
	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	RPP MK PENDIDIKAN KESEHATAN			
	RPP/POR/PJKR/PJM 216/08	Revisi : 00	01-08-2009	Hal. 1 dari 20
	Semester 3	-	1 x Pertemuan	

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan / PJKR
2. Mata kuliah/Kode : Pendidikan Kesehatan / PJM 216
3. SKS : 2 SKS
4. Semester dan waktu : III (Tiga) / 100 menit
5. Indikator ketercapaian : Mahasiswa mampu memahami pengertian sehat dan Sakit
6. Materi pokok/Penggalan materi : a. Pengertian sehat dan sakit
b. Indikator sehat
7. Kegiatan perkuliahan :

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Referensi
Pendahuluan	1. Salam, berdoa dan Presensi 2. Apersepsi 3. Menyampaikan tujuan pembelajaran	20 menit	Ceramah	Laptop LCD	
Inti	1. Penyampaian teori tentang pengertian sehat dan sakit 2. Penyampaian materi tentang indikator sehat	70 menit	Ceramah Diskusi Tanya jawab	Laptop LCD	a, b
Penutup	1. Kesan dan pesan 2. Tugas-tugas 3. Berdoa 4. Salam	10 menit	Ceramah Tugas Komando	Laptop LCD	-

8. Evaluasi
 - a. Tes formatif dengan memberikan kuis sebagai berikut:
 - 1) Jelaskan pengertian sehat dan sakit?
 - 2) Bagaimana indikator sehat?

Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
---------------	--	------------------

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	RPP MK PENDIDIKAN KESEHATAN			
	RPP/POR/PJKR/PJM 216/08	Revisi : 00	01-08-2009	Hal. 2 dari 20
	Semester 3	-	1 x Pertemuan	

b. Tugas-tugas terstruktur

- 1) Carilah melalui media internet hal-hal yang berkaitan dengan materi sehat dan sakit serta indikator sehat!

c. Tugas-tugas mandiri

- 1) Baca dan pelajari tentang materi sehat dan sakit serta indikator dari sehat!

9. Referensi:

- a. Indan Entjang. 2000. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Bandung: PT. Citra Aditya Bakti
- b. Soekidjo Notoatmodjo. 2003. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta

Mengetahui
Ketua Jurusan POR


Yogyakarta,

Dosen

Suhadi, M.Pd
NIP. 19600505 198803 1 006

Erwin Setyo K, M.Kes
NIP. 19751018 200501 1 002

Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
---------------	--	------------------


	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	RPP MK PENDIDIKAN KESEHATAN			
	RPP/POR/PJKR/PJM 216/08	Revisi : 00	01-08-2009	Hal. 3 dari 20
	Semester 3	-	1 x Pertemuan	

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan / PJKR
2. Mata kuliah/Kode : Pendidikan Kesehatan / PJM 216
3. SKS : 2 SKS
4. Semester dan waktu : III (Tiga) / 100 menit
5. Indikator ketercapaian : Mahasiswa mampu menjelaskan kebutuhan hidup sehat
6. Materi pokok/Penggalan materi : a. Kesehatan Lingkungan Sekitar
7. Kegiatan perkuliahan :

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Referensi
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Salam, berdoa dan Presensi 2. Apersepsi 3. Menyampaikan tujuan pembelajaran 	10 menit	Ceramah	<ul style="list-style-type: none"> • Laptop • LCD • CD interaktif 	
Inti	Penyampaian materi tentang kesehatan lingkungan sekitar, meliputi: <ol style="list-style-type: none"> 1. Perumahan 2. Penyediaan air bersih 3. Pembuangan kotoran manusia 4. Sampah dan pengolahannya 5. Air bersih dan pengolahannya 	80 menit	Ceramah Diskusi Tanya jawab	<ul style="list-style-type: none"> • Laptop • LCD • CD interaktif 	a, b
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kesan dan pesan 2. Tugas-tugas 3. Berdoa 4. Salam 	10 menit	Ceramah Tugas Komando	<ul style="list-style-type: none"> • Laptop • LCD 	-

5. Evaluasi
 - a. Tes formatif dengan memberikan kuis sebagai berikut:

Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
---------------	--	------------------

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	RPP MK PENDIDIKAN KESEHATAN			
	RPP/POR/PJKR/PJM 216/08	Revisi : 00	01-08-2009	Hal. 4 dari 20
	Semester 3	-	1 x Pertemuan	

- 1) Bagaimanakah syarat rumah sehat?
 - 2) Bagaimanakah syarat utama air untuk rumah tangga?
 - 3) Bagaimanakah tempat pembuangan kotoran manusia yang tepat?
 - 4) Apa saja jenis-jenis sampah?
 - 5) Bagaimanakah karakteristik air limbah?
- b. Tugas-tugas terstruktur
- 1) Buatlah makalah yang berkaitan dengan rumah sehat, penyediaan air bersih atau sampah dan pengelolaannya!
- c. Tugas-tugas mandiri
- 1) Buat resume tentang materi Kesehatan lingkungan sekitar!
6. Referensi:
- a. Kus Irianto, Kusno Waluyo. 2004. *Gizi dan Pola Hidup Sehat*: Bandung: Yrama Widya.
 - b. Soekidjo Notoatmodjo. 2003. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta

Mengetahui
Ketua Jurusan POR


Suhadi, M.Pd
NIP. 19600505 198803 1 006

Yogyakarta,

Dosen

Erwin Setyo K, M.Kes
NIP. 19751018 200501 1 002

Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
---------------	--	------------------

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	RPP MK PENDIDIKAN KESEHATAN			
	RPP/POR/PJKR/PJM 216/08	Revisi : 00	01-08-2009	Hal. 5 dari 20
	Semester 3	-	1 x Pertemuan	

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan / PJKR
2. Mata kuliah/Kode Pendidikan Kesehatan / PJM 216
3. SKS : 2 SKS
4. Semester dan waktu : III (Tiga) / 100 menit
5. Indikator ketercapaian : Mahasiswa mampu menjelaskan kebutuhan hidup sehat
6. Materi pokok/Penggalan materi : b. Kesehatan Lingkungan Sosial
8. Kegiatan perkuliahan :

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Referensi
Pendahuluan	1. Salam, berdoa dan Presensi 2. Apersepsi 3. Menyampaikan tujuan pembelajaran	20 menit	Ceramah	<ul style="list-style-type: none"> • Laptop • LCD • CD interaktif 	
Inti	Penyampaian materi tentang kesehatan lingkungan sosial	80 menit	Ceramah Diskusi Tanya jawab	<ul style="list-style-type: none"> • Laptop • LCD • CD interaktif 	a, b
Penutup	1. Kesan dan pesan 2. Tugas-tugas 3. Berdoa 4. Salam	10 menit	Ceramah Tugas Komando	<ul style="list-style-type: none"> • Laptop • LCD • CD 	-

7. Evaluasi

a. Tes formatif dengan memberikan kuis sebagai berikut:

- 1) Bagaimanakah contoh kegiatan lingkungan sosial yang positif?
- 2) Bagaimanakah perilaku lingkungan yang negative?


b. Tugas-tugas terstruktur

- 1) Buatlah makalah yang berkaitan dengan materi kesehatan lingkungan sosial

c. Tugas-tugas mandiri

- 1) Buat resume tentang materi Kesehatan lingkungan sosial!

Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
---------------	--	------------------

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	RPP MK PENDIDIKAN KESEHATAN			
	RPP/POR/PJKR/PJM 216/08	Revisi : 00	01-08-2009	Hal. 6 dari 20
	Semester 3	-	1 x Pertemuan	

8. Referensi:

- a. Kus Irianto, Kusno Waluyo. 2004. *Gizi dan Pola Hidup Sehat*: Bandung: Yrama Widya.
- b. Soekidjo Notoatmodjo. 2003. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta

Mengetahui
Ketua Jurusan POR


Yogyakarta,

Dosen

Suhadi, M.Pd
NIP. 19600505 198803 1 006

Erwin Setyo K, M.Kes
NIP. 19751018 200501 1 002

Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
---------------	--	------------------

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	RPP MK PENDIDIKAN KESEHATAN			
	RPP/POR/PJKR/PJM 216/08	Revisi : 00	01-08-2009	Hal. 7 dari 20
	Semester 3	-	1 x Pertemuan	

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan / PJKR
2. Mata kuliah/Kode : Pendidikan Kesehatan / PJM 216
3. SKS : 2 SKS
4. Semester dan waktu : III (Tiga) / 100 menit
5. Indikator ketercapaian : Mahasiswa mampu menjelaskan tahapan tumbuh kembang remaja
6. Materi pokok/Penggalan materi : a. Pertumbuhan Fisik Remaja
7. Kegiatan perkuliahan :


Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Referensi
Pendahuluan	1. Salam, berdoa dan Presensi 2. Apersepsi 3. Menyampaikan tujuan pembelajaran	20 menit	Ceramah	<ul style="list-style-type: none"> • Laptop • LCD 	
Inti	1. Penyampaian materi tentang pertumbuhan fisik remaja 2. Penyampaian materi tentang fase-fase perkembangan masa remaja	70 menit	Ceramah Diskusi Tanya jawab	<ul style="list-style-type: none"> • Laptop • LCD 	a
Penutup	1. Kesan dan pesan 2. Tugas-tugas 3. Berdoa 4. Salam	10 menit	Ceramah Tugas Komando	<ul style="list-style-type: none"> • Laptop • LCD 	-

8. Evaluasi

a. Tes formatif dengan memberikan kuis sebagai berikut:

- 1) Bagaimanakah tanda-tanda pertumbuhan fisik pada remaja?
- 2) Bagaimanakah fase-fase masa remaja?

Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
---------------	--	------------------

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	RPP MK PENDIDIKAN KESEHATAN			
	RPP/POR/PJKR/PJM 216/08	Revisi : 00	01-08-2009	Hal. 8 dari 20
	Semester 3	-	1 x Pertemuan	

b. Tugas-tugas terstruktur

- 1) Buatlah makalah resume yang berkaitan dengan perumbuhan dan perkembangan fisik remaja

c. Tugas-tugas mandiri

- 1) Cari artikel dan beri komentar berkaitan dengan materi pertumbuhan dan perkembangan fisik remaja!
- 2) Analisa tentang permasalahan pada fase-fase masa remaja!

9. Referensi:

- a. Siti Rahayu Haditomo. 2006. *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*: Yogyakarta: Gadjah Mada University Press

Mengetahui
Ketua Jurusan POR


Yogyakarta,

Dosen

Suhadi, M.Pd
NIP. 19600505 198803 1 006

Erwin Setyo K, M.Kes
NIP. 19751018 200501 1 002

Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
---------------	--	------------------


	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	RPP MK PENDIDIKAN KESEHATAN			
	RPP/POR/PJKR/PJM 216/08	Revisi : 00	01-08-2009	Hal. 9 dari 20
	Semester 3	-	1 x Pertemuan	

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan / PJKR
2. Mata kuliah/Kode : Pendidikan Kesehatan / PJM 216
3. SKS : 2 SKS
4. Semester dan waktu : III (Tiga) / 100 menit
5. Indikator ketercapaian : Mahasiswa mampu menjelaskan tahapan tumbuh kembang remaja
6. Materi pokok/Penggalan materi : b. Perkembangan Mental Remaja
7. Kegiatan perkuliahan :

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Referensi
Pendahuluan	1. Salam, berdoa dan Presensi 2. Apersepsi 3. Menyampaikan tujuan pembelajaran	20 menit	Ceramah	1. Laptop 2. LCD	
Inti	Penyampaian materi tentang perkembangan mental remaja	70 menit	Ceramah Diskusi Tanya jawab	1. Laptop 2. LCD	a
Penutup	1. Kesan dan pesan 2. Tugas-tugas 3. Berdoa 4. Salam	10 menit	Ceramah Tugas Komando	1. Laptop 2. LCD	-

8. Evaluasi
 - a. Tes formatif dengan memberikan kuis sebagai berikut:
 - 1) Bagaimanakah tanda-tanda perkembangan mental pada remaja?
 - b. Tugas-tugas terstruktur
 - 1) Cari artikel yang berkaitan dengan perkembangan mental pada remaja!
 - c. Tugas-tugas mandiri
 - 1) Baca dan pelajari tentang materi perkembangan mental pada remaja!

Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
---------------	--	------------------

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	RPP MK PENDIDIKAN KESEHATAN			
	RPP/POR/PJKR/PJM 216/08	Revisi : 00	01-08-2009	Hal. 10 dari 20
	Semester 3	-	1 x Pertemuan	

9. Referensi:

- a. Siti Rahayu Haditomo. 2006. *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*: Yogyakarta: Gadjah Mada University Press

Mengetahui
Ketua Jurusan POR


Yogyakarta,

Dosen

Suhadi, M.Pd
NIP. 19600505 198803 1 006

Erwin Setyo K, M.Kes
NIP. 19751018 200501 1 002

Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
---------------	--	------------------

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	RPP MK PENDIDIKAN KESEHATAN			
	RPP/POR/PJKR/PJM 216/08	Revisi : 00	01-08-2009	Hal. 11 dari 20
	Semester 3	-	1 x Pertemuan	


1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan / PJKR
2. Mata kuliah/Kode : Pendidikan Kesehatan / PJM 216
3. SKS : 2 SKS
4. Semester dan waktu : III (Tiga) / 100 menit
5. Indikator ketercapaian : Mahasiswa mampu memahami kesehatan reproduksi remaja
6. Materi pokok/Penggalan materi : Perubahan hormonal, sex sekunder, dan perilaku seksual Remaja
7. Kegiatan perkuliahan :

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Referensi
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Salam, berdoa dan Presensi 2. Apersepsi 3. Menyampaikan tujuan pembelajaran 	15 menit	Ceramah	<ol style="list-style-type: none"> 1. Laptop 2. LCD 	
Inti	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penyampaian materi tentang perubahan hormonal 2. Penyampaian materi tentang perubahan sex sekunder 3. Penyampaian materi tentang perilaku seksual remaja 	75 menit	Ceramah Diskusi Tanya jawab Kuis	<ol style="list-style-type: none"> 1. Laptop 2. LCD 	a
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kesan dan pesan 2. Tugas-tugas 3. Berdoa 4. Salam 	10 menit	Ceramah Tugas Komando	<ol style="list-style-type: none"> 1. Laptop 2. LCD 	-

5. Evaluasi

- a. Tes formatif dengan memberikan kuis sebagai berikut:

Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
---------------	--	------------------

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	RPP MK PENDIDIKAN KESEHATAN			
	RPP/POR/PJKR/PJM 216/08	Revisi : 00	01-08-2009	Hal. 12 dari 20
	Semester 3	-		1 x Pertemuan

- 1) Bagaimanakah perkembangan seksualitas pada remaja?
- 2) Apa saja yang termasuk hormone seks?
- 3) Bagaimanakah perubahan tubuh pada anak laki-laki dan perempuan?
- 4) Jelaskan perilaku seksual yang menyimpang

b. Tugas-tugas terstruktur

- 1) Carilah artikel yang berkaitan dengan pendidikan reproduksi/seks untuk remaja

c. Tugas-tugas mandiri

- 1) Amati perilaku seksual yang menyimpang dikalangan remaja!

6. Referensi:

- a. Ajen Dianawati. 2006. *Pendidikan Seks untuk Remaja*. Tangerang: Kawan Pustaka

Mengetahui
Ketua Jurusan POR


Yogyakarta,

Dosen

Suhadi, M.Pd
NIP. 19600505 198803 1 006

Erwin Setyo K, M.Kes
NIP. 19751018 200501 1 002


Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
---------------	--	------------------

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	RPP MK PENDIDIKAN KESEHATAN			
	RPP/POR/PJKR/PJM 216/08	Revisi : 00	01-08-2009	Hal. 13 dari 20
	Semester 3	-	1 x Pertemuan	

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan / PJKR
2. Mata kuliah/Kode : Pendidikan Kesehatan / PJM 216
3. SKS : 2 SKS
4. Semester dan waktu : III (Tiga) / 100 menit
5. Indikator ketercapaian : Mahasiswa mampu menjelaskan gaya hidup sehat
Pada usia remaja
6. Materi pokok/Penggalan materi : Pola pergaulan tidak sehat dan akibatnya (kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, narkotika, dan obat-obatan berbahaya)
7. Kegiatan perkuliahan :

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Referensi
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Salam, berdoa dan Presensi 2. Apersepsi 3. Menyampaikan tujuan pembelajaran 	30 menit (2 TM)	Ceramah	<ol style="list-style-type: none"> 1. Laptop 2. LCD 	
Inti	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menyampaikan materi tentang pola pergaulan hidup sehat 2. Menyampaikan materi tentang pola pergaulan hidup tidak sehat serta akibatnya (kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, narkotika dan obat-obatan berbahaya). 	120 menit (2 TM)	Ceramah Diskusi Tanya jawab Kuis	<ol style="list-style-type: none"> 1. Laptop 2. LCD 	a, b
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kesan dan pesan 2. Tugas-tugas 	30 menit (2 TM)	Ceramah Tugas		-

Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
---------------	--	------------------

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	RPP MK PENDIDIKAN KESEHATAN			
	RPP/POR/PJKR/PJM 216/08	Revisi : 00	01-08-2009	Hal. 14 dari 20
	Semester 3	-	1 x Pertemuan	

	3. Berdoa		Komando		
	4. Salam				

8. Evaluasi

a. Tes formatif dengan memberikan kuis sebagai berikut:

- 1) Bagaimanakah pola hidup yang sehat?
- 2) Bagaimanakah pola hidup yang tidak sehat?
- 3) Bagaimanakah akibat dari pola hidup yang tidak sehat khususnya kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, narkoba, dan obat-obatan berbahaya?

b. Tugas-tugas terstruktur

- 1) Diskusikan secara berkelompok tentang permasalahan pola hidup sehat atau tidak sehat!

c. Tugas-tugas mandiri

9. Referensi:

- a. Kus Irianto, Kusno Waluyo. 2004. *Gizi dan Pola Hidup Sehat*: Bandung: Yrama Widya.
- b. Sulistya G. Ganuswarna. *Farmakologi dan Terapi edisi 4*. Jakarta: Bagian Farmakologi FK. UI

Mengetahui
Ketua Jurusan POR


Suhadi, M.Pd
NIP. 19600505 198803 1 006

Yogyakarta,

Dosen

Erwin Setyo K, M.Kes
NIP. 19751018 200501 1 002


Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
---------------	--	------------------

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	RPP MK PENDIDIKAN KESEHATAN			
	RPP/POR/PJKR/PJM 216/08	Revisi : 00	01-08-2009	Hal. 15 dari 20
	Semester 3	-	1 x Pertemuan	

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan / PJKR
2. Mata kuliah/Kode : Pendidikan Kesehatan / PJM 216
3. SKS : 2 SKS
4. Semester dan waktu : III (Tiga) / 100 menit
5. Indikator ketercapaian : Mahasiswa mampu menjelaskan cara-cara menjaga kesehatan pribadi
6. Materi pokok/Penggalan materi : 1) Kesehatan kulit
2) Kesehatan rambut
3) Kesehatan kuku
4) Kesehatan mata
7. Kegiatan perkuliahan :

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Referensi
Pendahuluan	1. Salam, berdoa dan Presensi 2. Apersepsi 3. Menyampaikan tujuan pembelajaran	15 menit	Ceramah	1. Laptop 2. LCD	
Inti	1. Menyampaikan materi tentang kesehatan kulit 2. Menyampaikan materi tentang kesehatan rambut 1. Menyampaikan materi tentang kesehatan kuku 2. Menyampaikan materi tentang kesehatan mata	75 menit	Ceramah Diskusi Tanya jawab Kuis	1. Laptop 2. LCD	a
Penutup	1. Kesan dan pesan 2. Tugas-tugas 3. Berdoa 4. Salam	10 menit	Ceramah Tugas Komando		-

Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
---------------	--	------------------

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	RPP MK PENDIDIKAN KESEHATAN			
	RPP/POR/PJKR/PJM 216/08	Revisi : 00	01-08-2009	Hal. 16 dari 20
	Semester 3	-		1 x Pertemuan

9. Evaluasi

a. Tes formatif dengan memberikan kuis sebagai berikut:

- 1) Bagaimanakah cara menjaga kesehatan kulit?
- 2) Bagaimanakah cara menjaga kesehatan rambut?
- 3) Bagaimanakah cara menjaga kesehatan kuku?
- 4) Bagaimanakah cara menjaga kesehatan mata?

b. Tugas-tugas terstruktur

c. Tugas-tugas mandiri

9. Referensi:

- a. Kus Irianto, Kusno Waluyo. 2004. *Gizi dan Pola Hidup Sehat*: Bandung: Yrama Widya.

Mengetahui
Ketua Jurusan POR


Suhadi, M.Pd
NIP. 19600505 198803 1 006

Yogyakarta,

Dosen

Erwin Setyo K, M.Kes
NIP. 19751018 200501 1 002

Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
---------------	--	------------------


	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	RPP MK PENDIDIKAN KESEHATAN			
	RPP/POR/PJKR/PJM 216/08	Revisi : 00	01-08-2009	Hal. 17 dari 20
	Semester 3	-	1 x Pertemuan	

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan / PJKR
2. Mata kuliah/Kode : Pendidikan Kesehatan / PJM 216
3. SKS : 2 SKS
4. Semester dan waktu : III (Tiga) / 100 menit
5. Indikator ketercapaian : Mahasiswa mampu menjelaskan trias UKS
6. Materi pokok/Penggalan materi : Pendidikan & Layanan Kesehatan
7. Kegiatan perkuliahan :

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Referensi
Pendahuluan	1. Salam, berdoa dan Presensi 2. Apersepsi 3. Menyampaikan tujuan pembelajaran	15 menit	Ceramah	1. Laptop 2. LCD	
Inti	Menyampaikan materi tentang Pendidikan dan Layanan Kesehatan	75 menit	Ceramah Diskusi Tanya jawab Kuis	1. Laptop 2. LCD	a
Penutup	1. Kesan dan pesan 2. Tugas-tugas 3. Berdoa 4. Salam	10 menit	Ceramah Tugas Komando		-

8. Evaluasi
 - a. Tes formatif dengan memberikan kuis sebagai berikut:
 - 1) Apa ruang lingkup pendidikan di sekolah?
 - 2) Apa ruang lingkup layanan kesehatan di sekolah?
 - b. Tugas-tugas terstruktur
 - c. Tugas-tugas mandiri
 - 1) lakukan observasi tentang pelaksanaan pendidikan dan layanan kesehatan di sekolah!

Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
---------------	--	------------------

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	RPP MK PENDIDIKAN KESEHATAN			
	RPP/POR/PJKR/PJM 216/08	Revisi : 00	01-08-2009	Hal. 18 dari 20
	Semester 3	-	1 x Pertemuan	

10. Referensi:

- a. Depkses. 2002. *Pedoman Pembinaan dan Pengembangan UKS*. Jakarta: TP UKS Pusat

Mengetahui
Ketua Jurusan POR


Yogyakarta,

Dosen

Suhadi, M.Pd
NIP. 19600505 198803 1 006

Erwin Setyo K, M.Kes
NIP. 19751018 200501 1 002

Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
---------------	--	------------------

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	RPP MK PENDIDIKAN KESEHATAN			
	RPP/POR/PJKR/PJM 216/08	Revisi : 00	01-08-2009	Hal. 19 dari 20
	Semester 3	-	1 x Pertemuan	

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan / PJKR
2. Mata kuliah/Kode : Pendidikan Kesehatan / PJM 216
3. SKS : 2 SKS
4. Semester dan waktu : III (Tiga) / 100 menit
5. Indikator ketercapaian : Mahasiswa mampu menjelaskan trias UKS
6. Materi pokok/Penggalan materi : Pembinaan lingkungan sekolah sehat
7. Kegiatan perkuliahan :

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Referensi
Pendahuluan	1. Salam, berdoa dan Presensi 2. Apersepsi 3. Menyampaikan tujuan pembelajaran	15 menit	Ceramah	1. Laptop 2. LCD	
Inti	Menyampaikan materi tentang Pembinaan lingkungan sekolah sehat	75 menit	Ceramah Diskusi Tanya jawab Kuis	1. Laptop 2. LCD	a
Penutup	1. Kesan dan pesan 2. Tugas-tugas 3. Berdoa 4. Salam	10 menit	Ceramah Tugas Komando		-

9. Evaluasi

a. Tes formatif dengan memberikan kuis sebagai berikut:


1) Apa ruang lingkup Pembinaan lingkungan sekolah sehat?

b. Tugas-tugas terstruktur

c. Tugas-tugas mandiri

1) lakukan observasi tentang pelaksanaan Pembinaan Lingkungan sekolah sehat?

Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
---------------	--	------------------

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	RPP MK PENDIDIKAN KESEHATAN			
	RPP/POR/PJKR/PJM 216/08	Revisi : 00	01-08-2009	Hal. 20 dari 20
	Semester 3	-	1 x Pertemuan	

11. Referensi:

- a. Depkses. 2002. *Pedoman Pembinaan dan Pengembangan UKS*. Jakarta: TP UKS Pusat

Mengetahui
Ketua Jurusan POR

Yogyakarta,

Dosen

Suhadi, M.Pd
NIP. 19600505 198803 1 006

Erwin Setyo K, M.Kes
NIP. 19751018 200501 1 002

Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
---------------	--	------------------