



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN**
Jl. Colombo Yogyakarta 55281, Telp. (0274) 586168, ext. 560, 557 Telp. 0274-550826

**KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

NOMOR : T/72.2/UN34.16/HK.03/2023

**TENTANG
PENGANGKATAN NAMA-NAMA PENGAJAR DAN PENGUJI
MATA KULIAH PROGRAM STUDI D4 S1 S2 DAN S3 SEMESTER GENAP
2022/2023 DOSEN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA 2023**

**DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

Menimbang : a. bahwa dalam rangka kelancaran proses mengajar dan menguji pada Mata Kuliah Program Studi D4, S1, S2 dan S3 Semester Genap Tahun Akademik 2022/2023 Dosen di Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2023;

b. bahwa berdasar pertimbangan sebagaimana dimaksud pada huruf a, perlu menetapkan Keputusan Dekan tentang Nama Dosen Pengajar dan Penguji Mata Kuliah Program Studi D4, S1, S2 dan S3 Semester Genap Tahun Akademik 2022/2023 Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2023 dan anggarannya;

Mengingat : 1. Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014 tentang Penyelenggaraan Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2014 Nomor 16, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5500);

2. Keputusan Presiden Republik Indonesia Nomor 93 Tahun 1999 Tentang Perubahan Institusi Keguruan dan Ilmu Pendidikan menjadi Universitas;

3. Peraturan Menteri Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2019 Tentang Organisasi dan Tata Kerja Universitas Negeri Yogyakarta;

4. Peraturan Menteri Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2017 tentang Statuta Universitas Negeri Yogyakarta;

5. Peraturan Menteri Keuangan Republik Indonesia Nomor 83/PMK.02/2023 tentang Standar Biaya Masukan Tahun Anggaran 2023;

6. Keputusan Rektor Universitas Negeri Yogyakarta Nomor B/2643/UN34/KP.08.01/2023 tentang Pengangkatan Dekan Fakultas di Universitas Negeri Yogyakarta;

7. Keputusan Rektor Nomor 3.7/UN34/VIII/2020 tentang Pelaksanaan Program Magister dan Program Doktor di Jurusan dan/atau Fakultas dan Pascasarjana;

8. Keputusan Rektor Nomor 2.7/UN34/VIII/2020 tentang Pemindehan Program Magister dan Program Doktor Bidang Ilmu Monodisipliner dari Pascasarjana ke Jurusan dan/atau Fakultas Tahap Pertama Universitas Negeri Yogyakarta;

MEMUTUSKAN

- Menetapkan : **PENGANGKATAN NAMA-NAMA PENGAJAR DAN PENGUJI MATA KULIAH PROGRAM STUDI D4 S1 S2 DAN S3 SEMESTER GENAP 2022/2023 FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA 2023.**
- KESATU : Menetapkan Nama Dosen Pengaja dan Penguji Mata Kuliah Program Studi D4, S1, S2 dan S3 Semester Genap Tahun Akademik 2022/2023 Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2023 sebagaimana tersebut pada Lampiran Keputusan ini.
- KEDUA : Segala biaya yang diperlukan dengan adanya keputusan ini dibebankan pada Mata Anggaran Tahun 2023, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta.
- KETIGA : Keputusan Dekan ini mulai berlaku pada tanggal ditetapkan.
- KEEMPAT : Segala sesuatu akan diubah dan dibetulkan sebagaimana mestinya, apabila dikemudian hari ternyata terdapat kekeliruan dalam keputusan.

Ditetapkan di Yogyakarta

Pada Tanggal 27 Januari 2023

DEKAN

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN KESEHATAN



Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed.7

NIP. 19640707 198812 1 001 *WWS*

LAMPIRAN SK DEKAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN - UNY
NOMOR : T/ 72.2 /UN34.16/HK.03/2023
TANGGAL : 27 JANUARI 2023

**PENGANGKATAN NAMA-NAMA PENGAJAR DAN PENGUJI MATA KULIAH
PROGRAM STUDI D4 S1 S2 DAN S3 SEMESTER GENAP 2022/2023
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN DAN KESEHATAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA 2023**

84 Nama : Heru Prasetyo,
M.Pd.NIP 12107920524793

No	Kode MK	Mata Kuliah	SKS MK	Sem	Prodi	Rombel	Jenis	Beban Mengajar
1	FIK6203	Biomekanika Olahraga	2	4	PKO-S1	A	Teori	1
2	FIK6203	Biomekanika Olahraga	2	4	PKO-S1	C	Teori	1
3	PNH6326	Dasar Perwasitan Panahan	3	6	PKO-S1	C	Prak	1
4	PNH6223	Ilmu Kepeleatihan Lanjut Panahan	2	2	PKO-S1	C	Teori	1
5	FIK6202	Kesehatan Olahraga	2	4	PKO-S1	A	Teori	1
6	PKO6220	Manajemen, Industri dan Bisnis Olahraga	2	4	PKO-S1	B	Teori	1
7	PKO6220	Manajemen, Industri dan Bisnis Olahraga	2	4	PKO-S1	A	Teori	1
8	PNH6417	Perenc Prog Latihan Panahan	4	6	PKO-S1	C	Teori	2
9	PNH6417	Perenc Prog Latihan Panahan	4	6	PKO-S1	C	Prak	1
10	PNH6417	Perenc Prog Latihan Panahan	4	6	PKO-S1	C	Prak	1
11	PNH6325	Teori Met Lat Tek Taktik Mental Panahan	3	4	PKO-S1	C	Teori	1
12	PNH6325	Teori Met Lat Tek Taktik Mental Panahan	3	4	PKO-S1	C	Prak	1
Jumlah Beban Mengajar:								13,00 SKS

DEKAN,


Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed.
NIP. 19640707 198812 1 001



UNIVERSITAS NEGERI
YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU
KEOLAHRAGAAN DAN
KESEHATAN

**DAFTAR HADIR KULIAH
SEMESTER TAHUN AJARAN 2022/2023**

Program Studi : PEND. KEPELATIHAN OLAAHRAGA - S1 Nama Dosen : 1. Heru Prasetyo, M.Pd.
Kelas : A Mata Kuliah : 2. Sri Ayu Wahyuti, M.Pd.
Jumlah Peserta : 46 : FIK6202 - Kesehatan Olahraga

No.	No. Mhs.	Nama Mahasiswa	Tanggal																Ket.
			30/01	06/02	13/02	20/02	27/02	06/03	20/03	27/03	03/04	10/04	17/04	08/05	11/05	15/05	22/05	29/05	
1	19602244007	Muhammad Isyroq Izdiharuddin	TH	TH	H	TH	H	TH	H	H	H	S	H	TH	H	H	H	H	
2	21602241016	Muhammad Dymas Eka Saputra	TH	TH	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
3	21602241020	Yusuf Wiji Ramadhan	H	TH	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
4	21602241021	Gibran Ikranegara	H	H	H	TH	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
5	21602241025	Amru Riyas Rofiyandana	H	H	H	H	H	I	H	H	TH	H	H	TH	H	H	H	H	
6	21602241029	Risma Oktaviyani	H	H	H	I	I	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	
7	21602241036	Abdi Pangestu Alam	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
8	21602241044	Aiman Anwar	H	H	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	
9	21602241055	Rama Hesa	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
10	21602241058	Muhammad Iqbal Faza	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
11	21602241059	Hakim Akbar Baihaqi	H	H	H	H	H	H	H	H	TH	TH	H	H	H	H	H	H	
12	21602241060	Akhirta Putra	H	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	H	
13	21602241062	Listya Laksana Dewantara	TH	H	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	
14	21602241063	Aptur Widitama Putra	TH	H	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	TH	H	H	H	H	
15	21602241066	Safa'at Arif Alan Romadhona	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	
16	21602241068	Dienda Lutfi Nur Aulia	H	H	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
17	21602241069	Iqbal Muhammad Dzikrullah	TH	H	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	
18	21602241074	Muhammad Zidan Alviko Putra	H	TH	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	H	H	H	

No.	No. Mhs.	Nama Mahasiswa	Tanggal																Ket.
			30/01	06/02	13/02	20/02	27/02	06/03	20/03	27/03	03/04	10/04	17/04	08/05	11/05	15/05	22/05	29/05	
19	21602241076	Deca Danu Qadafi	H	I	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
20	21602241077	Muhammad Izzul Muttaqin	TH	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
Jumlah Mahasiswa yang hadir			37	35	47	39	40	39	38	46	35	31	46	37	46	46	46	46	
Tanda tangan (paraf) dosen pengajar																			



UNIVERSITAS NEGERI
YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU
KEOLAHRAGAAN DAN
KESEHATAN

DAFTAR HADIR KULIAH
SEMESTER TAHUN AJARAN 2022/2023

Program Studi : PEND. KEPELATIHAN OLAAHRAGA - S1

Nama Dosen : 1. Heru Prasetyo, M.Pd.
2. Sri Ayu Wahyuti, M.Pd.

Kelas : A

Mata Kuliah : FIK6202 - Kesehatan Olahraga

Jumlah Peserta : 46

No.	No. Mhs.	Nama Mahasiswa	Tanggal																Ket.
			30/01	06/02	13/02	20/02	27/02	06/03	20/03	27/03	03/04	10/04	17/04	08/05	11/05	15/05	22/05	29/05	
21	21602241078	Dimas Prasetya Lathiif	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
22	21602241080	Mohamad Ramadhan Rahmatul Haq	TH	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
23	21602244029	Garda Noriesca Antasena Arrad	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
24	21602244034	Aria Malik Ramadhani	H	H	H	TH	H	H	TH	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	
25	21602244040	Mukhamad Nasokha	H	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	H	
26	21602244043	Galih Ramadhan	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
27	21602244045	Fajar Dewanta	TH	TH	H	H	H	TH	TH	H	TH	TH	H	TH	H	H	H	H	
28	21602244046	Ad Alfani Dwi Nugroho	H	H	H	H	TH	H	H	H	TH	TH	H	H	H	H	H	H	
29	21602244047	Muhammad Akhdan Prasetya Pratama	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
30	21602244048	Andi Setiawan	H	H	H	H	H	H	H	H	TH	TH	H	H	H	H	H	H	
31	21602244049	Rahel Tri Saputra	H	TH	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
32	21602244051	Yakun Jainudin	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
33	21602244053	Yumna Arisa	H	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
34	21602244057	Raul Ali Farhan	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
35	21602244059	Ardiansyah Simbolon	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
36	21602244062	Miftah Nur Adytiono Pratama	H	TH	H	TH	H	TH	TH	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
37	21602244064	Elang Putra Baskara	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
38	21602244065	Zaki Wahyu Majid	TH	H	H	H	TH	H	H	H	TH	TH	H	TH	H	H	H	H	

No.	No. Mhs.	Nama Mahasiswa	Tanggal																Ket.
			30/01	06/02	13/02	20/02	27/02	06/03	20/03	27/03	03/04	10/04	17/04	08/05	11/05	15/05	22/05	29/05	
39	21602244066	Joray Fernandho Sembiring	H	H	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	
40	21602244067	Harpratomo Adika Prasasto	H	TH	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	
Jumlah Mahasiswa yang hadir			37	35	47	39	40	39	38	46	35	31	46	37	46	46	46	46	
Tanda tangan (paraf) dosen pengajar																			



**UNIVERSITAS NEGERI
YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU
KEOLAHRAGAAN DAN
KESEHATAN**

**DAFTAR HADIR KULIAH
SEMESTER TAHUN AJARAN 2022/2023**

Program Studi : PEND. KEPELATIHAN OLAAHRAGA - S1
 Kelas : A
 Jumlah Peserta : 46
 Nama Dosen : 1. Heru Prasetyo, M.Pd.
 2. Sri Ayu Wahyuti, M.Pd.
 Mata Kuliah : FIK6202 - Kesehatan Olahraga

No.	No. Mhs.	Nama Mahasiswa	Tanggal																	Ket.
			30/01	06/02	13/02	20/02	27/02	06/03	20/03	27/03	03/04	10/04	17/04	08/05	11/05	15/05	22/05	29/05		
41	21602244068	Alfian Fuad Hamdani	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H		
42	21602244069	Rifada Alghifary Armantyo	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H		
43	21602244070	Bintang Fathur Rochman	H	H	H	H	H	H	H	H	TH	TH	H	H	H	H	H	H		
44	21602244073	Diaz Febriyansyah	H	TH	H	H	H	TH	TH	H	TH	TH	H	H	H	H	H	H		
45	21602244074	Mahendra Arnady Putra	H	TH	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	TH	H	H	H	H		
46	21602244075	Fajar Aji Wibowo	H	H	H	TH	TH	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H		
Jumlah Mahasiswa yang hadir			37	35	47	39	40	39	38	46	35	31	46	37	46	46	46	46		
Tanda tangan (paraf) dosen pengajar																				



UNIVERSITAS NEGERI
YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU
KEOLAHRAGAAN DAN
KESEHATAN

**MONITORING KEGIATAN MENGAJAR DOSEN
SEMESTER TAHUN AJARAN 2022/2023
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN UNY**

Program Studi : PEND. KEPELATIHAN OLAHRAGA - S1
Kelas : A
Nama Dosen : 1. Heru Prasetyo, M.Pd.
2. Sri Ayu Wahyuti, M.Pd.
Mata Kuliah : FIK6202 - Kesehatan Olahraga

No.	Pertemuan Ke	Hari/Tanggal	Materi Yang diajarkan	Jam		Jml Mhsw	Paraf Dosen	Paraf Mhsw	Keterangan
				Masuk	Keluar				
1	1	Senin, 30 Januari 2023	Kontrak Pekuliahan	07:30:00	09:10:00	37			
2	2	Senin, 6 Februari 2023	Dampak Olahraga Terhadap Organ	07:30:00	09:10:00	35			
3	3	Senin, 13 Februari 2023	Dampak Kesehatan terhadap prestasi olahraga	07:30:00	09:10:00	47			
4	4	Senin, 20 Februari 2023	Olahraga pada Wanita	07:30:00	09:10:00	39			
5	5	Senin, 27 Februari 2023	Olahraga pada anak dan remaja	07:30:00	09:10:00	40			
6	6	Senin, 6 Maret 2023	Olahraga pada Lansia	07:30:00	09:10:00	39			
7	7	Senin, 20 Maret 2023	Olahraga bagi penderita autisme	07:30:00	09:10:00	38			
8	8	Senin, 27 Maret 2023	UTS	07:30:00	09:10:00	46			
9	9	Senin, 3 April 2023	Olahraga dan kecerdasan	07:30:00	09:10:00	35			
10	10	Senin, 10 April 2023	olahraga ketinggian dan air	07:30:00	09:10:00	31			
11	11	Senin, 17 April 2023	olahraga pada wanita	07:30:00	09:10:00	46			
12	12	Senin, 8 Mei 2023	overtraining dan lingkungan olahraga	07:30:00	09:10:00	37			
13	13	Kamis, 11 Mei 2023	Kecerdasan dan Lingkungan Olahraga	07:30:00	09:10:00	46			
14	14	Senin, 15 Mei 2023	kelelahan, istirahat, dan pemulihan	07:30:00	09:10:00	46			
15	15	Senin, 22 Mei 2023	PRINSIP OLAHRAGA DAN PENENTUAN BEBAN	07:30:00	09:10:00	46			
16	16	Senin, 29 Mei 2023	UAS	07:30:00	09:10:00	46			

Yogyakarta,

Mengetahui,
Ketua Jurusan

(.....)



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

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	PEND. KEPELATIHAN OLAHRAGA - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Kesehatan Olahraga/FIK6202
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2022
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	1. Sri Ayu Wahyuti M.Pd. 2. Heru Prasetyo M.Pd.
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

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	Mahasiswa mampu mengetahui tentang konsep kesehatan olahraga, respon dan adaptasi tubuh terhadap olahraga	Memiliki moral, etika, dan kepribadian yang baik dalam menyelesaikan tugasnya yang dilandasi nilai-nilai agama.
		Mampu bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian yang tinggi terhadap masyarakat dan lingkungannya
		Memiliki berbagai keterampilan umum dan mampu menerapkan kemampuan adaptasi pada berbagai situasi dan kondisi lingkungan olahraga prestasi.
		Memiliki keterampilan khusus cabang olahraga dan mampu mempraktekan cabang olahraga khusus sesuai dengan kaidah yang berlaku.
		Mampu menguasai konsep, prinsip belajar, latihan dan gerak manusia
2	Mahasiswa mampu membuat dan menaplikasikan rancangan dan evaluasi program olahraga untuk berbagai tujuan kesehatan	Memiliki moral, etika, dan kepribadian yang baik dalam menyelesaikan tugasnya yang dilandasi nilai-nilai agama.
		Mampu bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian yang tinggi terhadap masyarakat dan lingkungannya
		Mampu mengaplikasikan metode kepelatihan olahraga yang dipilih berdasarkan konsep dan prinsip ilmu kepelatihan olahraga.
		Memiliki keterampilan khusus cabang olahraga dan mampu mempraktekan cabang olahraga khusus sesuai dengan kaidah yang berlaku.
		Mampu menguasai konsep, prinsip belajar, latihan dan gerak manusia
3	Mahasiswa mampu mengetahui mengenai doping, penyalahgunaan obat, olahraga dan lingkungan, seks dan olahraga, serta wanita dan olahraga.	Memiliki moral, etika, dan kepribadian yang baik dalam menyelesaikan tugasnya yang dilandasi nilai-nilai agama.
		Mampu bekerjasama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian yang tinggi terhadap masyarakat dan lingkungannya
		Bersikap dan mampu berperan sebagai pelatih dan tenaga keolahragaan yang bangga, cinta tanah air dan integritas yang tinggi serta mendukung perdamaian dunia.
		Mampu mengaplikasikan metode kepelatihan olahraga yang dipilih berdasarkan konsep dan prinsip ilmu kepelatihan olahraga.
		Memiliki keterampilan khusus cabang olahraga dan mampu mempraktekan cabang olahraga khusus sesuai dengan kaidah yang berlaku.
		Mampu menguasai konsep, prinsip belajar, latihan dan gerak manusia

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 berbagai organ	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		Dampak Olahraga terhadap prestasi 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		Dampak kesehatan terhadap prestasi olahraga	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		Pengertian dan cara menentukan intensitas dan volume dalam aktivitas jasmani atau olahraga, Pengertian training, exercise dan practice, Pengertian FITT(ensitas, tipe dan time)	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		Pengertian dan cara menentukan intensitas dan volume dalam aktivitas jasmani atau olahraga, Pengertian training, exercise dan practice, Pengertian FITT(ensitas, tipe dan time)	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		Karakteristik wanita - Manfaat serta pengaruh olahraga terhadap wanita - Manfaat olahraga yang sesuai dengan wanita	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		- Karakteristik wanita - Manfaat serta pengaruh olahraga terhadap wanita - Manfaat olahraga yang sesuai dengan wanita	Diskusi	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
11		Olahraga bagi lansia	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 bagi penderita autis	1. Ceramah 2. Diskusi	Berinteraksi dengan dosen, teman, dan sumber belajar untuk 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	Respon dan adaptasi tubuh terhadap olahraga Doping dan penyalahgunaan obat	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 dan kecerdasan	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	Olahraga ditempat tinggi dan di bawah air	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	Penyebab dan dampak overtraining Pengaruh lingkungan terhadap olahraga	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. Marie A. Sapno, 2018. Nutrition for Sport, Exercise, and Health. Human Kinetic
2. David G Behm, 2018. The Science and Physiology of Flexibility and Stretching: Implications and Applications in Sport Performance and Health; Routledge
3. WHO, 2018. More Active People For A Healthier World.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi



[disahkan secara digital pada sistem RPS]

PROGRAM STUDI PEND. KEPELATIHAN OLAHRAGA - S1
KODE PRODI: 60224

Yogyakarta, 1 Januari 2023

Dosen Pengampu,



[disahkan secara digital pada sistem RPS]

Heru Prasetyo M.Pd.
NIP: 12107920524793



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