



FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

SILABUS MK PENDIDIKAN KESEHATAN

RPP/POR/PJKR/PJM 216/03

Revisi : 00

01-08-2009

Hal. 1 dari 3

Semester 3

-

16 x Pertemuan

Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Program Studi : PJKR
Mata Kuliah : Pendidikan Kesehatan
Kode Mata Kuliah : PJM 216
Sks : 2 SKS
Semester : III (Tiga)
Mata Kuliah Prasyarat : -
Dosen : Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes

I. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah ini merupakan matakuliah wajib yang diberikan pada semester tiga dengan bobot 2 SKS yang disajikan dalam bentuk kuliah teori. Di dalam perkuliahan ini memberikan pemahaman ilmu yang meliputi pengertian sehat dan sakit, konsep kesehatan remaja, Pengenalan Dini Gangguan kesehatan, falsafah ilmu kesehatan, pengertian hidup sehat, Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), usaha peningkatan kesehatan pribadi.

II. STANDAR KOMPETENSI MATA KULIAH

Setelah menyelesaikan perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan mampu menerapkan pendidikan olahraga di sekolah berdasarkan kaidah ilmu kesehatan

III. RENCANA KEGIATAN

TM	Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Strategi Perkuliahan	Sumber Bahan/ Referensi
1	Mampu memahami pengertian sehat dan sakit	1. Pengertian sehat dan sakit 2. Indikator sehat	<ul style="list-style-type: none">• Ceramah• Diskusi	4, 8
2-3	Mampu menjelaskan Kebutuhan hidup sehat	1. Kesehatan lingkungan sekitar 2. Kesehatan Lingkungan sosial	<ul style="list-style-type: none">• Ceramah• Diskusi	5, 7
3-4	Mampu menjelaskan Tahapan Tumbuh kembang remaja	1. Pertumbuhan fisik pada remaja 2. Perkembangan mental pada remaja	<ul style="list-style-type: none">• Ceramah• Diskusi	10
Konsep remaja sehat				
5	Mampu memahami kesehatan reproduksi remaja	1. Perubahan hormonal 2. Perubahan sex sekunder 3. Perilaku seksual remaja	<ul style="list-style-type: none">• Ceramah• Diskusi	1

Dibuat oleh :

Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta

Diperiksa oleh :



FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

SILABUS MK PENDIDIKAN KESEHATAN

RPP/POR/PJKR/PJM 216/03

Revisi : 00

01-08-2009

Hal. 2 dari 3

Semester 3

-

16 x Pertemuan

6 - 7	Mampu menjelaskan gaya hidup sehat pada usia remaja	Pola pergaulan hidup sehat dan tidak sehat serta akibatnya (Kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, dan narkotika dan obat-obatan berbahaya)	<ul style="list-style-type: none"> • Ceramah • Diskusi 	5, 9
8		Ujian Tengah Semester		
Konsep menjaga kesehatan remaja				
9 – 11	a. Mampu menjelaskan cara-cara menjaga kesehatan pribadi	1. Kesehatan kulit 2. Kesehatan rambut 3. Kesehatan kuku 4. Kesehatan mata 5. Kesehatan telinga 6. Kesehatan mulut dan gigi 7. Kesehatan hidung	<ul style="list-style-type: none"> • Ceramah • Diskusi 	5
12 – 13	b. Mampu menjelaskan trias UKS	Pendidikan Kesehatan & Layanan Kesehatan	<ul style="list-style-type: none"> • Ceramah • Diskusi • Observasi 	2
14		Pembinaan lingkungan sekolah sehat	<ul style="list-style-type: none"> • Ceramah • Diskusi • Observasi 	2
15	Mampu menerapkan pendidikan olahraga di sekolah berdasarkan kaidah ilmu kesehatan	Tugas observasi lapangan		
16	Ujian Akhir Semester			

IV. REFERENSI

1. Ajen Dianawati. 2006. *Pendidikan Seks untuk Remaja*. Tangerang: Kawan Pustaka
2. Depkses. 2002. *Pedoman Pembinaan dan Pengembangan UKS*. Jakarta: TP UKS Pusat
3. Djoko Pekik Irianto. 2007. *Panduan Gizi Lengkap: Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta: Andi Offset
4. Indan Entjang. 2000. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Bandung: PT. Citra Aditya Bakti

Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
---------------	--	------------------

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAAGAN			
	UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	SILABUS MK PENDIDIKAN KESEHATAN			
	RPP/POR/PJKR/PJM 216/03	Revisi : 00	01-08-2009	Hal. 3 dari 3
Semester 3	-	16 x Pertemuan		

5. Kus Irianto, Kusno Waluyo. 2004. *Gizi dan Pola Hidup Sehat*: Bandung: Yrama Widya.
6. Sri Rukmini, Sri Herawati. 2000. *Teknik Pemeriksaan Telinga, Hidung, & Tengorok*. Jakarta: EGC
7. Soekidjo Notoatmodjo. 2003. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta
8. Soekidjo Notoatmodjo. 2003. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
9. Sulistya G. Ganuswarna. *Farmakologi dan Terapi edisi 4*. Jakarta: Bagian Farmakologi FK. UI
10. Siti Rahayu Haditomo. 2006. *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*: Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
11. Sidarta Ilyas. 2003. *Dasar-Teknik Pemeriksaan Dalam Ilmu Penyakit Mata*. Jakarta: FK. Universitas Indonesia
12. WHO. 1995. *Physical Status: The Use and Interpretation of Anthropometry*. Printed in Switzerland

V. PENILAIAN

NO	Jenis Kegiatan	Bobot (%)
1	Partisipasi Kuliah	10
2	Presentasi dan Diskusi	15
3	Tugas-tugas	20
4	Ujian Tengah Semester	25
5	Ujian Akhir Semester	30
	Jumlah	100

Yogyakarta, 1 Mei 2010

Mengetahui
Ketua Jurusan POR

Dosen

Suhadi, M.Pd
NIP. 131763778

Erwin Setyo K, M.Kes
NIP. 19751018 200501 1 002

Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
---------------	--	------------------