
	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2		-	24 X Pertemuan

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA  
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219  
3. SKS : Teori 1, Praktek 1  
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit  
5. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu menjelaskan Sejarah dan Pengertian Kinesiologi  
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Sejarah dan Pengertian Kinesiologi  
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1. Menjelaskan cakupan materi 2. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit	Tatap Muka	LCD	<b>K - S - E N - E S I O L O G I</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan Sejarah Kinesiologi 5. Menjelaskan Pengertian Kinesiologi 6. Menjelaskan Ilmu-ilmu yang mendukung Kinesiologi	80 Menit			
<b>Penutup</b>	7. Rangkuman materi 8. Memberikan tes 10. Memberikan gambaran tentang materi yang akan datang	15 Menit			

8. Evaluasi : Pertanyaan  
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto, Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

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


	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2		-	24 X Pertemuan

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219
3. SKS : Teori 1, Praktek 1
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit
5. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu menjelaskan Komposisi dan Struktur tulang .
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Komposisi dan Struktur tulang
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1. Pemahaman materi sebelumnya 2. Menjelaskan cakupan materi 3. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit	Tatap Muka/ Kuliah Diskusi	LCD	<b>-GOF-SEN-K</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan Komposisi tulang 5. Menjelaskan Struktur tulang	80 Menit			
<b>Penutup</b>	6. Rangkuman materi 7. Memberikan tes 8. Memberikan gambaran tentang materi yang akan datang	15 Menit			

8. Evaluasi : Kuis, Pertanyaan Sampel
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto. Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

Dibuat Oleh :  <b>Sigit Nugroho, M.Or</b>	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa Oleh :  Kajur PKR
---	---	-----------------------------------


	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2		-	24 X Pertemuan

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA  
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219  
3. SKS : Teori 1, Praktek 1  
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit  
5. Indikator Ketercapaian : 1) Mahasiswa mampu menjelaskan Pertumbuhan, perkembangan tulang dan sendi  
2) Mahasiswa mampu menyebutkan faktor-faktor pertumbuhan, perkembangan tulang dan sendi  
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Pertumbuhan dan perkembangan tulang dan sendi  
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1. Pemahaman materi sebelumnya 2. Menjelaskan cakupan materi 3. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit			<b>K - S - E N - I O L O G I</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan pertumbuhan, perkembangan tulang dan sendi 5. Menjelaskan faktor-faktor pertumbuhan, perkembangan tulang dan sendi	80 Menit	Tatap Muka/ Kuliah Diskusi	LCD	
<b>Penutup</b>	6. Rangkuman materi 7. Memberikan tes 8. Memberikan gambaran tentang materi yang akan datang	15 Menit			

8. Evaluasi : Kuis, Pertanyaan Sampel  
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto. Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

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


	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2		-	24 X Pertemuan

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA  
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219  
3. SKS : Teori 1, Praktek 1  
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit  
5. Indikator Ketercapaian : 1) Mahasiswa mampu menjelaskan Terminologi Persendian  
2) Mahasiswa mampu menyebutkan Mobilitas gerak Persendian  
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Terminologi dan Mobilitas gerak persendian  
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1. Pemahaman materi sebelumnya 2. Menjelaskan cakupan materi 3. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit	Tatap Muka/ Kuliah Diskusi	LCD	<b>-GOTO-SMZ-K</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan Termilogi Persendian 5. Menjelaskan macam Mobilitas Gerak persendiaan	80 Menit			
<b>Penutup</b>	6. Rangkuman materi 7. Memberikan tes 8. Memberikan gambaran tentang materi yang akan datang	15 Menit			

8. Evaluasi : Kuis, Pertanyaan Sampel  
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto. Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

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


	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2	-	24 X Pertemuan	

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA  
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219  
3. SKS : Teori 1, Praktek 1  
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit  
5. Indikator Ketercapaian : 1) Mahasiswa mampu menjelaskan fungsi dan jenis tulang .  
2) Mahasiswa mampu menyebutkan fungsi dan jenis persendian  
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Fungsi tulang dan persendian  
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1. Pemahaman materi sebelumnya 2. Menjelaskan cakupan materi 3. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit			<b>- G O F O - S M N - K</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan fungsi dan proses pembentukan tulang 5. Menjelaskan macam dan jenis tulang yang membentuk rangka badan 6. Menjelaskan fungsi persendian (Sendi Sinovial) 7. Menjelaskan macam-macam persendian	80 Menit	Tatap Muka/ Kuliah Diskusi	LCD	
<b>Penutup</b>	8. Rangkuman materi 9. Memberikan tes 10. Memberikan gambaran tentang materi yang akan datang	15 Menit			

8. Evaluasi : Kuis, Pertanyaan Sampel  
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto. Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

Dibuat Oleh :  <b>Sigit Nugroho, M.Or</b>	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa Oleh :  <b>Kajur PKR</b>
---	---	--

	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2		-	24 X Pertemuan

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA  
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219  
3. SKS : Teori 1, Praktek 1  
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit  
5. Indikator Ketercapaian : 1) Mahasiswa mampu menjelaskan fungsi otot.  
2) Mahasiswa mampu menyebutkan jenis otot.  
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Myologi/Otot  
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1. Pemahaman materi sebelumnya 2. Menjelaskan cakupan materi 3. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit	Tatap Muka/ Kuliah Diskusi	LCD lembar kuis	<b>-G O F O - S E M I N A R -</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan karakteristik dan jenis jaringan otot 5. Menjelaskan struktur dan perlekatan otot 6. Menjelaskan kontraksi otot 7. Menjelaskan pengelompokan otot	80 Menit			
<b>Penutup</b>	8. Rangkuman materi 9. Memberikan tes 10. Memberikan gambaran tentang materi yang akan datang	15 Menit			

8. Penilaian : Kuis, Pertanyaan Sampel  
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto. Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

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


	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2	-	24 X Pertemuan	

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA  
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219  
3. SKS : Teori 1, Praktek 1  
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit  
5. Indikator Ketercapaian : 1) Mahasiswa mampu menjelaskan struktur dan jenis otot.  
2) Mahasiswa mampu menyebutkan aksi otot skelet  
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Struktur dan aksi otot skelet  
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1. Pemahaman materi sebelumnya 2. Menjelaskan cakupan materi 3. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit	Tatap Muka/ Kuliah Diskusi	LCD	<b>-GOTO-SMZ-K</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan struktur dan jenis otot 5. Menjelaskan aksi otot skelet	80 Menit			
<b>Penutup</b>	6. Rangkuman materi 7. Memberikan tes 8. Memberikan gambaran tentang materi yang akan datang	15 Menit			

8. Evaluasi : Kuis, Pertanyaan Sampel  
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto. Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

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

	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2	-	24 X Pertemuan	


1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219
3. SKS : Teori 1, Praktek 1
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit
5. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu menjelaskan kontraksi otot skelet
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Kontraksi otot skelet
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1. Pemahaman materi sebelumnya 2. Menjelaskan cakupan materi 3. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit	Tatap Muka/ Kuliah Diskusi	LCD	<b>K - G O - S E N - K</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan letak dan nama-nama otot skelet 5. Menjelaskan kontraksi otot skelet	80 Menit			
<b>Penutup</b>	6. Rangkuman materi 7. Memberikan tes 8. Memberikan gambaran tentang materi yang akan datang	15 Menit			

8. Evaluasi : Kuis, Pertanyaan Sampel
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto. Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

Dibuat Oleh :  <b>Sigit Nugroho, M.Or</b>	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa Oleh :  Kajur PKR
---	---	-----------------------------------




	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2		-	24 X Pertemuan

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA  
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219  
3. SKS : Teori 1, Praktek 1  
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit  
5. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu menjelaskan fungsi syaraf  
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Sistem Neuron/Saraf  
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1. Pemahaman materi sebelumnya 2. Menjelaskan cakupan materi 3. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit	Tatap Muka/ Kuliah Diskusi	LCD	<b>-GOGO-SMZ-K</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan karakteristik dan jenis syaraf 5. Menjelaskan fungsi syaraf	80 Menit			
<b>Penutup</b>	6. Rangkuman materi 7. Memberikan tes 8. Memberikan gambaran tentang materi yang akan datang	15 Menit			

8. Evaluasi : Kuis, Pertanyaan Sampel  
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto. Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

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


	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2		-	24 X Pertemuan

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA  
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219  
3. SKS : Teori 1, Praktek 1  
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit  
5. Indikator Ketercapaian : 1) Mahasiswa mampu menjelaskan kinestesi  
2) Mahasiswa mampu menyebutkan servo motor kontrol  
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Kinestesi dan servo motor kontrol  
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1. Pemahaman materi sebelumnya 2. Menjelaskan cakupan materi 3. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit	Tatap Muka/ Kuliah Diskusi	LCD	<b>K - S E M E S T E R - I O F - 2 1 9</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan Kinestesi dan servo motor kontrol 5. Menjelaskan macam-macam Kinestesi dan servo motor kontrol	80 Menit			
<b>Penutup</b>	6. Rangkuman materi 7. Memberikan tes 8. Memberikan gambaran tentang materi yang akan datang	15 Menit			

8. Evaluasi : Kuis, Pertanyaan Sampel  
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto. Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

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


	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2	-	24 X Pertemuan	

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219
3. SKS : Teori 1, Praktek 1
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit
5. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu menjelaskan Neorology dan Kinesthesia
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Neorology dan Kinesthesia
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1. Pemahaman materi sebelumnya 2. Menjelaskan cakupan materi 3. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit	Tatap Muka/ Kuliah Diskusi	LCD	<b>K - S - E - N - Z - K</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan fungsi Neorology 5. Menjelaskan macam dan jenis Neorology dan Kinesthesia	80 Menit			
<b>Penutup</b>	6. Rangkuman materi 7. Memberikan tes 8. Memberikan gambaran tentang materi yang akan datang	15 Menit			

8. Evaluasi : Kuis, Pertanyaan Sampel
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto. Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

Dibuat Oleh :  <b>Sigit Nugroho, M.Or</b>	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa Oleh :  Kajur PKR
---	---	-----------------------------------


	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2		-	24 X Pertemuan

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA  
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219  
3. SKS : Teori 1, Praktek 1  
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit  
5. Indikator Ketercapaian : 1) Mahasiswa mampu menjelaskan fungsi Gerak Manusia  
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Dasar gerak manusia  
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1. Pemahaman materi sebelumnya 2. Menjelaskan cakupan materi 3. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit	Tatap Muka/ Kuliah Diskusi	LCD	<b>K - G O G O - S E M E N - K</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan fungsi dan proses Dasar gerak 5. Menjelaskan macam dan jenis Dasar gerak manusia	80 Menit			
<b>Penutup</b>	8. Rangkuman materi 9. Memberikan tes 10. Memberikan gambaran tentang materi yang akan datang	15 Menit			

8. Evaluasi : Kuis, Pertanyaan Sampel  
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto. Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

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


	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2		-	24 X Pertemuan

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA  
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219  
3. SKS : Teori 1, Praktek 1  
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit  
**5. Indikator Ketercapaian** : Mahasiswa mampu menjelaskan Gerak linier, Gerak rotasi & Keseimbangan  
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Gerak dan Keseimbangan  
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1. Pemahaman materi sebelumnya 2. Menjelaskan cakupan materi 3. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit			<b>K - S - M - Z - K - O - O - O - K</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan Gerak Linier 5. Menjelaskan Gerak Rotasi 6. Menjelaskan Faktor-faktor yang mempengaruhi keseimbangan	80 Menit	Tatap Muka/ Kuliah Diskusi	LCD	
<b>Penutup</b>	7. Rangkuman materi 8. Memberikan tes 9. Memberikan gambaran tentang materi yang akan datang	15 Menit			

8. Evaluasi : Kuis, Pertanyaan Sampel  
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto. Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

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


	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2		-	24 X Pertemuan

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219
3. SKS : Teori 1, Praktek 1
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit
5. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu menjelaskan Mekanika
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Mekanika
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1. Pemahaman materi sebelumnya 2. Menjelaskan cakupan materi 3. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit	Tatap Muka/ Kuliah Diskusi	LCD	<b>K - S - E N - I O L O G I</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan fungsi dan proses Mekanika 5. Menjelaskan macam dan jenis Mekanika	80 Menit			
<b>Penutup</b>	6. Rangkuman materi 7. Memberikan tes 8. Memberikan gambaran tentang materi yang akan datang	15 Menit			

8. Evaluasi : Kuis, Pertanyaan Sampel
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto. Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

Dibuat Oleh :  <b>Sigit Nugroho, M.Or</b>	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa Oleh :  <b>Kajur PKR</b>
---	---	--


	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2	-	24 X Pertemuan	

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219
3. SKS : Teori 1, Praktek 1
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit
5. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu Menganalisis Gerak Panco
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Analisis Gerak
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1. Menjelaskan cakupan materi 2. Menjelaskan Tahap Analisis Gerak 3. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit	Tatap Muka/ Praktek Diskusi	LCD	<b>K - S - E N I O L O G I</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan macam yang harus dianalisis (titik kesetimbangannya, otot yang terlibat, jenis pengungkit, strategi dan peraturan panco)	80 Menit			
<b>Penutup</b>	5. Rangkuman materi 6. Memberikan tes	15 Menit			

8. Evaluasi : Kuis, Pertanyaan Sampel
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto. Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

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

	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2	-	24 X Pertemuan	


1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219
3. SKS : Teori 1, Praktek 1
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit
5. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu Menganalisis Gerak *Sit-Up* dan *Back-Up*
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Analisis Gerak
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1. Menjelaskan cakupan materi 2. Menjelaskan Tahap Analisis Gerak 3. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit	Tatap Muka/ Praktek Diskusi	LCD	<b>-G O F O - S E M Z - K</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan macam yang harus dianalisis (posisi awal, gerakan yang baik, segmen yang bekerja, otot yang terlibat, dan faktor yang mempengaruhi)	80 Menit			
<b>Penutup</b>	5. Rangkuman materi 6. Memberikan tes	15 Menit			

8. Evaluasi : Kuis, Pertanyaan Sampel
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto. Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

Dibuat Oleh :  <b>Sigit Nugroho,</b> M.Or	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa Oleh :  Kajur PKR
--	---	-----------------------------------




	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2		-	24 X Pertemuan

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219
3. SKS : Teori 1, Praktek 1
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit
5. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu Menganalisis Gerak *Push-Up* dan *Pulldown*
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Analisis Gerak
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1 Menjelaskan cakupan materi 2. Menjelaskan Tahap Analisis Gerak 3. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit	Tatap Muka/ Praktek Diskusi	LCD	<b>-G O F O - S E M Z - K</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan macam yang harus dianalisis (posisi awal, gerakan yang baik, segmen yang bekerja, otot yang terlibat, dan faktor yang mempengaruhi)	80 Menit			
<b>Penutup</b>	5. Rangkuman materi 6. Memberikan tes	15 Menit			

8. Evaluasi : Kuis, Pertanyaan Sampel
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto. Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

Dibuat Oleh :  <b>Sigit Nugroho, M.Or</b>	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa Oleh :  Kajur PKR
---	---	-----------------------------------


	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2		-	24 X Pertemuan

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219
3. SKS : Teori 1, Praktek 1
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit
5. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu Menganalisis Gerak *Chest Press*
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Analisis Gerak
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1. Menjelaskan cakupan materi 2. Menjelaskan Tahap Analisis Gerak 3. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit	Tatap Muka/ Praktek Diskusi	LCD	<b>-G O F O - S E M Z - K</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan macam yang harus dianalisis (posisi awal, gerakan yang baik, segmen yang bekerja, otot yang terlibat, dan faktor yang mempengaruhi)	80 Menit			
<b>Penutup</b>	5. Rangkuman materi 6. Memberikan tes	15 Menit			

8. Evaluasi : Kuis, Pertanyaan Sampel
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto. Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

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


	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2	-	24 X Pertemuan	

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219
3. SKS : Teori 1, Praktek 1
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit
5. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu Menganalisis Gerak *Butefly*
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Analisis Gerak
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1. Menjelaskan cakupan materi 2. Menjelaskan Tahap Analisis Gerak 3. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit	Tatap Muka/ Praktek Diskusi	LCD	<b>K - N E S I O L O G I</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan macam yang harus dianalisis (posisi awal, gerakan yang baik, segmen yang bekerja, otot yang terlibat, dan faktor yang mempengaruhi)	80 Menit			
<b>Penutup</b>	5. Rangkuman materi 6. Memberikan tes	15 Menit			

8. Evaluasi : Kuis, Pertanyaan Sampel
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto. Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

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


	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2		-	24 X Pertemuan

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219
3. SKS : Teori 1, Praktek 1
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit
5. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu Menganalisis Gerak *Shoulder Press*
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Analisis Gerak
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1. Menjelaskan cakupan materi 2. Menjelaskan Tahap Analisis Gerak 3. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit	Tatap Muka/ Praktek Diskusi	LCD	<b>-G O F O - S E M - K</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan macam yang harus dianalisis (posisi awal, gerakan yang baik, segmen yang bekerja, otot yang terlibat, dan faktor yang mempengaruhi)	80 Menit			
<b>Penutup</b>	5. Rangkuman materi 6. Memberikan tes	15 Menit			

8. Evaluasi : Kuis, Pertanyaan Sampel
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto. Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

Dibuat Oleh :  <b>Sigit Nugroho, M.Or</b>	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa Oleh :  Kajur PKR
---	---	-----------------------------------


	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2		-	24 X Pertemuan

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219
3. SKS : Teori 1, Praktek 1
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit
5. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu Menganalisis Gerak *Leg Press*
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Analisis Gerak
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1. Menjelaskan cakupan materi 2. Menjelaskan Tahap Analisis Gerak 3. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit	Tatap Muka/ Praktek Diskusi	LCD	<b>K - S - M - N - G - O - G - O</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan macam yang harus dianalisis (posisi awal, gerakan yang baik, segmen yang bekerja, otot yang terlibat, dan faktor yang mempengaruhi)	80 Menit			
<b>Penutup</b>	5. Rangkuman materi 6. Memberikan tes	15 Menit			

8. Evaluasi : Kuis, Pertanyaan Sampel
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto. Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

Dibuat Oleh :  <b>Sigit Nugroho, M.Or</b>	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa Oleh :  Kajur PKR
---	---	-----------------------------------


	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2		-	24 X Pertemuan

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219
3. SKS : Teori 1, Praktek 1
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit
5. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu Menganalisis Gerak *Stretching Neck, Shoulders Back and Chest, Arms Wrists and Hand*
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Analisis Gerak
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1. Menjelaskan cakupan materi 2. Menjelaskan Tahap Analisis Gerak 3. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit	Tatap Muka/ Praktek Diskusi	LCD	<b>- G O F O - S E M - K</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan macam yang harus dianalisis (posisi awal, gerakan yang baik, segmen yang bekerja, otot yang terlibat, dan jenis olahraga yang sesuai)	80 Menit			
<b>Penutup</b>	5. Rangkuman materi 6. Memberikan tes	15 Menit			

8. Evaluasi : Kuis, Pertanyaan Sampel
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto. Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

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

	<b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b>			
	<b>SILABUS KINESIOLOGI</b>			
	No: RPP/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1 - 23
	Semester 2	-	24 X Pertemuan	

1. Fakultas/Program Studi : Ilmu Keolahragaan/IKORA
2. Mata kuliah & Kode : Kinesiologi & IOF 219
3. SKS : Teori 1, Praktek 1
4. Semester dan Waktu : Semester 2 dan Waktu 100 Menit
5. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu Menganalisis Gerak *Stretching Lower Trunk, Hips, Knees and Thighs*
6. Materi Pokok/Penggalan Materi : Analisis Gerak
7. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Ref
<b>Pendahuluan</b>	1. Menjelaskan cakupan materi 2. Menjelaskan Tahap Analisis Gerak 3. Menjelaskan kompetensi dasar	5 Menit	Tatap Muka/ Praktek Diskusi	LCD	<b>- G O F O - S E M - K</b>
<b>Penyajian</b>	4. Menjelaskan macam yang harus dianalisis (posisi awal, gerakan yang baik, segmen yang bekerja, otot yang terlibat, dan jenis olahraga yang sesuai)	80 Menit			
<b>Penutup</b>	5. Rangkuman materi 6. Memberikan tes	15 Menit			

8. Evaluasi : Kuis, Pertanyaan Sampel
9. Referensi : KINESIOLOGI. (Soedarminto. Surja Widjaja, Burke Rasch, Subagyo dan Sigit Nugroho )

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