



Universitas Negeri Surabaya
Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan
Program Studi S2 Pendidikan Olahraga

Kode Dokumen

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

MATA KULIAH (MK)	KODE	Rumpun MK	BOBOT (sks)			SEMESTER	Tgl Penyusunan																																																	
Kesehatan Olahraga	8510102074	Mata Kuliah Wajib Program Studi	T=1	P=1	ECTS=4.48	1	18 Januari 2025																																																	
OTORISASI		Pengembang RPS	Koordinator RMK			Koordinator Program Studi																																																		
		Dr.dr. Endang Sri Wahjuni, M.Kes.	Dr.dr. Endang Sri Wahjuni, M.Kes.			Dr. Taufiq Hidayat, S.Pd., M.Kes.																																																		
Model Pembelajaran	Case Study																																																							
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK																																																							
	CPL-1	Mampu menunjukkan nilai-nilai agama, kebangsaan dan budaya nasional, serta etika akademik dalam melaksanakan tugasnya																																																						
	CPL-2	Menunjukkan karakter tangguh, kolaboratif, adaptif, inovatif, inklusif, belajar sepanjang hayat, dan berjiwa kewirausahaan																																																						
	CPL-10	Mampu bekerja sama dan memiliki kepekaan sosial dan kepedulian yang tinggi terhadap masyarakat dan lingkungannya																																																						
	CPL-15	Mampu mengevaluasi diri, mengelola pembelajaran diri sendiri ataupun pengikutnya, secara efektif mengkomunikasikan informasi, ide, argumen, analisis, dan solusi yang relevan dalam berbagai bentuk media kepada masyarakat yang sesuai dengan bidangnya atau masyarakat umum																																																						
	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)																																																							
	CPMK - 1	Berperan sebagai warga negara yang bangga dan cinta tanah air serta mendukung perdamaian dunia dalam perkuliahan Kesehatan Olahraga																																																						
	Matrik CPL - CPMK																																																							
		<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>CPMK</td> <td>CPL-1</td> <td>CPL-2</td> <td>CPL-10</td> <td>CPL-15</td> </tr> <tr> <td>CPMK-1</td> <td>✓</td> <td>✓</td> <td>✓</td> <td></td> </tr> </table>						CPMK	CPL-1	CPL-2	CPL-10	CPL-15	CPMK-1	✓	✓	✓																																								
	CPMK	CPL-1	CPL-2	CPL-10	CPL-15																																																			
CPMK-1	✓	✓	✓																																																					
Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)																																																								
	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <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> </table>						CPMK	Minggu Ke																1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	CPMK-1																
CPMK	Minggu Ke																																																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16																																								
CPMK-1																																																								
Deskripsi Singkat MK	Mata Kuliah ini membahas pengertian olahraga kesehatan dan semua aspek kesehatan dari olahraga khususnya mengenai hubungan timbal-balik antara olahraga dengan kesehatan, olahraga di sekolah, olahraga preventif, olahraga promotif, dosis olahraga kesehatan, olahraga pada anak, olahraga pada wanita, olahraga pada lanjut usia, stress lingkungan meliputi aklimatisasi, dehidrasi dan kegawatan panas, dampak negatif dari olahraga berat (produksi oxidan dan masalah over trained), massage, doping, serta nutrisi dan tata gizi. Secara integral dimasukkan ke dalam masing-masing pokok bahasan pengetahuan praktis tentang cedera olahraga yang meliputi diagnosis, pencegahan, dan cara pertolongan pertama, dengan menggunakan metode PBL dan PjBL yang diimplementasikan berdasarkan teori																																																							
Pustaka	Utama :																																																							
	1. Ronald j. Maughan.(2009). The Olympic textbook of Science in Sport., Wiley-Blackwell. UK.																																																							
Pustaka	Pendukung :																																																							
	1. Artikel jurnal nasional terakreditasi dan internasional terkini 10 tahun terakhir.																																																							
Dosen Pengampu	Dr. dr. Endang Sri Wahjuni, M.Kes. Dr. Taufiq Hidayat, S.Pd., M.Kes. Junaidi Budi Prihanto, S.KM., M.KM., Ph.D.																																																							
Mg Ke-	Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)	Penilaian		Bantuk 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	Menganalisis konsep dasar kesehatan olahraga	Mahasiswa mampu menganalisis konsep dasar kesehatan olahraga	Kriteria: Rubrik penilaian partisipasi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif	Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka Metode pembelajaran: Discussion & tanya jawab Konsep dasar kesehatan olahraga 2x50' / 3.18 ECTS	Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka secara maya melalui vlearning dan zoom Metode pembelajaran: Discussion & tanya jawab Konsep dasar kesehatan olahraga 2x50' / 3.18 ECTS	Materi: Konsep dasar kesehatan Pustaka: <i>Artikel jurnal nasional terakreditasi dan internasional terkini 10 tahun terakhir.</i>	5%
2	Menganalisis isu dan tantangan dalam kesehatan olahraga	Mahasiswa mampu menganalisis isu dan tantangan dalam kesehatan olahraga	Kriteria: Rubrik penilaian partisipasi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif	Pembelajaran: Kuliah tatap muka Metode pembelajaran: Discussion & tanya jawab Isu dan tantangan dalam kesehatan olahraga 2x50' / 3.18 ECTS	Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka secara maya melalui vlearning dan zoom Metode pembelajaran: Discussion & tanya jawab Isu dan tantangan dalam kesehatan olahraga 2x50' / 3.18 ECTS	Materi: Isu dan tantangan dalam kesehatan olahraga Pustaka: <i>Artikel jurnal nasional terakreditasi dan internasional terkini 10 tahun terakhir.</i>	5%
3	Menganalisis prinsip kesehatan olahraga	Mahasiswa mampu menganalisis prinsip kesehatan olahraga	Kriteria: Rubrik penilaian partisipasi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif	Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka Metode pembelajaran: Discussion & tanya jawab Prinsip kesehatan olahraga 2x50' / 3.18 ECTS	Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka secara maya melalui vlearning dan zoom Metode pembelajaran: Discussion & tanya jawab Prinsip kesehatan olahraga 2x50' / 3.18 ECTS	Materi: Prinsip kesehatan olahraga Pustaka: <i>Artikel jurnal nasional terakreditasi dan internasional terkini 10 tahun terakhir.</i>	5%
4	Menganalisis hubungan antara kesehatan dan olahraga	Mahasiswa mampu menganalisis hubungan antara kesehatan dan olahraga	Kriteria: Rubrik penilaian partisipasi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif	Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka Metode pembelajaran: Discussion & tanya jawab hubungan antara kesehatan dan olahraga 2x50' / 3.18 ECTS	Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka secara maya melalui vlearning dan zoom Metode pembelajaran: Discussion & tanya jawab hubungan antara kesehatan dan olahraga 2x50' / 3.18 ECTS	Materi: Hubungan kesehatan dan olahraga Pustaka: <i>Artikel jurnal nasional terakreditasi dan internasional terkini 10 tahun terakhir.</i>	5%
5	Menganalisis respon dan adaptasi tubuh terhadap olahraga	Mahasiswa mampu menganalisis respon dan adaptasi tubuh terhadap olahraga	Kriteria: Rubrik penilaian partisipasi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif	Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka Metode pembelajaran: Discussion & tanya jawab respon dan adaptasi tubuh terhadap olahraga 2x50' / 3.18 ECTS	Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka secara maya melalui vlearning dan zoom Metode pembelajaran: Discussion & tanya jawab respon dan adaptasi tubuh terhadap olahraga 2x50' / 3.18 ECTS	Materi: Respon dan adaptasi tubuh terhadap olahraga Pustaka: <i>Artikel jurnal nasional terakreditasi dan internasional terkini 10 tahun terakhir.</i>	5%
6	Menganalisis doping dan penyalahgunaan obat dalam olahraga	Mahasiswa mampu menganalisis doping dan penyalahgunaan obat dalam olahraga	Kriteria: Rubrik penilaian partisipasi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif	Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka Metode pembelajaran: Discussion & tanya jawab doping dan penyalahgunaan obat dalam olahraga 2x50' / 3.18 ECTS	Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka secara maya melalui vlearning dan zoom Metode pembelajaran: Discussion & tanya jawab doping dan penyalahgunaan obat dalam olahraga 2x50' / 3.18 ECTS	Materi: Doping dan penyalahgunaan obat Pustaka: <i>Artikel jurnal nasional terakreditasi dan internasional terkini 10 tahun terakhir.</i>	5%
7	Menganalisis overtraining dan dampak terhadap kesehatan	Mahasiswa mampu menganalisis overtraining dan dampak terhadap kesehatan	Kriteria: Rubrik penilaian partisipasi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif	Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka Metode pembelajaran: Discussion & tanya jawab overtraining dan dampak terhadap kesehatan 2x50' / 3.18 ECTS	Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka secara maya melalui vlearning dan zoom Metode pembelajaran: Discussion & tanya jawab overtraining dan dampak terhadap kesehatan 2x50' / 3.18 ECTS	Materi: Overtraining dan dampak terhadap kesehatan Pustaka: <i>Artikel jurnal nasional terakreditasi dan internasional terkini 10 tahun terakhir.</i>	5%
8	Menganalisis pengaruh lingkungan, seks, dan gender terhadap kesehatan dalam aktivitas olahraga	Mahasiswa mampu menganalisis overtraining dan dampak terhadap kesehatan	Kriteria: Rubrik penilaian partisipasi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif	Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka Metode pembelajaran: Discussion & tanya jawab pengaruh lingkungan, seks, dan gender terhadap kesehatan dalam aktivitas olahraga 2x50' / 3.18 ECTS	Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka secara maya melalui vlearning dan zoom Metode pembelajaran: Discussion & tanya jawab pengaruh lingkungan, seks, dan gender terhadap kesehatan dalam aktivitas olahraga 2x50' / 3.18 ECTS	Materi: Pengaruh lingkungan, seks, dan gender terhadap kesehatan dalam aktivitas olahraga Pustaka: <i>Artikel jurnal nasional terakreditasi dan internasional terkini 10 tahun terakhir.</i>	5%

9	UTS	Mampu menguasai materi 1-8	Kriteria: Rubrik penilaian UTS Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Tes	Tes	Tes	Materi: Materi UTS Pustaka: <i>Artikel jurnal nasional terakreditasi dan internasional terkini 10 tahun terakhir.</i>	15%
10	Menganalisis kesehatan olahraga pada usia anak-anak, remaja, dewasa dan lanjut usia	Mahasiswa mampu menganalisis kesehatan olahraga pada usia anak-anak, remaja, dewasa dan lanjut usia	Kriteria: 1. Rubrik penilaian partisipasi 2. Rubrik penilaian kinerja 3. Rubrik penilaian unjuk kerja Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Praktik / Unjuk Kerja	Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka Metode Pembelajaran: Problem based learning/case study • Fase 1: Orientasi peserta didik pada masalah; Dosen menyampaikan masalah yang akan dipecahkan secara kelompok yaitu kesehatan olahraga pada usia anak-anak, remaja, dewasa dan lanjut usia Mahasiswa mengamati dan memahami masalah yang disampaikan dosen atau yang diperoleh dari bahan bacaan yang disarankan • Fase2: Mengorganisasikan peserta didik untuk belajar; Dosen memastikan setiap anggota memahami tugas masing-masing Mahasiswa berdiskusi dan membagi tugas untuk mencari data/ bahan-bahan/ alat yang diperlukan untuk menyelesaikan masalah • Fase 3: Membimbing penyelidikan individu maupun kelompok; Dosen memantau keterlibatan mahasiswa dalam pengumpulan data/ bahan selama proses penyelidikan Mahasiswa melakukan penyelidikan (mencari data/ referensi/ sumber) untuk bahan diskusi kelompok • Fase 4: Mengembangkan dan menyajikan hasil karya; Dosen memantau diskusi dan membimbing pembuatan laporan analisis kesehatan olahraga pada usia anak-anak, remaja, dewasa dan lanjut usia sehingga karya setiap kelompok siap untuk dipresentasikan Mahasiswa melakukan diskusi untuk menghasilkan solusi pemecahan masalah dan hasilnya dipresentasikan/disajikan dalam bentuk karya • Fase 5: Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah. Dosen: membimbing presentasi dan mendorong kelompok memberikan penghargaan serta masukan kepada kelompok lain Mahasiswa Setiap Mahasiswa Melakukan	Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka secara maya melalui vlearning dan zoom Metode Pembelajaran: Problem based learning/case study dengan menggunakan LMS Vlearning: http://vlearning.unesa.ac.id • Fase 1: Orientasi peserta didik pada masalah; Dosen menyampaikan masalah yang akan dipecahkan secara kelompok yaitu kesehatan olahraga pada usia anak-anak, remaja, dewasa dan lanjut usia Mahasiswa mengamati dan memahami masalah yang disampaikan dosen atau yang diperoleh dari bahan bacaan yang disarankan • Fase2: Mengorganisasikan peserta didik untuk belajar; Dosen memastikan setiap anggota memahami tugas masing-masing Mahasiswa berdiskusi dan membagi tugas untuk mencari data/ bahan-bahan/ alat yang diperlukan untuk menyelesaikan masalah • Fase 3: Membimbing penyelidikan individu maupun kelompok; Dosen memantau keterlibatan mahasiswa dalam pengumpulan data/ bahan selama proses penyelidikan Mahasiswa melakukan penyelidikan (mencari data/ referensi/ sumber) untuk bahan diskusi kelompok • Fase 4: Mengembangkan dan menyajikan hasil karya; Dosen memantau diskusi dan membimbing pembuatan laporan analisis kesehatan olahraga pada usia anak-anak, remaja, dewasa dan lanjut usia sehingga karya setiap kelompok siap untuk dipresentasikan Mahasiswa melakukan diskusi untuk menghasilkan solusi pemecahan masalah dan hasilnya dipresentasikan/disajikan dalam bentuk karya • Fase 5: Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah. Dosen: membimbing presentasi dan mendorong kelompok memberikan penghargaan serta masukan kepada kelompok lain Mahasiswa Setiap kelompok melakukan presentasi, kelompok yang	Materi: Kesehatan olahraga pada usia anak-anak, remaja, dewasa dan lanjut usia Pustaka: <i>Artikel jurnal nasional terakreditasi dan internasional terkini 10 tahun terakhir.</i>	5%

				kelompok melakukan presentasi, kelompok yang lain memberikan apresiasi. Kegiatan dilanjutkan dengan merangkum/ membuat kesimpulan sesuai dengan masukan yang diperoleh dari kelompok lain 2x50' / 3.18 ECTS	lain memberikan apresiasi. Kegiatan dilanjutkan dengan merangkum/ membuat kesimpulan sesuai dengan masukan yang diperoleh dari kelompok lain 2x50' / 3.18 ECTS		
11	Menganalisis kesehatan olahraga pada usia anak-anak, remaja, dewasa dan lanjut usia	Mahasiswa mampu menganalisis kesehatan olahraga pada usia anak-anak, remaja, dewasa dan lanjut usia	<p>Kriteria:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Rubrik penilaian partisipasi 2. Rubrik penilaian kinerja 3. Rubrik penilaian unjuk kerja <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Praktik / Unjuk Kerja</p>	<p>Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka</p> <p>Metode Pembelajaran: Problem based learning/case study</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fase 1: Orientasi peserta didik pada masalah; Dosen menyampaikan masalah yang akan dipecahkan secara kelompok yaitu kesehatan olahraga pada usia anak-anak, remaja, dewasa dan lanjut usia Mahasiswa mengamati dan memahami masalah yang disampaikan dosen atau yang diperoleh dari bahan bacaan yang disarankan • Fase2: Mengorganisasikan peserta didik untuk belajar; Dosen memastikan setiap anggota memahami tugas masing-masing Mahasiswa berdiskusi dan membagi tugas untuk mencari data/ bahan-bahan/ alat yang diperlukan untuk menyelesaikan masalah • Fase 3: Membimbing penyelidikan individu maupun kelompok; Dosen memantau keterlibatan mahasiswa dalam pengumpulan data/ bahan selama proses penyelidikan Mahasiswa melakukan penyelidikan (mencari data/ referensi/ sumber) untuk bahan diskusi kelompok • Fase 4: Mengembangkan dan menyajikan hasil karya; Dosen memantau diskusi dan membimbing pembuatan laporan analisis kesehatan olahraga pada usia anak-anak, remaja, dewasa dan lanjut usia sehingga karya setiap kelompok siap untuk dipresentasikan Mahasiswa melakukan diskusi untuk menghasilkan solusi pemecahan masalah dan hasilnya dipresentasikan/disajikan dalam bentuk karya • Fase 5: Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah. Dosen: membimbing presentasi dan mendorong kelompok memberikan penghargaan serta masukan kepada 	<p>Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka secara maya melalui vlearning dan zoom</p> <p>Metode Pembelajaran: Problem based learning/case study dengan menggunakan LMS Vlearning: http://vlearning.unesa.ac.id</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fase 1: Orientasi peserta didik pada masalah; Dosen menyampaikan masalah yang akan dipecahkan secara kelompok yaitu kesehatan olahraga pada usia anak-anak, remaja, dewasa dan lanjut usia Mahasiswa mengamati dan memahami masalah yang disampaikan dosen atau yang diperoleh dari bahan bacaan yang disarankan • Fase2: Mengorganisasikan peserta didik untuk belajar; Dosen memastikan setiap anggota memahami tugas masing-masing Mahasiswa berdiskusi dan membagi tugas untuk mencari data/ bahan-bahan/ alat yang diperlukan untuk menyelesaikan masalah • Fase 3: Membimbing penyelidikan individu maupun kelompok; Dosen memantau keterlibatan mahasiswa dalam pengumpulan data/ bahan selama proses penyelidikan Mahasiswa melakukan penyelidikan (mencari data/ referensi/ sumber) untuk bahan diskusi kelompok • Fase 4: Mengembangkan dan menyajikan hasil karya; Dosen memantau diskusi dan membimbing pembuatan laporan analisis kesehatan olahraga pada usia anak-anak, remaja, dewasa dan lanjut usia sehingga karya setiap kelompok siap untuk dipresentasikan Mahasiswa melakukan diskusi untuk menghasilkan solusi pemecahan masalah dan hasilnya dipresentasikan/disajikan dalam bentuk karya • Fase 5: Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah. Dosen: membimbing presentasi dan mendorong kelompok memberikan penghargaan serta masukan kepada kelompok lain Mahasiswa Setiap 	<p>Materi: Kesehatan olahraga pada usia anak-anak, remaja, dewasa dan lanjut usia</p> <p>Pustaka: <i>Artikel jurnal nasional terakreditasi dan internasional terkini 10 tahun terakhir.</i></p>	5%

				kelompok lain Mahasiswa Setiap kelompok melakukan presentasi, kelompok yang lain memberikan apresiasi. Kegiatan dilanjutkan dengan merangkum/ membuat kesimpulan sesuai dengan masukan yang diperoleh dari kelompok lain 2x50' / 3.18 ECTS	kelompok melakukan presentasi, kelompok yang lain memberikan apresiasi. Kegiatan dilanjutkan dengan merangkum/ membuat kesimpulan sesuai dengan masukan yang diperoleh dari kelompok lain 2x50' / 3.18 ECTS		
--	--	--	--	---	--	--	--

12	Menganalisis dehidrasi dan kegawatan panas pada cabang-cabang olahraga	Mahasiswa mampu menganalisis dehidrasi dan kegawatan panas pada cabang-cabang olahraga	<p>Kriteria:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Rubrik penilaian partisipasi 2. Rubrik penilaian kinerja 3. Rubrik penilaian unjuk kerja <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Praktik / Unjuk Kerja</p>	<p>Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka</p> <p>Metode Pembelajaran: Problem based learning/case study</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fase 1: Orientasi peserta didik pada masalah; Dosen menyampaikan masalah yang akan dipecahkan secara kelompok yaitu dehidrasi dan kegawatan panas pada cabang-cabang olahraga Mahasiswa mengamati dan memahami masalah yang disampaikan dosen atau yang diperoleh dari bahan bacaan yang disarankan • Fase2: Mengorganisasikan peserta didik untuk belajar; Dosen memastikan setiap anggota memahami tugas masing-masing Mahasiswa berdiskusi dan membagi tugas untuk mencari data/ bahan-bahan/ alat yang diperlukan untuk menyelesaikan masalah • Fase 3: Membimbing penyelidikan individu maupun kelompok; Dosen memantau keterlibatan mahasiswa dalam pengumpulan data/ bahan selama proses penyelidikan Mahasiswa melakukan penyelidikan (mencari data/ referensi/ sumber) untuk bahan diskusi kelompok • Fase 4: Mengembangkan dan menyajikan hasil karya; Dosen memantau diskusi dan membimbing pembuatan laporan dehidrasi dan kegawatan panas pada cabang-cabang olahraga sehingga karya setiap kelompok siap untuk dipresentasikan Mahasiswa melakukan diskusi untuk menghasilkan solusi pemecahan masalah dan hasilnya dipresentasikan/disajikan dalam bentuk karya • Fase 5: Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah. Dosen: membimbing presentasi dan mendorong kelompok memberikan penghargaan serta masukan kepada kelompok lain Mahasiswa Setiap kelompok melakukan presentasi, kelompok yang lain memberikan apresiasi. Kegiatan dilanjutkan dengan merangkum/ membuat kesimpulan sesuai dengan masukan yang diperoleh dari kelompok lain 2x50' / 3.18 ECTS 	<p>Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka secara maya melalui vlearning dan zoom</p> <p>Metode Pembelajaran: Problem based learning/case study dengan menggunakan LMS Vlearning: http://vlearning.unesa.ac.id</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fase 1: Orientasi peserta didik pada masalah; Dosen menyampaikan masalah yang akan dipecahkan secara kelompok yaitu dehidrasi dan kegawatan panas pada cabang-cabang olahraga Mahasiswa mengamati dan memahami masalah yang disampaikan dosen atau yang diperoleh dari bahan bacaan yang disarankan • Fase2: Mengorganisasikan peserta didik untuk belajar; Dosen memastikan setiap anggota memahami tugas masing-masing Mahasiswa berdiskusi dan membagi tugas untuk mencari data/ bahan-bahan/ alat yang diperlukan untuk menyelesaikan masalah • Fase 3: Membimbing penyelidikan individu maupun kelompok; Dosen memantau keterlibatan mahasiswa dalam pengumpulan data/ bahan selama proses penyelidikan Mahasiswa melakukan penyelidikan (mencari data/ referensi/ sumber) untuk bahan diskusi kelompok • Fase 4: Mengembangkan dan menyajikan hasil karya; Dosen memantau diskusi dan membimbing pembuatan laporan dehidrasi dan kegawatan panas pada cabang-cabang olahraga sehingga karya setiap kelompok siap untuk dipresentasikan Mahasiswa melakukan diskusi untuk menghasilkan solusi pemecahan masalah dan hasilnya dipresentasikan/disajikan dalam bentuk karya • Fase 5: Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah. Dosen: membimbing presentasi dan mendorong kelompok memberikan penghargaan serta masukan kepada kelompok lain Mahasiswa Setiap kelompok melakukan presentasi, kelompok yang lain memberikan apresiasi. Kegiatan dilanjutkan dengan merangkum/ membuat kesimpulan sesuai dengan masukan yang diperoleh dari kelompok lain 2x50' / 3.18 ECTS 	<p>Materi: Dehidrasi dan kegawatan panas pada cabang-cabang olahraga</p> <p>Pustaka: <i>Artikel jurnal nasional terakreditasi dan internasional terkini 10 tahun terakhir.</i></p>	5%
----	--	--	--	---	--	--	----

13	Menganalisis dehidrasi dan kegawatan panas pada cabang-cabang olahraga	Mahasiswa mampu menganalisis dehidrasi dan kegawatan panas pada cabang-cabang olahraga	<p>Kriteria:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Rubrik penilaian partisipasi 2. Rubrik penilaian kinerja 3. Rubrik penilaian unjuk kerja <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Praktik / Unjuk Kerja</p>	<p>Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka</p> <p>Metode Pembelajaran: Problem based learning/case study</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fase 1: Orientasi peserta didik pada masalah; Dosen menyampaikan masalah yang akan dipecahkan secara kelompok yaitu dehidrasi dan kegawatan panas pada cabang-cabang olahraga Mahasiswa mengamati dan memahami masalah yang disampaikan dosen atau yang diperoleh dari bahan bacaan yang disarankan • Fase2: Mengorganisasikan peserta didik untuk belajar; Dosen memastikan setiap anggota memahami tugas masing-masing Mahasiswa berdiskusi dan membagi tugas untuk mencari data/ bahan-bahan/ alat yang diperlukan untuk menyelesaikan masalah • Fase 3: Membimbing penyelidikan individu maupun kelompok; Dosen memantau keterlibatan mahasiswa dalam pengumpulan data/ bahan selama proses penyelidikan Mahasiswa melakukan penyelidikan (mencari data/ referensi/ sumber) untuk bahan diskusi kelompok • Fase 4: Mengembangkan dan menyajikan hasil karya; Dosen memantau diskusi dan membimbing pembuatan laporan dehidrasi dan kegawatan panas pada cabang-cabang olahraga sehingga karya setiap kelompok siap untuk dipresentasikan Mahasiswa melakukan diskusi untuk menghasilkan solusi pemecahan masalah dan hasilnya dipresentasikan/disajikan dalam bentuk karya • Fase 5: Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah. Dosen: membimbing presentasi dan mendorong kelompok memberikan penghargaan serta masukan kepada kelompok lain Mahasiswa Setiap kelompok melakukan presentasi, kelompok yang lain memberikan apresiasi. Kegiatan dilanjutkan dengan merangkum/ membuat kesimpulan sesuai dengan masukan yang diperoleh dari kelompok lain 2x50' / 3.18 ECTS 	<p>Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka secara maya melalui vlearning dan zoom</p> <p>Metode Pembelajaran: Problem based learning/case study dengan menggunakan LMS Vlearning: http://vlearning.unesa.ac.id</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fase 1: Orientasi peserta didik pada masalah; Dosen menyampaikan masalah yang akan dipecahkan secara kelompok yaitu dehidrasi dan kegawatan panas pada cabang-cabang olahraga Mahasiswa mengamati dan memahami masalah yang disampaikan dosen atau yang diperoleh dari bahan bacaan yang disarankan • Fase2: Mengorganisasikan peserta didik untuk belajar; Dosen memastikan setiap anggota memahami tugas masing-masing Mahasiswa berdiskusi dan membagi tugas untuk mencari data/ bahan-bahan/ alat yang diperlukan untuk menyelesaikan masalah • Fase 3: Membimbing penyelidikan individu maupun kelompok; Dosen memantau keterlibatan mahasiswa dalam pengumpulan data/ bahan selama proses penyelidikan Mahasiswa melakukan penyelidikan (mencari data/ referensi/ sumber) untuk bahan diskusi kelompok • Fase 4: Mengembangkan dan menyajikan hasil karya; Dosen memantau diskusi dan membimbing pembuatan laporan dehidrasi dan kegawatan panas pada cabang-cabang olahraga sehingga karya setiap kelompok siap untuk dipresentasikan Mahasiswa melakukan diskusi untuk menghasilkan solusi pemecahan masalah dan hasilnya dipresentasikan/disajikan dalam bentuk karya • Fase 5: Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah. Dosen: membimbing presentasi dan mendorong kelompok memberikan penghargaan serta masukan kepada kelompok lain Mahasiswa Setiap kelompok melakukan presentasi, kelompok yang lain memberikan apresiasi. Kegiatan dilanjutkan dengan merangkum/ membuat kesimpulan sesuai dengan masukan yang diperoleh dari kelompok lain 2x50' / 3.18 ECTS 	<p>Materi: Dehidrasi dan kegawatan panas pada cabang-cabang olahraga</p> <p>Pustaka: <i>Artikel jurnal nasional terakreditasi dan internasional terkini 10 tahun terakhir.</i></p>	5%
----	--	--	--	---	--	--	----

14	Menganalisis nutrisi dan gizi untuk kesehatan peolahraga	Mahasiswa mampu menganalisis nutrisi dan gizi untuk kesehatan peolahraga	<p>Kriteria:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Rubrik penilaian partisipasi 2. Rubrik penilaian kinerja 3. Rubrik penilaian unjuk kerja <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Praktik / Unjuk Kerja</p>	<p>Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka</p> <p>Metode Pembelajaran: Problem based learning/case study</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fase 1: Orientasi peserta didik pada masalah; Dosen menyampaikan masalah yang akan dipecahkan secara kelompok yaitu nutrisi dan gizi untuk kesehatan peolahraga Mahasiswa mengamati dan memahami masalah yang disampaikan dosen atau yang diperoleh dari bahan bacaan yang disarankan • Fase2: Mengorganisasikan peserta didik untuk belajar; Dosen memastikan setiap anggota memahami tugas masing-masing Mahasiswa berdiskusi dan membagi tugas untuk mencari data/ bahan-bahan/ alat yang diperlukan untuk menyelesaikan masalah • Fase 3: Membimbing penyelidikan individu maupun kelompok; Dosen memantau keterlibatan mahasiswa dalam pengumpulan data/ bahan selama proses penyelidikan Mahasiswa melakukan penyelidikan (mencari data/ referensi/ sumber) untuk bahan diskusi kelompok • Fase 4: Mengembangkan dan menyajikan hasil karya; Dosen memantau diskusi dan membimbing pembuatan laporan nutrisi dan gizi untuk kesehatan peolahraga sehingga karya setiap kelompok siap untuk dipresentasikan Mahasiswa melakukan diskusi untuk menghasilkan solusi pemecahan masalah dan hasilnya dipresentasikan/disajikan dalam bentuk karya • Fase 5: Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah. Dosen: membimbing presentasi dan mendorong kelompok memberikan penghargaan serta masukan kepada kelompok lain Mahasiswa Setiap kelompok melakukan presentasi, kelompok yang lain memberikan apresiasi. Kegiatan dilanjutkan dengan merangkum/ membuat kesimpulan sesuai dengan masukan yang diperoleh dari kelompok lain 2x50' / 3.18 ECTS 	<p>Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka secara maya melalui vlearning dan zoom</p> <p>Metode Pembelajaran: Problem based learning/case study dengan menggunakan LMS Vlearning: http://vlearning.unesa.ac.id</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fase 1: Orientasi peserta didik pada masalah; Dosen menyampaikan masalah yang akan dipecahkan secara kelompok yaitu nutrisi dan gizi untuk kesehatan peolahraga Mahasiswa mengamati dan memahami masalah yang disampaikan dosen atau yang diperoleh dari bahan bacaan yang disarankan • Fase2: Mengorganisasikan peserta didik untuk belajar; Dosen memastikan setiap anggota memahami tugas masing-masing Mahasiswa berdiskusi dan membagi tugas untuk mencari data/ bahan-bahan/ alat yang diperlukan untuk menyelesaikan masalah • Fase 3: Membimbing penyelidikan individu maupun kelompok; Dosen memantau keterlibatan mahasiswa dalam pengumpulan data/ bahan selama proses penyelidikan Mahasiswa melakukan penyelidikan (mencari data/ referensi/ sumber) untuk bahan diskusi kelompok • Fase 4: Mengembangkan dan menyajikan hasil karya; Dosen memantau diskusi dan membimbing pembuatan laporan nutrisi dan gizi untuk kesehatan peolahraga sehingga karya setiap kelompok siap untuk dipresentasikan Mahasiswa melakukan diskusi untuk menghasilkan solusi pemecahan masalah dan hasilnya dipresentasikan/disajikan dalam bentuk karya • Fase 5: Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah. Dosen: membimbing presentasi dan mendorong kelompok memberikan penghargaan serta masukan kepada kelompok lain Mahasiswa Setiap kelompok melakukan presentasi, kelompok yang lain memberikan apresiasi. Kegiatan dilanjutkan dengan merangkum/ membuat kesimpulan sesuai dengan masukan yang diperoleh dari kelompok lain 2x50' / 3.18 ECTS 	<p>Materi: Nutrisi dan gizi untuk kesehatan peolahraga Pustaka: <i>Artikel jurnal nasional terakreditasi dan internasional terkini 10 tahun terakhir.</i></p>	5%
----	--	--	--	---	--	---	----

15	Menganalisis nutrisi dan gizi untuk kesehatan peolahraga	Mahasiswa mampu menganalisis nutrisi dan gizi untuk kesehatan peolahraga	<p>Kriteria:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Rubrik penilaian partisipasi 2. Rubrik penilaian kinerja 3. Rubrik penilaian unjuk kerja <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Praktik / Unjuk Kerja</p>	<p>Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka</p> <p>Metode Pembelajaran: Problem based learning/case study</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fase 1: Orientasi peserta didik pada masalah; Dosen menyampaikan masalah yang akan dipecahkan secara kelompok yaitu nutrisi dan gizi untuk kesehatan peolahraga Mahasiswa mengamati dan memahami masalah yang disampaikan dosen atau yang diperoleh dari bahan bacaan yang disarankan • Fase2: Mengorganisasikan peserta didik untuk belajar; Dosen memastikan setiap anggota memahami tugas masing-masing Mahasiswa berdiskusi dan membagi tugas untuk mencari data/ bahan-bahan/ alat yang diperlukan untuk menyelesaikan masalah • Fase 3: Membimbing penyelidikan individu maupun kelompok; Dosen memantau keterlibatan mahasiswa dalam pengumpulan data/ bahan selama proses penyelidikan Mahasiswa melakukan penyelidikan (mencari data/ referensi/ sumber) untuk bahan diskusi kelompok • Fase 4: Mengembangkan dan menyajikan hasil karya; Dosen memantau diskusi dan membimbing pembuatan laporan nutrisi dan gizi untuk kesehatan peolahraga sehingga karya setiap kelompok siap untuk dipresentasikan Mahasiswa melakukan diskusi untuk menghasilkan solusi pemecahan masalah dan hasilnya dipresentasikan/disajikan dalam bentuk karya • Fase 5: Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah. Dosen: membimbing presentasi dan mendorong kelompok memberikan penghargaan serta masukan kepada kelompok lain Mahasiswa Setiap kelompok melakukan presentasi, kelompok yang lain memberikan apresiasi. Kegiatan dilanjutkan dengan merangkum/ membuat kesimpulan sesuai dengan masukan yang diperoleh dari kelompok lain 2x50' / 3.18 ECTS 	<p>Bentuk Pembelajaran: Kuliah tatap muka secara maya melalui vlearning dan zoom</p> <p>Metode Pembelajaran: Problem based learning/case study dengan menggunakan LMS Vlearning: http://vlearning.unesa.ac.id</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fase 1: Orientasi peserta didik pada masalah; Dosen menyampaikan masalah yang akan dipecahkan secara kelompok yaitu nutrisi dan gizi untuk kesehatan peolahraga Mahasiswa mengamati dan memahami masalah yang disampaikan dosen atau yang diperoleh dari bahan bacaan yang disarankan • Fase2: Mengorganisasikan peserta didik untuk belajar; Dosen memastikan setiap anggota memahami tugas masing-masing Mahasiswa berdiskusi dan membagi tugas untuk mencari data/ bahan-bahan/ alat yang diperlukan untuk menyelesaikan masalah • Fase 3: Membimbing penyelidikan individu maupun kelompok; Dosen memantau keterlibatan mahasiswa dalam pengumpulan data/ bahan selama proses penyelidikan Mahasiswa melakukan penyelidikan (mencari data/ referensi/ sumber) untuk bahan diskusi kelompok • Fase 4: Mengembangkan dan menyajikan hasil karya; Dosen memantau diskusi dan membimbing pembuatan laporan nutrisi dan gizi untuk kesehatan peolahraga sehingga karya setiap kelompok siap untuk dipresentasikan Mahasiswa melakukan diskusi untuk menghasilkan solusi pemecahan masalah dan hasilnya dipresentasikan/disajikan dalam bentuk karya • Fase 5: Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah. Dosen: membimbing presentasi dan mendorong kelompok memberikan penghargaan serta masukan kepada kelompok lain Mahasiswa Setiap kelompok melakukan presentasi, kelompok yang lain memberikan apresiasi. Kegiatan dilanjutkan dengan merangkum/ membuat kesimpulan sesuai dengan masukan yang diperoleh dari kelompok lain 2x50' / 3.18 ECTS 	<p>Materi: Nutrisi dan gizi untuk kesehatan peolahraga Pustaka: <i>Artikel jurnal nasional terakreditasi dan internasional terkini 10 tahun terakhir.</i></p>	5%
----	--	--	--	---	--	---	----

16	UAS	Mahasiswa menguasai materi pertemuan 1-15	Kriteria: Rubrik penilaian UAS Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Tes	Tes	Tes	Materi: Materi UAS Pustaka: <i>Artikel jurnal nasional terakreditasi dan internasional terkini 10 tahun terakhir.</i>	15%
----	-----	---	--	-----	-----	--	-----

Rekap Persentase Evaluasi : Case Study

No	Evaluasi	Persentase
1.	Aktifitas Partisipasif	70%
2.	Praktik / Unjuk Kerja	15%
3.	Tes	15%
		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 prodinya 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.
- Materi Pembelajaran** adalah rincian atau uraian dari bahan kajian yg dapat disajikan dalam bentuk beberapa pokok dan sub-pokok bahasan.
- Bobot penilaian** adalah prosentasi penilaian terhadap setiap pencapaian sub-CPMK yang besarnya proposional dengan tingkat kesulitan pencapaian sub-CPMK tsb., dan totalnya 100%.
- TM=Tatap Muka, PT=Penugasan terstruktur, BM=Belajar mandiri.

RPS ini telah divalidasi pada tanggal

Koordinator Program Studi S2
Pendidikan Olahraga



Dr. Taufiq Hidayat, S.Pd., M.Kes.
NIDN 0018087501

UPM Program Studi S2 Pendidikan
Olahraga



NIDN

File PDF ini digenerate pada tanggal 18 Januari 2025 Jam 14:48 menggunakan aplikasi RPS-OBE SiDia Unesa

