


| | | | | |
|---|---|-------------|-----------------|---------|
|  | FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA | | | |
| | SILABUS KINESIOLOGI | | | |
| | No: SIL/IOF 219/19 | Revisi : 00 | Tgl. 14 Febr 11 | Hal.1-4 |
| | Semester 2 | - | 16 X Pertemuan | |

| | |
|------------------------------|----------------------------|
| Fakultas/PT | : Ilmu Keolahragaan |
| Program Studi | : IKORA/PGSD/PJKR |
| Mata Kuliah | : Kinesiologi |
| Kode Mata Kuliah | : IOF 219 |
| Jumlah SKS | : 2 Sks :Teori 1 Praktek 1 |
| Semester | : II |
| Mata Kuliah Prasyarat & Kode | : - |
| Dosen | : Cerika Rismayanthi, M.Or |

I. DESKRIPSI MATA KULIAH

Matakuliah Kinesiologi, bersifat wajib lulus berbobot 2 sks. matakuliah ini membahas aplikasi fungsi tulang dan persendiaan, otot sekelet, sistem saraf, dan mekanika, kedalam aktivitas jasmani atau olahraga. tujuan matakuliah ini agar mahasiswa dapat menganalisa gerak yang efisien, efektif serta terhindar dari cedera. kegiatan matakuliah meliputi tatap muka, demonstrasi, pemberian tugas dan praktikum.

II. STANDAR KOMPETENSI MATA KULIAH

Setelah mengikuti perkuliahan mahasiswa memiliki kemampuan menganalisis gerak yang efisien, efektif dan terhindar dari cedera, dengan pendekatan aplikasi fungsi tulang dan persendian, otot, sekelet, sistem saraf serta mekanika.

III. KEGIATAN PERKULIAHAN

| Tatap Muka Ke | Kompetensi Dasar | Materi Pokok | Strategi Perkulihaan | Sumber Bahan /Ref) |
|----------------------|--|------------------------------------|------------------------------|---------------------------|
| 1 | Mampu menjelaskan sejarah dan pengertian Kinesiologi | Sejarah dan Pengertian Kinesiologi | Tatap Muka/Kuliah Diskusi | A (1,2) |

| | | |
|--|---|-----------------------------------|
| Dibuat Oleh : Cerika Rismayanthi, M.Or | Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta | Diperiksa Oleh : Kajar PKR |
|--|---|-----------------------------------|



FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

SILABUS KINESIOLOGI

No: SIL/IOF 219/19

Revisi : 00

Tgl. 14 Febr 11

Hal.1-4


Semester 2

-

16 X Pertemuan

| | | | | |
|----|--|---|-----------------------------------|--------------------|
| 2 | Mengidentifikasi komposisi dan stuktur tulang serta persendian | Komposisi dan struktur tulang | Tatap Muka/Kuliah Diskusi | A (1,2) B (2) |
| 3. | Memahami pertumbuhan dan perkembangan tulang serta persendian | Pertumbuhan dan perkembangan tulang dan sendi | Tatap Muka/Kuliah Diskusi | A (1,2) |
| 4. | Memahami terminologi dan mobilitas gerak persendian | Terminologi dan Mobilitas gerak persendian | Demonstrasi dan Praktikum | A (1,2) B (2) |
| 5. | Mengetahui fungsi dan jenis tulang serta persendian | Fungsi tulang dan persendian | Tatap Muka/Kuliah | A (1,2) B (1) |
| 6. | Mengetahui fungsi dan jenis otot | Myologi/otot | | |
| 7. | Memahami struktur dan aksi otot sekelet | Struktur dan aksi otot sekelet | Tatap Muka/Kuliah Diskusi | A (1,2) |
| 8. | Menjelaskan kontraksi otot sekelet | Kontraksi otot sekelet | Tatap Muka/Kuliah dan Demonstrasi | A (1,2) B (1,2) |
| 9. | MID SEMESTER | | | |
| 10 | Mengidentifikasi sistem saraf | Sistem Neuron/Saraf | Tatap Muka/Kuliah Diskusi | A (1,2) |

| | | |
|--|---|-----------------------------------|
| Dibuat Oleh : Cerika Rismayanthi, M.Or | Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta | Diperiksa Oleh : Kajur PKR |
|--|---|-----------------------------------|

| | | | | |
|---|---|-------------|-----------------|----------------|
|  | FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA | | | |
| | SILABUS KINESIOLOGI | | | |
| | No: SIL/IOF 219/19 | Revisi : 00 | Tgl. 14 Febr 11 | Hal.1-4 |
| | Semester 2 | | - | 16 X Pertemuan |

| | | | | |
|-----|--|-----------------------------------|---|--------------------|
| 11. | Memahami kinestesi dan servo motor control | Kinestesi dan servo motor control | Tatap Muka/Kuliah Diskusi | A (1,2) B (1,2) |
| 12. | Mengetahui fungsi saraf dan kinestesi | Neorology dan Kinesthesia | Tatap Muka/Kuliah Diskusi | A (1,2) |
| 13. | Memahami dasar gerak manusia | Dasar gerak manusia | Tatap Muka/Kuliah Diskusi | A (1,2) B (1,2) |
| 14. | Mengetahui Gerak linier, rotasi & kesetimbangan | Gerak dan Kesetimbangan | Tatap Muka/Kuliah Diskusi | A (1,2) |
| 15. | Menganalisa jenis-jenis gerak | Mekanika | Tatap Muka/Kuliah dan Demonstrasi | A (1,2) B (1,2) |
| 16. | Menganalisa gerak keterampilan dalam cabang olahraga | Analisis keterampilan | Tatap Muka dan Pemberian Tugas Pratikum | A (1,2) B (1,2) |

IV. REFERENSI /SUMBER BAHAN


A. Wajib

1. Soedarminto. (1992). *KINESIOLOGI*. Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan: Jakarta.
2. Surja Widjaja. (1998). *KINESIOLOGI (THE ANATOMY OF MOTION = ANATOMI ALAT GERAK.)*. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia: Jakarta.
3. Subagyo dan Sigit Nugroho (2008). *Kinesiologi Dalam Pendidikan Jasmani*. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

B. Anjuran

1. Burke Rasch. (1978). *KINESIOLOGI AND APLIED ANATOMY*. Lea USA.
2. Hay J. G. and Reid J. G. (1985). *THE ANATOMICAL AND MECHANICAL BASES OF HUMAN MOTION*. New Jensey: Prentice Hall Inc.

| | | |
|--|---|-----------------------------------|
| Dibuat Oleh : Cerika Rismayanthi, M.Or | Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta | Diperiksa Oleh : Kajur PKR |
|--|---|-----------------------------------|

| | | | | |
|---|---|-------------|-----------------|---------|
|  | FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA | | | |
| | SILABUS KINESIOLOGI | | | |
| | No: SIL/IOF 219/19 | Revisi : 00 | Tgl. 14 Febr 11 | Hal.1-4 |
| | Semester 2 | - | 16 X Pertemuan | |

V. EVALUASI

| No | Jenis Tagihan | Bobot (100%) |
|---------------|------------------------|--------------|
| 1 | Partisipasi Kuliah | 10 |
| 2 | Presentasi dan Diskusi | 20 |
| 3 | Tugas-Tugas | 15 |
| 4 | Ujian Tengah Semester | 20 |
| 5 | Ujian Semester | 30 |
| 6 | Lain-Lain (Kuis) | 5 |
| Jumlah | | 100 |

| | | |
|--|---|--------------------------------------|
| Dibuat Oleh : Cerika Rismayanthi, M.Or | Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta | Diperiksa Oleh : Kajur PKR |
|--|---|--------------------------------------|