	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	SILABUS KINESIOLOGI			
	No: SIL/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1-4
	Semester 2	-	24 X Pertemuan	

Fakultas/PT	: Ilmu Keolahragaan / UNY
Program Studi	: IKORA
Mata Kuliah	: Kinesiologi
Kode Mata Kuliah	: IOF 219
Jumlah SKS	: 1 Teori, 1 Praktek ; 2 SKS
Semester	: II
Mata Kuliah Prasyarat & Kode	: -
Dosen	: Sigit Nugroho, M. Or.
NIP	: 19800924 200604 1 001


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 cidera. 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 cidera, dengan pendekatan aplikasi fungsi tulang dan persendian, otot, sekelet, sistem saraf serta mekanika.

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
---	---	-----------------------------------

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	SILABUS KINESIOLOGI			
	No: SIL/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1-4
	Semester 2	-	24 X Pertemuan	

III. KEGIATAN PERKULIAHAN

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

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
---	---	--



FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

SILABUS KINESIOLOGI

No: SIL/IOF 219/19

Revisi : 00

Tgl. 1 Feb 11

Hal.1-4


Semester 2

-

24 X Pertemuan

10	Mengidentifikasi sistem saraf	Sistem Neuron/ Saraf	Tatap Muka/Kuliah Diskusi	A (1,2)
11.	Memahami kinestesi dan <i>servo motor control</i>	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 gerak Panco	Mekanika	Tatap Muka/Kuliah dan Demonstrasi	A (1,3) B (1,2)
16.	Menganalisa gerak <i>Sit-Up dan Back-Up</i>	Analisis Gerak	Tatap Muka dan Pemberian Tugas Pratikum	A (1,3) B (1,2)
17.	Menganalisa gerak <i>Push-Up dan Pull Down</i>	Analisis Gerak	Tatap Muka dan Pemberian Tugas Pratikum	A (1,3) B (1,2)
18.	Menganalisa gerak <i>Chest Press</i>	Analisis Gerak	Tatap Muka dan Pemberian Tugas Pratikum	A (1,3) B (1,2)
19	Menganalisa gerak <i>Buterfly</i>	Analisis Gerak	Tatap Muka dan	A (1,3) B (1,2)

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
---	---	-----------------------------------

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	SILABUS KINESIOLOGI			
	No: SIL/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1-4
	Semester 2		-	24 X Pertemuan


			Pemberian Tugas Pratikum	
20.	Menganalisa gerak <i>Shoulder Press</i>	Analisis Gerak	Tatap Muka dan Pemberian Tugas Pratikum	A (1,3) B (1,2)
21.	Menganalisa gerak <i>Leg Press</i>	Analisis Gerak	Tatap Muka dan Pemberian Tugas Pratikum	A (1,3) B (1,2)
23.	Menganalisis Gerak <i>Stretching Neck, Shoulders Back and Chest, Arms Wrists and Hand</i>	Analisis Gerak	Tatap Muka dan Pemberian Tugas Pratikum	A (1,3) B (1,2)
24.	Menganalisis Gerak <i>Stretching Lower Trunk, Hips, Knees and Thighs</i>	Analisis Gerak	Tatap Muka dan Pemberian Tugas Pratikum	A (1,3) 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.

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

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	SILABUS KINESIOLOGI			
	No: SIL/IOF 219/19	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb 11	Hal.1-4
	Semester 2	-	24 X Pertemuan	

B. Anjuran

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

V. EVALUASI

No	Jenis Tagihan	Bobot (100%)
1	Partisipasi Kuliah	10
2	Presentasi dan Diskusi	15
3	Tugas-Tugas	20
4	Ujian Tengah Semester	20
5	Ujian Semester	25
6	Lain-Lain (Kuis)	10
Jumlah		100

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
---	---	--