

	Universitas Negeri Surabaya Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan Program Studi S1 Ilmu Keolahragaan						Kode Dokumen																												
RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER																																			
MATA KULIAH (MK)	KODE	Rumpun MK	BOBOT (sks)			SEMESTER	Tgl Penyusunan																												
HYGIENE OLAHRAGA	8920102220		T=2	P=0	ECTS=3.18	1	6 Desember 2025																												
OTORISASI	Pengembang RPS		Koordinator RMK			Koordinator Program Studi																													
						HERI WAHYUDI																													
Model Pembelajaran	Project Based Learning																																		
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK																																		
	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)																																		
	Matrik CPL - CPMK																																		
		CPMK																																	
	Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)																																		
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr> <th style="width: 10%;">CPMK</th> <th colspan="16">Minggu Ke</th> </tr> <tr> <td></td> <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> </table>	CPMK	Minggu Ke																	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
CPMK	Minggu Ke																																		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16																			
Deskripsi Singkat MK	Mata kuliah ini mengkaji tentang kebijakan pemerintah dalam perlindungan keselamatan dan kesehatan kerja (K3) terhadap populasi atau kelompok atlet. Cakupannya meliputi pengertian, sejarah K3 dan tujuannya, organisasi dan perundang-undangan tentang K3, bahan-bahan berbahaya, resiko bahaya (hazards) di tempat kerja dan instansi keolahragaan, alat dan perlengkapan K3, PPPK, penyakit dan gangguan kesehatan akibat kerja yang terkait dengan olahraga, faktor-faktor penyebab kecelakaan kerja, ergonomi dan produktivitas kerja atlet dengan metode project base learning .																																		
Pustaka	Utama :																																		
	1. 1. Drinkwater, Barbara. 2000. Women in Sport. Vol. VIII of the Encyclopedia of Sport Medicine. IOC Medical Committee Publication. Blackwell Science Ltd, UK. 2. Hahn, Fredrick. 2009. Strong Kids Healthy Kids. Amacom, New York. 3. Leavitt, Michael. 2008 Physical Activity Guidelines for Americans. U.S. Department of Health & Human Services. www.health.gov/paguidelines . 4. Pocinki, Karen M. 2009. Exercise and Physical Activity. The National Institute on Aging. U.S. Department of Health & Human Services. 5. Redgrave ,Ann. 2008. Exercise Physiology in Special Population. Churchill Livingstone. Elsevier, Philadelphia. 6. Vasta, Ross, Haith, Marshall M., Miller, Scott A. (1999). Child Psychology (the Modern Science) Third Edition. New York: John Wiley & Sons Inc. 7. Yusuf, Syamsu. (2002). Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Bandung: Rosda Karya. http://www.unicef.org/specialsession/wffc/ 8. Pudjiastuti, Sri Surini & Budi Utomo, 2000. Fisioterapi pada Lansia. Jakarta 9. Sembiring, Sri Alem. 2007. Penataan Lingkungan Sosial bagi Penderita Dimensia (Pikun) dan RTA (Retardasi Mental). Universitas Sumatera Utara: Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, 10. Arisman. 2004. Gizi dalam Daur Kehidupan. Jakarta : Buku Kedokteran EGC.																																		
	Pendukung :																																		
Dosen Pengampu	Dr. dr. Ananda Perwira Bakti, M.Kes. Yetty Septiani Mustar, S.KM., M.P.H. Anindya Mar'atus Sholikhah, S.KM., M.Kes.																																		

Mg Ke-	Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)	Penilaian		Bantuan 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							0%
2							0%
3							0%
4							0%
5							0%
6							0%
7							0%
8							0%
9							0%
10							0%
11							0%
12							0%
13							0%
14							0%
15							0%
16							0%

Rekap Persentase Evaluasi : Project Based Learning

No	Evaluasi	Persentase
		0%

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 studinya 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 tolak 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.
9. **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.
 10. **Materi Pembelajaran** adalah rincian atau uraian dari bahan kajian yg dapat disajikan dalam bentuk beberapa pokok dan sub-pokok bahasan.
 11. **Bobot penilaian** adalah prosentasi penilaian terhadap setiap pencapaian sub-CPMK yang besarnya proposional dengan tingkat kesulitan pencapaian sub-CPMK tsb., dan totalnya 100%.
 12. TM=Tatap Muka, PT=Penugasan terstruktur, BM=Belajar mandiri.