



**Universitas Negeri Surabaya
Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan
Program Studi S3 Ilmu Keolahragaan**

Kode Dokumen

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

		CPMK	CPL-3		CPL-4		CPL-7		CPL-10		CPL-12									
		CPMK-1	✓																	
		CPMK-2	✓																	
		CPMK-3			✓															
		CPMK-4			✓															
		CPMK-5					✓													
		CPMK-6					✓													
		CPMK-7							✓											
		CPMK-8							✓											
		CPMK-9									✓									
		CPMK-10									✓									
Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)																				
		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-4																		
		CPMK-5															✓	✓		
		CPMK-6																		
		CPMK-7																		
		CPMK-8																		
		CPMK-9																		
		CPMK-10																		
Deskripsi Singkat MK		Mata kuliah Analisis Fisiologi Olahraga pada program studi S-3 Ilmu Keolahragaan membahas secara mendalam tentang berbagai aspek fisiologis yang terlibat dalam aktivitas olahraga dan latihan fisik. Mata kuliah ini dirancang untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai respon tubuh manusia terhadap latihan fisik, adaptasi fisiologis, serta mekanisme yang mendasari peningkatan performa atletik. Materi yang dipelajari mencakup analisis proses-proses fisiologis utama yang terjadi pada sistem otot, kardiovaskular, respirasi, serta sistem saraf selama latihan dan kompetisi. Selain itu, mahasiswa juga akan mempelajari pengaruh berbagai faktor eksternal (seperti lingkungan dan nutrisi) terhadap performa olahraga serta upaya untuk mencegah dan mengatasi gangguan fisiologis yang terjadi pada tubuh atlet. Mata kuliah ini bertujuan untuk membekali mahasiswa dengan kemampuan untuk menganalisis dan mengevaluasi berbagai aspek fisiologi dalam konteks olahraga, serta menerapkan pengetahuan tersebut untuk merancang program latihan yang optimal, mengelola rehabilitasi cedera, dan meningkatkan performa olahraga dengan pendekatan berbasis ilmiah.																		
Pustaka	Utama :																			
			1. Kusnanik, Nining W ., dkk. 2011. Dasar-Dasar Fisiologi Olahraga. Surabaya: UNESA University Press																	
			2. McArdle, William D. 2010. Exercise physiology: nutrition, energy, and human performance 7th ed. Wolter Kluwer. Lippincott Williams & Wilkins																	
	Pendukung :		3. Foss, Merle L. 1998. Fox's Physiological Basis for Exercise and Sport. WCB/ McGraw-Hill																	
Dosen Pengampu		Prof. Dr. Nining Widyah Kusnanik, S.Pd., M.Appl.Sc.																		
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	<p>1.Menganalisis respon fisiologis tubuh terhadap latihan olahraga menggunakan teori dasar fisiologi dan mekanisme tubuh.</p> <p>2.Mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi adaptasi fisiologis tubuh terhadap berbagai jenis latihan fisik (aerobik, anaerobik, ketahanan, kekuatan, dll).</p> <p>3.Menyusun argumen berbasis data ilmiah untuk menjelaskan hubungan antara beban latihan dan perubahan fisiologis pada tubuh atlet.</p> <p>4.Merancang eksperimen untuk menguji hipotesis terkait perubahan fisiologis dalam konteks olahraga.</p>	Mahasiswa mampu menerapkan konsep fisiologi dalam menganalisis masalah-masalah olahraga secara ilmiah.	<p>Kriteria:</p> <p>1.A (90-100): Kehadiran 100% dan partisipasi aktif dalam diskusi kelas, menunjukkan pemahaman yang sangat baik terhadap materi.</p> <p>2.B (75-89): Kehadiran >80% dan partisipasi cukup baik, kadang aktif dalam diskusi kelas.</p> <p>3.C (60-74): Kehadiran 70% dan partisipasi minimal, jarang terlibat dalam diskusi kelas.</p> <p>4.D (<60): Kehadiran kurang dari 70% dan minim partisipasi dalam kelas.</p> <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	Diskusi dan kuis		<p>Materi: dasar fisiologi</p> <p>Pustaka: <i>Kusnanik, Nining W., dkk. 2011. Dasar-Dasar Fisiologi Olahraga. Surabaya: UNESA University Press</i></p>	5%
2	<p>1.Menganalisis respon fisiologis tubuh terhadap latihan olahraga menggunakan teori dasar fisiologi dan mekanisme tubuh.</p> <p>2.Mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi adaptasi fisiologis tubuh terhadap berbagai jenis latihan fisik (aerobik, anaerobik, ketahanan, kekuatan, dll).</p> <p>3.Menyusun argumen berbasis data ilmiah untuk menjelaskan hubungan antara beban latihan dan perubahan fisiologis pada tubuh atlet.</p> <p>4.Merancang eksperimen untuk menguji hipotesis terkait perubahan fisiologis dalam konteks olahraga.</p>	Mahasiswa mampu menerapkan konsep fisiologi dalam menganalisis masalah-masalah olahraga secara ilmiah.	<p>Kriteria:</p> <p>1.A (90-100): Kehadiran 100% dan partisipasi aktif dalam diskusi kelas, menunjukkan pemahaman yang sangat baik terhadap materi.</p> <p>2.B (75-89): Kehadiran >80% dan partisipasi cukup baik, kadang aktif dalam diskusi kelas.</p> <p>3.C (60-74): Kehadiran 70% dan partisipasi minimal, jarang terlibat dalam diskusi kelas.</p> <p>4.D (<60): Kehadiran kurang dari 70% dan minim partisipasi dalam kelas.</p> <p>Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	Diskusi dan kuis		<p>Materi: dasar fisiologi</p> <p>Pustaka: <i>Kusnanik, Nining W., dkk. 2011. Dasar-Dasar Fisiologi Olahraga. Surabaya: UNESA University Press</i></p>	5%

3	<p>1.Menganalisis respon fisiologis tubuh terhadap latihan olahraga menggunakan teori dasar fisiologi dan mekanisme tubuh.</p> <p>2.Mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi adaptasi fisiologis tubuh terhadap berbagai jenis latihan fisik (aerobik, anaerobik, ketahanan, kekuatan, dll).</p> <p>3.Menyusun argumen berbasis data ilmiah untuk menjelaskan hubungan antara beban latihan dan perubahan fisiologis pada tubuh atlet.</p> <p>4.Merancang eksperimen untuk menguji hipotesis terkait perubahan fisiologis dalam konteks olahraga.</p>	Mahasiswa mampu menerapkan konsep fisiologi dalam menganalisis masalah-masalah olahraga secara ilmiah.	<p>Kriteria:</p> <p>1.A (90-100): Kehadiran 100% dan partisipasi aktif dalam diskusi kelas, menunjukkan pemahaman yang sangat baik terhadap materi.</p> <p>2.B (75-89): Kehadiran >80% dan partisipasi cukup baik, kadang aktif dalam diskusi kelas.</p> <p>3.C (60-74): Kehadiran 70% dan partisipasi minimal, jarang terlibat dalam diskusi kelas.</p> <p>4.D (<60): Kehadiran kurang dari 70% dan minim partisipasi dalam kelas.</p> <p>Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	Diskusi dan kuis		<p>Materi: dasar fisiologi</p> <p>Pustaka: <i>Kusnanik, Nining W., dkk. 2011. Dasar-Dasar Fisiologi Olahraga. Surabaya: UNESA University Press</i></p>	5%
4	<p>1.Mengidentifikasi perkembangan terbaru dalam bidang fisiologi olahraga melalui kajian pustaka dan literatur ilmiah.</p> <p>2.Mengembangkan rencana pembelajaran dan penelitian yang melibatkan kolaborasi dengan profesional lain di bidang kesehatan, olahraga, dan ilmuwan multidisiplin.</p> <p>3.Berpartisipasi dalam forum ilmiah atau kolaborasi penelitian untuk berbagi temuan penelitian dan memperkaya perspektif ilmiah.</p>	Mahasiswa dapat menghasilkan penelitian yang dapat dipublikasikan di jurnal ilmiah atau menjadi referensi dalam praktik olahraga	<p>Kriteria:</p> <p>1.A (90-100): Kehadiran 100% dan partisipasi aktif dalam diskusi kelas, menunjukkan pemahaman yang sangat baik terhadap materi.</p> <p>2.B (75-89): Kehadiran >80% dan partisipasi cukup baik, kadang aktif dalam diskusi kelas.</p> <p>3.C (60-74): Kehadiran 70% dan partisipasi minimal, jarang terlibat dalam diskusi kelas.</p> <p>4.D (<60): Kehadiran kurang dari 70% dan minim partisipasi dalam kelas</p> <p>Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	diskusi		<p>Materi: analysis fisiologi</p> <p>Pustaka: <i>Kusnanik, Nining W., dkk. 2011. Dasar-Dasar Fisiologi Olahraga. Surabaya: UNESA University Press</i></p>	5%

5	<p>1.Mengidentifikasi perkembangan terbaru dalam bidang fisiologi olahraga melalui kajian pustaka dan literatur ilmiah.</p> <p>2.Mengembangkan rencana pembelajaran dan penelitian yang melibatkan kolaborasi dengan profesional lain di bidang kesehatan, olahraga, dan ilmuwan multidisiplin.</p> <p>3.Berpartisipasi dalam forum ilmiah atau kolaborasi penelitian untuk berbagi temuan penelitian dan memperkaya perspektif ilmiah.</p>	Mahasiswa dapat menghasilkan penelitian yang dapat dipublikasikan di jurnal ilmiah atau menjadi referensi dalam praktik olahraga	<p>Kriteria:</p> <p>1.A (90-100): Kehadiran 100% dan partisipasi aktif dalam diskusi kelas, menunjukkan pemahaman yang sangat baik terhadap materi.</p> <p>2.B (75-89): Kehadiran >80% dan partisipasi cukup baik, kadang aktif dalam diskusi kelas.</p> <p>3.C (60-74): Kehadiran 70% dan partisipasi minimal, jarang terlibat dalam diskusi kelas.</p> <p>4.D (<60): Kehadiran kurang dari 70% dan minim partisipasi dalam kelas</p> <p>Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	diskusi		<p>Materi: analysis fisiologi Pustaka: <i>Kusnanik, Nining W., dkk. 2011. Dasar-Dasar Fisiologi Olahraga. Surabaya: UNESA University Press</i></p>	5%
6	<p>1.Mengidentifikasi perkembangan terbaru dalam bidang fisiologi olahraga melalui kajian pustaka dan literatur ilmiah.</p> <p>2.Mengembangkan rencana pembelajaran dan penelitian yang melibatkan kolaborasi dengan profesional lain di bidang kesehatan, olahraga, dan ilmuwan multidisiplin.</p> <p>3.Berpartisipasi dalam forum ilmiah atau kolaborasi penelitian untuk berbagi temuan penelitian dan memperkaya perspektif ilmiah.</p>	Mahasiswa dapat menghasilkan penelitian yang dapat dipublikasikan di jurnal ilmiah atau menjadi referensi dalam praktik olahraga	<p>Kriteria:</p> <p>1.A (90-100): Kehadiran 100% dan partisipasi aktif dalam diskusi kelas, menunjukkan pemahaman yang sangat baik terhadap materi.</p> <p>2.B (75-89): Kehadiran >80% dan partisipasi cukup baik, kadang aktif dalam diskusi kelas.</p> <p>3.C (60-74): Kehadiran 70% dan partisipasi minimal, jarang terlibat dalam diskusi kelas.</p> <p>4.D (<60): Kehadiran kurang dari 70% dan minim partisipasi dalam kelas</p> <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	diskusi		<p>Materi: analysis fisiologi Pustaka: <i>Kusnanik, Nining W., dkk. 2011. Dasar-Dasar Fisiologi Olahraga. Surabaya: UNESA University Press</i></p>	5%

7	<p>1.Mengidentifikasi perkembangan terbaru dalam bidang fisiologi olahraga melalui kajian pustaka dan literatur ilmiah.</p> <p>2.Mengembangkan rencana pembelajaran dan penelitian yang melibatkan kolaborasi dengan profesional lain di bidang kesehatan, olahraga, dan ilmuwan multidisiplin.</p> <p>3.Berpartisipasi dalam forum ilmiah atau kolaborasi penelitian untuk berbagi temuan penelitian dan memperkaya perspektif ilmiah.</p>	Mahasiswa dapat menghasilkan penelitian yang dapat dipublikasikan di jurnal ilmiah atau menjadi referensi dalam praktik olahraga	<p>Kriteria:</p> <p>1.A (90-100): Kehadiran 100% dan partisipasi aktif dalam diskusi kelas, menunjukkan pemahaman yang sangat baik terhadap materi.</p> <p>2.B (75-89): Kehadiran >80% dan partisipasi cukup baik, kadang aktif dalam diskusi kelas.</p> <p>3.C (60-74): Kehadiran 70% dan partisipasi minimal, jarang terlibat dalam diskusi kelas.</p> <p>4.D (<60): Kehadiran kurang dari 70% dan minim partisipasi dalam kelas</p> <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	diskusi		<p>Materi: fisiologi</p> <p>Pustaka: <i>Kusnanik, Nining W., dkk. 2011. Dasar-Dasar Fisiologi Olahraga. Surabaya: UNESA University Press</i></p>	5%
8	melaksanakan UTS	melaksanakan UTS	<p>Kriteria: UTS</p> <p>Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	UTS		<p>Materi: UTS</p> <p>Pustaka: <i>Kusnanik, Nining W., dkk. 2011. Dasar-Dasar Fisiologi Olahraga. Surabaya: UNESA University Press</i></p>	10%
9	<p>1.Menyusun proposal penelitian berdasarkan masalah yang relevan di bidang fisiologi olahraga, dengan menyertakan pertanyaan penelitian yang jelas dan objektif.</p> <p>2.Memilih dan menerapkan metodologi penelitian yang tepat, mulai dari desain penelitian, pengumpulan data, hingga analisis statistik.</p> <p>3.Menulis laporan penelitian yang memuat hasil penelitian yang sah dan relevan dengan teori dan konsep fisiologi olahraga</p>	Mahasiswa dapat menghasilkan penelitian yang dapat dipublikasikan di jurnal ilmiah atau menjadi referensi dalam praktik olahraga.	<p>Kriteria:</p> <p>A (90-100): Menunjukkan pemahaman dan aplikasi yang sangat baik terhadap materi kuliah, mampu mengintegrasikan konsep-konsep fisiologi olahraga dengan baik dalam penelitian dan tugas.</p> <p>B (75-89): Pemahaman materi baik dengan beberapa kekurangan kecil dalam aplikasi praktis atau teori, menunjukkan kemampuan analitis yang memadai.</p> <p>C (60-74): Pemahaman materi cukup, namun masih ada banyak kesalahan dalam penerapan teori atau pengolahan data yang membutuhkan perbaikan.</p> <p>D (<60): Pemahaman materi kurang, ada banyak kesalahan dalam penerapan teori atau pengolahan data yang membutuhkan perbaikan.</p> <p>Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja</p>	Diskusi dan penugasan		<p>Materi: fisiologi</p> <p>Pustaka: <i>McArdle, William D. 2010. Exercise physiology: nutrition, energy, and human performance 7th ed. Wolter Kluwer. Lippincot Williams & Wilkins</i></p>	5%

10	<p>1. Menyusun proposal penelitian berdasarkan masalah yang relevan di bidang fisiologi olahraga, dengan menyertakan pertanyaan penelitian yang jelas dan objektif.</p> <p>2. Memilih dan menerapkan metodologi penelitian yang tepat, mulai dari desain penelitian, pengumpulan data, hingga analisis statistik.</p> <p>3. Menulis laporan penelitian yang memuat hasil penelitian yang sah dan relevan dengan teori dan konsep fisiologi olahraga</p>	<p>Mahasiswa dapat menghasilkan penelitian yang dapat dipublikasikan di jurnal ilmiah atau menjadi referensi dalam praktik olahraga.</p>	<p>Kriteria:</p> <p>A (90-100): Menunjukkan pemahaman dan aplikasi yang sangat baik terhadap materi kuliah, mampu mengintegrasikan konsep-konsep fisiologi olahraga dengan baik dalam penelitian dan tugas.</p> <p>B (75-89): Pemahaman materi baik dengan beberapa kekurangan kecil dalam aplikasi praktis atau teori, menunjukkan kemampuan analitis yang memadai.</p> <p>C (60-74): Pemahaman materi cukup, namun masih ada banyak kesalahan dalam penerapan teori atau pengolahan data yang membutuhkan perbaikan.</p> <p>D (0-59): Pemahaman materi rendah, dengan banyak kesalahan dalam penerapan teori atau pengolahan data yang membutuhkan perbaikan.</p> <p>Bentuk Penilaian :</p> <p>Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja</p>	<p>Diskusi dan penugasan</p>		<p>Materi: fisiologi</p> <p>Pustaka: <i>McArdle, William D. 2010. Exercise physiology: nutrition, energy, and human performance 7th ed. Wolter Kluwer. Lippincot Williams & Wilkins</i></p>	5%
11	<p>1. Menyusun proposal penelitian berdasarkan masalah yang relevan di bidang fisiologi olahraga, dengan menyertakan pertanyaan penelitian yang jelas dan objektif.</p> <p>2. Memilih dan menerapkan metodologi penelitian yang tepat, mulai dari desain penelitian, pengumpulan data, hingga analisis statistik.</p> <p>3. Menulis laporan penelitian yang memuat hasil penelitian yang sah dan relevan dengan teori dan konsep fisiologi olahraga</p>	<p>Mahasiswa dapat menghasilkan penelitian yang dapat dipublikasikan di jurnal ilmiah atau menjadi referensi dalam praktik olahraga.</p>	<p>Kriteria:</p> <p>A (90-100): Menunjukkan pemahaman dan aplikasi yang sangat baik terhadap materi kuliah, mampu mengintegrasikan konsep-konsep fisiologi olahraga dengan baik dalam penelitian dan tugas.</p> <p>B (75-89): Pemahaman materi baik dengan beberapa kekurangan kecil dalam aplikasi praktis atau teori, menunjukkan kemampuan analitis yang memadai.</p> <p>C (60-74): Pemahaman materi cukup, namun masih ada banyak kesalahan dalam penerapan teori atau pengolahan data yang membutuhkan perbaikan.</p> <p>D (0-59): Pemahaman materi rendah, dengan banyak kesalahan dalam penerapan teori atau pengolahan data yang membutuhkan perbaikan.</p> <p>Bentuk Penilaian :</p> <p>Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes</p>	<p>Diskusi dan penugasan</p>		<p>Materi: fisiologi</p> <p>Pustaka: <i>McArdle, William D. 2010. Exercise physiology: nutrition, energy, and human performance 7th ed. Wolter Kluwer. Lippincot Williams & Wilkins</i></p>	5%

12	<p>1.Menganalisis faktor-faktor fisiologis yang mempengaruhi performa olahraga dalam berbagai disiplin olahraga.</p> <p>2.Menggunakan alat ukur fisiologis (misalnya, tes VO₂max, pengukuran detak jantung, lactate threshold) untuk mengevaluasi performa atlet.</p> <p>3.Menyusun program latihan berbasis fisiologi untuk meningkatkan performa atlet dengan memperhatikan prinsip-prinsip adaptasi tubuh terhadap latihan.</p> <p>4.Melakukan analisis kritis terhadap program latihan yang telah diterapkan dan mengusulkan perbaikan berdasar data fisiologis yang diperoleh.</p>	Mahasiswa dapat menyusun dan mengevaluasi program latihan dengan pendekatan fisiologis yang berbasis data.	<p>Kriteria: A (90-100): Kehadiran 100% dan partisipasi aktif dalam diskusi kelas, menunjukkan pemahaman yang sangat baik terhadap materi. B (75-89): Kehadiran >80% dan partisipasi cukup baik, kadang aktif dalam diskusi kelas. C (60-74): Kehadiran 70% dan partisipasi minimal, jarang terlibat dalam diskusi kelas. D (</p> <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja</p>	diskusi	Penugasan	<p>Materi: fisiologi tes</p> <p>Pustaka: <i>Foss, Merle L. 1998. Fox's Physiological Basis for Exercise and Sport. WCB/McGraw-Hill</i></p>	5%
13	<p>1.Menganalisis faktor-faktor fisiologis yang mempengaruhi performa olahraga dalam berbagai disiplin olahraga.</p> <p>2.Menggunakan alat ukur fisiologis (misalnya, tes VO₂max, pengukuran detak jantung, lactate threshold) untuk mengevaluasi performa atlet.</p> <p>3.Menyusun program latihan berbasis fisiologi untuk meningkatkan performa atlet dengan memperhatikan prinsip-prinsip adaptasi tubuh terhadap latihan.</p> <p>4.Melakukan analisis kritis terhadap program latihan yang telah diterapkan dan mengusulkan perbaikan berdasar data fisiologis yang diperoleh.</p>	Mahasiswa dapat menyusun dan mengevaluasi program latihan dengan pendekatan fisiologis yang berbasis data.	<p>Kriteria: A (90-100): Kehadiran 100% dan partisipasi aktif dalam diskusi kelas, menunjukkan pemahaman yang sangat baik terhadap materi. B (75-89): Kehadiran >80% dan partisipasi cukup baik, kadang aktif dalam diskusi kelas. C (60-74): Kehadiran 70% dan partisipasi minimal, jarang terlibat dalam diskusi kelas. D (</p> <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja</p>	diskusi	Penugasan	<p>Materi: fisiologi tes</p> <p>Pustaka: <i>Foss, Merle L. 1998. Fox's Physiological Basis for Exercise and Sport. WCB/McGraw-Hill</i></p>	5%

14	<p>1.Menganalisis faktor-faktor fisiologis yang mempengaruhi performa olahraga dalam berbagai disiplin olahraga.</p> <p>2.Menggunakan alat ukur fisiologis (misalnya, tes VO2max, pengukuran detak jantung, lactate threshold) untuk mengevaluasi performa atlet.</p> <p>3.Menyusun program latihan berbasis fisiologi untuk meningkatkan performa atlet dengan memperhatikan prinsip-prinsip adaptasi tubuh terhadap latihan.</p> <p>4.Melakukan analisis kritis terhadap program latihan yang telah diterapkan dan mengusulkan perbaikan berdasar data fisiologis yang diperoleh.</p>	<p>Mahasiswa dapat menyusun dan mengevaluasi program latihan dengan pendekatan fisiologis yang berbasis data.</p>	<p>Kriteria: A (90-100): Kehadiran 100% dan partisipasi aktif dalam diskusi kelas, menunjukkan pemahaman yang sangat baik terhadap materi. B (75-89): Kehadiran >80% dan partisipasi cukup baik, kadang aktif dalam diskusi kelas. C (60-74): Kehadiran 70% dan partisipasi minimal, jarang terlibat dalam diskusi kelas. D (</p> <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja</p>	diskusi	Penugasan	<p>Materi: fisiologi tes</p> <p>Pustaka: <i>Foss, Merle L. 1998. Fox's Physiological Basis for Exercise and Sport. WCB/McGraw-Hill</i></p>	5%
15	<p>1.Mengidentifikasi dan menguasai filosofi dan konsep dasar yang mendasari teori fisiologi olahraga, termasuk pengaruhnya terhadap teori latihan dan performa atlet.</p> <p>2.Menyajikan dan mendiskusikan teori-teori terbaru dalam fisiologi olahraga, seperti pengetahuan terbaru tentang metabolisme, homeostasis, dan neurofisiologi.</p> <p>3.Menganalisis riset terbaru di bidang fisiologi olahraga dan mengevaluasi relevansi hasil-hasil riset tersebut untuk aplikasi dalam olahraga dan latihan.</p> <p>4.Mengintegrasikan filosofi, teori, dan konsep terbaru dalam pengembangan penelitian atau program latihan yang berbasis bukti ilmiah.</p>	<p>Mahasiswa dapat berkolaborasi dan berbagi pengetahuan dengan kolega serta praktisi lainnya untuk kemajuan bersama.</p>	<p>Kriteria: A (90-100): Menunjukkan pemahaman dan aplikasi yang sangat baik terhadap materi kuliah, mampu mengintegrasikan konsep-konsep fisiologi olahraga dengan baik dalam penelitian dan tugas. B (75-89): Pemahaman materi baik dengan beberapa kekurangan kecil dalam aplikasi praktis atau teori, menunjukkan kemampuan analitis yang memadai. C (60-74): Pemahaman materi cukup, namun masih ada banyak kesalahan dalam penerapan teori atau pengolahan data yang membutuhkan perbaikan. D (</p> <p>Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	praktek		<p>Materi: praktikum fisiologi</p> <p>Pustaka: <i>McArdle, William D. 2010. Exercise physiology: nutrition, energy, and human performance 7th ed. Wolter Kluwer. Lippincot Williams & Wilkins</i></p>	5%

16	<p>1. Mengidentifikasi dan menguasai filosofi dan konsep dasar yang mendasari teori fisiologi olahraga, termasuk pengaruhnya terhadap teori latihan dan performa atlet.</p> <p>2. Menyajikan dan mendiskusikan teori-teori terbaru dalam fisiologi olahraga, seperti pengetahuan terbaru tentang metabolisme, homeostasis, dan neurofisiologi.</p> <p>3. Menganalisis riset terbaru di bidang fisiologi olahraga dan mengevaluasi relevansi hasil-hasil riset tersebut untuk aplikasi dalam olahraga dan latihan.</p> <p>4. Mengintegrasikan filosofi, teori, dan konsep terbaru dalam pengembangan penelitian atau program latihan yang berbasis bukti ilmiah.</p>	<p>Mahasiswa dapat berkolaborasi dan berbagi pengetahuan dengan praktisi lainnya untuk kemajuan bersama.</p>	<p>Kriteria: A (90-100): Menunjukkan pemahaman dan aplikasi yang sangat baik terhadap materi kuliah, mampu mengintegrasikan konsep-konsep fisiologi olahraga dengan baik dalam penelitian dan tugas. B (75-89): Pemahaman materi baik dengan beberapa kekurangan kecil dalam aplikasi praktis atau teori, menunjukkan kemampuan analitis yang memadai. C (60-74): Pemahaman materi cukup, namun masih ada banyak kesalahan dalam penerapan teori atau pengolahan data yang membutuhkan perbaikan. D (0-59): Pemahaman materi sangat rendah, dengan banyak kesalahan dalam penerapan teori atau pengolahan data yang membutuhkan perbaikan.</p> <p>Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	praktek		<p>Materi: praktikum fisiologi Pustaka: McArdle, William D. 2010. <i>Exercise physiology: nutrition, energy, and human performance</i> 7th ed. Wolter Kluwer. Lippincot Williams & Wilkins</p>	19%
----	---	--	--	---------	--	---	-----

Rekap Persentase Evaluasi : Case Study

No	Evaluasi	Percentase
1.	Aktifitas Partisipatif	11.25%
2.	Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	69.84%
3.	Penilaian Praktikum	8.34%
4.	Praktik / Unjuk Kerja	8.34%
5.	Tes	1.25%
		99.02%

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.
- Kriteria Penilaian** adalah patokan yang digunakan sebagai ukuran atau tolok ukur ketercapaian pembelajaran dalam penilaian berdasarkan indikator-indikator yang telah ditetapkan. Kriteria penilaian merupakan pedoman bagi penilai agar penilaian konsisten dan tidak bias. Kriteria 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 proposisional 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 16 Desember 2024

Koordinator Program Studi S3
Ilmu Keolahragaan

UPM Program Studi S3 Ilmu
Keolahragaan



AGUS HARIYANTO
NIDN 0016086702

NIDN 0030038802



File PDF ini digenerate pada tanggal 24 Desember 2025 Jam 03:26 menggunakan aplikasi RPS-OBE SiDia Unesa