

UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
 FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

BATAS MATERI KULIAH

Mata Kuliah : BIOMEKANIKA OLARAGA

Semester / SKS : 6 / 2

Kelas/Tahun Akd : B / 2022/2023 Genap

Dosen Pengampu : DEDI AHMADI, S.Pd, M.Pd

Dosen Pengajar :

NO	HARI/TGL	MATERI	PARAF
1	21/01/2023	DEFINISI BIOMEKANIKA olahraga	B
2	28/01/2023	FUNGSI BIOMEKANIKA olahraga	B
3	04/02/2023	Gerak lurus Gerak berubah beraturan	B
4	18/02/2023	Gerak parabola	B
5	25/02/2023	Prinsip hukum Newton	B
6	04/03/2023	Hukum Newton	B
7	25/03/2023	Impuls dan momentum	B
8	01/04/2023	UTS	B
9	08/04/2023	Gumpalan	B
10	22/04/2023	usaha dan power	B
11	29/04/2023	kesambungan	B
12	13/05/2023	penjulangit	B
13	20/05/2023	ANALISIS GERAK	B
14	27/05/2023	ANALISIS GERAK	B
15	03/05/2023	ANALISIS GERAK	B
16	24/05/2023	UAS	B

DAFTAR HADIR KULIAH

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI - FAKULTAS FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Mata Kuliah : BIOMEKANIK OLAHRAGA
Semester / SKS : 6 / 2
Kelas / Tahun Akd: B / 2022/2023 Genap

Dosen Pengampu : DEDI AHMADI, S.Pd, M.Pd
Dosen Pengajar :

Validation ID: 2022-FKIP-85201-054

NO	NIM	NAMA MAHASISWA	PERTEMUAN KE / HARI / TANGGAL																Ket	
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16		
1	2085201007	ALFRED IHKSAN	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
2	2085201009	ALVI KHOIRI SAPUTRA	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
3	2085201017	NURHAFIZAH	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
4	2085201023	RISKY YUDA PRATAMA	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
5	2085201025	SUCI AYU LESTARI	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
6	2085201026	SUHUD ABDU SUKUR	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
7	2085201031	RINALDI MAHYUDINATA	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
8	2085201034	RIDHO FERMADANI	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
9	2085201035	ZAHWA REZIH	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
10	2085201044	RINDI GUSTIATI PUTRI	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
11	2085201048	RIKI RAMANDA	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
PARAF DOSEN																				
TANGGAL PERTEMUAN																				
JUMLAH MAHASISWA YANG HADIR HARI INI																				

Mengetahui,
Ketua Program Studi,

Bangkinang, _____
Dosen Pengajar,

ISKA NOVIARDILA, S.Pd, M.Pd

NO	NIM	NAMA	NILAI TUGAS	NILAI QUIZ
1	2085201007	ALFRED IHKSAN	85	80
2	2085201009	ALVI KHOIRI SAPUTRA	88	85
3	2085201017	NURHAFIZAH	85	85
4	2085201023	RISKY YUDA PRATAMA	90	86
5	2085201025	SUCI AYU LESTARI	87	83
6	2085201026	SUHUD ABDU SUKUR	90	85
7	2085201031	RINALDI MAHYUDINATA	86	84
8	2085201034	RIDHO FERMADANI	85	85
9	2085201035	ZAHWA REZIH	85	80
10	2085201044	RINDI GUSTIATI PUTRI	84	85
11	2085201048	RIKI RAMANDA	87	88

NILAI MID	NILAI UAS	NILAI ANGKA	NILAI HURUF
85	80	83	A-
90	89	88.6	A
85	85	85	A
90	89	89.05	A
88	88	87.1	A
90	90	89.25	A
82	84	83.6	A-
87	87	86.4	A
85	80	85	A
87	86	85.9	A
88	88	87.85	A



UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
 FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
 PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN & REKREASI (PENJASKESREK)

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

Mata Kuliah	Kode MK	Rumpun MK	Bobot (sks)	Semester	Tanggal Penyusunan
Teori/Praktik Biomekanika Olahraga		Mata Kuliah Keahlian Prodi	2	4	24 Januari 2022
	Dosen Pengembang RPS Dedi Ahmadi , M.Pd		Dosen Pengampu MK Dedi Ahmadi, M.Pd	Ketua Prodi Iska Noviardila, M.Pd	
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL Prodi				
	CP-MK				
Deskripsi Singkat MK	Mata kuliah pendidikan Biomekanika Olahraga merupakan mata kuliah keahlian bidang program S-1 Penjaskesrek dengan status mata kuliah wajib. Secara garis besar, lingkup bahasan pada mata kuliah ini mencakup hakikat keterampilan .				
Materi Pembelajaran/ Pokok Bahasan					
Pustaka	1.Penjasorkes , Pegangan Guru Penerbit Viva pakarindo				

	2.Modul Pembelajaran sport Biomekanika Olahraga Penerbit Pustaka Tumbur 3.Referensi Aip Syarifudin				
Media Pembelajaran					
Team Teaching	-				
Matakuliah Prasyarat	Lulus Mata Kuliah Biomekanika Olahraga				
Minggu Ke-	Kemampuan Akhir yang diharapkan (Sub-CP MK)	Indikator	Materi Pembelajaran	Metode Pembelajaran	Kriteria, Bentuk dan Bobot Penilaian
1	1. Mahasiswa dapat menjelaskan ruang lingkup dan definisi dan aspek-aspek Biomekanika Olahraga. 2. Mahasiswa dapat menjelaskan pengetahuan Biomekanika Olahraga sebagai aspek pembinaan mental spiritual 3. Mahasiswa dapat menjelaskan pengertian Biomekanika Olahraga sebagai aspek kesehatan	1. Definisi Biomekanika Olahraga. 2.Pengertian Biomekanika Olahraga sebagai pembinaan aspek mental spritual. 3.Pengertian Biomekanika Olahraga sebagai aspek keterampilan jasa.	Mendeskripsikan pengertian dan ruang lingkup kajian Biomekanika	-	-
2	1. Mahasiswa dapat	1. Mampu menghitung	Menghitung	Teori, diskusi, demonstrasi, tugas	

	menjelaskan fungsi/ tujuan Biomekanika Olahraga bagi tubuh	kecepatan dan percepatan jarak	kecepatan, percepatan, jarak, dan perpindahan tempat	individu	
3	1 Mengenal gerak lurus dan gerak lurus berubah beraturan	- Gerak lurus dan gerak lurus berubah beraturan	Tujuan Pembelajaran Biomekanika Olahraga	Analisis dengan teori dan demonstrasi	
4	Mengenal Gerak Parabola	– Gerak Parabola	Menggambarkan dan menghitung titik tertinggi dan terjauh dalam gerak parabola	Analisis dengan teori dan demonstrasi	
5&6	Mengenal Hukum- Hukum Newton	Mengenal Hukum-Hukum Newton	Mendeskripsikan dan menerapkan hukum- hukum Newton dalam olahraga	. Teori, diskusi, praktek, demontrasi, tugas	
7	Mengenal momentum dalam olahraga	Impuls dan momentum	Mendeskripsikan impuls dan perubahan momentum dalam olahraga	Teori, diskusi, praktek, demontrasi, tugas	
8	Ujian Tengah Semester				
9	Mengenal tumbukan dan elastisitas dalam olahraga	Tumbukan	Mendeskripsikan dan menghitung besarnya tumbukan dan elastisitas dalam olahraga	Teori, diskusi, praktek, demontrasi, tugas	
10	Mengenal usaha dan power dalam olahraga	Usaha dan power	Mendeskripsikan dan menghitung besarnya usaha dan power dari suatu benda yang	Visualisasi video, praktek, diskusi, tugas, demonstrasi	

			bergerak		
11	Mengenal macam-macam keseimbangan dan derajat keseimbangan	Keseimbangan	Mendeskripsikan faktor yang mempengaruhi keseimbangan	Visualisasi video, praktek, diskusi, tugas, demonstrasi	
12	Mengenal cara kerja pengungkit	Pengungkit	Mendeskripsikan dan membedakan cara kerja pengungkit dan penerapannya dalam gerakan manusia	Teori, diskusi, praktek, demonstrasi, tugas	
13, 14 &15	Analisis gerak	Teknik lari, lempar, lompat, menendang, memukul, rolling	Menganalisis teknik berbagai cabang olahraga	Teori, diskusi, praktek, demonstrasi, tugas	
16	Ujian Akhir Semester				