



**Universitas Negeri Surabaya
Fakultas Kedokteran
Program Studi S1 Kedokteran**

**Kode
Dokumen**

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

MATA KULIAH (MK)	KODE	Rumpun MK	BOBOT (sks)			SEMESTER	Tgl Penyusunan
Kedokteran Olahraga pada Atlet	1120100029	Mata Kuliah Pilihan Program Studi	T=1	P=0	ECTS=1.59	7	25 Mei 2023
OTORISASI	Pengembang RPS		Koordinator RMK			Koordinator Program Studi	
	dr. Rizky Patria Nevangga, M. Or.		Dr. dr. Endang Sri Wahyuni, M. Kes.			NUR ILLAHI ANJANI	

Model Pembelajaran	Project Based Learning																																																																																																			
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK																																																																																																			
	CPL-14	IV.6 Memiliki keterampilan dasar dalam pengelolaan masalah kesehatan promotif dan preventif di bidang kedokteran olahraga mendukung olahraga prestasi dan olahraga rekreasi di masyarakat (CPL-16)																																																																																																		
	CPL-20	II.6 Memiliki pengetahuan dasar dalam bidang kedokteran olahraga untuk mengelola masalah kesehatan promotif dan preventif yang mendukung olahraga prestasi dan olahraga rekreasi di masyarakat (CPL-8)																																																																																																		
	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)																																																																																																			
	CPMK - 1	CPMK-S2																																																																																																		
	CPMK - 2	CPMK-P6																																																																																																		
	CPMK - 3	CPMK-KK6																																																																																																		
	Matrik CPL - CPMK																																																																																																			
		<table><tr><td>CPMK</td><td colspan="4">CPL-14</td><td colspan="8">CPL-20</td></tr><tr><td>CPMK-1</td><td colspan="4"></td><td colspan="8"></td></tr><tr><td>CPMK-2</td><td colspan="4"></td><td colspan="8"></td></tr><tr><td>CPMK-3</td><td colspan="4"></td><td colspan="8"></td></tr></table>																CPMK	CPL-14				CPL-20								CPMK-1													CPMK-2													CPMK-3																																											
	CPMK	CPL-14				CPL-20																																																																																														
CPMK-1																																																																																																				
CPMK-2																																																																																																				
CPMK-3																																																																																																				
Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)																																																																																																				
	<table><tr><td rowspan="2">CPMK</td><td colspan="16">Minggu Ke</td></tr><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td></tr><tr><td>CPMK-1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>CPMK-2</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>CPMK-3</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>																CPMK	Minggu Ke																1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	CPMK-1																	CPMK-2																	CPMK-3																
CPMK	Minggu Ke																																																																																																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16																																																																																				
CPMK-1																																																																																																				
CPMK-2																																																																																																				
CPMK-3																																																																																																				
Deskripsi Singkat MK	Kedokteran Olahraga (Sport Medicine) pada atlet membahas semua aspek medis dan olahraga mulai dari aspek-aspek anatomis, fisiologis, psikologis, gizi dan nutrisi, kebugaran jasmani, pencegahan cedera dan perawatan cedera, pemulihan kondisi fisik setelah sembuh dari cedera derajat satu atau lebih & P3K pada cedera olahraga prestasi.																																																																																																			
Pustaka	Utama :																																																																																																			

Deskripsi Singkat MK Kedokteran Olahraga (Sport Medicine) pada atlet membahas semua aspek medis dan olahraga mulai dari aspek-aspek anatomis, fisiologis, psikologis, gizi dan nutrisi, kebugaran jasmani, pencegahan cedera dan perawatan cedera, pemulihan kondisi fisik setelah sembuh dari cedera derajat satu atau lebih & P3K pada cedera olahraga prestasi.

Pustaka	Utama :	

<ol style="list-style-type: none"> 1. Arthur C. Guyton . diterjemahkan oleh Dharma , A dan Lukmanto, P. 2000. Edisi ke enam. Fisiologi Bandung : EGC 2. Bloomfield 1990, 2nd ed, Textbook of Sport Medicine, Australia. 3. Fox EL, Bowers RW, Foss ML, 1988. The Physiological Basis of Physical Education and Athletics, 4th edition, Philadelphia: Saunders College Publishing, pp. 300-310 4. Matjan, Bastinus., Olahraga dan Cedera, 2005, FPOK – UPI Bandung 5. Nieman, D.C. 1990. 3 rd , Fitness and Sport medicine. London : Martin Unidz Ltd. 6. Santosa dkk, 2006, Ilmu Kesehatan Olahraga untuk mahasiswa FPOK UPI 7. Southmayd, William and Hoffman, Marshall., 1981., Sprots Health, The Complete Book of Athletic Injuries.,USA 8. Singgih Gunarsa. 2002. Psikologi Olahraga 							
Pendukung :							
Dosen Pengampu							
Mg Ke-	Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)	Penilaian		Bentuk Pembelajaran, Metode Pembelajaran, Penugasan Mahasiswa, [Estimasi Waktu]		Materi Pembelajaran [Pustaka]	Bobot Penilaian (%)
		Indikator	Kriteria & Bentuk	Luring (offline)	Daring (online)		
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
1	Mahasiswa mampu memahami dan mengelola prinsip kesehatan olahraga	Kemampuan mahasiswa dalam menguraikan prinsip kesehatan olahraga dan dasar sistem kebugaran fisik dan pengelolaannya	Kriteria: Ketepatan dan penguasaan materi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja	Tutorial Kuliah 600 menit		Materi: Fisiologi sistem pernafasan dan kardiovaskuler Pustaka: Arthur C. Guyton . diterjemahkan oleh Dharma , A dan Lukmanto, P. 2000. Edisi ke enam. Fisiologi Bandung : EGC	5%
2	Mahasiswa mampu memahami dan mengelola prinsip kesehatan olahraga	Kemampuan mahasiswa dalam menguraikan prinsip kesehatan olahraga dan dasar sistem kebugaran fisik dan pengelolaannya	Kriteria: Ketepatan dan penguasaan materi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja	Tutorial Kuliah 600 menit		Materi: Fisiologi Olahraga Pustaka: Fox EL, Bowers RW, Foss ML, 1988. The Physiological Basis of Physical Education and Athletics, 4th edition, Philadelphia: Saunders College Publishing, pp. 300-310	5%
3	Mahasiswa mampu memahami dan mengelola prinsip kesehatan olahraga	Kemampuan mahasiswa dalam menguraikan prinsip kesehatan olahraga dan dasar sistem kebugaran fisik dan pengelolaannya	Kriteria: Ketepatan dan penguasaan materi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja	Tutorial Kuliah 600 menit		Materi: Kedokteran Olahraga Pustaka: Bloomfield 1990, 2nd ed, Textbook of Sport Medicine, Australia.	5%

4	Mahasiswa mampu memahami dan mengevaluasi masalah doping pada olahraga	Kemampuan mahasiswa dalam menguraikan prinsip dasar doping dalam olahraga dan masalah psikologi olahraga dan pengelolaannya	Kriteria: Ketepatan dan penguasaan materi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja	Tutorial Kuliah 600 menit		Materi: Prinsip Dasar Doping Pustaka: <i>Nieman, D.C. 1990. 3 rd , Fitness and Sport medicine. London : Martin Unidz Ltd.</i>	5%
5	Mahasiswa mampu memahami dan mengevaluasi masalah doping pada olahraga	Kemampuan mahasiswa dalam menguraikan prinsip dasar doping dalam olahraga dan masalah psikologi olahraga dan pengelolaannya	Kriteria: Ketepatan dan penguasaan materi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja	Tutorial Kuliah 600 menit		Materi: Psikologi Olahraga Pustaka: <i>Singgih Gunarsa. 2002. Psikologi Olahraga</i>	5%
6	Mahasiswa mampu memahami dan mengevaluasi masalah doping pada olahraga	Kemampuan mahasiswa dalam menguraikan prinsip dasar doping dalam olahraga dan masalah psikologi olahraga dan pengelolaannya	Kriteria: Ketepatan dan penguasaan materi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja	Tutorial Kuliah 600 menit		Materi: Ilmu Kedokteran Terkait Doping dan Psikologi Atlet Pustaka: <i>Bloomfield 1990, 2nd ed, Textbook of Sport Medicine, Australia.</i>	5%
7	Mahasiswa mampu melakukan Evaluasi cedera olahraga pada berbagai organ/ bagian tubuh	Kemampuan mahasiswa dalam menguraikan evaluasi cedera olahraga pada berbagai cabang olahraga	Kriteria: Ketepatan dan penguasaan materi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja	Tutorial Kuliah 600 menit		Materi: Cedera Pada Otot, Tendon dan Ligamen Pustaka: <i>Matjan, Bastinus., Olahraga dan Cedera, 2005, FPOK – UPI Bandung</i>	5%
8	Mahasiswa mampu melakukan Evaluasi cedera olahraga pada berbagai organ/ bagian tubuh	Kemampuan mahasiswa dalam menguraikan evaluasi cedera olahraga pada berbagai cabang olahraga	Kriteria: Ketepatan dan penguasaan materi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja	Tutorial Kuliah 600 menit		Materi: Cedera Pada Tulang dan Sendi Pustaka: <i>Southmayd, William and Hoffman, Marshall., 1981., Sprots Health, The Complete Book of Athletic Injuries., USA</i>	5%
9	Mahasiswa mampu melakukan Evaluasi cedera olahraga pada berbagai organ/ bagian tubuh	Kemampuan mahasiswa dalam menguraikan evaluasi cedera olahraga pada berbagai cabang olahraga	Kriteria: Ketepatan dan penguasaan materi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja	Tutorial Kuliah 600 menit		Materi: Penanganan Psikologis Atlet Saat dan Pasca Cedera Pustaka: <i>Singgih Gunarsa. 2002. Psikologi Olahraga</i>	5%

10	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar gizi olahraga	Kemampuan mahasiswa dalam menguraikan masalah gizi terkait olahraga prestasi	Kriteria: Ketepatan dan penguasaan materi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja	Tutorial Kuliah 600 menit		Materi: Nutrisi Pada Atlet Pustaka: <i>Bloomfield 1990, 2nd ed, Textbook of Sport Medicine, Australia.</i>	5%
11	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar gizi olahraga	Kemampuan mahasiswa dalam menguraikan masalah gizi terkait olahraga prestasi	Kriteria: Ketepatan dan penguasaan materi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja	Tutorial Kuliah 600 menit		Materi: Periodisasi Nutrisi Pustaka: <i>Fox EL, Bowers RW, Foss ML, 1988. The Physiological Basis of Physical Education and Athletics, 4th edition, Philadelphia: Saunders College Publishing, pp. 300-310</i>	5%
12	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar gizi olahraga	Kemampuan mahasiswa dalam menguraikan masalah gizi terkait olahraga prestasi	Kriteria: Ketepatan dan penguasaan materi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja	Tutorial Kuliah 600 menit		Materi: Penghitungan Kalori dan Komposisi Nutrisi Atlet Pustaka: <i>Nieman, D.C. 1990. 3 rd , Fitness and Sport medicine. London : Martin Unidz Ltd.</i>	5%
13	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar olahraga pada kelompok masyarakat tertentu	Kemampuan mahasiswa dalam menguraikan masalah olahraga pada kelompok tertentu	Kriteria: Ketepatan dan penguasaan materi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja	Tutorial Kuliah 600 menit		Materi: Kebugaran Fisik Pada Mahasiswa Pustaka: <i>Santosa dkk, 2006, Ilmu Kesehatan Olahraga untuk mahasiswa FPOK UPI</i>	5%

14	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar olahraga pada kelompok masyarakat tertentu	Kemampuan mahasiswa dalam menguraikan masalah olahraga pada kelompok tertentu	Kriteria: Ketepatan dan penguasaan materi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja	Tutorial Kuliah 600 menit		Materi: Prinsip Olahraga Yang Aman Pada Populasi Non Atlet/Tertentu Pustaka: Fox EL, Bowers RW, Foss ML, 1988. <i>The Physiological Basis of Physical Education and Athletics</i> , 4th edition, Philadelphia: Saunders College Publishing, pp. 300-310	5%
15	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar olahraga pada kelompok masyarakat tertentu	Kemampuan mahasiswa dalam menguraikan masalah olahraga pada kelompok tertentu	Kriteria: Ketepatan dan penguasaan materi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja	Tutorial Kuliah 600 menit		Materi: Pembentukan Motivasi Hidup Sehat Pada Kelompok Tertentu Pustaka: Singgih Gunarsa. 2002. <i>Psikologi Olahraga</i>	5%
16			Bentuk Penilaian : Tes	Ujian Blok 100 menit			25%

Rekap Persentase Evaluasi : Project Based Learning

No	Evaluasi	Persentase
1.	Aktifitas Partisipasif	18.75%
2.	Penilaian Portofolio	18.75%
3.	Penilaian Praktikum	18.75%
4.	Praktik / Unjuk Kerja	18.75%
5.	Tes	25%
		100%

Catatan

- Capaian Pembelajaran Lulusan Prodi (CPL - Prodi)** adalah kemampuan yang dimiliki oleh setiap lulusan prodi yang merupakan internalisasi dari sikap, penguasaan pengetahuan dan ketrampilan sesuai dengan jenjang studinya yang diperoleh melalui proses pembelajaran.
- CPL yang dibebankan pada mata kuliah** adalah beberapa capaian pembelajaran lulusan program studi (CPL-Prodi) yang digunakan untuk pembentukan/pengembangan sebuah mata kuliah yang terdiri dari aspek sikap, ketrampilan umum, ketrampilan khusus dan pengetahuan.
- CP Mata kuliah (CPMK)** adalah kemampuan yang dijabarkan secara spesifik dari CPL yang dibebankan pada mata kuliah, dan bersifat spesifik terhadap bahan kajian atau materi pembelajaran mata kuliah tersebut.
- Sub-CPMK Mata kuliah (Sub-CPMK)** adalah kemampuan yang dijabarkan secara spesifik dari CPMK yang dapat diukur atau diamati dan merupakan kemampuan akhir yang direncanakan pada tiap tahap pembelajaran, dan bersifat spesifik terhadap materi pembelajaran mata kuliah tersebut.
- Indikator penilaian** kemampuan dalam proses maupun hasil belajar mahasiswa adalah pernyataan spesifik dan terukur yang mengidentifikasi kemampuan atau kinerja hasil belajar mahasiswa yang disertai bukti-bukti.
- Kreteria Penilaian** adalah patokan yang digunakan sebagai ukuran atau tolok ukur ketercapaian pembelajaran dalam penilaian berdasarkan indikator-indikator yang telah ditetapkan. Kreteria penilaian merupakan pedoman bagi penilai agar penilaian konsisten dan tidak bias. Kreteria dapat berupa kuantitatif ataupun kualitatif.
- Bentuk penilaian:** tes dan non-tes.
- Bentuk pembelajaran:** Kuliah, Responsi, Tutorial, Seminar atau yang setara, Praktikum, Praktik Studio, Praktik Bengkel, Praktik Lapangan, Penelitian, Pengabdian Kepada Masyarakat dan/atau bentuk pembelajaran lain yang setara.
- Metode Pembelajaran:** Small Group Discussion, Role-Play & Simulation, Discovery Learning, Self-Directed Learning, Cooperative Learning, Collaborative Learning, Contextual Learning, Project Based Learning, dan metode

- lainnya yg setara.
10. **Materi Pembelajaran** adalah rincian atau uraian dari bahan kajian yg dapat disajikan dalam bentuk beberapa pokok dan sub-pokok bahasan.
 11. **Bobot penilaian** adalah prosentasi penilaian terhadap setiap pencapaian sub-CPMK yang besarnya proposional dengan tingkat kesulitan pencapaian sub-CPMK tsb., dan totalnya 100%.
 12. TM=Tatap Muka, PT=Penugasan terstruktur, BM=Belajar mandiri.

RPS ini telah divalidasi pada tanggal 8 Januari 2026

Koordinator Program Studi
S1 Kedokteran



NUR ILLAHI ANJANI
NIDN 0431039204

UPM Program Studi S1
Kedokteran



NIDN 0431039204

File PDF ini digenerate pada tanggal 31 Januari 2026 Jam 12:38 menggunakan aplikasi RPS-OBE SiDia Unesa

