

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

**BATAS MATERI KULIAH**

Mata Kuliah : BIOMEKANIKA OLAHRAGA

Semester / SKS : 6 / 2

Kelas/Tahun Akd: B / 2023/2024 Genap

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

Dosen Pengajar :

NO	HARI/TGL	MATERI	PARAF
1	24/2/2024	DEFINISI BIOMEKANIKA OLAHRAGA	Dy
2	17/2/2024	FUNGSI BIOMEKANIKA OLAHRAGA	Dy
3	24/2/2024	GERAK LURUS, GERAK BERJALAN BERATURAN.	Dy
4	2/3/2024	Gerak parabola	Dy
5	9/3/2024	Mengenal Hukum Newton	Dy
6	16/3/2024	Hukum Newton	Dy
7	27/04/2024	Impuls dan momentum	Dy
8	03/05/2024	UTS	Dy
9	04/05/2024	tumbukan	Dy
10	17/05/2024	usaha dan power	Dy
11	25/05/2024	KESEIMBANGAN	Dy
12	8/06/2024	Pengungkit	Dy
13	15/06/2024	Analisis Gerak	Dy
14	22/06/2024	analisis Gerak	Dy
15	25/06/2024	Analisis Gerak	Dy
16	28/06/2024	UAS	Dy



CATATAN :

- Jumlah tatap muka / pertemuan mahasiswa tidak boleh kurang dari 80%
- Absensi perkuliahan secara digital, data kehadiran diambil dari sistem secara otomatis
- Pakain untuk mahasiswa : tidak boleh memakai sandal, kaos oblong, sandal, anting, kalung, gelang
- Pakaian untuk mahasiswi : Tidak boleh memakai sandal, kaos ketat dan baju transparan



# UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI

## Daftar Peserta Kuliah dan Nilai Akhir (DPNA)

PRODI : PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
NAMA : DEDI AHMADI, S.Pd, M.Pd  
NIP/NIDN : 096542162

TAHUN AJARAN : 2023/2024 Genap  
MATA KULIAH : BIOMEKANIKA OLAHRAGA  
KELAS : B

NO	NIM	NAMA	NILAI TUGAS	NILAI QUIZ	NILAI MID	NILAI UAS	NILAI ANGKA	NILAI HURUF
1	2185201003	ALFIN NOVRIANTO	86	86	85	85	85.3	A
2	2185201008	HELDO ALPAJRI	84	85	84	87	85.2	A
3	2185201017	MUHAMMAD AFDHAL AZ ZIKRI	85	85	85	85	85	A
4	2185201031	WAHYU DIYAN SAPUTRA	86	85	86	84	85.15	A
5	2185201034	BUKHORI ABDILAH	84	86	84	86	85	A
6	2185201035	FEBRIO FIGO ARI YUNRI	87	88	84	84	85.05	A
7	2185201039	PANJI IRAWAN	84	84	86	86	85.4	A
8	2185201040	PARIS MAULANA	84	84	86	86	85.4	A
9	2185201042	RAHDATUL NAIMAH	84	84	86	86	85.4	A
10	2185201044	DERA MUHAMAD RAMDAN	84	84	86	86	85.4	A
11	2185201045	MUHAMMAD ALDHO	84	84	86	86	85.4	A
12	2185201047	M. NURUL FAUZAN	84	84	86	87	85.75	A
13	2185201048	NANDA HABIBULLAH	87	86	86	87	86.5	A
14	2185201049	ZUL MAZRI	87	86	85	84	85.1	A
15	2185201050	SITI AYUNI SARI	87	86	85	84	85.1	A
16	2185201059	ZAMZAMI ALMAN	86	88	84	85	85.25	A
17	2185201062	HASBIALDI RAMLAN	87	86	84	85	85.1	A

Bangkinang, 16 Agustus 2024

DEDI AHMADI, S.Pd, M.Pd  
NIP. 096542162



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 2023
	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				