


|   |   |             |                |              |
|---|---|-------------|----------------|--------------|
|  | <b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN<br/>UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b> |             |                |              |
|   | <b>SILABUS KINESIOLOGI</b>  |             |                |              |
|   | No: SIL/IKF 211/11  | Revisi : 00 | Tgl.1 Feb.2010 | Hal.4 dari 4 |
|   | Semester 6  | -           | 16 X Pertemuan |              |

|                              |                           |
|------------------------------|---------------------------|
| Fakultas/PT                  | : Ilmu Keolahragaan/UNY   |
| Program Studi                | : PJKR                    |
| Mata Kuliah                  | : Kinesiologi             |
| Kode Mata Kuliah             | : IKF 211                 |
| Jumlah SKS                   | : Teori 2                 |
| Semester                     | : VI                      |
| Mata Kuliah Prasyarat & Kode | : -                       |
| Dosen                        | : Hedi Ardiyanto Hermawan |

## 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

|  |   |                                   |
|--|---|-----------------------------------|
| Dibuat Oleh :<br><br>Hedi Ardiyanto H,<br>M.Or | Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta | Diperiksa Oleh :<br><br>Kajur POR |
|--|---|-----------------------------------|



**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**SILABUS KINESIOLOGI**

No: SIL/IKF 211/11

Revisi : 00

Tgl.1 Feb.2010

Hal.4 dari 4


Semester 6

-

16 X Pertemuan

| <b>Tatap Muka Ke</b> | <b>Kompetensi Dasar</b>  | <b>Materi Pokok</b>                           | <b>Strategi Perkuliahan</b>       | <b>Sumber Bahan /Ref)</b> |
|----------------------|--|---|-----------------------------------|---------------------------|
| 1                    | Mampu menjelaskan sejarah dan pengertian Kinesiologi           | Sejarah dan Pengertian Kinesiologi            | Tatap Muka/Kuliah<br>Diskusi      | A (1,2)                   |
| 2                    | Mengidentifikasi komposisi dan stuktur tulang serta persendian | Komposisi dan struktur tulang                 | Tatap Muka/Kuliah<br>Diskusi      | A (1,2)<br>B (2)          |
| 3.                   | Memahami pertumbuhan dan perkembangan tulang serta persendian  | Pertumbuhan dan perkembangan tulang dan sendi | Tatap Muka/Kuliah<br>Diskusi      | A (1,2)                   |
| 4.                   | Memahami terminologi dan mobilitas gerak persendian            | Terminologi dan Mobilitas gerak persendian    | Demonstrasi dan Praktikum         | A (1,2)<br>B (2)          |
| 5.                   | Mengetahui fungsi dan jenis tulang serta persendian            | Fungsi tulang dan persendian                  | Tatap Muka/Kuliah                 | A (1,2)<br>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<br>Diskusi      | A (1,2)                   |
| 8.                   | Menjelaskan kontraksi otot sekelet                             | Kontraksi otot sekelet                        | Tatap Muka/Kuliah dan Demonstrasi | A (1,2)<br>B (1,2)        |
| 9.                   | <b>MID SEMESTER</b>  |   |                                   |                           |
|                      |  |   |                                   |                           |


|  |   |                                   |
|--|---|-----------------------------------|
| Dibuat Oleh :<br><br>Hedi Ardiyanto H,<br>M.Or | Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta | Diperiksa Oleh :<br><br>Kajur POR |
|--|---|-----------------------------------|

|   |   |             |                |                |
|---|---|-------------|----------------|----------------|
|  | <b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN<br/>UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b> |             |                |                |
|   | <b>SILABUS KINESIOLOGI</b>  |             |                |                |
|   | No: SIL/IKF 211/11  | Revisi : 00 | Tgl.1 Feb.2010 | Hal.4 dari 4   |
|   | Semester 6  |             | -              | 16 X Pertemuan |

|     |  |                                   |   |                    |
|-----|--|-----------------------------------|---|--------------------|
| 10  | Mengidentifikasi sistem saraf                        | Sistem Neuron/ Saraf              | Tatap Muka/Kuliah<br>Diskusi            | A (1,2)            |
| 11. | Memahami kinestesi dan servo motor control           | Kinestesi dan servo motor control | Tatap Muka/Kuliah<br>Diskusi            | A (1,2)<br>B (1,2) |
| 12. | Mengetahui fungsi saraf dan kinestesi                | Neorology dan Kinesthesa          | Tatap Muka/Kuliah<br>Diskusi            | A (1,2)            |
| 13. | Memahami dasar gerak manusia                         | Dasar gerak manusia               | Tatap Muka/Kuliah<br>Diskusi            | A (1,2)<br>B (1,2) |
| 14. | Mengetahui Gerak linier, rotasi & kesetimbangan      | Gerak dan Kesetimbangan           | Tatap Muka/Kuliah<br>Diskusi            | A (1,2)            |
| 15. | Menganalisa jenis-jenis gerak                        | Mekanika                          | Tatap Muka/Kuliah dan Demonstrasi       | A (1,2)<br>B (1,2) |
| 16. | Menganalisa gerak keterampilan dalam cabang olahraga | Analisis keterampilan             | Tatap Muka dan Pemberian Tugas Pratikum | A (1,2)<br>B (1,2) |

#### IV. REFERENSI /SUMBER BAHAN

|   |   |                                   |
|---|---|-----------------------------------|
| Dibuat Oleh :<br><br>Hedi Ardianto H,<br>M.Or | Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta | Diperiksa Oleh :<br><br>Kajur POR |
|---|---|-----------------------------------|

|   |   |             |                |              |
|---|---|-------------|----------------|--------------|
|  | <b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN<br/>UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b> |             |                |              |
|   | <b>SILABUS KINESIOLOGI</b>  |             |                |              |
|   | No: SIL/IKF 211/11  | Revisi : 00 | Tgl.1 Feb.2010 | Hal.4 dari 4 |
|   | Semester 6  | -           | 16 X Pertemuan |              |

### 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.

### 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.

## V. EVALUASI

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

|   |   |                                   |
|---|---|-----------------------------------|
| Dibuat Oleh :<br><br>Hedi Ardianto H,<br>M.Or | Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta | Diperiksa Oleh :<br><br>Kajur POR |
|---|---|-----------------------------------|