RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

PROGRAM STUDI PENKEPOR
FAKULTAS KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET

Identitas Mata Kuliah			**Identitas dan Validasi**		**Nama**	**Tanda Tangan**
Kode Mata Kuliah	:		Dosen Pengembang RPS	:	Dr.Haris Nugroho,M.Or Prof Dr.Muchsin .D.dr.AIFO Drs.Sarjoko Lelono,M.Kes	
Nama Mata Kuliah	:	**Fisiologi Kepelatihan Olahraga**				
Bobot Mata Kuliah (sks)	:	**2**	Koord. Kelompok Mata Kuliah	:	Dr.Haris Nugroho,M.Or	
Semester	:					
Mata Kuliah Prasyarat	:	**-**	Kepala Program Studi	:	Dr. Haris Nugroho, M.Or	

Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

Kode CPL	**Unsur CPL**
S-9	: Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahliannya secara mandiri
KU-1	: Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis dan inovatif dalam kontek pengembangan atau implementasi ilmu pengetahuan dan teknologi yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora yang sesuai dengan bidang keahliannya.
Pengetahuan (P)	: Respon dan adaptasi tubuh terhadap aktivitas fisik dan latihan ;
Keterampilan Khusus (KK)	: Mahasiswa mampu mengetahui adaptasi tubuh

CP Mata kuliah (CPMK)	:	Mahasiswa dapat memahami tentang respon dan adaptasi tubuh manusia yang berkaitan dengan aktivitas fisik dan olahraga
Bahan Kajian Keilmuan	:	- Sistem energi - Fisiologi sistem - Perkembangan Pendidikan dan Pelatihan Profesi Keolahragaan
Deskripsi Mata Kuliah	:	Mata kuliah Fisiologi Olahraga merupakan mata kuliah wajib bagi mahasiswa FKOR. Mata kuliah ini membahas respon dan adaptasi kerja tubuh manusia pada aktivitas fisik dan olahraga pada sistem energi, sistem kardiovaskuler, sistem respirasi, aklimatisasi dan pembahasan tentang doping.
Daftar Referensi	:	1. Guyton, Hall, (1996), "*Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*", EGC: Jakarta

2. Sherwood,(2009), "*Fisiologi Manusia : dari sel ke sistem*",ed.6, EGC: Jakarta
3. Fox ,(1984) "*Sports Physiology"*, Second Edition, W.B.Saunders Company : Phil
4. Kenney, W. L., Wilmore, J. H., & Costill, D. L. (2012). Physiology of Sport and Exercise (5th ed.). Champaign: Human Kinetics

Tahap	Kemampuan akhir	Materi Pokok	Referensi	Metode Pembelajaran		Waktu	Pengalaman Belajar	Penilaian*	
				Luring	Daring			Indikator/ kode CPL	Teknik penilaian /bobot
1	2	3	4	5	6	7	8	6	7
1-3	Menjelaskan Respon dan adaptasi Kardiovaskuler terhadap olahraga	- respon jantung - adaptasi jantung	1,2,3	Ceramah dan Diskusi kelas		4x (2x50)	Mengikuti perkuliahan	Kelengkapan dan kebenaran jawaban	20%
4-6	Menjelaskan Respon dan adaptasi otot terhadap olahraga	-respon otot -adaptasi otot	1,2,3	Ceramah dan Diskusi kelas		4x(2x50)	Mengikuti perkuliahan	Kelengkapan dan kebenaran jawaban	20%
7-8	Menjelaskan Respon dan adaptasi sistem endokrin dan pencernaan terhadap olahraga	- Respon endokrin dan pencernaan	1,2,3,4	Ceramah dan Diskusi kelas		2x (2x50)	Mengikuti perkuliahan	Kelengkapan dan kebenaran jawaban	10%
9-10	Mahasiswa mampu menjelaskan aklimatisasi	• Pengertian dan jenis-jenis aklimatisasi	1,2,3,4	Ceramah dan Diskusi kelas Presentasi tugas		2x (2x50)	Mengikuti perkuliahan dan mempresentasikan tugas	Kelengkapan dan kebenaran jawaban	20%
11	Mahasiswa mampu menjelaskan kelelahan dan nyeri otot	- Kelelahan otot - DOMS	1,2,3,4	Ceramah dan Diskusi kelas Presentasi tugas		2x (2x50)	Mengikuti perkuliahan	Kelengkapan dan kebenaran jawaban	15%
12	Mahasiswa mampu menjelaskan penyalahgunaan obat terlarang dalam olahraga	- Pengertian doping - jenis doping - Atlet yang menggunakan doping	1,2,3,4	Ceramah dan Diskusi kelas Presentasi tugas		2x(2x50)	Mengikuti perkuliahan	Kelengkapan dan kebenaran jawaban	15%

*Kriteria Penilaian terlampir