



UNIVERSITAS UDAYANA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI MAGISTER FISILOGI KEOLAHRAGAAN

KODE DOKUMEN

.....

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

| MATA KULIAH (MK) | KODE | Rumpun MK | BOBOT (sks) | SEMESTER | Tgl Penyusunan | |
|---|--------------------------------------|---|--------------------------------------|----------|---|--|
| Olahraga Pada Komunitas Khusus (Pediatri, Geriatri, Dan Wanita) | MOR 205 | Fisiologi Keolahragaan | 2 | II | 20 Pebruari 2020 | |
| OTORISASI | Dosen Pengembang RPS | | Koordinator MK | | Koordinator Program Studi | |
| | Dr. dr. I Made Krisna Dinata, M.Erg. | | Dr. dr. I Made Krisna Dinata, M.Erg. | | Dr. dr. Luh Putu Ratna Sundari, M.Biomed. | |
| Capaian Pembelajaran (CP) | CPL– PRODI | | | | | |
| | SIKAP (S) | | | | | |
| | 1 | Mampu memecahkan masalah keolahragaan dengan pendekatan inter dan multidisiplin | | | | |
| | 2 | Mampu mempengaruhi perilaku masyarakat untuk hidup sehat dan bugar melalui pengelolaan riset dengan pendekatan inter dan multidisiplin sehingga mampu mendapat pengakuan nasional dan internasional | | | | |

| | |
|---------------------------------|--|
| | |
| | |
| | |
| PENGETAHUAN (P) | |
| 1 | Memiliki penguasaan dasar/prinsip Ilmu Fisiologi Keolahragaan pada tingkat pengembangan yang menjadi instrumen dalam menyusun program pelatihan, mencakup ilmu yang berkaitan dengan fisiologi, statistik, metodologi penelitian dan cedera olah raga |
| 2 | Memiliki penguasaan dasar/prinsip Ilmu fisiologi dalam penanganan cedera olah raga |
| 3 | Memiliki penguasaan dasar/prinsip Ilmu fisiologi dalam merancang model program pelatihan olah raga |
| 4 | Mampu mengevaluasi program pelatihan olah raga |
| | |
| KETERAMPILAN UMUM (KU) | |
| 1 | Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ilmu pengetahuan dan teknologi yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora yang sesuai dengan bidang keahliannya |
| 2 | Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu, dan terukur |
| KETERAMPILAN KHUSUS (KK) | |
| 1 | Mampu merancang program pelatihan olah raga pada berbagai populasi termasuk populasi spesifik |
| 2 | Mampu melatih sesuai dengan prinsip-prinsip Fisiologi Keolahragaan |

| | | |
|-----------------------------|--|---|
| | 3 | Mampu membentuk atau membuat program nutrisi untuk olah raga |
| | 4 | Mampu memecahkan permasalahan bidang keolahragaan menggunakan prinsip keilmuan Fisiologi keolahragaan, statistik, dan metode penelitian |
| | CPMK | |
| | 1 | Mahasiswa mampu menguasai prinsip fisiologi olahraga pada komunitas khusus |
| | 2 | Mahasiswa mampu menguasai prinsip fisiologi olahraga pada berbagai usia |
| | 3 | Mahasiswa mampu menguasai konsep fisiologi olahraga pada wanita |
| | 4 | Mahasiswa mampu memahami konsep prinsip fisiologi olahraga pada kondisi khusus |
| | 5 | Mahasiswa mampu memahami konsep psikososial pada komunitas khusus |
| | 6 | Mahasiswa mampu memahami dan melakukan penyusunan program yang komprehensif |
| | | |
| NB : | CPL sikap dinilai dalam setiap proses pembelajaran dalam mata kuliah ini dengan menyertakan checklist penilaian sikap dalam form penilaian, small group discussion dan presentasi student project. | |
| Deskripsi singkat MK | Mata kuliah Olahraga Pada Komunitas Khusus (Pediatri, Geriatri, Dan Wanita) adalah mata kuliah dengan beban 2 sks. Diberikan pada mahasiswa S2 fisiologi keolahragaan semester II. Perkuliahan ini bertujuan agar mahasiswa dapat menguasai fisiologi olahraga pada komunitas khusus, berbagai usia, wanita, kondisi khusus, kondisi psikososial pada komunitas khusus, serta penyusunan program yang komprehensif. Mata kuliah ini dilaksanakan dengan tatap muka dan presentasi. | |

| | |
|----------------------------|---|
| Bahan Kajian/Materi | <ol style="list-style-type: none"> 1. Fisiologi Olahraga Pediatrik 2. Respon Terhadap Pelatihan Fisik |
|----------------------------|---|

| | | |
|-------------------------------------|--|---|
| Pembelajaran / Pokok Bahasan | 3. Pelatihan dan Kondisi Lingkungan Dalam Olahraga 4. Perceived exertion 5. Atlet Usia Muda 6. Aktivitas Fisik dan Kesehatan 7. Presentasi 8. Konsep Dasar Fisiologi Olahraga Pada Wanita 9. Olahraga dan Fase Perkembangan Wanita 10. Masalah dan Kondisi Khusus Dalam Olahraga 11. Pendahuluan Master Sport dan Atlet Usia Lanjut 12. Penuaan, kinerja/performa, dan Peran Keterlibatan Berkelanjutan Dalam Olahraga 13. Aspek Psiko Sosial Dalam Master Sport 14. Menuju Model Komprehensif Aktivitas Fisik, Kesehatan, dan Kinerja/Performa Berkelanjutan | |
| Referensi | Utama | |
| | 1 | Neil Armstrong PhD DSc - Paediatric Exercise Physiology_ Advances in Sport and Exercise Science Series (2007) |
| | 2 | Mona M. Shangold, Gabe Mirkin - Women and Exercise_ Physiology and Sport Medicine (1994) |
| | | |
| | Pendukung | |
| | 1 | Human Physiology, Guyton & Hall 2015 |

| | | | | | | |
|---------------------------|---|--|--------------------------------------|--|---|----------------------------|
| Media Pembelajaran | Perangkat Lunak | | Perangkat Keras: | | | |
| | Microsoft Power Point | | PC, Flash Disk, LCD and Projector | | | |
| Dosen Pengampu | 1 | Dr. dr. I Made Krisna Dinata, M.Erg. (Koordinator) | | | | |
| | 2 | | | | | |
| | 3 | | | | | |
| | 4 | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| Minggu ke | Kemampuan akhir yang diharapkan | Materi Pembelajaran (Bahan Kajian) | Kriteria dan Bentuk Penilaian | Bentuk, Metode Pembelajaran dan Penugasan serta Alokasi Waktu | Materi Pembelajaran dan Pustaka | Bobot Penilaian (%) |
| (1) | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) | (7) |
| 1 | Mahasiswa mampu menguasai prinsip fisiologi olahraga pada berbagai usia | Fisiologi Olahraga Pediatrik | Ujian tulis | Metode pembelajaran Ceramah Alokasi waktu : 2x50 menit | Neil Armstrong PhD DSc - Paediatric Exercise Physiology_ Advances in Sport and Exercise Science Series (2007) | 8 |

| | | | | | | |
|---|--|---------------------------------|-------------|---|---|---|
| | | | | | Mona M. Shangold, Gabe Mirkin - Women and Exercise_ Physiology and Sport Medicine (1994) | |
| 2 | Mahasiswa mampu menguasai prinsip fisiologi olahraga pada komunitas khusus | Respon Terhadap Pelatihan Fisik | Ujian tulis | Metode pembelajaran Ceramah Alokasi waktu : 2x50 menit | Neil Armstrong PhD DSc - Paediatric Exercise Physiology_ Advances in Sport and Exercise Science Series (2007) Mona M. Shangold, Gabe Mirkin - Women and Exercise_ Physiology and Sport Medicine (1994) | 7 |
| 3 | Mahasiswa mampu | Pelatihan dan | Ujian tulis | Metode | Neil Armstrong | 7 |

| | | | | | | |
|---|--|-----------------------------------|-------------|---|---|---|
| | menguasai prinsip fisiologi olahraga pada komunitas khusus | Kondisi Lingkungan Dalam Olahraga | | pembelajaran Ceramah Alokasi waktu : 2x50 menit | PhD DSc - Paediatric Exercise Physiology_ Advances in Sport and Exercise Science Series (2007) Mona M. Shangold, Gabe Mirkin - Women and Exercise_ Physiology and Sport Medicine (1994) | |
| 4 | Mahasiswa mampu menguasai prinsip fisiologi olahraga pada komunitas khusus | Perceived exertion | Ujian tulis | Metode pembelajaran Ceramah Alokasi waktu : 2x50 menit | Neil Armstrong PhD DSc - Paediatric Exercise Physiology_ Advances in Sport and Exercise Science Series (2007) | 7 |

| | | | | | | |
|---|---|-----------------|-------------|---|--|---|
| | | | | | Mona M. Shangold, Gabe Mirkin - Women and Exercise_ Physiology and Sport Medicine (1994) | |
| 5 | Mahasiswa mampu menguasai prinsip fisiologi olahraga pada berbagai usia | Atlet Usia Muda | Ujian tulis | Metode pembelajaran Ceramah Alokasi waktu : 2x50 menit | Neil Armstrong PhD DSc - Paediatric Exercise Physiology_ Advances in Sport and Exercise Science Series (2007) Mona M. Shangold, Gabe Mirkin - Women and Exercise_ | 7 |

| | | | | | | |
|---|--|-------------------------------|---------------------|---|---|---|
| | | | | | Physiology and Sport Medicine (1994) | |
| 6 | Mahasiswa mampu menguasai prinsip fisiologi olahraga pada komunitas khusus | Aktivitas Fisik dan Kesehatan | Ujian tulis | Metode pembelajaran Ceramah Alokasi waktu : 2x50 menit | Neil Armstrong PhD DSc - Paediatric Exercise Physiology_ Advances in Sport and Exercise Science Series (2007) Mona M. Shangold, Gabe Mirkin - Women and Exercise_ Physiology and Sport Medicine (1994) | 7 |
| 7 | Mahasiswa mampu menguasai prinsip fisiologi olahraga | Presentasi | Performa presentasi | Metode pembelajaran Presentasi | Neil Armstrong PhD DSc - Paediatric Exercise Physiology_ | 7 |

| | | | | | | |
|---|---|---|-------------|---|--|---|
| | pada komunitas khusus | | | mahasiswa Alokasi waktu : 2x50 menit | Advances in Sport and Exercise Science Series (2007) Mona M. Shangold, Gabe Mirkin - Women and Exercise Physiology and Sport Medicine (1994) | |
| 8 | Mahasiswa mampu menguasai konsep fisiologi olahraga pada wanita | Konsep Dasar Fisiologi Olahraga Pada Wanita | Ujian tulis | Metode pembelajaran Ceramah Alokasi waktu : 2x50 menit | Neil Armstrong PhD DSc - Paediatric Exercise Physiology Advances in Sport and Exercise Science Series (2007) Mona M. Shangold, | 7 |

| | | | | | | |
|---|---|---------------------------------------|-------------|---|--|---|
| | | | | | Gabe Mirkin - Women and Exercise_ Physiology and Sport Medicine (1994) | |
| 9 | Mahasiswa mampu menguasai konsep fisiologi olahraga pada wanita | Olahraga dan Fase Perkembangan Wanita | Ujian tulis | Metode pembelajaran Ceramah Alokasi waktu : 2x50 menit | Neil Armstrong PhD DSc - Paediatric Exercise Physiology_ Advances in Sport and Exercise Science Series (2007) Mona M. Shangold, Gabe Mirkin - Women and Exercise_ Physiology and Sport Medicine (1994) | 7 |

| | | | | | | |
|----|--|--|-------------|---|---|---|
| 10 | Mahasiswa mampu memahami konsep prinsip fisiologi olahraga pada kondisi khusus | Masalah dan Kondisi Khusus Dalam Olahraga | Ujian tulis | Metode pembelajaran Ceramah Alokasi waktu : 2x50 menit | Neil Armstrong PhD DSc - Paediatric Exercise Physiology_ Advances in Sport and Exercise Science Series (2007) Mona M. Shangold, Gabe Mirkin - Women and Exercise_ Physiology and Sport Medicine (1994) | 7 |
| 11 | Mahasiswa mampu menguasai prinsip fisiologi olahraga pada berbagai usia | Pendahuluan Master Sport dan Atlet Usia Lanjut | Ujian tulis | Metode pembelajaran Ceramah Alokasi waktu : 2x50 menit | Neil Armstrong PhD DSc - Paediatric Exercise Physiology_ Advances in Sport and Exercise Science Series | 7 |

| | | | | | | |
|----|---|--|-------------|---|---|---|
| | | | | | (2007) Mona M. Shangold, Gabe Mirkin - Women and Exercise Physiology and Sport Medicine (1994) | |
| 12 | Mahasiswa mampu menguasai prinsip fisiologi olahraga pada berbagai usia | Penuaan, kinerja/performa, dan Peran Keterlibatan Berkelanjutan Dalam Olahraga | Ujian tulis | Metode pembelajaran Ceramah Alokasi waktu : 2x50 menit | Neil Armstrong PhD DSc - Paediatric Exercise Physiology Advances in Sport and Exercise Science Series (2007) Mona M. Shangold, Gabe Mirkin - Women and Exercise_ | 7 |

| | | | | | | |
|----|---|--|-------------|---|---|---|
| | | | | | Physiology and Sport Medicine (1994) | |
| 13 | Mahasiswa mampu memahami konsep psikososial pada komunitas khusus | Aspek Psiko Sosial Dalam Master Sport | Ujian tulis | Metode pembelajaran Ceramah Alokasi waktu : 2x50 menit | Neil Armstrong PhD DSc - Paediatric Exercise Physiology_ Advances in Sport and Exercise Science Series (2007) Mona M. Shangold, Gabe Mirkin - Women and Exercise_ Physiology and Sport Medicine (1994) | 7 |
| 14 | Mahasiswa mampu memahami dan melakukan | Menuju Model Komprehensif Aktivitas Fisik, | Ujian tulis | Metode pembelajaran Ceramah | Neil Armstrong PhD DSc - Paediatric Exercise Physiology_ | 8 |

| | | | | | | |
|--|--------------------------------------|---|--|-------------------------------|---|--|
| | penyusunan program yang komprehensif | Kesehatan, dan Kinerja/Performa Berkelanjutan | | Alokasi waktu : 2x50 menit | Advances in Sport and Exercise Science Series (2007) Mona M. Shangold, Gabe Mirkin - Women and Exercise_ Physiology and Sport Medicine (1994) | |
|--|--------------------------------------|---|--|-------------------------------|---|--|