan Anak Tuna Daksa	Mahasiswa mampu memamhami konsep pendidikan dan bimbingan anak tuna daksa	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4

11	3, 4	Pendidikan dan bimbingan Anak Tuna Laras	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Tugas/Kerja Mandiri	Menjelaskan model pendidikan dan bimbingan Anak Tuna Laras	Mahasiswa mampu menguasai model pendidikan dan bimbingan anak tuna laras	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
12	3, 4	Pendidikan dan bimbingan Anak Berbakat	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Menjelaskan model pendidikan dan bimbingan anak berbakat	Mahasiswa mampu menguasai model pendidikan dan bimbingan anak berbakat	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
13	3, 4	Pendidikan dan bimbingan Anak Kesulitan Belajar	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Menjelaskan model pendidikan dan bimbingan anak yang kesulitan belajar	Mahasiswa mampu memahami konsep pendidikan dan bimbingan anak kesulitan belajar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
14	3, 4	Pendidikan dan bimbingan Anak Autis	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Menjelaskan model pendidikan anak autis	Mahasiswa mampu menguasai model pendidikan anak autis	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
15	3, 4	Pendidikan dan bimbingan Anak Autis	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Menjelaskan konsep pembimbingan anak autis	Mahasiswa mampu menguasai konsep pembimbingan anak autis	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
16	1, 2, 3, 4	Model Permainan anak berkebutuan Khusus	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri 5. Kuis/Evaluasi	Menjelaskan model permainan anak berkebutuhan khusus	Mahasiswa mampu membuat model permainan untuk anak berkebutuhan khusus	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	

2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Ni'matuzahroh, Sri Retno Yuliani, Soen, Mein-Woei (2021) Psikologi dan Intervensi Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus. UMMPress
2. Sulthon (2021) Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus. PT Raja Grafindo Persada. Depok
3. Anna A. Arinushkina, Igor A. Korobeynikov (2022). Education of Children with Special Needs. Springer
4. Endang Switri. (2022). Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus. Penerbit Qiara Media. Jawa Timur

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Kinesiologi Adaptif/SSE60259
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Sistem Saraf Pusat merupakan mata kuliah konsentrasi olahraga adaptif dengan bobot 2 SKS teori. Mata kuliah ini membahas anatomi sistem saraf pusat serta mekanisme fisiologinya. Pada mata kuliah ini juga akan dibahas tentang peran sistem saraf pusat dalam proses lokomosi, serta patofisiologi beberapa gangguan sistem saraf pusat pada manusia yang berkaitan dengan gerakan.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain

1	Mahasiswa mampu memahami arti, tujuan, fungsi gerak yang baik, sikap tubuh, titik berat badan, prinsip seluk beluk mekanis, sistem pengungkit, ukuran bentuk tubuh, antropometri, analisa gerak pada anak luar biasa	Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
2	Mahasiswa mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1		Gambaran Umum Sistem Saraf Pusat (SSP)	1. Ceramah 2. Diskusi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu memahami system saraf pusat	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	3, 4

2		Pembagian SSP	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu mengetahui bagianbagian saraf pusat dan saraf tepi, peran saraf pusat dan saraf tepi pada system lokomosi.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 4
3		Pembagian SSP	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu mengetahui bagianbagian saraf pusat dan saraf tepi, peran saraf pusat dan saraf tepi pada system lokomosi.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 3, 4
4		Pembagian SSP	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu mengetahui bagianbagian saraf pusat dan saraf tepi, peran saraf pusat dan saraf tepi pada system lokomosi.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 3, 4
5		Mempelajari Bagianbagian otak besar dan fungsinya	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu memahami tentang Bagian-bagian otak, fungsi setiap bagian otak,	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 5, 6
6		Mempelajari Bagianbagian otak besar dan fungsinya	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu memahami tentang Bagian-bagian otak, fungsi setiap bagian otak,	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 5, 6

7		Mempelajari Bagian bagian otak kecil dan fungsinya,	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu memahami tentang Bagian-bagian otak, fungsi setiap bagian otak,	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 5, 6
8		Mempelajari Bagian bagian otak kecil dan fungsinya,	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu memahami tentang Bagian-bagian otak, fungsi setiap bagian ota kecil,	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 5, 6
9		Proses pertumbuhan dan perkembangan otak manusia	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu memahami tentang proses pertumbuhan otak manusia	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 5, 6
10		Area motoric primer sekunder dan tersier serta fungsi masinfmasing area	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu mengetahui areamotorik primer, sekunder, dan tersier serta fungsi masingmasing area.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 5, 6
11		Fungsi Area motoric primer, sekunder dan tersier, sertahubungannya dengan koordinasi gerakan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan mekanisme terjadinya gerakan dan bagianbagian yang berperan dalam inisiasi dan koordinasi gerakan.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 5, 6

12		Anatomi bagianbagian medulla spinalis	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menunjukkan dan mengerti bagianbagian medulla spinalis	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 3, 4
13		Peran bagian-bagian medulla spinalis dalam proses gerakan (system lokomosi)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu menjelaskan fungsi masing-masing bagian medulla spinalis serta perannya dalam menginisiasi gerakan tubuh	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	1, 5, 6
14		Retardasi Mental	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu mendiskripsikan penyebab dan gejala Retardasi Mental	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 5, 6
15		Cerebral Palsy	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu mendiskripsikan penyebab dan gejala Cerebral Palsy	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 5, 6
16		Autisme	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami materi, serta mencermati eksposisi dosen, mendiskusikan materi, dan mengeksplor informasi dari referensi	Mahasiswa mampu mendiskripsikan penyebab dan gejala Autisme	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 5, 6

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	40	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	60	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	40	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Aswin, S. 1996. Systema Nervosum Centrale, Bagian Anatomi, Embriologi dan Antropologi, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
2. Verlag, GT., 1996. Diagnosis Topik Neurologi: Anatomi, Fisiologi, Tanda, Gejala (terjemahan), Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta
3. Putz R & Pabst R. Atlas Anatomi Manusia Sobotta. (2000). Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
4. Schunke, M., Schulte, E., Schumacher, U., 2013. Atlat Anatomi Manusia Prometheus: Kepala, Leher, dan Neuroanatomi, Ed. 3, Penerbit Buku Kedokteran 4. 3. EGC, Jakarta.
5. Hall, JE., 2011. Guyton and Hall Textbook of Medical Physiology, 12 th ed., Saunders, an imprint of Elsevier Inc., Saunders Elsevier, Philadeplhia.
6. Sherwood, L., 2013. Introduction of Human Physiology, International Edition, 8th ed., Nelson Education, Ltd., Kanada.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Akuatik Adaptif/SSE60260
Jumlah SKS	:	3
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Adaptif Akuatik adalah mata kuliah untuk pembelajaran renang bagi anak berkebutuhan khusus

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu mengausai teknik dan ketrampilan aktivitas dalam air yang dapat bermanfaat untuk anak luar biasa.	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
2	Mahasiswa mampu memandu dan berkreasi menciptakan olahraga air bagi anak berkebutuhan khusus	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	2	Pengertian Aquatik Adaptif dan tujuan mempelajari Aquatik Adaptif untuk anak luar biasa	1. Ceramah 2. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	3 x 50 menit	
2	2	Hakekat, ruang lingkup dan karakteristik Aquatik Adaptif untuk anak luar biasa	Ceramah			UAS	3 x 50 menit	
3	2	Tahapan usia, jenis ketunaan serta tingkat ketunaan anak luar biasa untuk aktivitas Aquatik Adaptif	Ceramah			UAS	3 x 50 menit	
4	2	Kaidah keselamatan aktivitas Aquatik Adaptif untuk anak luar biasa	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	
5	1	Model pelaksanaan aktivitas Aquatik Adaptif untuk anak luar biasa	Ceramah			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	3 x 50 menit	

6	2	Strategi mengatasi ketakutan (fobia) terhadap air pada aktivitas Aquatik Adaptif untuk anak luar biasa	1. Ceramah 2. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	3 x 50 menit	
7	1	Macam-macam gaya penyampaian aktivitas Aquatik Adaptif untuk anak luar biasa	Ceramah			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	3 x 50 menit	
8	2	Model aktivitas Aquatik Adaptif untuk anak luar biasa berbasis permainan	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	
9	2	Praktik pelaksanaan aktivitas Aquatik Adaptif untuk penyandang Tuna Netra	Ceramah			UAS	3 x 50 menit	
10	2	Praktik pelaksanaan aktivitas Aquatik Adaptif untuk penyandang Tuna Daksa	Ceramah			UAS	3 x 50 menit	
11	1	Praktik pelaksanaan aktivitas Aquatik Adaptif untuk penyandang Tuna Rungu/Tuna Wicara	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	
12	2	Praktik pelaksanaan aktivitas Aquatik Adaptif untuk penyandang Tuna Rungu/Tuna Wicara	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	3 x 50 menit	
13	1	Praktik pelaksanaan aktivitas Aquatik Adaptif untuk penyandang Tuna Grahita	Ceramah			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	3 x 50 menit	
14	2	Praktik pelaksanaan aktivitas Aquatik Adaptif untuk penyandang Autis	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	3 x 50 menit	
15	2	Praktik pelaksanaan aktivitas Aquatik Adaptif untuk penyandang Autis	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	
16	2	UAS	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	20	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%

	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	30	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Australian Sport Commision (Austwim). 2002. Water Safety, Survival and Swimming Skills. The Royal Life Saving Society Australia.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Aktivitas Rekreasi Terapi/SSE60261
Jumlah SKS	:	3
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Aktivitas Rekreasi Terapi merupakan Mata kuliah pilihan konsentrasi adaptif dengan bobot 3 SKS, yang terdiri dari 2 SKS teori dan 1 SKS paktikum. Matakuliah ini membahas aktivitas rekreasi yang dapat dimanfaatkan dalam proses terapi anak luar biasa.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu mengimplementasikan aktivitas rekreasi yang dapat dimanfaatkan dalam proses terapi anak luar biasa	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
2	Mahasiswa mampu memberikan pelayanan jasa konsultasi menggunakan pendekatan inovatif, kreatif dan teknologi mutakhir	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
3	Mampu memandu dan berkreasi menciptakan olahraga kepariwisataan, olahraga rekreasi, olahraga amatir, olahraga masyarakat dan olahraga berkebutuhan khusus	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	? Pengertian rekreasi therapy ? Maksud dan tujuan mempelajari aktivitas rekreasi therapy untuk anak luar biasa (ALB) ?	1. Ceramah 2. Diskusi	mendapatkan gambaran aktivitas terapi rekreasi	Mengungkapkan kembali pengertian Aktivitas rekreasi terapi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	3 x 50 menit	5
2	1	? Karakteristik ALB ? Karakteristik ALB sesuai ketunaan yang ditreatment dengan akvititas rekreasi therapy.	1. Ceramah 2. Diskusi	Memahami berbagai karakteristik dan paham akan kecocokan terapy	mampu mengungkapkan berbagai karakteristik dan dihubungkan dengan program treatment	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	3 x 50 menit	3, 5
3	1	Lanjutan pertemuan ke 2 ? Karakteristik ALB ? Karakteristik ALB sesuai ketunaan yang ditreatment dengan akvititas rekreasi therapy.	1. Ceramah 2. Diskusi	Memahami keterkaitan karakteristik dan program layanan	Dapat mengkaitan anatara karakteristik disabilitas dan program yang sesuai	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2
4	1	? Hakekat akvititas rekreasi therapy untuk ALB	1. Ceramah 2. Diskusi	Dapat gambaran tentang aktivitas terapi untuk ALB	Dapat menggambakan dengan menuangkannya pada tugas yang diberikan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	2, 5
5	1	? Ruang lingkup akvititas rekreasi therapy untuk ALB.	1. Ceramah 2. Diskusi	Dapat pemahaman macam-macam program yang bisa diberikan untuk ALB	Mengungkapkan kembali macam-macam program	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	5
6	1	? Jenis dan tingkat ketunaan ALB	1. Ceramah 2. Diskusi	Mengetahui berat ringannya kedisabilitasnya	Paham akan tingakt berat ringannya disabilitasnya	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	5
7	1	? Aktivitas rekreasi therapy untuk ALB sesuai	1. Ceramah 2. Diskusi	Mendapatkan pemahaman tentang berbagai tipe aktivitas yang dapat digunakan untuk terapi	Dapat mengemukakan kembali berbagai aktivitas untuk terapi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	3 x 50 menit	2, 4
8	1	? Kaidah keselamatan pendidikan jasmani dan olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	? Mengetahui Kaidah keselamatan pendidikan jasmani dan olahraga	menjelaskan kembali terkait keselamatan pada saat beraktivitas atau olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	3, 5

9	1	? Kaidah keselamatan aktivitas rekreasi untuk tuna netra	1. Ceramah 2. Diskusi	? mengatahui Kaidah keselamatan aktivitas rekreasi untuk tuna netra	Dapat menjelaskan kembali keamanan pada saat beraktivitas tuna netra	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	2, 5
10	1	? Kaidah keselamatan aktivitas rekreasi untuk tuna daksa (CP)	1. Ceramah 2. Diskusi	? Mendapatkan pemahaman kaidah keselamatan aktivitas rekreasi untuk tuna daksa (CP)	? Menjelaskan kembali kaidah keselamatan aktivitas rekreasi untuk ALB	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 5
11	1, 2	? Model pelaksanaan aktivitas rekreasi	1. Ceramah 2. Diskusi	Dapat pengetahuan tentang berbagai model pelaksanaan aktivitas rekreasi baik secara individu maupun secara kelompok	mampu menjelaskan tentang berbagai model pelaksanaan aktivitas rekreasi baik secara individu maupun secara kelompok	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	4, 5
12	2	? Macam-macam gaya penyampaian aktivitas rekreasi	1. Ceramah 2. Diskusi	? Mendapatkan pengetahuan macam-macam gaya penyampaian aktivitas rekreasi	? Dapat mempraktikan macam-macam gaya penyampaian aktivitas rekreasi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	3 x 50 menit	4, 5
13	1	? Macam-macam gaya penyampaian layanan aktivitas rekreasi therap untuk disabilitas	1. Ceramah 2. Diskusi	? Mengetahui macam-macam gaya penyampaian aktivitas rekreasi therap untuk disabilitas	Menjelaskan dan mempraktikkan macam-macam gaya penyampaian aktivitas rekreasi therap untuk disabilitas	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	3, 4
14	2, 3	? Model aktivitas rekreasi secara umum	1. Ceramah 2. Diskusi	? Mengetahui model aktivitas rekreasi secara umum yang dapat diadaptasi untuk disabilitas	Dapat mengungkapkan kembali model aktivitas rekreasi secara umum yang dapat diadaptasi untuk disabilitas	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 5
15	1, 3	? Model aktivitas rekreasi therapy untuk ALB berbasis permainan	1. Ceramah 2. Demonstrasi	Dapat gambaran model aktivitas rekreasi therapy untuk ALB berbasis permainan	mampu memilih model aktivitas rekreasi therapy untuk ALB berbasis permainan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	4, 5
16	1, 3	? Model aktivitas rekreasi therapy untuk ALB berbasis permainan di alam terbuka	1. Ceramah 2. Diskusi	Mendapat gambaran berbagai aktivitas terapi di alam terbuka yang adaptabel	Dapat memilih dan memandu berbagai aktivitas fisik/ olahraga yang aman untuk tujuan terapi disabilitas di alam terbuka.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	3 x 50 menit	2, 4, 5

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	10	
	b. Team Based Project	40	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/10640266.2023.2259676
2. Lox CL, Jackson S, Tuholski, SW, et al.: Revisiting the measurement of exercise-induced feeling states. The physical activity affect scale (PAAS). Meas Phys Educ Exerc Sci. 2000; 4 (17): 79-95.
3. Petterson M, Loy DP: Comparing the effectiveness of animal interaction, digital music relaxation, and humor on the galvanic skin response of individuals with Alzheimer's disease. Implications for recreational therapy. Ann Ther Recreat. 2008; 16: 129-145.
4. Lox CL, Jackson S, Tuholski, SW, et al.: Revisiting the measurement of exercise-induced feeling states. The physical activity affect scale (PAAS). Meas Phys Educ Exerc Sci. 2000; 4 (17): 79-95.
5. 2. David A., Jean P., (1985). Adapted Physical Education and Recreation, Times Mirror/ Mosby College Publishing, ST. Louis Toronto, St Clara.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Perencanaan Program Aktivitas Jasmani Adaptif/SSE60262
Jumlah SKS	:	3
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Merupakan matakuliah konsentrasi aktivitas fisik adaptif dengan bobot 2 SKS terdiri dari 1 SKS teori dan 1 SKS praktek. Mata kuliah ini membahas tentang perencanaan program aktivitas fisik adaptif yang terdiri dari hukum-hukum, prinsip-prinsip metode latihan yang benar dan evaluasi program untuk wanita, wanita hamil, lansia dan kondisi khusus/difabel

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
		Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa

1	Mahasiswa mampu membuat program aktivitas fisik adaptif yang terdiri dari hukum-hukum dan prinsip-prinsip metode latihan	Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
2	Mahasiswa mampu mengevaluasi program untuk wanita, wanita hamil, lansia dan kondisi khusus/difabel	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Definisi tentang perencanaan program Latihan aktivitas fisik adaptif	1. Ceramah 2. Diskusi	Memahami dan memiliki wawasan serta dapat menjelaskan tentang Konsep Aktivitas Jasmani adaptif, impairment/disability/ handicap	Memahami aktivitas jasmani adaptif perbedaan antara impairment, disability dan handicap di dalam olahraga	Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	1, 2, 5
2	1	Definisi dari UU RI No. 4/1997, Pasal 1 ayat 1	1. Ceramah 2. Diskusi	Memahami dan memiliki wawasan serta dapat menjelaskan tentang Pengelompokan jenis disabilitas	Mendapatkan pemahaman berbagai macam jenis disabilitas untuk pengelompokan olahraga prestasi.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	3 x 50 menit	1, 2, 3

3	1	1.Tuna netra 2. Tuna Rungu wicara 3. Tuna Grahita 4. Tuna Daksa (cacat tubuh)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Memahami dan memiliki wawasan serta dapat menjelaskan tentang penyebab disabilitas.	Memahami berbagai penyebab terjadinya disabilitas	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	3 x 50 menit	3, 4, 5
4	1	1. Terjadinya pada saat dalam kandungan . 2. Pada saat proses persalinan 3. Setelah lahir	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Kuis/Evaluasi	Memahami dan memiliki wawasan serta dapat menjelaskan tentang Karakteristik berbagai disabilitas	Mendapatkan pemahaman berbagai karakteristik dari segi fisik, psikologis	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 3, 4
5	1	Kemampuan motoriknya	1. Ceramah 2. Diskusi	Memahami dan memiliki wawasan serta dapat menjelaskan tentang Karakteristik berbagai disabilitas	Mendapatkan pemahaman berbagai karakteristik dari segi fisik, psikologis	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	3 x 50 menit	3, 4, 5
6	1	1. Keadaan psikologisnya 2. Patologinya	1. Ceramah 2. Diskusi	Memahami dan memiliki wawasan serta dapat menjelaskan tentang Kebutuhan olahraga berbagai disabilitas	Memahami berbagai modifikasi aktivitas jasmani dalam bentuk play, games and sports yang dibutuhkan penyandang disabilitas	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	3, 4, 5
7	1	Aktifitas fisik, bermain dan olahraga yang dikemas dalam Olahraga kesehatan, Olahraga rekreasi dan Olahraga prestasi	1. Diskusi 2. Demonstrasi	Memahami dan memiliki wawasan serta dapat menjelaskan tentang Kebutuhan olahraga berbagai disabilitas	Memahami berbagai modifikasi aktivitas jasmani dalam bentuk play, games and sports yang dibutuhkan penyandang disabilitas	1. Presentasi 2. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 3, 4, 5
8	1	. Rancangan aktivitas jasmani dalam bentuk aktifitas fisik untuk tujuan mobilitas. Motorik kasar dan motorik halus, dengan program AMTP	1. Ceramah 2. Diskusi	Mampu membuat Rancangan program Aktivitas Jasmani Adaptif disabilitas	Mampu membuat rancangan modifikasi aktivitas jamani dengan memperhatikan karakteristik disabilitas	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 3, 4, 5
9	2	Manpu membuat Perencanaan Program aktivitas jasamani adapted dan olahraga adapted	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan prinsip2 pembuatan program latihan	Manpu membuat Perencanaan Program aktivitas jasamani adapted dan olahraga adapted	Tugas	3 x 50 menit	

10	2	Manpu membuat Perencanaan Program aktivitas jasamani adapted dan olahraga adapted	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan prinsip2 pembuatan program latihan	Manpu membuat Perencanaan Program aktivitas jasamani adapted dan olahraga adapted	Tugas	3 x 50 menit	1, 3, 4, 5
11	2	Program aktivitas fisik untuk tujuan tumbuh kembang.	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu memahami dan dan dapat merancang berbagai aktifitas fisik atau olahraga untuk tujuan tumbuh kembang.	Program aktivitas fisik untuk tujuan tumbuh kembang.	Tugas	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6
12	2	Program aktivitas fisik untuk tujuan tumbuh kembang.	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu memahami dan dan dapat merancang berbagai aktifitas fisik atau olahraga untuk tujuan tumbuh kembang.	Program aktivitas fisik untuk tujuan tumbuh kembang.	1. Tugas 2. Presentasi	3 x 50 menit	5
13	2	Program aktivitas fisik untuk tujuan tumbuh kembang.	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu memahami dan dan dapat merancang berbagai aktifitas fisik atau olahraga untuk tujuan tumbuh kembang.	Program aktivitas fisik untuk tujuan tumbuh kembang.	1. Tugas 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 3, 4
14	2	Program aktivitas fisik untuk tujuan gaya hidup sehat aktif	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasisiwa mampu memahami dan dapat merancang berbagai aktivitas fisik atau olahraga untuk tujuan gaya hidup sehat aktif	Program aktivitas fisik untuk tujuan gaya hidup sehat aktif	1. Tugas 2. Presentasi	3 x 50 menit	
15	2	Program aktivitas fisik untuk tujuan gaya hidup sehat aktif	Ceramah	Mahasisiwa mampu memahami dan dapat merancang berbagai aktivitas fisik atau olahraga untuk tujuan gaya hidup sehat aktif	Program aktivitas fisik untuk tujuan gaya hidup sehat aktif	1. Tugas 2. Presentasi	3 x 50 menit	
16	2	Program aktivitas fisik untuk tujuan gaya hidup sehat aktif	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasisiwa mampu memahami dan dapat merancang berbagai aktivitas fisik atau olahraga untuk tujuan gaya hidup sehat aktif	Program aktivitas fisik untuk tujuan gaya hidup sehat aktif	1. Tugas 2. Presentasi	3 x 50 menit	

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	0	
	c. Tugas	0	
	d. UTS	20	
	e. UAS	20	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	30	
	b. Team Based Project	20	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Rocco Aiello Rowman & Littlefield (2015) Sports, Fitness, and Motor Activities for Children with Disabilities: A Comprehensive Resource Guide for Parents and Educators
2. Winnick, J. (2011). Adapted Physical Education and Sport). Champaign: Il Human Kinetics
3. Nurhasan. (2004). Aktivitas Kebugaran. Jakarta: Direktorat Pembinaan Sekolah Luar Biasa
4. David Auxter (2001) Principles and Methods Of Adapted Physical education and Recreation. Boston: IL Dubuque
5. Yudy Hendrawan. (2007). Pendidikan Jasmani dan Olahraga Adaptif. Criced: University of Tsukuba
6. Claudia Emes (2005) Practicum in Adapted Physical Activity. Champign: Human Kinetics

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Terapi Fisik/SSE60263
Jumlah SKS	:	3
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Terapi Fisik merupakan mata kuliah Konsentrasi Terapi dengan bobot 3 SKS, yang terdiri atas 2 SKS teori dan 1 SKS praktikum. Mata kuliah ini membahas tentang berbagai modalitas terapi fisik yang meliputi terapi dingin, terapi hangat, hydrotherapy, electrotherapy, diathermy, ultrasound therapy, manipulative dan exercise therapy dalam berbagai bentuk.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu memahami modalitas-modalitas terapi fisik seperti terapi panas, terapi dingin, terapi air, terapi suara (ultrasound) terapi elecromagnet (diathermy) dan terapi listrik	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
2	Mahasiswa mampu memahami terapi complementary seperti terapi manual dan terapi olahraga dalam lingkup terapi fisik	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
3	Mahasiswa mampu menguasai proses penyembuhan cedera (fase akut, subakut dan kronis) dan dasar pemilihan modalitas terapi fisik	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat

4	Mahasiswa mampu mengaplikasikan ilmu dan ketrampilannya dengan mempraktikan pemilihan modalitas terapi dan penggunaannya pada studi kasus cedera yang sering terjadi di masyarakat.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Pengantar Perkuliahan & Overview Materi	Ceramah	Berinteraksi, diskusi terkait materi dan mekanisme pembelajaran dan overview materi	Mampu memahami cakupan materi, metode belajar dan kriteria evaluasi	Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	1
2	1	Cold Therapy	1. Ceramah 2. Diskusi	Presentasi, diskusi dan partisipasi dalam bahasan cold therapy	Mampu menguasai prinsip dasar & aplikasi cold therapy dalam berbagai bentuk	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 3, 4
3	1	Heat Therapy	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Presentasi, diskusi dan partisipasi dalam bahasan heat therapy	Mampu menguasai prinsip dasar & aplikasi heat therapy dalam berbagai bentuk	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 3, 4
4	1	Hydrotherapy	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Presentasi, diskusi dan partisipasi dalam bahasan hydrotherapy	Mampu menguasai prinsip dasar & aplikasi hydrotherapy dalam berbagai bentuk	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 3, 4, 6

5	1	Electro Muscle Stimulating Therapy (EMS)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Presentasi, diskusi dan partisipasi dalam bahasan EMS	Mampu menguasai prinsip dasar & aplikasi EMS therapy dalam berbagai bentuk	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 5
6	1, 3	Ultrasound	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Presentasi, diskusi dan partisipasi dalam bahasan ultrasound	Mampu menguasai prinsip dasar & aplikasi ultrasound dalam penanganan cedera	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 7
7	1, 3	Extracorporeal Shock Wave Therapy (ESWT)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Presentasi, diskusi dan partisipasi dalam bahasan ESWT	Mampu menguasai prinsip dasar & aplikasi ESW therapy dalam penanganan cedera	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 8
8	1, 3	Diathermy	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Presentasi, diskusi dan partisipasi dalam bahasan diathermy	Mampu menguasai prinsip dasar & aplikasi diathermy therapy dalam penanganan cedera	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2
9	1, 3, 4	UTS	Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mengerjakan soal-soal terkait konsep dan aplikasi berbagai modalitas terapi	Mahasiswa mampu memahami dan mengaplikasikan berbagai modalitas terapi yang sudah dipelajari	1. Kehadiran/Keaktifan 2. UTS	3 x 50 menit	1, 2
10	2, 3	Manual Therapy	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Presentasi, diskusi dan partisipasi dalam bahasan Manual therapy	Mampu menguasai prinsip dasar & aplikasi manual therapy dalam berbagai kasus	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2
11	2, 3	Exercise Therapy	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Presentasi, diskusi dan partisipasi dalam bahasan exercise therapy	Mampu menguasai prinsip dasar & aplikasi exercise therapy dalam berbagai bentuk	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2
12	2, 3	Kinesiotaping	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Presentasi, diskusi dan partisipasi dalam bahasan kinesiotaping	Mampu menguasai prinsip dasar & aplikasi kinesiotaping	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 9
13	3, 4	Studi Kasus 1	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa berdiskusi dan menganalisis penerapan modalitas terapi sesuai skenario kasus	Mahasiswa mampu mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan dalam pemilihan modalitas terapi sesuai kasus yang dihadapi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2
14	3, 4	Studi kasus 2	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa berdiskusi dan menganalisis penerapan modalitas terapi sesuai skenario kasus	Mahasiswa mampu mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan dalam pemilihan modalitas terapi sesuai kasus yang dihadapi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2

15	3, 4	Studi Kasus 3	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa berdiskusi dan menganalisis penerapan modalitas terapi sesuai skenario kasus	Mahasiswa mampu mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan dalam pemilihan modalitas terapi sesuai kasus yang dihadapi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2
16	4	UAS	Kuis/Evaluasi	Mahasiswa mengerjakan soal-soal terkait modalitas terapi, terapi manual dan exercise therapy	Mahasiswa mampu mengerjakan soal-soal terkait prinsip dan aplikasi modalitas therapy pada berbagai kasus	UAS	3 x 50 menit	1, 2

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Prentice WE. (2002). Therapeutic Modalities for Physical Therapists. 2nd. the McGraw Hill, USA.
2. Anderson Mk, Parr GP, & Hall SJ. (2009). Foundations of Athletic Training: Prevention, Assessment, & Management. 4th. Lippincott Williams & Wilkins, USA
3. Malanga GA, Yan N, Stark J. (2015). Mechanisms and efficacy of heat and cold therapies for musculoskeletal injury. Postgrad Med. Jan;127(1):57-65. doi: 10.1080/00325481.2015.992719. Epub 2014 Dec 15. PMID: 25526231.
4. Darryl J Cochrane (2004). Alternating hot and cold water immersion for athlete recovery: a review. , 5(1), 26–32. doi:10.1016/j.ptsp.2003.10.002
5. Neuromuscular electrical stimulation : Nussbaum, E. L., Houghton, P., Anthony, J., Rennie, S., Shay, B. L., & Hoens, A. M. (2017). Neuromuscular Electrical

Stimulation for Treatment of Muscle Impairment: Critical Review and Recommendations for Clinical Practice. Physiotherapy Canada. Physiotherapie Canada, 69(5), 1–76. https://doi.org/10.3138/ptc.2015-88

6. Aquatherapy. https://www.physio-pedia.com/Aquatherapy
7. Ultrasound https://www.physio-pedia.com/Therapeutic_Ultrasound
8. https://www.physio-pedia.com/Extracorporeal_Shockwave_Therapy_(ESWT)
9. https://www.physio-pedia.com/Kinesio_Taping

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Terapi Manipulatif Cedera/SSE60264
Jumlah SKS	:	3
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah ini mempelajari jenis-jenis cedera yang dialami oleh tubuh manusia antara lain pada persendian jari, pergelangan kaki, siku, bahu, leher, pinggang, panggul, lutut, pergelangan kaki dan jari kaki

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
		Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok

1	Mahasiswa mampu memahami anatomi dan patofosiologi cedera beserta terapi manipulatif untuk penanganan cedera pada anggota tubuh bagian atas dan bawah.	Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
2	Mahasiswa mampu menjadi praktisi keolahragaan dengan cerdas dan tangguh, serta peka terhadap permasalahan keolahragaan	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

3	Mahasiswa mampu memberikan pelayanan jasa konsultasi menggunakan pendekatan inovatif, kreatif dan teknologi mutakhir	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1		Pengantar Perkuliahan Terapi Manipulatif Cedera	1. Ceramah 2. Diskusi			Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	1, 2, 3
2		Sejarah Masase Terapi Cedera	1. Ceramah 2. Diskusi			Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	1, 2, 3
3		Indikasi dan kontraindikasi	1. Ceramah 2. Diskusi			Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	1, 2, 3
4		Sarana dan Prasarana Masase	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	3 x 50 menit	1, 2, 3
5		Masase terapi cedera pada bagian sendi jari tangan dan pergelangan tangan	1. Ceramah 2. Diskusi			Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	1, 2, 3
6		Masase terapi cedera pada bagian sendi siku	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
7		Masase terapi cedera pada bagian sendi bahu	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3

8		UTS	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
9		Masase terapi cedera pada bagian sendi leher	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
10		Masase terapi cedera pada bagian sendi pinggang	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
11		Masase terapi cedera pada bagian sendi panggul	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
12		Masase terapi cedera pada bagian sendi lutut	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
13		Masase terapi cedera pada bagian sendi pergelangan kaki	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
14		Masase terapi cedera pada bagian sendi jari kaki	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
15		Based Project	1. Kerja Lapangan 2. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
16		UAS	Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Proyek	3 x 50 menit	1, 2, 3

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Graha, A.S. (2013). Hak Kekayaan Inteektual. Masase Terapi Cedera Olahraga Metode Ali Satia Graha (Therapy Massage Sport Injury). Kemenkuhham RI
2. Graha, A.S & Priyonoadi, B. (2013). Terapi Masase Frirage Penatalaksanaan Cedera Pada Anggota Gerak Tubuh Bagian Atas. Yogyakarta. UNY Press
3. Graha, A.S & Priyonoadi, B. (2012). Terapi Masase Frirage Penatalaksanaan Cedera Pada Anggota Gerak Tubuh Bagian Bawah. Yogyakarta. UNY Press

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Olahraga Terapi Cedera/SSE60265
Jumlah SKS	:	3
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Olahraga Terapi Cedera merupakan mata kuliah wajib untuk prodi Ilmu Keolahragaan di Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan. Mata kuliah ini mengkaji tentang olahraga terapi dan rehabilitasi paska cedera jari kaki, ankle, lutut, panngul, pinggang, punggung, leher, bahu, siku, pergelangan tangan dan jari tangan.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa memahami prinsip dasar olahraga terapi dan rehabilitasi	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
2	Mahasiswa mampu mengaplikasikan metode olahraga terapi dalam penanganan cedera anggota tubuh bagian atas dan bawah, setelah dilakukan terapi manipulatif.	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	pengantar dan kontrak pembelajaran	1. Ceramah 2. Diskusi	Diskusi awal perkuliahan dan pembagian kelompok	mahasiswa hadir dan aktif dalam diskusi	Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	1
2	1	prinsip olahraga terapi cedera	1. Ceramah 2. Diskusi			Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	1
3	1, 2	Olahraga terapi cedera jari tangan	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1
4	1	Olahraga terapi cedera pergelangan tangan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1
5	1, 2	Olahraga terapi cedera siku	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1
6	1, 2	Olahraga terapi cedera bahu	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1
7	1, 2	Olahraga terapi cedera leher	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1
8	1, 2	review materi olahraga terapi ekstrimitas atas	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	3 x 50 menit	1
9	1, 2	Olahraga terapi cedera pinggang punggung	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1
10	1, 2	Olahraga terapi cedera panggul	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1
11	1, 2	Olahraga terapi cedera lutut	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1
12	1, 2	Olahraga terapi cedera pergelangan kaki	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1

13	1, 2	Olahraga terapi cedera jari kaki	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1
14	1, 2	review materi olahraga terapi ekstrimitas bawah	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1
15	1, 2	pembuatan project vidio olahraga terapi cedera	Tugas/Kerja Mandiri			1. Tugas 2. Proyek 3. UAS	3 x 50 menit	1
16	1, 2	pembuatan project vidio olahraga terapi cedera	1. Kerja Lapangan 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Proyek 3. UAS	3 x 50 menit	1

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	45	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	10	
	e. UAS	20	
2.	Partisipatif	55	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	30	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Diktat Kuliah Olahraga Terapi dan Rehabilitasi Paska Cedera. Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY, Yogyakarta.
2. https://www.physio-pedia.com
3. https://www.treatmentabroad.com/medical-spas/guide

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Olahraga Terapi Penyakit Degeneratif 2/SSE60266
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Olahraga Terapi Penyakit Degeneratif II merupakan mata kuliah konsentrasi terapi fisik dengan bobot 2 SKS, yang terdiri dari 1 SKS teori dan 1 SKS praktikum. Mata kuliah ini berisi prinsip dasar olahraga terapi dan rehabilitasi berdasarkan karakteristik patofisiologi pada penyakit cardiovascular dan respirasi (Jantung, Hipertensi, Stroke dan Asma)

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar olahraga terapi dan rehabilitasi berdasarkan karakteristik patofisiologi pada penyakit Jantung dan Asma.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
2	Mahasiswa mampu melakukan mengembangkan klinik therapi dan fasilitas olahraga masyarakat.	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
3	Mampu mengaplikasikan pengetahuan Ilmu Keolahragaan dalam bidang komunikasi dan informasi dalam bidang Terapi dan Rehabilitasi Fisik	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Dasar Sistem Cardiorespirasi dan Prinsip Program Latihan	1. Ceramah 2. Diskusi	Memahami dasar Sistem Cardiorespirasi dan Prinsip Program Latihan	Mampu memahami dasar Sistem Cardiorespirasi dan Prinsip Program Latihan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	4
2	1	Latihan Rehabilitasi Fase Jantung Fase 1	1. Ceramah 2. Diskusi	Memahami prinsip Latihan Rehabilitasi Fase Jantung Fase 1	Mampu memahami prinsip Latihan Rehabilitasi Fase Jantung Fase 1	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	
3	1	Latihan Rehabilitasi Fase Jantung Fase 2	1. Ceramah 2. Diskusi	Memahami latihan Rehabilitasi Fase Jantung Fase 2	Mampu memahami latihan rehabilitasi jantung fase 2	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1
4	1	Latihan Rehabilitasi Fase Jantung Fase 3	1. Ceramah 2. Diskusi	Memahami rehabilitasi fase jantung fase 3	Mampu memahami rehabiliatsi fase jantung fase 3	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1
5	1	Latihan Rehabilitasi Fase Jantung Fase 4	1. Ceramah 2. Diskusi	Memahami latihan rehabilitasi fase jantung fase 4	Mampu memahami latihan rehabiliatsi fase jantung fase 4	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1
6	1	Latihan Stroke Fase Berbaring	1. Ceramah 2. Diskusi	Memahami prinsip pemrograman latihan stroke fase berbaring	Mampu memahami pemrograman latihan stroke fase berbaring	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	3
7	1	Latihan Stroke Fase Duduk	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek	Memahami latihan stroke fase duduk	Mampu memahami latihan stroke fase duduk	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	3
8	1	Latihan Stroke Fase Ambulasi	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek	Memahami latihan stroke fase ambulasi	Mampu memahami latihan stroke fase ambulasi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	3
9	2	Prinsip Keamanan Latihan	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek	Memahami prinsip keamanan latihan	Mampu memahamu prinsip keamanan latihan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	4
10	2	Pemantauan Progres dan Modifikasi Terapi	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek	Memahami pemantauan progres dan modifikasi terapi	mampu memahami pemantauan progres dan modifikasi terapi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	4
11	2	Prinsip Rehabilitasi Fisik	1. Ceramah 2. Diskusi	Memahami prinsip rehabiliatsi fisik	Mampu memahami prinsip rehabilitasi fisik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	4

12	3	Penyuluhan dan Edukasi Pasien	1. Ceramah 2. Diskusi	Memahami penyuluhan dan edukasi pasien	Mampu memahami penyuluhan dan edukasi pasien	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	4
13	1	Terapi Latihan Hipertensi	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek	Memahami terapi latihan hipertensi	Mampu memahami terapi latihan hipertensi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	4
14	1	Olahraga Pada Asma	1. Ceramah 2. Diskusi	Memahami prinsip pengembangan olahraga pada asma	Mampu memahami prinsip pengembangan olahraga pada asma	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	2
15	1	Evaluasi dan Monitoring Program	1. Ceramah 2. Diskusi	Melakukan evaluasi dan monitoring program	mampu melakukan evalausi dan monitoring program	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1
16	3	Pengembangan Pemrograman Latihan	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek	Memahami pengembangan program latihan	Mampu memahami pengembangan program latihan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	10	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	10	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Anderson L, Thompson DR, Oldridge N, Zwisler AD, Rees K, Martin N, Taylor RS. Exercise?based cardiac rehabilitation for coronary heart disease. Cochrane Database of Systematic Reviews. 2016(1).
2. Côté A, Turmel J, Boulet L-P, editors. Exercise and asthma. Seminars in respiratory and critical care medicine; 2018: Thieme Medical Publishers.

3. Ivey FM, Hafer-Macko CE, Macko RF. Exercise rehabilitation after stroke. NeuroRx. 2006;3:439-50.
4. Alpsoy ?. Exercise and hypertension. Physical Exercise for Human Health. 2020:153-67

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Terapi Manipulatif Kebugaran Jasmani/SSE60267
Jumlah SKS	:	3
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah terapi manipulatif kebugaran jasmani merupakan matakuliah konsentrasi terapi dan rehabilitasi fisik dengan bobot 1 SKS teori dan 2 SKS praktikum. Mata kuliah ini membahas tentang penerapan berbagai metoda terapi manipulatif yang bertujuan untuk pemulihan/peningkatan kebugaran jasmani.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
		Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain

1	Mahasiswa mampu menerapkan berbagai metoda terapi manipulatif untuk pemulihan dan peningkatan kebugaran jasmani	Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
2	Mahasiswa mampu memberikan pelayanan jasa konsultasi menggunakan pendekatan inovatif, kreatif dan teknologi mutakhir	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
3	Mahasiswa mampu mengaplikasikan pengetahuan Ilmu Keolahragaan dalam bidang komunikasi dan informasi dalam bidang Terapi dan Rehabilitasi Fisik	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1		Kontrak Belajar	1. Ceramah 2. Diskusi	Menyepakati Kontrak Belajar	Keaktifan	Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	1, 2, 3

2		Konsep kebugaran, recovery dan massage	1. Ceramah 2. Diskusi	Memahami peran massage pada kebugaran dan recovery	Kehadiran dan partisipasi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
3		Teknik massage	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Memahami teknik massage terkait kebugaran	Kehadiran dan partsipasi aktif	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	3 x 50 menit	1, 2, 3
4		Sports Massage Pre Pertandingan	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Memahami teknik massage pra pertandingan	Kehadiran, partisipasi aktif, kemampuan persenatsi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
5		Sports massage antar pertandingan	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Memahami teknik sports massage antar pertandingan	Kehadiran, presentasi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
6		Sports massage post pertandingan	1. Diskusi 2. Demonstrasi	Memahami sports massage post pertandingan	Kehadiran, presentasi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
7		Circulomassage pada athlete	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Memahami peran circulomassage	Kehadiran presenatsi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
8		MID SEMESTER	Tugas/Kerja Mandiri	Review materi	Memahami sports massage dan circulomassage	Tugas	3 x 50 menit	1, 2, 3
9		Prinsip dasar thai masase	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Thai masase	kehadiran, kuis	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi 5. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2, 3
10		Thai massage untuk kebugaran masyarakat	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Thai massage untuk kebugaran	Kehadiran, kuis , presentasi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi 5. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2, 3
11		Thai Massage Kebugaran Athlete	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Memahami Thai Massage untuk Kebugaran Athlete	Kehadiran, Presentasi dan Studi Kasus	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Proyek	3 x 50 menit	1, 2, 3

12		Prinsip Dasar Shiatsu	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Resitasi	Memahami prinsip dasar shiatsu	Kehadiran, presentasi, tugas	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
13		Shiatsu untuk Kebugaran Masyarakat	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Memahami prinsip shiatsu untuk kebugaran masyarakat	kehadiran, presentasi, tugas	1. Kuis 2. Tugas 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
14		Shiatsu untuk Kebugaran Athlete	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Memahami shiatsu untuk kebugaran athlete	Kehadiran, kuis, tugas	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
15		Pengembangan Model Massase Kebugaran masayarakat	1. Demonstrasi 2. Eksperimen/Praktek	mengembangkan model masase kebugaran masyarakat	kehadiran, tugas, presentasi	1. Tugas 2. Presentasi 3. Proyek	3 x 50 menit	1, 2, 3
16		Pengembangan Model Massase Kebugaran Atlete	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Pengembangan Model Massase Kebugaran Athlete	Keahdiran, Tugas, Presentasi, Proyek	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Proyek	3 x 50 menit	1, 2, 3

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	10	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	10	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Badley EM, Wagstaff S, Wood P. Measures of functional ability (disability) in arthritis in relation to impairment of range of joint movement. Annals of the rheumatic diseases 1984;43(4):563-9
2. Clarkson HM. Musculoskeletal assessment: joint range of motion and manual muscle strength: Lippincott Williams & Wilkins; 2000
3. Jacobsson J, Timpka T. Classification of prevention in sports medicine and epidemiology. Sports medicine 2015;45(11):1483-7

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Kebugaran Jasmani Komponen Motorik/SSE60268
Jumlah SKS	:	3
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Kebugaran Jasmani Komponen Motorik merupakan mata kuliah konsentrasi kebugaran jasmani dengan bobot 3 SKS, terdiri atas teori 2 SKS dan praktik 1 SKS. Topik bahasan terdiri atas konsep kebugaran jasmani yang berhubungan dengan keterampilan, terdiri atas power, kecepatan, kelincahan, ketepatan, koordinasi, dan keseimbangan; perencanaan program latihan kebugaran jasmani yang berhubugan dengan keterampilan; dan praktik program kebugaran jasmani yang berhubungan dengan keterampilan. Kegiatan pembelajaran berupa perkuliahan tatap muka atau daring, diskusi, pemberian tugas terstruktur. Evaluasi dilakukan dengan penilaian tertulis, kuis, dan tugas terstruktur.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
		Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius

1	Mahasiswa mampu memahami konsep kebugaran berkaitan dengan keterampilan	Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan
2	Mahasiswa mampu membuat program latihan untuk meningkatkan kebugaran komponen motorik	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme

3	Mahasiswa mampu mengetahui instrumen tes dalam mengukur semua kebugaran komponen motorik	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1		Pengantar kuliah KJKM.	1. Ceramah 2. Diskusi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk memahami isi mata kuliah KJKM.	Memahami isi dan tujuan, mata kuliah KJKM.	Kuis	3 x 50 menit	1
2		Latihan.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mendiskusikan materi dan mengeksplor informasi dari referensi.	Mampu mendeskripsikan hakikat dan konsep latihan.	Presentasi	3 x 50 menit	1
3		Latihan.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mendiskusikan materi dan mengeksplor informasi dari referensi.	Mampu mendeskripsikan hakikat dan konsep latihan.	Presentasi	3 x 50 menit	1
4		Sistem energi.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri	Mendiskusikan materi dan mengeksplorasi informasi dari referensi.	Mampu mendeskripsikan hakikat dan konsep sistem energi.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 5

5		Kebugaran jasmani.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mendiskusikan materi dan mengeksplorasi informasi dari referensi.	Mampu mendeskripsikan hakikat dan konsep kebugaran jasmani	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 5
6		Daya tahan kardiovaskular dan cara melatihnya.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mendiskusikan materi dan mengeksplorasi informasi dari referensi.	Mampu mendeskripsikan hakikat dan konsep daya tahan kardiovaskular dan cara melatihnya.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
7		Kekuatan otot dan cara melatihnya.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mendiskusikan materi dan mengeksplorasi informasi dari referensi.	Mampu mendeskripsikan hakikat dan konsep kekuatan otot dan cara melatihnya.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
8		Daya tahan otot dan cara melatihnya.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mendiskusikan materi dan mengeksplorasi informasi dari referensi.	Mampu mendeskripsikan hakikat dan konsep daya tahan otot dan cara melatihnya.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
9		Fleksibilitas dan cara melatihnya.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mendiskusikan materi dan mengeksplorasi informasi dari referensi.	Mampu mendeskripsikan hakikat dan konsep fleksibilitas dan cara melatihnya.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
10		Komposisi tubuh dan cara melatihnya.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mendiskusikan materi dan mengeksplorasi informasi dari referensi.	Mampu mendeskripsikan hakikat dan konsep komposisi tubuh dan cara melatihnya.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
11		Kecepatan dan cara melatihnya.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mendiskusikan materi dan mengeksplorasi informasi dari referensi.	Mampu mendeskripsikan hakikat dan konsep kecepatan dan cara melatihnya.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
12		Power dan cara melatihnya.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mendiskusikan materi dan mengeksplorasi informasi dari referensi.	Mampu mendeskripsikan hakikat dan konsep power dan cara melatihnya.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
13		Kelincahan dan cara melatihnya.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mendiskusikan materi dan mengeksplorasi informasi dari referensi.	Mampu mendeskripsikan hakikat dan konsep kelincahan dan cara melatihnya.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5

14		Keseimbangan dan cara melatihnya.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mendiskusikan materi dan mengeksplorasi informasi dari referensi.	Mampu men-deskripsikan hakikat dan konsep keseimbangan dan cara melatihnya.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
15		Koordinasi dan cara melatihnya.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mendiskusikan materi dan mengeksplorasi informasi dari referensi.	Mampu mendeskripsikan hakikat dan konsep koordinasi dan cara melatihnya.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
16		Ketepatan dan cara melatihnya.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mendiskusikan materi dan mengeksplorasi informasi dari referensi.	Mampu mendeskripsikan hakikat dan konsep ketepatan dan cara melatihnya.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	10	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	30	
	b. Team Based Project	20	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. A. (2019). Periodization: Theory and methodology of training. 6th ed. Champaign, IL: Human Kinetics.
2. Fahey, T. D., Insel, P. M., Roth, W. T., & Insel, C. E. A. (2019). Fit & well: Core concepts and labs in physical fitness and wellness. 13th ed. New York, NY: McGraw-Hill Education.
3. Metzl, J. D., & Zimmerman, M. (2016). Workout Prescription. New York: Rodale Inc.
4. Pratt, B. (2015). The complete guide to suspended fitnes training. London: Bloomsbury.
5. Suharjana. (2013). Kebugaran jasmani. Yogyakarta: Jogja Global Media.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Senam Kontemporer/SSE60269
Jumlah SKS	:	3
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah senam kontemporer merupakan mata kuliah konsentrasi kebugaran dengan bobot 3 SKS, yang terdiri dari 1 SKS teori dan 2 SKS praktikum. Mata kuliah ini berisi prinsip dasar berbagai macam senam kontemporer yang ada di Indonesia.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu memahami berbagai senam yang bernuansa aerobik untuk mencapai kebugaran jasmani	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
2	Mahasiswa mampu menciptakan gerakan-gerakan yang dilakukan dengan irama (iringan musik).	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)

1		Kontrak belajar dan Pendahuluan	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	1
2		Definisi senam kontemporer	Ceramah			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1
3		Prinsip perkembangan dan jenis-jenis senam kontemporer yang ada di Indonesia	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1
4		Prinsip senam kontemporer Zumba dan kreasi senam kontemporer Zumba	Eksperimen/Praktek			Proyek	3 x 50 menit	1
5		Prinsip senam kontemporer Zumba dan kreasi senam kontemporer Zumba	Eksperimen/Praktek			Proyek	3 x 50 menit	1
6		Prinsip senam kontemporer strong nation dan kreasi senam kontemporer strong nation	Eksperimen/Praktek			Presentasi	3 x 50 menit	1
7		Prinsip senam kontemporer strong nation dan kreasi senam kontemporer strong nation	Eksperimen/Praktek			1. Presentasi 2. Proyek	3 x 50 menit	1
8		Prinsip senam kontemporer body pump dan kreasi senam kontemporer body pump	Eksperimen/Praktek			Proyek	3 x 50 menit	1
9		Prinsip senam kontemporer body pump dan kreasi senam kontemporer body pump	Eksperimen/Praktek			Proyek	3 x 50 menit	1
10		Prinsip dasar senam kontemporer body step dan kreasi senam kontemporer body step	Eksperimen/Praktek			Proyek	3 x 50 menit	1
11		Prinsip dasar senam kontemporer body step dan kreasi senam kontemporer body step	Eksperimen/Praktek			Proyek	3 x 50 menit	1
12		Prinsip senam kontemporer body jump dan kreasi senam kontemporer body jump	Eksperimen/Praktek			Proyek	3 x 50 menit	1
13		Prinsip senam kontemporer body jump dan kreasi senam kontemporer body jump	Eksperimen/Praktek			Proyek	3 x 50 menit	1
14		Prinsip senam kontemporer body combat dan kreasi/modifikasi senam kontemporer body combat	Eksperimen/Praktek			Proyek	3 x 50 menit	1
15		Prinsip senam kontemporer body combat dan kreasi/modifikasi senam kontemporer body combat	Eksperimen/Praktek			Proyek	3 x 50 menit	1

16		Prinsip senam kontemporer body combat dan kreasi/modifikasi senam kontemporer body combat	Eksperimen/Praktek			Presentasi	3 x 50 menit	1

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	10	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	10	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Adi Trisnawan.2020. Senam Aerobik. Aneka Ilmu: Semarang.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Latihan Beban Lanjut/SSE60270
Jumlah SKS	:	3
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah Latihan Beban Lanjut merupakan Matakuliah konsentrasi kebugaran jasmani dengan bobot 3 SKS yang terdiri dari 2 SKS teori dan 1 SKS praktik. Matakuliah ini membahas personal trainer dalam bidang kebugaran jasmani, program latihan kondisi fisik bagi atlet berprestasi dari berbagai cabang olahraga, program latihan pasca cidera olahraga, dan konsultan dalam latihan beban/kebugaran.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan

1	Mahasiswa memiliki pengetahuan terhadap penyusunan program latihan dan evaluasi berdasarkan frekwensi, intensitas, tipe dan waktu dengan penggunaan alat untuk latihan sesuai dengan target yang diinginkan.	Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum

2	Mahasiswa mampu menyusun program latihan dan evaluasi berdasarkan frekwensi, intensitas, tipe dan waktu dengan penggunaan alat untuk latihan sesuai dengan target yang diinginkan.	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Pengertian personal trainer dalam olahraga	Ceramah	personal trainer dalam olahraga	Mahasiswa memahami tentang personal trainer dalam olahraga	Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	1, 2, 3

2	1, 2	Metode menjadi personal trainer	1. Ceramah 2. Diskusi	Metode menjadi personal trainer	Mampu memahami Metode menjadi personal trainer	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	3 x 50 menit	1, 2, 3
3	1	Anatomi dan Kinesiologi sebagai Pendukung Ilmu Sebagai Seorang Personal Training	1. Ceramah 2. Demonstrasi	Anatomi dan Kinesiologi sebagai Pendukung Ilmu Sebagai Seorang Personal Training	Mampu memahami Anatomi dan Kinesiologi sebagai Pendukung Ilmu Sebagai Seorang Personal Training	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
4	1	Jenis-jenis Pengukuran yang digunakan oleh Personal Training	1. Ceramah 2. Diskusi	Jenis-jenis Pengukuran yang digunakan oleh Personal Training	Mampu memahami Jenis-jenis Pengukuran yang digunakan oleh Personal Training	Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	1, 2, 3
5	1	Programer di bidang kebugaran	1. Ceramah 2. Diskusi	Programer di bidang kebugaran	Mampu memahami Programer di bidang kebugaran	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
6	2	Variasi Latihan dengan Thera Band, dan Ball Medicine	1. Ceramah 2. Eksperimen/Praktek	Variasi Latihan dengan Thera Band, dan Ball Medicine	Mampu mempraktikkan Variasi Latihan dengan Thera Band, dan Ball Medicine	1. Presentasi 2. Studi Kasus 3. Proyek	3 x 50 menit	1, 2, 3
7	2	Programer dalam latihan kondisi fisik berbagai cabang olahraga individual	1. Eksperimen/Praktek 2. Kerja Lapangan	Programer dalam latihan kondisi fisik berbagai cabang olahraga individual	Mampu menjadi Programer dalam latihan kondisi fisik berbagai cabang olahraga individual	1. Presentasi 2. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2, 3
8	2	Programer dalam latihan kondisi fisik berbagai cabang olahraga dual/ganda	Eksperimen/Praktek	Programer dalam latihan kondisi fisik berbagai cabang olahraga dual/ganda	Mampu menjadi Programer dalam latihan kondisi fisik berbagai cabang olahraga dual/ganda	Proyek	3 x 50 menit	1, 2, 3
9	2	Programer dalam latihan kondisi fisik berbagai cabang olahraga team/kelompok	Eksperimen/Praktek	Programer dalam latihan kondisi fisik berbagai cabang olahraga team/kelompok	Mampu Menjadi Programer dalam latihan kondisi fisik berbagai cabang olahraga team/kelompok	Proyek	3 x 50 menit	1, 2, 3
10	2	Pengertian konsultan dalam bidang olahraga	Eksperimen/Praktek	Pengertian konsultan dalam bidang olahraga	Mampu menjadi konsultan dalam bidang olahraga	Proyek	3 x 50 menit	1, 2, 3

11	2	Model komunikasi sebagai konsultan kebugaran baik atlet dan non atlet	Eksperimen/Praktek	Model komunikasi sebagai konsultan kebugaran baik atlet dan non atlet	Mampu menjadi Model komunikasi sebagai konsultan kebugaran baik atlet dan non atlet	Proyek	3 x 50 menit	1, 2, 3
12	2	Metode menjadi konsultan kebugaran	Eksperimen/Praktek	Metode menjadi konsultan kebugaran	Mampu menjadi konsultan kebugaran	Proyek	3 x 50 menit	1, 2, 3
13	2	Programer dalam penanganan pasca cidera lutut	Eksperimen/Praktek	Programer dalam penanganan pasca cidera lutut	Mampu menjadi Programer dalam penanganan pasca cidera lutut	Proyek	3 x 50 menit	1, 2, 3
14	2	Programer dalam penanganan pasca cidera ankle kaki	Eksperimen/Praktek	Programer dalam penanganan pasca cidera ankle kaki	Mampu menjadi Programer dalam penanganan pasca cidera ankle kaki	Proyek	3 x 50 menit	1, 2, 3
15	2	Programer dalam penanganan pasca cidera siku	Eksperimen/Praktek	Programer dalam penanganan pasca cidera siku	Mampu Menjadi Programer dalam penanganan pasca cidera siku	Proyek	3 x 50 menit	1, 2, 3
16	2	Model latihan pasca cidera di air	Eksperimen/Praktek	Model latihan pasca cidera di air	Mampu mempraktikkan Model latihan pasca cidera di air	Proyek	3 x 50 menit	1, 2, 3

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	30	
	b. Team Based Project	20	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Frederic Delavier. (2005). Strenght Training Anatomy. Canada: Human Kinetics
2. Panitia PIF. (2004). Materi Pelatihan Instruktur Fitness. Yogyakarta: Klinik Kebugaran FIK UNY.
3. Thompson Walter R. et all. (2010). ACSM's Resources for the Personal Trainer: Third Edition. Lippincott Williams & Wilkins, a Wolters Kluwer business.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Evaluasi dan Analisis Kebugaran Jasmani/SSE60271
Jumlah SKS	:	3
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Evaluasi dan Analisis Kebugaran Jasmani merupakan mata kuliah konsentrasi kebugaran jasmani dengan bobot 3 SKS, yang terdiri dari 2 SKS teori dan 1 SKS praktikum. Mata kuliah ini mempelajari cara-cara evaluasi dan penilaian tes kebugaran dan analisis gerakan pada aktivitas kebugaran. Mata kuliah ini juga membahas dan mendalami pengertian tes, pengukuran dan evaluasi kebugaran jasmani, persyaratan tes yang baik, komponen-komponen yang di tes dan diukur yang meliputi tes kesehatan dan tes biomotor, dan mengklasifikasi hasil-hasil tes dan pengukuran. Matakuliah ini menekankan aspek pemahaman, penyusunan dan implementasi di lapangan.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
		Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa

1	Mahasiswa mampu mengevaluasi dan penilaian tes kebugaran dan analisis gerakan pada aktivitas kebugaran	Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan
2	Mahasiswa mampu membahas dan mendalami pengertian tes, pengukuran dan evaluasi kebugaran jasmani	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain

3	Mahasiswa mampu memahami persyaratan tes, komponen-komponen yang di tes dan diukur yang meliputi tes kesehatan dan tes biomotor	Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

4	Mahasiswa mampu mengklasifikasi hasil-hasil tes dan pengukuran serta mengimplementasikan di lapangan.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1, 2, 3, 4	Kebugaran Jasmani dan Konsep Latihan	Ceramah			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
2	1, 2, 3, 4	Kebugaran Jasmani dan Konsep Latihan	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
3	1, 2, 3, 4	Konsep Tes, Pengukuran dan Evaluasi Kebugaran Jasmani	1. Ceramah 2. Diskusi			Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
4	1, 2, 3, 4	Konsep Tes, Pengukuran dan Evaluasi Kebugaran Jasmani	Diskusi			Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4

5	1, 2, 3, 4	Konsep Tes, Pengukuran dan Evaluasi Kebugaran Jasmani	Diskusi			Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
6	1, 2, 3, 4	Daya Tahan Kardiovaskuler dan Daya Tahan Otot	Diskusi			Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
7	1, 2, 3, 4	Daya Tahan Kardiovaskuler dan Daya Tahan Otot	Diskusi			Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
8	1, 2, 3, 4	UTS	Kuis/Evaluasi			UTS	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
9	1, 2, 3, 4	Kekuatan otot dan Fleksibilitas	Diskusi			Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
10	1, 2, 3, 4	Kekuatan otot dan Fleksibilitas	Diskusi			Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
11	1, 2, 3, 4	Kelincahan dan Koordinasi	Diskusi			Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
12	1, 2, 3, 4	Kelincahan dan Koordinasi	Diskusi			Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
13	1, 2, 3, 4	Waktu reaksi, daya ledak dan keseimbangan	Diskusi			Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
14	1, 2, 3, 4	Waktu reaksi, daya ledak dan keseimbangan	Demonstrasi			Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
15	1, 2, 3, 4	Waktu reaksi, daya ledak dan keseimbangan	Diskusi			Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4
16	1, 2, 3, 4	UAS	Kuis/Evaluasi			UAS	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	30	
	b. Team Based Project	20	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Werner W.K. Hoeger, Sharon A. Hoeger. (2010). Principles and Labs for Physical Fitness, Seventh Edition. Wadsworth, Cengage Learning. USA: Yolanda Cossio Publisher.
2. Brian Mackenzie. (2005). 101 Performance Evaluation Tests. London: Electric Word plc.
3. Werner W. K. H. and Sharon A. H. (2011). Lifetime Physical Fitness and Wellness. Wadsworth: United State of America
4. Bompa, Tudor O., & Buzzichelli, Carlo. (2019). Periodization : theory and methodology of training. United States of America: Human Kinetics

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Perencanaan Program Latihan Kebugaran Jasmani/SSE60272
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah perencanaan program latihan kebugaran jasmani terdiri dari 2 SKS teori dan Praktik yang berisikan materi tentang kebugaran jasmani, problematika kebugaran jasmani dimasyarakat, sistem energi dan perencanaan program Latihan yang terfokus pada kebugaran jasmani. Mata kuliah ini bertujuan untuk memberikan pembekaanl kepada mahasiswa khususnya konsentrasi kebugaran jasmani dalam menyusun, membuat , mempraktikan dan menganalisis tentang program Latihan kebugaran jasmani bagi Masyarakat umum. Sehingga kompetensi tersebut dapat diterapkan nantinya Ketika sudan berada didunia kerja nyata.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
		Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius

1	Mahasiswa mampu merencanakan dan mempersiapkan program kebugaran Jasmani	Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
2	Mahasiswa mampu membuat program kebugaran yang berkaitan dengan kesehatan maupun keterampilan	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius

3	Mahasiswa memiliki kemampuan sebagai Personal Trainer yang dapat mengaplikasikan peralatan gym kontemporer.	Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Devinisi tentang perencanaan program Latihan lebugaran jasmani	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mahasiswa Memahami tentang perencanaan program Latihan kebugaran jasmani	Dapat menjelaskan tentang konsep perencanaan program Latihan kebugaran jasmani	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
2	1	Hakikat kebugaran jasmani, problematika Kesehatan dan kebugaran jasmani di era modern	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa Memahami, menganalisis dan menjabarkan tentang Hakikat kebugaran jasmani, problematika Kesehatan dan kebugaran jasmani di era modern	Memahami, menganalisis dan menjabarkan tentang Hakikat kebugaran jasmani, problematika Kesehatan dan kebugaran jasmani di era modern	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	4, 5, 6, 7, 9

3	1	Kebugaran jasmani yang berhubungan dengan Kesehatan dan keterampilan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa Mengerti, memahami dan mampu menganalisis Kebugaran jasmani yang berhubungan dengan Kesehatan dan keterampilan	Mengerti, memahami dan mampu menganalisis Kebugaran jasmani yang berhubungan dengan Kesehatan dan keterampilan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	4, 5, 6, 7, 9
4	1	pola hidup sehat bagi masyarakat umum	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mampu menganalisis Penerapan pola hidup sehat bagi masyarakat umum	Mahasiswa Mampu menganalisis Penerapan pola hidup sehat bagi masyarakat umum	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Studi Kasus	2 x 50 menit	4, 5, 6, 7, 9
5	1	Sistem energi	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mengerti, memahami dan mampu menganalisis Sistem energi	Mahasiswa Mengerti, memahami dan mampu menganalisis Sistem energi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 5, 7, 9
6	2	Tahapan Latihan kebugaran jasmani	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa Mampu membuat dan menjabarkan tentang Tahapan Latihan kebugaran jasmani	Mampu membuat dan menjabarkan tentang Tahapan Latihan kebugaran jasmani	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 6
7	2	Perencanaan program Latihan kebugaran jasmani	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Resitasi	Mahasiswa Mampu membuat Perencanaan program Latihan	Mampu membuat Perencanaan program Latihan kebugaran jasmani	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 4, 7, 8
8	2	Program Latihan kebugaran jasmani	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa Mampu membuat Program Latihan kebugaran jasmani	Mampu membuat Program Latihan kebugaran jasmani	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9
9	2	mengevaluasi program Latihan kebugaran jasmani	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Resitasi	Mahasiswa Mampu mengevaluasi program Latihan kebugaran jasmani	Mampu mengevaluasi program Latihan kebugaran jasmani	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9
10	2	Antropometri pada tubuh	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Resitasi	Mahasiswa Mampu melakukan dan menganalisis Antropometri pada tubuh	Mampu melakukan dan menganalisis Antropometri pada tubuh	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 4, 6, 7

11	3	satu sesi program Latihan kebugaran jasmani	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Resitasi	Mahasiswa Mampu membuat dan menganalisis satu sesi program Latihan kebugaran jasmani	Mampu membuat dan menganalisis satu sesi program Latihan kebugaran jasmani	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi 5. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9
12	3	Perencanaan program Latihan kebugaran komponen jantung paru	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa Mampu membuat dan mempraktikkan Perencanaan program Latihan kebugaran jasmani jantung paru	Mampu membuat dan mempraktikkan Perencanaan program Latihan kebugaran jasmani jantung paru	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 6, 7
13	3	Perencanaan program Latihan kebugaran jasmani kekuatan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Resitasi	Mahasiswa Mampu membuat dan mempraktikkan Perencanaan program Latihan kebugaran jasmani kekuatan	Mampu membuat dan mempraktikkan Perencanaan program Latihan kebugaran jasmani kekuatan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 4, 5, 6
14	3	Perencanaan program Latihan kebugaran jasmani daya tahan otot	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Resitasi	Mahasiswa Mampu membuat dana mempraktikkan Perencanaan program Latihan kebugaran jasmani daya tahan otot	Mampu membuat dana mempraktikkan Perencanaan program Latihan kebugaran jasmani daya tahan otot	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 4, 6, 8
15	3	Perencanaan program Latihan fleksibilitas dan IMT	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Resitasi	Mahasiswa Mampu membuat dan mempraktikkan materi Perencanaan program Latihan fleksibilitas dan IMT	Mampu membuat dan mempraktikkan materi Perencanaan program Latihan fleksibilitas dan IMT	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 4, 5, 7
16	3	materi Perencanaan program Latihan kebugaran jasmani bagi penderita obesitas dan kurang berat badan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Resitasi	mahasiswa Mampu membuat dan mempraktikkan materi Perencanaan program Latihan kebugaran jasmani bagi penderita obesitas dan kurang berat badan	Mampu membuat dan mempraktikkan materi Perencanaan program Latihan kebugaran jasmani bagi penderita obesitas dan kurang berat badan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi 5. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	10	
	e. UAS	20	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	30	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. 1. Bompa Tudor and Michael Carrera (2015). Conditioning Young Athletes. Human Kinatics
2. 2. Bompa Tudor and Gregory Haff. (2009). Periodization Teori and Methodology Of Training. Human Kinatics
3. 3. Departemen Pendidikan Nasional (1999) Tes Kesegaran Jasmani Indonesia. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Kesegaran Jasmani dan Rekreasi
4. 4. Djoko Pekik Irianto. (2000). Panduan Latihan Kebugaran. Yogyakarta: Lukman Offset.
5. 5. Djoko Pekik Irianto. (2004). Dasar-Dasar Latihan Kebugaran Jasmani. Pelatihan Instruktur Fitness Tingkat Dasar (Beginner). Yogyakarta: Klinik Kebugaran FIK UNY.
6. 6. Fitness Center FIK UNY (2006) Materi Pelatihan Instruktur Fitness Tingkat Dasar Angkatan VII. Yogyakarta: FIK UNY.
7. 7. Giam, CK. (1993). Ilmu Kedokteran Olahraga. (alih Bahasa: Hartono Satmoko). Jakarta: Bina Rupa.
8. 8. Pusat Pengkajian dan Pengembangan IPTEK Olahraga Kantor Menteri Negara Pemuda dan OLahraga. (1999). Panduan Teknis Tes dan Latihan Kesegaran Jasmani. Jakarta: Kantor Menteri Negara Pemuda dan OLahraga.
9. 9. Suharjana (2012) Diklat Kuliah Kebugaran Jasmani. Yogyakarta: Program Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Administrasi Keuangan Olahraga/SSE60273
Jumlah SKS	:	3
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Administrasi Keuangan Olahraga adalah mata kuliah konsentrasi Manajemen Olahraga dengan bobot 2 SKS. Melalui Mata kuliah Administrasi Keuangan Olahraga Mahasiswa mampu melakukan pembukuan keuangan dalam olahraga, membuat laporan keuangan perusahaan dan jasa dalam bidang olahraga dan dagang serta mampu menggunakan software keuangan sederhana.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu memahami prinsip keuangan dan dapat mengaplikasikan dalam industri olahraga	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
2	Mahasiswa mampu memahami statemen keuangan, nilai waktu dari uang, penilaian investasi resiko dan modal.	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
3	Mahasiswa mampu mengaplikasikan media Teknologi dan Informasi Komunikasi (TIK) untuk mendukung kelancaran pelaksanaan tugas/peranannya	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Kontrak belajar dan Pengantar Administrasi Keuangan Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi			Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	1
2	1	Pengertian dan Fungsi Administrasi Keuangan Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi			Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	1, 3
3	1, 2	Peran Petugas Administrasi Keuangan Olahraga	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	1
4	1, 2	Definisi akuntansi dan siklus akuntansi Keuangan	1. Ceramah 2. Diskusi			Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	1, 2
5	1, 2	Pengertian, aturan pencatatan dan saldo normal	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	2, 3
6	2	Pengertian, fungsi dan bentuk neraca saldo	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	4
7	2	Pengelolaan kas kecil	1. Ceramah 2. Resitasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	3
8	2	Ujian Tengah Semester	Kuis/Evaluasi			UTS	3 x 50 menit	
9	1, 2	Mencatat proses penerimaan dan pengeluaran uang	Resitasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	3 x 50 menit	2, 3
10	2, 3	Bukti-bukti tanda penerimaan dan pengeluaran uang	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Resitasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	3 x 50 menit	3, 4
11	2	Pencatatan beban dan pendapatan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	3 x 50 menit	1, 3
12	2	Pengertian dan bentuk neraca lajur.	1. Diskusi 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2
13	2, 3	Jenis laporan keuangan dan komponen laporan keuangan	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Studi Kasus 3. Proyek	3 x 50 menit	4
14	3	Membuat sistem akuntansi berbasis excel/access/myop.	Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	3 x 50 menit	3

15	3	Praktek pembukuan kas kecil dengan sistem sederhana.	1. Diskusi 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Proyek	3 x 50 menit	2
16	3	Ujian Akhir Semester	Kuis/Evaluasi			UAS	3 x 50 menit	

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	10	
	e. UAS	20	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	30	
	b. Team Based Project	20	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Rosen, Harvey S. 2005. Public Finance. 7th Edition, McGraw-Hill Book Company
2. Musgrave, Richard A & Musgrave, Peggy B. 1989, Public Finance in Theory and Practice, 5th Edition, McGraw-Hill Book Company.
3. Stiglitz, Joseph E. 2000. Economics of Public Sector, 3rd Edition, W.W. Norton and Company
4. Shah, Anwar, 1998, Balance, Accountability, and Responsiveness: Lesson About Decentralization,

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Hukum dan Etika Olahraga/SSE60274
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah Hukum dan Etika Olahraga adalah mata kuliah konsentrasi Manajemen Olahraga Prodi Ilmu Keolahragaan FIKK UNY yang mempelajari tentang pengertian, konsep, dan lingkup Hukum dan Etika Olahraga, Segmen dan Sasaran Hukum dan Etika Olahraga Strategi Hukum dan Etika Olahraga, Perilaku Konsumen, Komunikasi dan Etika, Kepuasan Pelanggan, Penelitian dalam Hukum dan Etika Olahraga. Dalam pelaksanaan kuliah dibagi menjadi 2 kelas, yaitu kelas teori dan kelas praktek, dalam kelas teori mahasiswa terlibat aktif dalam pembelajaran dengan melakukan persentasi individu dan kelompok, untuk memperkaya pengalaman dan pengetahuan belajarnya., dalam kelas praktek mahasiswa mampu mengetahui dan melakukan praktek Hukum dan Etika Olahraga. Mahasiswa juga mengerjakan tugas-tugas membaca referensi dan jurnal-jurnal relevan dengan mata kuliah ini

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Mahasiswa mampu memahami konsep hukum dan etika yang berkaitan dengan manajemen olahraga	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

2	Mampu melakukan manajemen dan mampu mengelola kegiatan bidang keolahragaan	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
3	Mampu mengaplikasikan pengetahuan Ilmu Keolahragaan dalam bidang komunikasi dan informasi dalam bidang Manajemen Olahraga.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)

1	1, 2, 3	Apersepsi, Penyampaian Rps,Dan Kontrak Belajar	Ceramah	Mahasiswa Mampu Berdiskusi Dan Saling Memberi Toleransi Untuk Mencapai Kesepakatan Untuk Kepentingan Bersama		Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	
2	1, 2, 3	Konsep, dan lingkup Hukum dan Etika Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Menelusuri Sumber Literasi Yang Baik Dan Dapat Digunakan Sebagai Sumber Belajar Mengungkapkan Ide Dan Memberikan Kritikan Dalam Diskusi Ilmiah		1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Studi Kasus	2 x 50 menit	1
3	1, 2, 3	Konsep, dan lingkup Hukum dan Etika Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Menelusuri Sumber Literasi Yang Baik Dan Dapat Digunakan Sebagai Sumber Belajar Mengungkapkan Ide Dan Memberikan Kritikan Dalam Diskusi Ilmiah		Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1
4	1, 2, 3	Dasar Hukum Olahraga di Indonesia	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Diskusi dan Presentasi dalam kelompok Kecil (2 sampai 3 orang) untuk mengkaji tentang Hukum Olahraga di Indonesia		1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1
5	1, 2, 3	Dasar Hukum Olahraga di Indonesia	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Diskusi dan Presentasi dalam kelompok Kecil (2 sampai 3 orang) untuk mengkaji tentang Hukum Olahraga di Indonesia		1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1
6	1, 2, 3	Segmen dan Sasaran Hukum Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 2, 5
7	1, 3	Segmen dan Sasaran Hukum Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Diskusi dan Presentasi dalam kelompok Kecil (2 sampai 3 orang) untuk mengkaji tentang Strategi Hukum dan Etika Olahraga		1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 5
8	1, 2, 3	Penerapan Hukum dalam Olahraga	1. Ceramah 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek	Diskusi dan Presentasi dalam kelompok Kecil (2 sampai 3 orang) untuk mengkaji tentang Strategi Hukum dan Etika Olahraga		1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 3
9	1, 2, 3	UTS	Kuis/Evaluasi			UTS	2 x 50 menit	1, 3, 5

10	1, 2, 3	Perilaku Konsumen	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Diskusi dan Presentasi dalam kelompok Kecil (2 sampai 3 orang) untuk mengkaji tentang Perilaku Konsumen		1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1
11	1, 2, 3	Perilaku Konsumen	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1
12	1, 2, 3	Komunikasi dan Etika	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 4
13	1, 2, 3	Komunikasi dan Etika	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Diskusi dan Presentasi dalam kelompok Kecil (2 sampai 3 orang) untuk mengkaji tentang Komunikasi dengan etika		1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 4
14	1, 2, 3	Kepuasan Pelanggan	1. Ceramah 2. Diskusi	Diskusi dan Presentasi dalam kelompok Kecil (2 sampai 3 orang) untuk mengkaji tentang Kepuasan pelanggan		1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1
15	1, 2, 3	Penelitian dalam Hukum dan Etika Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Diskusi dan Presentasi dalam kelompok Kecil (2 sampai 3 orang) untuk mengkaji tentang penelitian tentang hukum dan etika olahraga		1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Studi Kasus	2 x 50 menit	2, 3, 4, 5, 6
16	1, 2, 3	UAS	Kuis/Evaluasi			UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	0	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	15	
	e. UAS	20	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%

	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	30	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Undang-Undang Dasar Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan
2. Rif'iy Qomarrullah, & Wulandari, L. (2022). Buku Desain Pembangunan Olahraga Nasional (Perspektif Sosial-Budaya, Politik, Kebijakan dan Hukum) (M. Sawir (ed.); Pertama). DEEPUBLISH
3. Aswari, A., & Salle, S. (2020). Pendekatan Hukum Pada Kegiatan Olahraga Melalui Apresiatif Demi Mewujudkan Siswa Anti Tawuran Di Kota Makassar Legal Approaches in Sports Activities Through Appreciatives for Realizing "Anti Tawuran" Students in Makassar City. Jurnal Pengabdian Masyarakat J-DINAMIKA, 5(1), 1–9. https://publikasi.polije.ac.id/index.php/j-dinamika/article/view/1421
4. Ismail, A. I., & Firman, C. A. (2017). Penegakan Hukum dalam Pertandingan Sepakbola terhadap Match Fixing (Pengaturan Skor) dikaitkan dengan Hukum Positif dan Kode Disiplin PSSI. Prosiding Ilmu Hukum, 3(1), 31–35.
5. Iswahyudi, F. (2020). JAMINAN PERLINDUNGAN BAGI PELAKU OLAHRAGA DALAM MASA PANDEMI COVID-19. Jurnal Buletin KONSTITUSI, 1(1), 77–83.
6. Nugroho, E. C., & Effendi, T. (2019). Korelasi Lex Sportiva Dengan Hukum Pidana Terhadap Tindak Pidana Di Dalam Sepak Bola Indonesia. Simposium Hukum Indonesia, 1(1), 1–7.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Manajemen Fasilitas Olahraga/SSE60275
Jumlah SKS	:	3
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Kegiatan Grand Opening Wirausaha Merdeka EduBlankOn UNY tahun 2023 terlaksana dengan baik dan lancar. Mahasiswa peserta program sangat antusias mengikuti EduBlankON UNY tahun 2023. Tindak lanjut dari kegiatan grand opening mahasiswa mengikuti program pre-immersion yang pembelajarannya terkait dengan bisnis, kreativitas dan inovasi kewirausahaan. Tahap Pre-Immersion, pada tahapan ini diharapkan Mahasiswa mampu memiliki pengetahuan dasar kewirausahaan dan peningkatan mindset wirausaha serta memvalidasi ide bisnisnya. Tahap Immersion, pada tahapan ini, perguruan tinggi pelaksana program melakukan kerjasama dengan UMKM dan/atau industri untuk memfasilitasi secara langsung mahasiswa belajar dan mendapatkan pengalaman secara nyata (onboarding), dan Tahap Post-Immersion Pada tahapan ini, mahasiswa akan kembali ke perguruan tinggi pelaksana program untuk mendapatkan pendampingan secara intensif sehingga Mahasiswa mampu melakukan proses dan tahapan validasi produk dan kelayakan usaha.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Mahasiswa mampu menguasai prinsip dasar desain, perencanaan, penyimpanan, pengoperasian dan pemeliharaan berbagai macam fasilitas olahraga	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
2	Mahasiswa memahami elemen dan resiko manajemen dan keamanan yang diintegrasikan dalam proses desain.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

3	Mahasiswa mampu memberikan pelayanan jasa konsultasi menggunakan pendekatan inovatif, kreatif dan teknologi mutakhir	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Kontrak Belajar dan Pengantar Manajemen Fasilitas Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	3 x 50 menit	2, 5
2	1, 2	Fungsi sarana, prasarana dan fasilitas Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	3 x 50 menit	2, 5, 7
3	1, 2	Hakikat Fasilitas Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	3 x 50 menit	2, 7
4	1, 2	Jenis- jenis Fasilitas Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	3 x 50 menit	3, 6, 7
5	1, 2	Pengorganisasian Fasilitas Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	3 x 50 menit	4, 5
6	1, 2	Inventarisasi Sarana Prasarana Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	3 x 50 menit	6, 7

7	1, 2	Standard operating procedures	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	3 x 50 menit	6, 7
8	2	UTS	Tugas/Kerja Mandiri			UTS	3 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
9	2	Identifikasi Kebutuhan Fasilitas dan Sarana Prasarana Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	3 x 50 menit	4, 7
10	2	Pengadaan Fasilitas Olahraga	Resitasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Studi Kasus	3 x 50 menit	2, 5
11	2	Kelemahan dan Potensi dalam Manajemen Fasilitas Olahraga	Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Studi Kasus	3 x 50 menit	3, 7
12	3	Pencatatan Barang Keluar dan Masuk	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Proyek	3 x 50 menit	5, 7
13	2	Manajemen Sumber daya pengelola Fasilitas Olahraga	1. Diskusi 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	3 x 50 menit	4, 5, 7
14	1, 2	Manajemen Barang Habis Pakai	1. Diskusi 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	5, 6
15	3	Pembukuan Fasilitas Olahraga	Kerja Lapangan			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Proyek	3 x 50 menit	7
16	3	Ujian Akhir Semester	Kuis/Evaluasi			UAS	3 x 50 menit	

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	15	
	e. UAS	20	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	

TOTAL	**100**	

E. REFERENSI

1. Agus S. Suryobroto. (2005), Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani (Diktat). Yogyakarta: fik UNY
2. Depdikbud (1995) Fasilitas Olahraga. Jakarta: Ditjen PLSPOR
3. Depdiknas (2001). Manajemen Perawatan Preventif Sarana dan Prasarana Pendidikan. Jakarta
4. brahim Bafadal. (2004). Manajemen Perlengkapan Sekolah Teori dan Aplikasinya. Jakarta: Bumi Aksara
5. Rud Midgley.(2000). Ensiklopedi Olahraga. Semarang: Dahara Prize
6. Soepartono. (2000). Sarana dan Prasarana Olahraga. Jakarta: Depdiknas
7. Linda L. Griffin dan Joy I. Butler. (2005). Teaching Games for Understanding Theory, research, and practice

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Manajemen Organisasi Olahraga/SSE60276
Jumlah SKS	:	3
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Manajemen Organisasi berbobot 2 SKS teori dan 1 SKS Praktek, bersifat wajib tempuh, mata kuliah ini berisi tentang prinsip-prinsip administrasi untuk kegiatan olahraga, kesehatan, dan layanan kebugaran (fitness) yang ditawarkan dan disediakan oleh pemerintah, swasta, perusahaan dan pemahaman tentang bagaimana seseorang harus bekerja dalam suatu organisasi merupakan kemampuan utama dalam pengelolaan organisasi olahraga. Matakuliah ini juga membahas tentang konsep manajemen organisasi, fungsi manajemen (perencanaan, pengarahan, pengawasan, pengelompokkan, motivasi, dan manajemen waktu), penerapan praktis dunia olahraga, simulasi pembuatan struktur organisasi, problem solving permasalahan organisasi olahraga, dan inovasi manajemen organisasi olahraga. Perkuliahan dilakukan melalui critical readings, analisis, tugas dan diskusi kelas tentang dinamika perilaku organisasi, pelaksanaan, dan penerapannya dalam lingkungan manajemen dan bisnis olahraga

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Mahasiswa mampu memahami prinsip-prinsip administrasi untuk kegiatan olahraga, kesehatan, dan layanan kebugaran (fitness) yang ditawarkan dan disediakan oleh pemerintah, swasta, maupun perusahaan.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
2	Mahasiswa mampu memahami pemahaman tentang bagaimana seseorang harus bekerja dalam suatu organisasi merupakan kemampuan utama dalam pengelolaan organisasi olahraga	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

3	Mahasiswa mampu mamahami event olahraga, isu-isu besar/makro seperti struktur, sentralisasi/desentralisasi, lingkungan, teknologi dan fungsi individu dalam suatu organisasi	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
4	Mahasiswa mampu memahami konsep perilaku mikro seperti motivasi, konflik, kepemimpinan, pengambilan keputusan, dinamika kelompok, kekuasaan, kendali, dan komunikasi.	Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1, 2, 3, 4	Pengantar Materi kuliah	Ceramah	1. Mahasiswa memperhatikan instruksi dalam pemberian materi 2. Mahasiswa memperhatikan rambu-rambu perkuliahan	Mahasiswa memahami perkuliahan satu semester akan berjalan. Topik -topik, cara penilaiandan metode pembelajaran.	Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	

2	1, 2, 3, 4	Konsep Manajemen Organisasi di Bidang Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa memperhatikan instruksi dalam konsep manajemen organisasi Mahasiswa tetap memperhatikan rambu-rambu konsep manajemen untuk dapat dipraktikkan langsung di tempat yang dimiliki Mahasiswa bertukar pikiran tentang kondisi dan permasalahan manajemen di organisasi olahraga	Mahasiswa mampu menganalisa kondisi di lapangan dan menyampaikan pikiran terhadap konsep manajemen	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2
3	1, 2, 3, 4	Komparasi manajemen organisasi olahraga dulu dan sekarang	Diskusi	Mahasiswa memperhatikan paparan konsep manajemen organisasi dulu dan sekarang Mahasiswa tetap memperhatikan rambu-rambu konsep manajemen untuk dapat dipraktikkanlangsung di tempat yang dimiliki Mahasiswa bertukar pikiran tentang kondisi dan permasalahan dulu dan sekarang	Mahasiswa mampu menganalisa kondisi di lapangan dan menyampaikan pikiran tentang komparasi manajemen olahraga dulu dan sekarang	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2
4	1, 2, 3, 4	Fungsi manajemen organisasi di bidang olahraga	Diskusi	Mahasiswa memperhatikan paparan fungsi manajemen olahraga Mahasiswa tetap memperhatikan cakupan fungsi manajemen secara umum Mahasiswa bertukar pikiran tentang fungsi manajemen dan penerapannya	Mahasiswa mampu menganalisa kondisi di lapangan dan menyampaikan pikiran tentang fungsi manajemen secara umum	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2

5	1, 2, 3, 4	Fungsi manajemen organisasi: perencanaan di bidang olahraga (studi kasus dan pemaparan	Diskusi	Mahasiswa memperhatikan paparan fungsi manajemen olahraga: perencanaan Mahasiswa tetap memperhatikan studi kasus yang terjadi dalam perencanaan Mahasiswa bertukar pikiran dan Memaparkan tentang fungsi manajemen: perencanaan, dari sudut pandang masing-masing	Mahasiswa mampu menganalisa kondisi di lapangan dan menyampaikan pikiran tentang fungsi manajemen: perencanaan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2
6	1, 2, 3, 4	Fungsi manajemen organisasi: pengarahan di bidang olahraga (studi kasus dan pemaparan	Diskusi	Mahasiswa memperhatikan paparan fungsi manajemen olahraga: pengarahan Mahasiswa memperhatikan paparan fungsi manajemen olahraga: pengarahan Mahasiswa tetap memperhatikan studi kasus yang terjadi dalam perencanaan Mahasiswa bertukar pikiran dan memaparkan tentang fungsi manajemen: pengarahan, dari sudut pandang masing-masing	Mahasiswa mampu menganalisa kondisi di lapangan dan menyampaikan pikiran tentang fungsi manajemen: pengarahan	Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	1, 2

7	1, 2, 3, 4	Fungsi manajemen organisasi: pengawasan di bidang olahraga (studi kasus dan pemaparan	Diskusi	Mahasiswa memperhatikan paparan fungsi manajemen olahraga: pengawasan Mahasiswa memperhatikan paparan fungsi manajemen olahraga: pengawasan Mahasiswa tetap memperhatikan studi kasus yangterjadi dalam pengawasan Mahasiswa bertukar pikiran dan memaparkan tentang fungsimanajemen: pengawasan, dari sudut pandang masing-masing	Mahasiswa mampu menganalisa kondisi di lapangan dan menyampaikan pikiran tentang fungsi manajemen pengawasan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2
8	1, 2, 3, 4	Fungsi manajemen organisasi: pengelompokan di bidang olahraga (studi kasus dan pemaparan	Diskusi	Mahasiswa memperhatikan paparan fungsi manajemen olahraga: pengelompokkan Mahasiswa tetap memperhatikan studi kasus yang terjadi dalam pengelompokkan Mahasiswa bertukar pikiran dan memaparkan tentang fungsi manajemen: pengelompokkan,dari sudut pandang masing-masing	Mahasiswa mampu menganalisa kondisi di lapangan dan menyampaikan pikiran tentang fungsi manajemen:pengelompokkan	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2
9	1, 2, 3, 4	Fungsi manajemen organisasi: motivasi, di bidang olahraga (studi kasus dan pemaparan	Diskusi	Mahasiswa memperhatikan paparan fungsi manajemen olahraga: motivasi Mahasiswa tetap memperhatikan studi kasus yang terjadi dalam pemberian motivasi Mahasiswa bertukar pikiran dan memaparkan tentang fungsi manajemen: motivasi, dari sudut pandang masing masing	Mahasiswa mampu menganalisa kondisi di lapangan dan menyampaikan pikiran tentangfungsi manajemen: motivasi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2

10	1, 2, 3, 4	Fungsi manajemen organisasi: manajemen waktu, di bidang olahraga (studi kasus dan pemaparan	Diskusi	Mahasiswa memperhatikan paparan fungsi manajemen olahraga: manajemen waktu Mahasiswa tetap memperhatikan studi kasus yang terjadi dalam manajemen waktu dalam berorganisasi Mahasiswa bertukar pikiran dan memaparkan tentang fungsi manajemen: manajemen waktu, dari sudut pandang masing-masing	Mahasiswa mampu menganalisa kondisi di lapangan dan menyampaikan pikiran tentang fungsi manajemen: manajemen waktu.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2
11	1, 2, 3, 4	Penerapan praktis menciptakan organisasi olahraga	Diskusi	Mahasiswa memperhatikan paparan penerapan praktis menciptakan organisasi olahraga Mahasiswa tetap memaparkan studi kasus yang terjadi dalam penerapan praktis Mahasiswa bertukar pikiran dan memaparkan sudut pandang penerapan praktis berdasarkan peran masing-masing	Mahasiswa mampu menganalisa kondisi di lapangan dan menyampaikan gagasan tentang penerapan praktis menciptakan organisasi olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2
12	1, 2, 3, 4	Simulasi pembuatan struktur organisasi olahraga	1. Diskusi 2. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa memperhatikan paparan pembuatan struktur organisasi olahraga Mahasiswa tetap memaparkan studi kasus yang terjadi dalam pembuatan struktur organisasi olahraga Mahasiswa bertukar pikiran dan memaparkan sudut pandang struktur organisasi berdasarkan peran masing-masing	Mahasiswa mampu menganalisa kondisi di lapangan dan menyampaikan gagasan tentangpembuatan struktur organisasi olahraga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2

13	1, 2, 3, 4	Problem solving permasalahan organisasi	1. Diskusi 2. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa memperhatikan paparan masalah-masalah di organisasi olahraga Indonesia dan luar negeri Mahasiswa tetap memaparkan studi kasus yang terjadi di lapangan tentang permasalahan yang ada Mahasiswa bertukar pikiran dan memaparkan permasalahan yang berpotensi terjadi berdasarkan peran masing-masing	Mahasiswa mampu menganalisa kondisi di lapangan dan menyampaikan gagasan tentang problem solving permasalahan organisasi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2
14	1, 2, 3, 4	Problem solving permasalahan organisasi	1. Diskusi 2. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa memperhatikan paparan masalah-masalah di organisasi olahraga Indonesia dan luar negeri Mahasiswa tetap memaparkan studi kasus yang terjadi di lapangan tentang permasalahan yang ada Mahasiswa bertukar pikiran dan memaparkan permasalahan yang berpotensi terjadi berdasarkan peran masing-masing	Mahasiswa mampu menganalisa kondisi di lapangan dan menyampaikan gagasan tentang problem solving permasalahan organisasi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2
15	1, 2, 3, 4	Inovasi manajemen organisasi di bidang olahraga	1. Diskusi 2. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa memperhatikan paparan inovasi manajemen olahraga Mahasiswa memaparkan rencana inovasi manajemen oahraga yang akan dibuat Mahasiswa bertukar pikiran dan memaparkan inovasi yang akan diciptakan dan cara mencapai tujuan organisasi	Mahasiswa mampu menganalisa kondisi di lapangan dan menyampaikan gagasan inovasi manajemen organisasi di bidang olahraga untuk mencapai tujuan organisasi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2

16	1, 2, 3, 4	Inovasi manajemen organisasi di bidang olahraga	1. Diskusi 2. Eksperimen/Praktek	Mahasiswa memperhatikan paparan inovasi manajemen olahraga Mahasiswa memaparkan rencana inovasi manajemen oahraga yang akan dibuat Mahasiswa bertukar pikiran dan memaparkan inovasi yang akan diciptakan dan cara mencapai tujuan organisasi	Mahasiswa mampu menganalisa kondisi di lapangan dan menyampaikan gagasan inovasi manajemen organisasi di bidang olahraga untuk mencapai tujuan organisasi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	15	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	30	
	b. Team Based Project	20	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Robinson, M. (2010). Sport Club Management. Human Kinetics.
2. Tracy Taylor, Alison Doherty, Peter McGraw. (2007). Managing People in Sport Organizations: a strategic human resource management perspective (Sport Management). Butterworth-Heinemann.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Manajemen Olahraga Pariwisata/SSE60277
Jumlah SKS	:	3
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah Manajemen Olahraga merupakan Matakuliah jurusan wajib tempuh dengan bobot 2 SKS teori. Matakuliah ini membahas serta mempelajari penerapan manajemen bidang olahraga terutama manajemen berbasis aktivitas dibidang olahraga. Bahasan dititik beratkan pada ketrampilan dasar manajemen dan penerapan fungsi manajemen untuk program berbasis aktivitas dibidang olahraga. Mahasiswa dikenalkan pula dengan organisasi pertandingan atau perlombaan olahraga. Dengan demikian mahasiswa memiliki ketrampilan untuk mengatur event olahraga.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
		Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius

1	Mahasiswa mampu memahami wisata olahraga dan petualangan olahraga	Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
2	Mahasiswa mampu mengaplikasikan dalam penyelenggaraan sebuah event kejuaraan olahraga dan industri pariwisata di era milenial.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat

3	Mampu melakukan manajemen dan mampu mengelola kegiatan bidang keolahragaan	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1, 2, 3	Pengantar Manajemen Olahraga	Ceramah	Mahasiswa mengetahui kontrak belajar perkuliahan		Kehadiran/Keaktifan	3 x 50 menit	1, 2, 3
2	1, 2, 3	Perencanaan dan Pengorganisasian Organisasi Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu mengetahui dan menganalisis langkah perencanaan dalam olahraga pariwisata	Mahasiswa mampu menentukan rencana dalam sebuah olahraga pariwisata	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
3	1, 2, 3	Perencanaan dan Pengorganisasian Organisasi Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu mengetahui dan menganalisis langkah pengorganisasian dalam olahraga pariwisata	Mahasiswa mampu menentukan pengorganisasian dalam sebuah olahraga pariwisata	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2, 3
4	1, 2, 3	Penggerakan dan pengawasan organisasi olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu mengetahui dan menganalisis langkah penggerakan dalam olahraga pariwisata	Mahasiswa mampu menentukan langkah penggerakan dalam olahraga pariwisata	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	3 x 50 menit	1, 2, 3
5	1, 2, 3	Penggerakan dan pengawasan organisasi olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu mengetahui dan menganalisis langkah pengawasan dalam olahraga pariwisata	Mahasiswa mampu menentukan langkah pengawasan dalam olahraga pariwisata	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3

6	1, 2, 3	Manajemen SDM organisasi Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu mengetahui dan menganalisis manajemen SDM internal olahraga pariwisata	Mahasiswa mampu menentukan langkah-langkah manajemen SDM internal olahraga pariwisata	Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
7	1, 2, 3	Manajemen SDM organisasi Olahraga	1. Diskusi 2. Demonstrasi	Mahasiswa mampu mengetahui dan menganalisis manajemen SDM eksternal olahraga pariwisata	Mahasiswa mampu menentukan langkah-langkah manajemen SDM eksternal olahraga pariwisata	Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
8	1, 2, 3	UTS	Kuis/Evaluasi			UTS	3 x 50 menit	1, 2, 3
9	1, 2, 3	Keuangan dalam organisasi Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu mengetahui dan menganalisis pengelolaan keuangan dalam olahraga pariwisata	Mahasiswa mampu menentukan langkah pengelolaan keuangan dalam olahraga pariwisata	Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
10	1, 2, 3	Pemasaran Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu mengetahui dan menganalisis pemasaran olahraga pariwisata	Mahasiswa mampu menentukan cara pemasaran bagi olahraga pariwisata	Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
11	1, 2, 3	Manajemen Sarana - prasarana olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu mengetahui dan menganalisis sarana olahraga pariwisata	Mahasiswa mampu menentukan cara pengelolaan sarana olahraga pariwisata	Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
12	1, 2, 3	Manajemen Sarana - prasarana olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu mengetahui dan menganalisis prasarana olahraga pariwisata	Mahasiswa mampu menentukan cara pengelolaan prasarana olahraga pariwisata	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
13	1, 2, 3	Manajemen Event Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu mengetahui dan menganalisis sebuah event olahraga pariwisata	Mahasiswa menentukan manajemen sebuah event olahraga pariwisata	1. Presentasi 2. Studi Kasus	3 x 50 menit	1, 2, 3
14	1, 2, 3	Manajemen Event Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu mengetahui dan menganalisis sebuah event olahraga pariwisata	Mahasiswa menentukan manajemen sebuah event olahraga pariwisata	1. Kuis 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3

15	1, 2, 3	Manajemen IT dan Media Olahraga	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu mengetahui dan menganalisis IT serta Media sederhana yang digunakan untuk olahraga pariwisata	Mahasiswa mampu menggunakan IT serta Media sederhana yang digunakan untuk olahraga pariwisata	1. Kuis 2. Presentasi	3 x 50 menit	1, 2, 3
16	1, 2, 3	UAS	Kuis/Evaluasi			UAS	3 x 50 menit	1, 2, 3

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	30	
	b. Team Based Project	20	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Covell, Daniel, et al , 2007. Managing Sport Organisation. Butterworth Heinemann. USA.
2. Hernandes, Ruben, Acosta .2002. Managing Sport Organisation. Human Kinetic. USA.
3. Mahew Nicholson. 2007. Sport and Media. Managing The Nexus. Elsivier: UK

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Sejarah dan Filsafat Olahraga/SSE60278
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2025
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Filsafat adalah seni berpikir. Oleh karena itu, Filsafat Olahraga merupakan perenungan akan keterlibatan manusia dalam aktivitas jasmani. Mengkaji pendidikan jasmani dan olahraga dari berbagai posisi pemikiran filsafat akan mendukung penjelasan dan pemahaman tentang sifat, nilai, tujuan, signifikansi, dan cakupan pendidikan jasmani dan olahraga. Dengan pertimbangan inilah, analisis filosofis dan berbagai wacana yang berkaitan dengan olahraga pendidikan jasmani dan olahraga akan dibaca, didiskusikan, dikritisi, dan dievaluasi dalam kuliah ini.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu mengerti filsafat, memahami filsafat, asal usul dan asas ilmu pengetahuan	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

2	Mahasiswa mampu menjelaskan hubungan ilmu pengetahuan, filsafat, dan agama yang terkait bidang keilmuan masing-masing	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

3	Mahasiswa mampu berpikir kritis, rasional logis, dan mampu mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari untuk memecahkan persoalan terkait pengembangan keilmuan yang ditekuninya dan kehidupan setiap harinya	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)

1		Mengetahui dan memahami perkuliahan sejarah	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
2		Mengetahui dan memahami perkuliahan sejarah filsafat olahraga	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
3		Mengetahui dan memahami filsafat	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
4		Mengetahui dan memahami filsafat	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
5		Mengetahui dan memahami sejarah perkembangan filsafat	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
6		Mengetahui dan memahami sejarah perkembangan filsafat	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
7		Mengetahui dan memahami sejarah perkembangan filsafat	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
8		ujian	Eksperimen/Praktek			UTS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
9		Mengetahui dan memahami manusia dalam kajian filsafat	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
10		Mengetahui dan memahami manusia dalam kajian filsafat	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
11		Mengetahui dan memahami relasi pemikiran filsafat dan olahraga	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
12		Mengetahui dan memahami hubungan play, games	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 5
13		Mengetahui dan memahami hubungan play, sport.	Ceramah			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 5
14		Mengetahui dan memahami aliran besar filsafat dan implikasinya dalam olahraga	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 4, 5
15		Memahami dan melakukan aspek etika dalam olahraga	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3, 5
16		ujian	Eksperimen/Praktek			UAS	2 x 50 menit	

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%

	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Osborne, Richard. (2001). Filsafat untuk Pemula. Kanisius: Yogyakarta.
2. Suhartono, Suparlan. (2007). Dasar-dasar Filsafat. Ar Ruzz Media: Yogyakarta.
3. Lutan, Rusli. (2001). Olahraga dan Etika Fair Play. Ditjora & Mendiknas: Jakarta.
4. Anwar, M.H. (2008). Relasi Pemikiran Filsafat dan Pendidikan, Handout Matakuliah Filsafat Penjas dan Olahraga.
5. Pramono, Made. (2003). Dasar-dasar Filosofis Ilmu Keolahragaan (Suatu Pengantar). Jurnal Filsafat, Jilid 34, No. 2.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
KODE PRODI: 60314

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

( )
NIP:

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1Mata
Kuliah/Kode	:	Praktik Kerja Lapangan/MLK60602
Jumlah SKS	:	6
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah PKL merupakan matakuliah wajib mahasiswa prodi Ilmu keolahragaan dengan bobot SKS=6 SKS. Diselenggarakan pada semester VII. PKL merupakan kegiatan penerjunan mahasiswa pada instansi dan lembaga yang berkaitan dengan kompetensi-kompetensi yang ada pada bidang ilmu keolahragaan meliputi: pusat terapi, pusat rehabilitasi fisik, sekolah luar biasa (SLB), pusat kebugaran, serta organisasi-organisasi olahraga.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Mampu berpikir kritis, kreasi dan inovatif untuk mendukung profesi yang akan ditekuni.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus

2	Mampuan melakukan analisis situasi sesuai dengan kompetensi bidang dalam lingkup ilmu keolahragaan serta menyiapkan mahasiswa agar siap bekerja mandiri.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

3	Mampu mempraktikkan kompetensi yang diperoleh selama kuliah ke dalam kegiatan nyata di lapangan dan masyarakat.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

4	Mampu mengetahui secara langsung ruang lingkup kegiatan olahraga sesuai dengan kompetensi di lapangan dan masyarakat	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1	Pengantar Kegiatan PKL	1. Ceramah 2. Diskusi	Penjelasan tentang PKL	Mahasiswa memahami tentang PKL	Kehadiran/Keaktifan	6 x 50 menit	1
2	1	Tahap Persiapan PKL	1. Ceramah 2. Diskusi	Mempersiapkan pelaksanaan PKL	Mahasiswa memahami dan mengetahui persiapan-persiapan sebelum pelaksanaan kegiatan PKL	Kehadiran/Keaktifan	6 x 50 menit	1
3	1, 2	Penentuan DPL PKL	1. Ceramah 2. Diskusi	Memahami tugas dan tanggung jawab pelaksanaan PKL	Mahasiswa memahami tugas dan tanggung jawab pelaksanaan PKL	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	6 x 50 menit	1
4	1, 2	Bimbingan persiapan observasi	1. Ceramah 2. Diskusi	Mengetahui tatacara dalam persiapan pelaksanaan PKL	Mahasiswa mampu dan mengetahui tatacara dalam persiapan pelaksanaan PKL	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	6 x 50 menit	1
5	1, 2	Persiapan Observasi	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kerja Lapangan	Mengetahui tempat-tempat atau instansi yang digunakan sebagai tempat untuk PKL	Mahasiswa mengetahui tempat-tempat atau instansi yang digunakan sebagai tempat untuk PKL Mahasiswa faham dan mengetahui gambaran tentang situasi, kondisi, dan karakteristik di tempat PKL	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	6 x 50 menit	1
6	1, 4	Observasi lanjutan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kerja Lapangan	Mengetahui memperoleh gambaran tentang situasi dan kondisi, karakteristik, dan norma yang berlaku di tempat PKL	Mahasiswa faham dan mengerti tentang memperoleh gambaran tentang situasi dan kondisi, karakteristik, dan norma yang berlaku di tempat PKL	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Studi Kasus	6 x 50 menit	1
7	1, 2, 4	Merancang dan menyusun draft program PKL	1. Ceramah 2. Diskusi	Merancang draft program kegiatan yang akan dilaksanakan di tempat PKL	Mahasiswa mampu membuat rancangan atau draft program kegiatan yang akan dilaksanakan di tempat PKL	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	6 x 50 menit	1
8	1, 2, 4	UTS	Tugas/Kerja Mandiri	Mengerjakan soal-soal pertanyaan terkait dengan pelaksanaan kegiatan PKL	Mahasiswa mampu dan faham mengerjakan soal-soal pertanyaan terkait dengan pelaksanaan kegiatan PKL	1. Kehadiran/Keaktifan 2. UTS	6 x 50 menit	1

9	1, 2, 4	Menyusun program kegiatan yang akan dilaksanakan di tempat PKL	1. Ceramah 2. Diskusi	Tersusun program kegiatan yang akan dilaksanakan di tempat PKL	Mahasiswa mampu menyususn program kegiatan yang akan dilaksanakan di tempat PKL	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	6 x 50 menit	1
10	1, 2, 3, 4	Persiapan Penerjunan Mahasiswa PKL	Eksperimen/Praktek	Menyiapkan segala peralatan dan berkas untuk penerjunan mahasiswa ke tempat PKL	Mahasiswa mampu menyiapkan segala peralatan dan berkas untuk penerjunan mahasiswa ke tempat PKL	Kehadiran/Keaktifan	6 x 50 menit	1
11	1, 2, 3, 4	Penerjunan Mahasiswa PKL	Eksperimen/Praktek	Tata cara proses penerjunan PKL Tata cara berpakaian dan berkomunikasi dengan baik	Mahasiswa wajib mengikuti serangkaian kegiatan penerjunan ke tempat PKL sesuai dengan tata cara proses penerjunan dengan berpakaian dan berkomunikasi dengan baik	Kehadiran/Keaktifan	6 x 50 menit	1
12	3, 4	Pelaksanaan PKL	1. Eksperimen/Praktek 2. Kerja Lapangan	Melaksanakan program kegiatan yang telah disusun sesuai dengan tempat PKL masing-masing	Mahasiswa melaksanakan program kegiatan yang telah disusun sesuai dengan tempat PKL masing-masing dengan baik dan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Proyek	6 x 50 menit	1
13	1, 2, 3, 4	Bimbingan pelaksanaan kegiatan PKL ke 1	1. Diskusi 2. Kerja Lapangan	Bimbingan pelaksanaan PKL dengan pembimbing dalam	Mahasiswa melaksanakan bimbingan selama pelaksanaan PKL dengan pembimbing dalam dengan baik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Studi Kasus	6 x 50 menit	1
14	1, 2, 3, 4	Bimbingan pelaksanaan kegiatan PKL ke 2	1. Diskusi 2. Kerja Lapangan	Melaksanakan bimbingan pelaksanaan kegiatan PKL dengan pembimbing luar	Mahasiswa mampu melaksanakan bimbingan pelaksanaan kegiatan PKL dengan pembimbing luar dengan baik dan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Studi Kasus	6 x 50 menit	1
15	1, 2, 3, 4	Penyusunan Laporan PKL	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kerja Lapangan	Teknik menyusun laporan PKL sesuai dengan buku pedoman PKL	Mahasiswa mampu menyusun laporan PKL sesuai dengan buku pedoman PKL	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	6 x 50 menit	1

16	1, 2, 3, 4	UAS	Kuis/Evaluasi	Melaksanakan UAS dengan melakukan evaluasi pelaksanaan kegiatan PKL berupa wawancara maupun tertulis	Mahasiswa mampu menjawab dan menjelaskan seluruh pelaksanaan kegiatan PKL yang telah dilaksanakan sesuai dengan tempat PKL masing-masing	1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	6 x 50 menit	1

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	**Teknik Penilaian**	**Persentase Bobot Penilaian**	**Keterangan**
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	20	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	10	
	e. UAS	10	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Tim PKL (2020). Pedoman Pelaksanaan Praktik Lapangan. Yogyakarta: Program Studi Ilmu Keolahragaan.

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Kuliah Kerja Nyata/MLK60605
Jumlah SKS	:	6
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	7
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	
Bahasa Pengantar : Bahasa Indonesia		

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

: Mata kuliah ini menyiapkan mahasiswa untuk dapat mengimplementasikan ilmu yang dipelajari sesuai bidang keilmuannya di lokasi KKN. Pembekalan yang diberikan sebelum mahasiswa diterjunkan ke lokasi KKN meliputi bidang kompetensi program studi dalam menghadapi berbagai permasalahan masyarakat di lokasi KKN. Mahasiswa diharapkan bisa berkolaborasi dengan berbagai kalangan dan mahasiswa dari berbagai program studi di UNY sehingga mahasiswa mampu melaksanakan program multidisiplin dalam menyelesaikan permasalahan di masyarakat

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa Memiliki Karakter dan Sikap Toleransi Keagamaan dan Kepercayaan, dan kebangsaan serta memiliki sikap yang beretika, bermoral, bersosial dan berintegritas	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

2	Mahasiswa mampu mengidentifikasi, merumuskan, menganalisis dan menyelesaikan permasalahan dan isu-isu kekinian dalam bidang olahraga	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

3	Mahasiswa mampu menyusun ide, hasil pemikiran dan argumen saintifik secara bertanggung jawab dan berdasarkan etika akademik, serta mengkomunikasikan melalui media kepada masyarakat akademik dan masyarakat luas.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

4	Mahasiswa mampu merencanakan, mengkoordinasi dan mengevaluasi detail pekerjaan secara individu maupun dalam kerja tim lintas disiplin dan budaya.	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1		Arti penting KKN sebagai pengabdian kepada masyarakat	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	Mahasiswa memahami arti penting KKN sebagai pengabdian kepada masyarakat dan pentingnya kerjasama dengan berbagai kalangan	Ketepatan menyebutkan dan menjelaskan arti penting dan tujuan mata kuliah KKN	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Studi Kasus	6 x 50 menit	1
2		memahami tujuan dan filosofi KKN	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa memahami pentingnya KKN bagi masyarakat dan diri sendiri	1. Ketepatan memahami teori yang ada sebelum malaksanakan KKN	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus 4. Proyek	6 x 50 menit	1
3		Mahasiswa mampu memahami Teknik survey dengan benar	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi	. Mahasiswa menggali informasi mengenai permasalahan di desa.	1. Mahasiswa menggali informasi mengenai permasalahan di desa.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	6 x 50 menit	1
4		Mahasiswa Mampu memahami tata tertib KKN.	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mendengarka, menulis, berdiskusi dan melakukan tanya jawab mengenai materi yang diberikan.	Ketepatan pemahaman dalam tata tertib selama kegiatan KKN.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi	6 x 50 menit	1
5		Mahasiswa mampu memahami teoring mengenai pembuatan LPK dan LPK .	Ceramah	1. Mahasiswa mendengarkan, menulis, berdiskusi dan melakukan tanya jawab mengenai pembuatan LRK dan LPK.	. Ketepatan pemahaman tentang pembuatan LRKdan LPK.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Studi Kasus	6 x 50 menit	1

6		Mahasiswa mampu memahami kegiatan mono disiplin dan multi disiplin	1. Ceramah 2. Diskusi	1.Mahasiswa mendengarkan, menulis, berdiskusi dan melakukan tanya jawab mengenai materi yang diberikan. 2.Mahasiswa merencanakan program	1. Ketepatan pemahaman dalam perencanaan kegiatan program mono disiplin dan multi disiplin	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus	6 x 50 menit	1
7		Mahasiswa mampu memahami pentingnya reportase untuk mempublikasikan hasil kegiatan KKN.	1. Ceramah 2. Diskusi	1. Mahasiswa mendengarkan, menulis, berdiskusi dan melakukan tanya jawab mengenai materi yang diberikan. 2. Mahasiswa merencanakan pembuatan reportase	1. Ketepatan pembuatan rencana reportase untuk dipublikasikan.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	6 x 50 menit	1
8		Progress Report	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Kuis/Evaluasi			UTS	6 x 50 menit	1
9		Mampu menganalisis ide –ide, persoalan dan tawaran solusi yang berkaitan dengan cara menanggapi literasi informasi	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa dapat mengambil keputusan berdasarkan informasi yang diperoleh 1.	Ketepatan menjelaskan dan menerangkan persoalan-persoalan yang berkaitan dengan materi literasi informasi	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus 4. Proyek	6 x 50 menit	1
10		Mahasiswa mampu menanggapi permasalahan mengenai permasalahan geospasial dan mengadaptasikan teori yang telah diperoleh di kampus untuk diterapkan di lokasi KKN	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa menggali informasi mengenai permasalahan di desa dan mencari solusi penyelesaian permasalahan	1. Ketepatan pemahaman tentang mengadaptasi teori yang ada untuk diterapkan. 2. Ketepatan perencanaan pelaksanaan kegiatan.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	6 x 50 menit	1

11		Mahasiswa mampu menanggapi dan mencipta solusi permasalahan geospasial yang ada di desa.	1. Ceramah 2. Diskusi	1. Mahasiswa mendengarka, menulis, berdiskusi dan melakukan tanya jawab mengenai materi yang diberikan. 2. Mahasiswa melakukan pembuatan produk geospasial	1. Ketepatan pemahaman dalam pemecahan solusi geospasial di desa. 2. Ketepatan pembuatan produk geospasial yang bermanfaat untuk desa.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus 4. Proyek	6 x 50 menit	1
12		Mahasiswa mampu mengklarifikasi pemahanan dan permasalahan geospasial di lokasi KKN	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	1. Mahasiswa mendengarkan, menulis, berdiskusi dan melakukan tanya jawab mengenai geospasial. 2. Mahasiswa memberikan pemahaman mengenai geospasial.	1. Ketepatan pemahaman dalam pemecahan solusi geospasial di desa. 2. Ketepatan pembuatan produk geospasial yang bermanfaat untuk desa.	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Proyek	6 x 50 menit	1
13		Mahasiswa dapat mengimplementasikan kegiatan sesuai dengan LRK	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	1.Mahasiswa melaksanakan kegiatan sesuai dengan LRK yang telah di setujui dosen.	1. Ketepatan mengenai kegiatan yang bermanfaat bagi masyarakat	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus 4. Proyek	6 x 50 menit	1
14		Mahasiswa mampu mencipta aplikasi teknologi informasi geospasial untuk desa lokasi KKN	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek	1.Mahasiswa melaksanakan pembuatan aplikasi informasi geospasial untuk menunjang pembangunan desa lokasi KKN.	1. Ketepatan mengenai pembuatan aplikasi informasi geospasial yang tepat sasaran	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus 4. Proyek	6 x 50 menit	1
15		Mahasiswa mampu mengimplementasikan reportase hasil kegiatan KKN	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Eksperimen/Praktek 4. Kerja Lapangan 5. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Presentasi 3. Studi Kasus 4. Proyek	6 x 50 menit	1

16		Post Test	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Kerja Lapangan 5. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi 4. Studi Kasus 5. Proyek	6 x 50 menit	1

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	50	
	b. Kuis	0	
	c. Tugas	0	
	d. UTS	0	
	e. UAS	0	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	30	
	b. Team Based Project	20	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. 1. Buku Panduan KKN

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	ILMU KEOLAHRAGAAN - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Filsafat Ilmu/SSE60278
Jumlah		SKS : 2
Tahun Akademik	:	2024
Semester	:	7
Mata Kuliah Prasyarat	:	-

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Filsafat adalah seni berpikir. Oleh karena itu, Filsafat Olahraga merupakan perenungan akan keterlibatan manusia dalam aktivitas jasmani. Mengkaji pendidikan jasmani dan olahraga dari berbagai posisi pemikiran filsafat akan mendukung penjelasan dan pemahaman tentang sifat, nilai, tujuan, signifikansi, dan cakupan pendidikan jasmani dan olahraga. Dengan pertimbangan inilah, analisis filosofis dan berbagai wacana yang berkaitan dengan olahraga pendidikan jasmani dan olahraga akan dibaca, didiskusikan, dikritisi, dan dievaluasi dalam kuliah ini.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu mengerti filsafat, memahami filsafat, asal usul dan asas ilmu pengetahuan	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

2	Mahasiswa mampu menjelaskan hubungan ilmu pengetahuan, filsafat, dan agama yang terkait bidang keilmuan masing-masing	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Berperan sebagai warga Negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama dan kepercayaan serta pendapat atau temuan orisinal orang lain
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu mengkaji impliksi pengembangan atau implementasi ipteks yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengam bidang Ilmu Keolahragaan berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik olahraga, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi atau media ilmiah
		Mampu mengambil keputusan yang tepat berdasarkan analisis informasi dan data, dan mampu memberikan petunjuk dalam memilih berbagai alternatif solusi secara mandiri dan kelompok
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Memiliki landasan keilmuan yang memadai untuk melanjutkan ke jenjang S2, serta mampu mengikuti perkembangan dan pemutakhiran ilmu
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

3	Mahasiswa mampu berpikir kritis, rasional logis, dan mampu mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari untuk memecahkan persoalan terkait pengembangan keilmuan yang ditekuninya dan kehidupan setiap harinya	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Bertanggungjawab pada profesi bidang ilmu olahraga secara mandiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja institusi atau organisasi.
		Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa
		Bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan
		Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian olahraga kesehatan dan manajemen olahraga secara mandiri
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan dan kewirausahaan
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang Ilmu Keolahragaan
		Mampu mendiseminasikan hasil kajian penelaahan masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, kepelatihan dan pendidikan, dalam bidang ilmu olahraga yang akurat dalam bentuk laporan atau kertas kerja
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur
		Mampu menghasilkan simpulan yang tepat berdasarkan hasil identifikasi, analisis, dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga
		Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan stake holder, kolega, maupun sejawat baik di dalam maupun di luar lembaga
		Mampu bertanggung jawab pada pekerjaan sendiri dan dapat diberi tanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok/organisasi
		Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan keolahragaan yang sesuai dengan karakteristik peserta, karakteristik materi olahraga kesehatan melalui pendekatan saintifik
		Mampu memanfaatkan berbagai fasilitas rekreasi dan latihan berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sehingga masyarakat memiliki pengetahuan dalam menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan kesehatan olahraga
		Mampu menguasai teknologi informasi dan komunikasi untuk mendukung olahraga kesehatan
		Mampu menyajikan beberapa alternatif solusi di bidang identifikasi, analisis dan sintesis terhadap pemecahan masalah olahraga sebagai dasar pengambilan keputusan secara tepat
		Menyiapkan, menangani, dan mengelola hasil kajian olahraga untuk melakukan tindak lanjut
		Mampu dan terampil menggunakan konsep-konsep dalam ilmu kesehatan olahraga dan manajemen olahraga, kemudian dapat mengomunikasikannya pada masyarakat dan stake holder
		Mampu mengembangkan semangat kewirausahaan dalam bidang ilmu kesehatan dan ilmu keolahragaan di masyarakat
		Mampu bekerjasama dengan pihak lain dalam memberikan pendidikan dan pelatihan gerak pada anak berkebutuhan khusus
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga
		Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan olahraga kesehatan dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan
		Menganalisis masalah-masalah olahraga yang terkait dengan masyarakat, pendidikan dan kepelatihan dalam bidang ilmu olahraga
		Memiliki kreasi dan improvisasi yang inovatif dan terampil dalam pengembangan strategi meningkatkan derajat kesehatan pada masyarakat
		Memiliki kemampuan memberikan pendidikan dan pelatihan kesehatan olahraga menggunakan pendekatan IPTEK dan strategi inovatif yang memiliki moral dan karakter serta menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme
		Memiliki kemampuan memberikan bimbingan dan konsultasi mengenai latihan olahraga bagi kesehatan masyarakat secara umum
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan kesehatan olahraga bagi masyarakat
		Memiliki kemampuan kepekaan terhadap permasalahan bidang olahraga kesehatan pada masyarakat umum dan bagi yang berkebutuhan khusus
		Menguasai pengetahuan tentang latihan, teori dan metodologi olahraga kesehatan, prinsip, prosedur, dan pemanfaatan sarana rekreasi untuk digunakan dengan tujuan peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran agar dapat mengolahragakan masyarakat
		Menguasai metode ilmiah dan prinsip dasar piranti lunak untuk menganalisis dan menyusun strategi penyelesaian masalah dalam manajemen olahraga dan olahraga kesehatan

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)

1		Mengetahui dan memahami perkuliahan sejarah	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
2		Mengetahui dan memahami perkuliahan sejarah filsafat olahraga	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
3		Mengetahui dan memahami filsafat	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
4		Mengetahui dan memahami filsafat	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
5		Mengetahui dan memahami sejarah perkembangan filsafat	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
6		Mengetahui dan memahami sejarah perkembangan filsafat	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
7		Mengetahui dan memahami sejarah perkembangan filsafat	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
8		ujian	Eksperimen/Praktek			UTS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
9		Mengetahui dan memahami manusia dalam kajian filsafat	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
10		Mengetahui dan memahami manusia dalam kajian filsafat	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
11		Mengetahui dan memahami relasi pemikiran filsafat dan olahraga	Ceramah			Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
12		Mengetahui dan memahami hubungan play, games	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 4
13		Mengetahui dan memahami hubungan play, sport.	Ceramah			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	2, 3, 4
14		Mengetahui dan memahami aliran besar filsafat dan implikasinya dalam olahraga	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	2, 3, 5
15		Memahami dan melakukan aspek etika dalam olahraga	1. Ceramah 2. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	3, 4
16		ujian	Eksperimen/Praktek			UAS	2 x 50 menit	

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%

	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	15	
	e. UAS	15	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		**100**	

E. REFERENSI

1. Osborne, Richard. (2001). Filsafat untuk Pemula. Kanisius: Yogyakarta.
2. Suhartono, Suparlan. (2007). Dasar-dasar Filsafat. Ar Ruzz Media: Yogyakarta.
3. Pramono, Made. (2003). Dasar-dasar Filosofis Ilmu Keolahragaan (Suatu Pengantar). Jurnal Filsafat, Jilid 34, No. 2.
4. Lutan, Rusli. (2001). Olahraga dan Etika Fair Play. Ditjora & Mendiknas: Jakarta.
5. Anwar, M.H. (2008). Relasi Pemikiran Filsafat dan Pendidikan, Handout Matakuliah Filsafat Penjas dan Olahraga.