



**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 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 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.  
NIP. 19640707 198812 1 001

LAMPIRAN SK DEKAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN - 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 KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA 2023**

46 Nama : Dr. dr. Rachmah Laksmi Ambardini, M.Kes.  
NIP : 197101282000032001

No	Kode MK	Mata Kuliah	SKS MK	Sem	Prodi	Rombel	Jenis	Beban Mengajar
1	PTR6202	Dasar-dasar Terapi Latihan dan Olahraga	2	2	PTI-D4	A	Teori	1
2	KIP6346	Metodologi Penelitian	3	4	IKOR- S1	A	Teori	1,5
3	KTF6306	Terapi Fisik	3	6	IKOR- S1	A	Teori	1
4	IKO8207	Kajian Olahraga Kesehatan	2	1	IKOR-S2	IK S2 A	Teori	1
5	IKO8214	Terapi dan Rehabilitasi Penyakit Degeneratif	2	2	IKOR-S2	IK Terapi	Teori	1
6	IKO9204	Kajian Sport Medicine	2	1	IKOR-S3	IK S3 A	Teori	0,67
7	IKO9202	Metodologi Penelitian Keolahragaan	2	1	IKOR-S3	IK S3 A	Teori	1
8	IKO9606	Proposal Disertasi	6	2	IKOR-S3	IK S3 E1	Teori	2
9	IKO9606	Proposal Disertasi	6	2	IKOR-S3	IK S3 F1	Teori	2
10	IKO9409	Publikasi Artikel Bereputasi	4	3	IKOR-S3	IK S3 J1	Teori	2
11	IKO9407	Publikasi Artikel Nasional Terindeks	4	2	IKOR-S3	IK S3 E1	Teori	2
12	IKO9407	Publikasi Artikel Nasional Terindeks	4	2	IKOR-S3	IK S3 F1	Teori	2
<b>Jumlah Beban Mengajar:</b>								<b>17,17 SKS</b>

DEKAN,

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



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
PROGRAM MAGISTER ILMU KEOLAHRAGAAN  
Jl.Colombo Yogyakarta 55281, Telp. (0274) 513092, 550307 pesawat 560, 557, dan 282.  
Fax. 0274-513092. Email: [humas\\_fik@uny.ac.id](mailto:humas_fik@uny.ac.id) Website : [www.fik.uny.ac.id](http://www.fik.uny.ac.id)

## RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

NO.: RPS/PPS8202/2022

SEM: II

SKS: 2

Revisi: 01

Tanggal: 28 Januari 2022

## RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

**PROGRAM STUDI** : S3-ILMU KEOLAHRAGAAN  
**NAMA MATA KULIAH** : KAJIAN SPORT MEDICINE  
**SEMESTER** : 1  
**KODE** : IKO9204  
**SKS** : 2 SKS  
**MATAKULIAH PRASYARAT** : -  
**DOSEN PENGAMPU** : Prof. Dr. Suharjana, M.Kes.; Dr.dr. Rachmah Laksmi A, M.Kes.; Dr. Widiyanto, M.Kes.

### I. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Sports Medicine merupakan mata kuliah wajib untuk Prodi Ilmu Keolahragaan (S3) di Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) dengan bobot 2 SKS, yang terdiri atas 2 SKS teori. Mata kuliah ini mengkaji pemahaman lanjutan tentang bidang medis yang berkaitan dengan aktivitas fisik dan olahraga terkait kesehatan, pendidikan dan performa/kepelatihan. Ruang lingkup kesehatan olahraga meliputi aspek cedera, penyakit degeneratif, aktivitas adaptif dan tim multidisipliner. Ruang lingkup pendidikan meliputi peran olahraga dalam tumbuh kembang anak usia dini, anak usia sekolah dasar dan sekolah menengah serta aktivitas fisik seumur hidup (*long life physical activity*). Ruang lingkup performa atau kepelatihan meliputi genetic dan performa, doping dan suplementasi, training dan detraining, female athlete triad.

**FIK SPORTIF**

Simpatik, Profesional, Optimis, Rasional, Takwa, Inovatif, dan Futuristik

*Pada tahun 2025 menjadi fakultas unggul, kreatif, dan inovatif di bidang pendidikan dan non kependidikan berlandaskan ketakwaan, kemandirian, dan kecendekiaan serta ekonomi kerakyatan berwawasan global.*



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
PROGRAM MAGISTER ILMU KEOLAHRAGAAN  
Jl.Colombo Yogyakarta 55281, Telp. (0274) 513092, 550307 pesawat 560, 557, dan 282.  
Fax. 0274-513092. Email: [humas\\_fik@uny.ac.id](mailto:humas_fik@uny.ac.id) Website : [www.fik.uny.ac.id](http://www.fik.uny.ac.id)

## RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

NO.: RPS/PPS8202/2022

SEM: II

SKS: 2

Revisi: 01

Tanggal: 28 Januari 2022

## II. CAPAIAN PEMBELAJARAN MATAKULIAH

### A. Sikap

1. Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius dan berkarakter
2. Menunjukkan sikap bertanggungjawab dan mandiri atas pekerjaan yang ditugaskan
3. Menunjukkan sikap terapis olahraga yang profesional

### B. Keterampilan

1. Memiliki keterampilan dalam mengerjakan tugas
2. Memiliki kemampuan berkomunikasi secara efektif, berpikir kritis, dan membuat keputusan secara tepat
3. Memiliki kemampuan membuat analisis dan program dalam lingkup Sport Medicine.

**FIK SPORTIF**

*Simpatik, Profesional, Optimis, Rasional, Takwa, Inovatif, dan Futuristik*

*Pada tahun 2025 menjadi fakultas unggul, kreatif, dan inovatif di bidang pendidikan dan non kependidikan berlandaskan ketakwaan, kemandirian, dan kecendekiaan serta ekonomi kerakyatan berwawasan global.*



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
**PROGRAM MAGISTER ILMU KEOLAHRAGAAN**  
Jl.Colombo Yogyakarta 55281, Telp. (0274) 513092, 550307 pesawat 560, 557, dan 282.  
Fax. 0274-513092. Email: [humas\\_fik@uny.ac.id](mailto:humas_fik@uny.ac.id) Website : [www.fik.uny.ac.id](http://www.fik.uny.ac.id)

## **RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER**

NO.: RPS/PPS8202/2022

SEM: II

SKS: 2

Revisi: 01

Tanggal: 28 Januari 2022

### **C. Pengetahuan**

Memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi masalah dan menyelesaikan masalah dan berkontribusi dalam mengkaji dan mengembangkan penelitian terkait sports medicine dalam kerangka kesehatan, pendidikan dan performa/kepelatihan

### **III. BAHAN KAJIAN**

1. Ruang lingkup Sport Medicine
2. Pencegahan, Penanganan dan Rehabilitasi Cedera Olahraga
3. Pencegahan, Penanganan dan Rehabilitasi Penyakit Degeneratif
4. Penanganan dan Rehabilitasi dengan Aktivitas Adaptif
5. Konsep Multidispliner dan Peran Tim Multidispliner dalam Sport Medicine
6. Minitest
7. Peran Olahraga dalam tumbuh kembang anak usia dini
8. Peran Olahraga dalam tumbuh kembang anak usia sekolah
9. Peran Olahraga dalam tumbuh kembang remaja
10. Physical literacy dan aktivitas fisik sepanjang hayat
11. Minitest
12. Genetika dan Performa
13. Training dan Detraining
14. Issue Doping dan Suplementasi
15. Female Athlete Triad
16. Minitest

**FIK SPORTIF**

*Simpatik, Profesional, Optimis, Rasional, Takwa, Inovatif, dan Futuristik*

*Pada tahun 2025 menjadi fakultas unggul, kreatif, dan inovatif di bidang pendidikan dan non kependidikan berlandaskan ketakwaan, kemandirian, dan kecendekiaan serta ekonomi kerakyatan berwawasan global.*



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
PROGRAM MAGISTER ILMU KEOLAHRAGAAN**

Jl.Colombo Yogyakarta 55281, Telp. (0274) 513092, 550307 pesawat 560, 557, dan 282.  
Fax. 0274-513092. Email: [humas\\_fik@uny.ac.id](mailto:humas_fik@uny.ac.id) Website : [www.fik.uny.ac.id](http://www.fik.uny.ac.id)

## RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

NO.: RPS/PPS8202/2022

SEM: II

SKS: 2

Revisi: 01

Tanggal: 28 Januari 2022

### IV. MATRIK RENCANA PEMBELAJARAN

(1) Pertemuan ke-	(2) Capaian Pembelajaran	(3) Bahan Kajian/ Pokok Bahasan	(4) Model/Metode Pembelajaran	(5) Pengalaman Belajar	(6) Indikator Penilaian	(7) Teknik Penilaian	(8) Bobot Tagihan	(9) Waktu	(10) Referensi
1	Memahami tujuan pembelajaran, materi. Kriteria evaluasi serta menyepakati mekanisme perkuliahan dan mampu memahami ruang lingkup kajian Sports Medicine	Pengantar Perkuliahan & Kontrak Belajar serta Ruang lingkup Sport Medicine	Presentasi kelompok dan diskusi	Berinteraksi, diskusi terkait materi dan mekanisme pembelajaran	Memahami cakupan materi, metode belajar dan kriteria evaluasi	Tes dan observasi	1	100	7,8,9
2	Memahami dan dapat mengembangkan kajian dan penelitian terkait Pencegahan, Penanganan dan Rehabilitasi Cedera Olahraga	Pencegahan, Penanganan dan Rehabilitasi Cedera Olahraga	Presentasi kelompok dan diskusi	Pencegahan, Penanganan dan Rehabilitasi Cedera Olahraga	Dapat mengembangkan rencana penelitian terkait Pencegahan, Penanganan dan Rehabilitasi Cedera Olahraga	Tes dan observasi	1	100	7

# **FIK SPORTIF**

*Simpatik, Profesional, Optimis, Rasional, Takwa, Inovatif, dan Futuristik*

*Pada tahun 2025 menjadi fakultas unggul, kreatif, dan inovatif di bidang pendidikan dan non kependidikan berlandaskan ketakwaan, kemandirian, dan kecendekiaan serta ekonomi kerakyatan berwawasan global.*



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN**  
**PROGRAM MAGISTER ILMU KEOLAHRAHAAN**  
Jl.Colombo Yogyakarta 55281, Telp. (0274) 513092, 550307 pesawat 560, 557, dan 282.  
Fax. 0274-513092. Email: [humas\\_fik@uny.ac.id](mailto:humas_fik@uny.ac.id) Website : [www.fik.uny.ac.id](http://www.fik.uny.ac.id)

## RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

NO.: RPS/PPS8202/2022

SEM: II

SKS: 2

Revisi: 01

Tanggal: 28 Januari 2022

(1) Pertemuan ke-	(2) Capaian Pembelajaran	(3) Bahan Kajian/ Pokok Bahasan	(4) Model/Metode Pembelajaran	(5) Pengalaman Belajar	(6) Indikator Penilaian	(7) Teknik Penilaian	(8) Bobot Tagihan	(9) Waktu	(10) Referensi
3	Memahami dan dapat mengembangkan kajian dan penelitian terkait Pencegahan, Penanganan dan Rehabilitasi Penyakit Degeneratif	Pencegahan, Penanganan dan Rehabilitasi Penyakit Degeneratif	Presentasi kelompok dan diskusi	Pencegahan, Penanganan dan Rehabilitasi penyakit degeneratif	Dapat mengembangkan rencana penelitian terkait Pencegahan, Penanganan dan Rehabilitasi Penyakit Degeneratif	Tes dan observasi	1	100	1-5
4	Memahami dan dapat mengembangkan kajian dan penelitian terkait Penanganan dan Rehabilitasi dengan Aktivitas Adaptif	Penanganan dan Rehabilitasi dengan Aktivitas Adaptif	Tugas mandiri	Penanganan dan Rehabilitasi dengan Aktivitas Adaptif	Dapat mengembangkan rencana penelitian terkait Penanganan dan Rehabilitasi dengan Aktivitas Adaptif	Tes	1	100	2,3
5	Memahami dan dapat mengembangkan kajian dan penelitian terkait Konsep Multidispliner dan peran tim	Konsep Multidispliner dan Peran Tim Multidispliner dalam Sport Medicine	Presentasi kelompok dan diskusi	Konsep Multidispliner dan Peran Tim Multidispliner dalam Sport Medicine	Dapat mengembangkan rencana penelitian terkait Konsep Multidispliner dan	Tes dan observasi	1	100	2,3

# **FIK SPORTIF**

*Simpatik, Profesional, Optimis, Rasional, Takwa, Inovatif, dan Futuristik*

*Pada tahun 2025 menjadi fakultas unggul, kreatif, dan inovatif di bidang pendidikan dan non kependidikan berlandaskan ketakwaan, kemandirian, dan kecendekiaan serta ekonomi kerakyatan berwawasan global.*



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
**PROGRAM MAGISTER ILMU KEOLAHRAGAAN**  
Jl.Colombo Yogyakarta 55281, Telp. (0274) 513092, 550307 pesawat 560, 557, dan 282.  
Fax. 0274-513092. Email: [humas\\_fik@uny.ac.id](mailto:humas_fik@uny.ac.id) Website : [www.fik.uny.ac.id](http://www.fik.uny.ac.id)

## RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

NO.: RPS/PPS8202/2022

SEM: II

SKS: 2

Revisi: 01

Tanggal: 28 Januari 2022

(1) Pertemuan ke-	(2) Capaian Pembelajaran	(3) Bahan Kajian/ Pokok Bahasan	(4) Model/Metode Pembelajaran	(5) Pengalaman Belajar	(6) Indikator Penilaian	(7) Teknik Penilaian	(8) Bobot Tagihan	(9) Waktu	(10) Referensi
	multidisipliner dalam sport medicine				peran tim multidisipliner				
6	Memahami dan dapat mengembangkan kajian dan penelitian terkait Kesehatan OR	Minitest	Presentasi kelompok dan diskusi	Minitest	Dapat mengembangkan rencana penelitian terkait kesehatan olahraga	Tes dan observasi	1	100	4
7	Memahami dan dapat mengembangkan kajian dan penelitian terkait Peran Olahraga dalam tumbuh kembang anak usia dini	Peran Olahraga dalam tumbuh kembang anak usia dini	Presentasi kelompok dan diskusi	Peran Olahraga dalam tumbuh kembang anak usia dini	Dapat mengembangkan rencana penelitian terkait Peran Olahraga dalam tumbuh kembang anak usia dini	Tes dan observasi	1	100	4
8	Memahami dan dapat mengembangkan kajian dan penelitian terkait Peran Olahraga dalam tumbuh kembang anak usia sekolah	Peran Olahraga dalam tumbuh kembang anak usia sekolah	Presentasi kelompok dan diskusi	Peran Olahraga dalam tumbuh kembang anak usia sekolah	Dapat mengembangkan penelitian terkait Peran Olahraga dalam tumbuh kembang anak usia sekolah	Tes	1	100	5

# FIK SPORTIF

Simpatik, Profesional, Optimis, Rasional, Takwa, Inovatif, dan Futuristik

*Pada tahun 2025 menjadi fakultas unggul, kreatif, dan inovatif di bidang pendidikan dan non kependidikan berlandaskan ketakwaan, kemandirian, dan kecendekiaan serta ekonomi kerakyatan berwawasan global.*



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
**PROGRAM MAGISTER ILMU KEOLAHRAGAAN**  
Jl.Colombo Yogyakarta 55281, Telp. (0274) 513092, 550307 pesawat 560, 557, dan 282.  
Fax. 0274-513092. Email: [humas\\_fik@uny.ac.id](mailto:humas_fik@uny.ac.id) Website : [www.fik.uny.ac.id](http://www.fik.uny.ac.id)

## RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

NO.: RPS/PPS8202/2022

SEM: II

SKS: 2

Revisi: 01

Tanggal: 28 Januari 2022

(1) Pertemuan ke-	(2) Capaian Pembelajaran	(3) Bahan Kajian/ Pokok Bahasan	(4) Model/Metode Pembelajaran	(5) Pengalaman Belajar	(6) Indikator Penilaian	(7) Teknik Penilaian	(8) Bobot Tagihan	(9) Waktu	(10) Referensi
9	Memahami dan dapat mengembangkan kajian dan penelitian terkait Peran Olahraga dalam tumbuh kembang remaja	Peran Olahraga dalam tumbuh kembang remaja	Presentasi kelompok dan diskusi	Peran Olahraga dalam tumbuh kembang remaja	Dapat mengembangkan rencana penelitian terkait Peran Olahraga dalam tumbuh kembang remaja	Tes dan observasi	1	100	5
10	Memahami dan dapat mengembangkan kajian dan penelitian terkait Physical literacy dan laktivitas fisik sepanjang hayat	Physical literacy dan aktivitas fisik sepanjang hayat	Tugas mandiri	Physical literacy dan aktivitas fisik sepanjang hayat	Dapat mengembangkan rencana penelitian terkait Physical literacy dan aktivitas fisik sepanjang hayat.	Tes dan observasi	1	100	7,8
11	Mampu memahami danmengembangkan kajian sports medicine terkait pendidikan	Minitest	Presentasi kelompok dan diskusi	Minitest	Dapat mengembangkan rencana penelitian terkait kajian sports medicine terkait pendidikan	Tes dan observasi	1	100	
12	Memahami dan dapat mengembangkan	Genetika dan Performa	Tugas Mandiri	Genetika dan Performa	Dapat mengembangkan	Tes dan observasi	1	100	7,8

# FIK SPORTIF

Simpatik, Profesional, Optimis, Rasional, Takwa, Inovatif, dan Futuristik

*Pada tahun 2025 menjadi fakultas unggul, kreatif, dan inovatif di bidang pendidikan dan non kependidikan berlandaskan ketakwaannya, kemandirian, dan kecendekiaan serta ekonomi kerakyatan berwawasan global.*



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
**PROGRAM MAGISTER ILMU KEOLAHRAGAAN**  
Jl.Colombo Yogyakarta 55281, Telp. (0274) 513092, 550307 pesawat 560, 557, dan 282.  
Fax. 0274-513092. Email: [humas\\_fik@uny.ac.id](mailto:humas_fik@uny.ac.id) Website : [www.fik.uny.ac.id](http://www.fik.uny.ac.id)

## RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

NO.: RPS/PPS8202/2022

SEM: II

SKS: 2

Revisi: 01

Tanggal: 28 Januari 2022

(1) Pertemuan ke-	(2) Capaian Pembelajaran	(3) Bahan Kajian/ Pokok Bahasan	(4) Model/Metode Pembelajaran	(5) Pengalaman Belajar	(6) Indikator Penilaian	(7) Teknik Penilaian	(8) Bobot Tagihan	(9) Waktu	(10) Referensi
	kajian dan penelitian terkait Genetika dan Performa				rencana penelitian terkait genetika dan olahraga				
13	Memahami dan dapat mengembangkan kajian dan penelitian terkait Training dan Detraining	Training & Detraining	Presentasi kelompok dan diskusi	Training & Detraining	Dapat mengembangkan rencana penelitian terkait training dan detraining	Tes dan observasi	1	100	7,8
14	Memahami dan dapat mengembangkan kajian dan penelitian terkait Issue Doping dan Suplementasi	Issue Doping dan Suplementasi	Presentasi kelompok dan diskusi	Issue Doping dan Suplementasi	Dapat mengembangkan rencana penelitian terkait issue doping dan suplementasi	Tes	1	100	7,8,9
15	Memahami dan dapat mengembangkan kajian dan penelitian terkait Female Athlete Triad	Female Athlete Triad	Presentasi kelompok dan diskusi	Female Athlete Triad	Dapat mengembangkan rencana penelitian terkait Female athlete triad	Tes dan observasi	1	100	7,8,9

# FIK SPORTIF

Simpatik, Profesional, Optimis, Rasional, Takwa, Inovatif, dan Futuristik

*Pada tahun 2025 menjadi fakultas unggul, kreatif, dan inovatif di bidang pendidikan dan non kependidikan berlandaskan ketakwaan, kemandirian, dan kecendekiaan serta ekonomi kerakyatan berwawasan global.*



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
**PROGRAM MAGISTER ILMU KEOLAHRAGAAN**  
Jl.Colombo Yogyakarta 55281, Telp. (0274) 513092, 550307 pesawat 560, 557, dan 282.  
Fax. 0274-513092. Email: [humas\\_fik@uny.ac.id](mailto:humas_fik@uny.ac.id) Website : [www.fik.uny.ac.id](http://www.fik.uny.ac.id)

## RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

NO.: RPS/PPS8202/2022

SEM: II

SKS: 2

Revisi: 01

Tanggal: 28 Januari 2022

(1) Pertemuan ke-	(2) Capaian Pembelajaran	(3) Bahan Kajian/ Pokok Bahasan	(4) Model/Metode Pembelajaran	(5) Pengalaman Belajar	(6) Indikator Penilaian	(7) Teknik Penilaian	(8) Bobot Tagihan	(9) Waktu	(10) Referensi
16	Mampu memahami dan mengembangkan kajian sports medicine	Minitest	Presentasi kelompok dan diskusi	Minitest	Dapat mengembangkan rencana penelitian terkait performa olahraga	Tes & observasi	1	100	

### KETERANGAN:

1. Pertemuan: Jelas
2. Capaian Pembelajaran: tujuan pembelajaran khusus pada pertemuan tersebut
3. Bahan Kajian: Materi ajar pada pertemuan tersebut.
4. Model/metode: Jelas
5. Pengalaman belajar: deskripsi tugas yang harus dilakukan oleh mahasiswa dalam satu kali pertemuan
6. Indikator Penilaian: Penguasaan terhadap materi ajar
7. Teknik Penilaian: Jelas (kuis, portofolio, tugas)
8. Bobot Tagihan: Persentase capaian dari keseluruhan materi.
9. Waktu: Jelas
10. Referensi: Menuliskan nomornya dari daftar referensi yang ditulis di bawah.

### V. BOBOT PENILAIAN\*)

# FIK SPORTIF

*Simpatik, Profesional, Optimis, Rasional, Takwa, Inovatif, dan Futuristik*

*Pada tahun 2025 menjadi fakultas unggul, kreatif, dan inovatif di bidang pendidikan dan non kependidikan berlandaskan ketakwaan, kemandirian, dan kecendekiaan serta ekonomi kerakyatan berwawasan global.*



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN  
PROGRAM MAGISTER ILMU KEOLAHRAHAAN  
Jl.Colombo Yogyakarta 55281, Telp. (0274) 513092, 550307 pesawat 560, 557, dan 282.  
Fax. 0274-513092. Email: [humas\\_fik@uny.ac.id](mailto:humas_fik@uny.ac.id) Website : [www.fik.uny.ac.id](http://www.fik.uny.ac.id)

## RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

NO.: RPS/PPS8202/2022

SEM: II

SKS: 2

Revisi: 01

Tanggal: 28 Januari 2022

NO	ASPEK	KOMPONEN EVALUASI	DESKRIPSI	BOBOT (%)
1	Aktivitas Partisipatif	Presensi Kehadiran	Mengikuti Perkuliahan dengan baik serta memahami konsep dasar mata kuliah Terapi dan Rehabilitasi Penyakit Degeneratif	20
2	Hasil Proyek	Produk program terapi latihan pada penyakit degeneratif	Mampu menganalisis konsep-konsep dasar mata kuliah Terapi dan Rehabilitasi Penyakit Degeneratif	30
	<b>Sub Total</b>			<b>50</b>
3	Kognitif Pengetahuan	Tugas	Menganalisis tahap-tahap materi mata kuliah Terapi dan Rehabilitasi Penyakit Degeneratif	10
		Quiz	Menganalisis pemahaman materi mata kuliah Terapi dan Rehabilitasi Penyakit Degeneratif	5
		Ujian Tengah Semester	Ujian Tengah Semester	15
		Ujian Akhir Semester	Ujian Akhir Semester	20
	<b>Sub Total</b>			<b>50</b>
	<b>Total</b>			<b>100</b>

\*) Penilaian aspek, jenis penilaian dan pembobotan disesuaikan dengan capaian pembelajaran dan karakteristik mata kuliah

# FIK SPORTIF

Simpatik, Profesional, Optimis, Rasional, Takwa, Inovatif, dan Futuristik

*Pada tahun 2025 menjadi fakultas unggul, kreatif, dan inovatif di bidang pendidikan dan non kependidikan berlandaskan ketakwaannya, kemandirian, dan kecendekiaan serta ekonomi kerakyatan berwawasan global.*



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN  
PROGRAM MAGISTER ILMU KEOLAHRAHAAN  
Jl.Colombo Yogyakarta 55281, Telp. (0274) 513092, 550307 pesawat 560, 557, dan 282.  
Fax. 0274-513092. Email: [humas\\_fik@uny.ac.id](mailto:humas_fik@uny.ac.id) Website : [www.fik.uny.ac.id](http://www.fik.uny.ac.id)

## RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

NO.: RPS/PPS8202/2022

SEM: II

SKS: 2

Revisi: 01

Tanggal: 28 Januari 2022

### VI. REFERENSI BUKU DAN JURNAL

1. Tim Holt and Sudhesh Kumar. (2010). ABC of diabetes. Wiley-Blackwell
2. Sheri RC, Ronald JS, Jane EY, Michael CR et.al. (2016). Physical Activity/Exercise & Diabetes: A Position Statement of The American Diabetes Association. *Diabetes Care* 2016;39:2065–2079 | DOI: 10.2337/dc16-1728
3. E. Roddy, W. Zhang, M. Doherty, N. K. Arden, J. Barlow, F. Birrell, A. Carr, K. Chakravarty, J. Dickson, E. Hay, G. Hosie, M. Hurley, K. M. Jordan, C. McCarthy, M. McMurdo, S. Mockett, S. O'Reilly, G. Peat, A. Pendleton, S. Richards, Evidence-based recommendations for the role of exercise in the management of osteoarthritis of the hip or knee—the MOVE consensus, *Rheumatology*, Volume 44, Issue 1, January 2005, Pages 67–73, <https://doi.org/10.1093/rheumatology/keh399>
4. Recommendation for Prescribing Exercise to Patients With Osteoarthritis. [https://www.chp.gov.hk/archive/epp/files/DoctorsHanbook\\_ch9.pdf](https://www.chp.gov.hk/archive/epp/files/DoctorsHanbook_ch9.pdf)
5. Myers, J., Kokkinos, P., & Nyelin, E. (2019). Physical Activity, Cardiorespiratory Fitness, and the Metabolic Syndrome. *Nutrients*, 11(7), 1652. <https://doi.org/10.3390/nu11071652>

# FIK SPORTIF

Simpatik, Profesional, Optimis, Rasional, Takwa, Inovatif, dan Futuristik

Pada tahun 2025 menjadi fakultas unggul, kreatif, dan inovatif di bidang pendidikan dan non kependidikan berlandaskan ketakwaan, kemandirian, dan kecendekiaan serta ekonomi kerakyatan berwawasan global.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
PROGRAM MAGISTER ILMU KEOLAHRAGAAN  
Jl.Colombo Yogyakarta 55281, Telp. (0274) 513092, 550307 pesawat 560, 557, dan 282.  
Fax. 0274-513092. Email: [humas\\_fik@uny.ac.id](mailto:humas_fik@uny.ac.id) Website : [www.fik.uny.ac.id](http://www.fik.uny.ac.id)

## RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

NO.: RPS/PPS8202/2022

SEM: II

SKS: 2

Revisi: 01

Tanggal: 28 Januari 2022

6. Paley, C.A., Johnson, M.I. Abdominal obesity and metabolic syndrome: exercise as medicine?. *BMC Sports Sci Med Rehabil* **10**, 7 (2018). <https://doi.org/10.1186/s13102-018-0097-1>
7. <https://www.sportsmed.org/AOSSMIMIS/members/downloads/media/SportsMedicineMediaGuide.pdf>
8. <http://www.pthomegroup.com/sites/default/files/my%20library/Robert%20C%20France%20Introduction%20to%20Sports%20Medicine.pdf>
9. <https://www.westada.org/cms/lib/ID01904074/Centricity/Domain/2805/Sports%20Medicine%20Essentials.pdf>

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Ilmu Keolahragaan S3

Prof. Dr. Sumaryanti, M.S.  
NIP. 195801111982032001

Yogyakarta, 18 Februari 2023  
Dosen Pengampu,

Dr.dr. Rachmah Laksmi A, M.Kes.  
NIP. 197101282000032001

# FIK SPORTIF

Simpatik, Profesional, Optimis, Rasional, Takwa, Inovatif, dan Futuristik

*Pada tahun 2025 menjadi fakultas unggul, kreatif, dan inovatif di bidang pendidikan dan non kependidikan berlandaskan ketakwaan, kemandirian, dan kecendekiaan serta ekonomi kerakyatan berwawasan global.*