



Universitas Negeri Surabaya
Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan
Program Studi S3 Ilmu Keolahragaan

Kode Dokumen

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

MATA KULIAH (MK)	KODE	Rumpun MK	BOBOT (sks)			SEMESTER	Tgl Penyusunan																																																																																																		
Analisis Biomekanika Olahraga	8900102070		T=2	P=0	ECTS=5.04	2	5 Maret 2024																																																																																																		
OTORISASI	Pengembang RPS		Koordinator RMK			Koordinator Program Studi																																																																																																			
	Muchamad Arif Al Ardha, S.Pd., M.Ed., Ph.D.		Muchamad Arif Al Ardha, S.Pd., M.Ed., Ph.D.			Prof. Dr. Agus Hariyanto, M.Kes.																																																																																																			
Model Pembelajaran	Case Study																																																																																																								
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK																																																																																																								
	CPL-3	Mengembangkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan kreatif dalam melakukan pekerjaan yang spesifik di bidang keahliannya serta sesuai dengan standar kompetensi kerja bidang yang bersangkutan																																																																																																							
	CPL-8	Mampu mengembangkan penelitian interdisiplin, multidisiplin atau transdisiplin, termasuk kajian teoritis dan/atau eksperimen dalam bidang ilmu keolahragaan yang dituangkan dalam bentuk disertasi, dan publikasi ilmiah yang diterbitkan di jurnal internasional bereputasi																																																																																																							
	CPL-11	Terampil menyelesaikan masalah dalam bidang ilmu keolahragaan dengan menggunakan kaidah ilmiah dan berbasis data (evidence based).																																																																																																							
	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)																																																																																																								
	CPMK - 1	Mahasiswa mampu menganalisis gerakan tubuh dalam olahraga menggunakan prinsip biomekanika																																																																																																							
	CPMK - 2	Mahasiswa mampu menggunakan alat dan teknologi terkini dalam analisis biomekanika																																																																																																							
	CPMK - 3	Mahasiswa mampu menerapkan analisis biomekanika untuk meningkatkan performa atlet																																																																																																							
	CPMK - 4	Mahasiswa mampu melakukan penelitian biomekanika untuk memberikan kontribusi ilmiah dalam dunia olahraga																																																																																																							
	Matrik CPL - CPMK																																																																																																								
		<table border="1" style="width: 100%; text-align: center; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th>CPMK</th> <th>CPL-3</th> <th>CPL-8</th> <th>CPL-11</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>CPMK-1</td> <td>✓</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>CPMK-2</td> <td></td> <td>✓</td> <td></td> </tr> <tr> <td>CPMK-3</td> <td></td> <td></td> <td>✓</td> </tr> <tr> <td>CPMK-4</td> <td>✓</td> <td>✓</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>						CPMK	CPL-3	CPL-8	CPL-11	CPMK-1	✓			CPMK-2		✓		CPMK-3			✓	CPMK-4	✓	✓																																																																															
	CPMK	CPL-3	CPL-8	CPL-11																																																																																																					
	CPMK-1	✓																																																																																																							
	CPMK-2		✓																																																																																																						
	CPMK-3			✓																																																																																																					
CPMK-4	✓	✓																																																																																																							
Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)																																																																																																									
	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th rowspan="2">CPMK</th> <th colspan="16">Minggu Ke</th> </tr> <tr> <th>1</th><th>2</th><th>3</th><th>4</th><th>5</th><th>6</th><th>7</th><th>8</th><th>9</th><th>10</th><th>11</th><th>12</th><th>13</th><th>14</th><th>15</th><th>16</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>CPMK-1</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td>CPMK-2</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td>CPMK-3</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>✓</td><td>✓</td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td>CPMK-4</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>✓</td><td>✓</td><td>✓</td> </tr> </tbody> </table>						CPMK	Minggu Ke																1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	CPMK-1																	CPMK-2																	CPMK-3											✓	✓				CPMK-4													✓	✓	✓
CPMK	Minggu Ke																																																																																																								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16																																																																																									
CPMK-1																																																																																																									
CPMK-2																																																																																																									
CPMK-3											✓	✓																																																																																													
CPMK-4													✓	✓	✓																																																																																										
Deskripsi Singkat MK	Mata kuliah Analisis Biomekanika Olahraga pada program S-3 Ilmu Keolahragaan bertujuan untuk memberikan pemahaman mendalam mengenai prinsip-prinsip biomekanika yang diterapkan dalam olahraga. Mata kuliah ini membahas analisis gerakan tubuh manusia selama aktivitas fisik dan olahraga, dengan fokus pada pengaruh gaya, gerakan, dan struktur tubuh terhadap performa olahraga. Mahasiswa akan mempelajari bagaimana analisis biomekanika dapat digunakan untuk meningkatkan efisiensi gerakan, mencegah cedera, dan meningkatkan performa atlet dalam berbagai cabang olahraga. Topik yang dibahas mencakup prinsip dasar biomekanika, analisis gerakan dengan menggunakan berbagai alat dan teknik pengukuran (seperti alat perekam gerakan, force plates, dan analisis video), serta penerapan biomekanika dalam desain latihan dan teknik olahraga. Mahasiswa diharapkan dapat mengidentifikasi faktor-faktor biomekanik yang berkontribusi pada peningkatan kinerja atlet, serta merancang program latihan yang dapat memaksimalkan potensi atlet melalui pendekatan ilmiah yang berbasis data. Melalui mata kuliah ini, mahasiswa akan memperoleh keterampilan dalam menggunakan teknologi terkini untuk melakukan analisis biomekanika dan memberikan kontribusi terhadap pengembangan metode pelatihan yang lebih efektif dan efisien dalam bidang olahraga.																																																																																																								
Pustaka	Utama :																																																																																																								

1. McGinnis, Peter M.. 2020. Biomechanics of Sport and Exercise [4 ed.]. Human kinetics
2. Watkins, James. 2014. Fundamental Biomechanics of Sport and Exercise. Taylor & Francis Group

Pendukung :

Dosen Pengampu

Dr. Yusuf Fuad, M.App.Sc.
Dr. Achmad Widodo, M.Kes.
Prof. Dr. Dwi Cahyo Kartiko, S.Pd., M.Kes.

Mg Ke-	Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)	Penilaian		Bantuk Pembelajaran, Metode Pembelajaran, Penugasan Mahasiswa, [Estimasi Waktu]		Materi Pembelajaran [Pustaka]	Bobot Penilaian (%)
		Indikator	Kriteria & Bentuk	Luring (offline)	Daring (online)		
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
1	<p>1.Memahami prinsip dasar biomekanika yang diterapkan dalam analisis gerakan tubuh dalam olahraga.</p> <p>2.Menganalisis gerakan tubuh dalam berbagai jenis olahraga untuk mengevaluasi efisiensi gerakan dan mengidentifikasi potensi cedera.</p>	<p>1.Mahasiswa dapat menjelaskan prinsip dasar biomekanika yang relevan dengan olahraga.</p> <p>2.Mahasiswa mampu melakukan analisis gerakan tubuh dengan menggunakan konsep biomekanika untuk mengevaluasi efisiensi gerakan dan mengidentifikasi potensi cedera dalam berbagai olahraga.</p>	<p>Kriteria: A (90-100): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh dilakukan dengan sangat mendalam menggunakan prinsip biomekanika yang tepat dan relevan. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi sangat baik, dengan hasil interpretasi data yang akurat dan aplikatif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan sangat efektif dan berdasarkan analisis biomekanika yang cermat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang sangat baik, hasilnya berkontribusi signifikan pada pengembangan ilmu biomekanika olahraga. B (80-89): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sudah baik dan mencakup sebagian besar prinsip biomekanika, meskipun ada beberapa area yang kurang mendalam. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi cukup baik, meskipun interpretasi data dapat lebih diperjelas. CPMK 3: Program latihan yang diajukan cukup efektif, namun beberapa aspek perlu penguatan lebih lanjut. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang baik, namun masih ada beberapa area yang perlu perbaikan. C (70-79): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh terbatas dan masih kurang memadai dalam menerapkan prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi tidak sepenuhnya efektif, dan interpretasi data kurang kuat. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan kurang optimal dan belum sepenuhnya berbasis data biomekanika. CPMK 4: Penelitian dilakukan namun dengan metodologi yang kurang tepat atau belum dapat memberikan</p>	diskusi dan praktek		<p>Materi: fundamental gerak Pustaka: McGinnis, Peter M.. 2020. <i>Biomechanics of Sport and Exercise [4 ed.]. Human kinetics</i></p>	5%

			<p>kontribusi yang signifikan. D (60-69): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sangat terbatas dan tidak mencerminkan pemahaman yang cukup terhadap prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi kurang tepat dan hasilnya tidak dapat diterapkan secara efektif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diajarkan tidak berdasar pada analisis biomekanika yang akurat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang tidak memadai dan tidak memberikan kontribusi yang berarti dalam bidang biomekanika olahraga.</p> <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Tes</p>			
2	<p>1. Memahami prinsip dasar biomekanika yang diterapkan dalam analisis gerakan tubuh dalam olahraga.</p> <p>2. Menganalisis gerakan tubuh dalam berbagai jenis olahraga untuk mengevaluasi efisiensi gerakan dan mengidentifikasi potensi cedera.</p>	<p>1. Mahasiswa dapat menjelaskan prinsip dasar biomekanika yang relevan dengan olahraga.</p> <p>2. Mahasiswa mampu melakukan analisis gerakan tubuh dengan menggunakan konsep biomekanika untuk mengevaluasi efisiensi gerakan dan mengidentifikasi potensi cedera dalam berbagai olahraga.</p>	<p>Kriteria: A (90-100): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh dilakukan dengan sangat mendalam menggunakan prinsip biomekanika yang tepat dan relevan. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi sangat baik, dengan hasil interpretasi data yang akurat dan aplikatif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan sangat efektif dan berdasarkan analisis biomekanika yang cermat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang sangat baik, hasilnya berkontribusi signifikan pada pengembangan ilmu biomekanika olahraga. B (80-89): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sudah baik dan mencakup sebagian besar prinsip biomekanika, meskipun ada beberapa area yang kurang mendalam. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi cukup baik, meskipun interpretasi data dapat lebih diperjelas. CPMK 3: Program latihan yang diajarkan cukup efektif, namun beberapa aspek perlu penguatan lebih lanjut. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang baik, namun masih ada beberapa area yang perlu perbaikan. C (70-79): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh terbatas dan masih kurang memadai dalam</p>	diskusi dan praktek	<p>Materi: fundamental gerak</p> <p>Pustaka: <i>McGinnis, Peter M.. 2020. Biomechanics of Sport and Exercise [4 ed.]. Human kinetics</i></p>	5%

			<p>menerapkan prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi tidak sepenuhnya efektif, dan interpretasi data kurang kuat. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan kurang optimal dan belum sepenuhnya berbasis data biomekanika. CPMK 4: Penelitian dilakukan namun dengan metodologi yang kurang tepat atau belum dapat memberikan kontribusi yang signifikan. D (60-69): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sangat terbatas dan tidak mencerminkan pemahaman yang cukup terhadap prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi kurang tepat dan hasilnya tidak dapat diterapkan secara efektif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diajukan tidak berdasar pada analisis biomekanika yang akurat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang tidak memadai dan tidak memberikan kontribusi yang berarti dalam bidang biomekanika olahraga.</p> <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Tes</p>			
3	<p>1.Memahami prinsip dasar biomekanika yang diterapkan dalam analisis gerakan tubuh dalam olahraga. 2.Menganalisis gerakan tubuh dalam berbagai jenis olahraga untuk mengevaluasi efisiensi gerakan dan mengidentifikasi potensi cedera.</p>	<p>1.Mahasiswa dapat menjelaskan prinsip dasar biomekanika yang relevan dengan olahraga. 2.Mahasiswa mampu melakukan analisis gerakan tubuh dengan menggunakan konsep biomekanika untuk mengevaluasi efisiensi gerakan dan mengidentifikasi potensi cedera dalam berbagai olahraga.</p>	<p>Kriteria: A (90-100): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh dilakukan dengan sangat mendalam menggunakan prinsip biomekanika yang tepat dan relevan. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi sangat baik, dengan hasil interpretasi data yang akurat dan aplikatif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan sangat efektif dan berdasarkan analisis biomekanika yang cermat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang sangat baik, hasilnya berkontribusi signifikan pada pengembangan ilmu biomekanika olahraga. B (80-89): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sudah baik dan mencakup sebagian besar prinsip biomekanika, meskipun ada beberapa area yang kurang mendalam. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi cukup baik, meskipun interpretasi data dapat lebih</p>	diskusi dan praktek	<p>Materi: fundamental gerak Pustaka: <i>McGinnis, Peter M. 2020. Biomechanics of Sport and Exercise [4 ed.]. Human kinetics</i></p>	5%

			<p>diperjelas. CPMK 3: Program latihan yang diajukan cukup efektif, namun beberapa aspek perlu penguatan lebih lanjut. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang baik, namun masih ada beberapa area yang perlu perbaikan. C (70-79): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh terbatas dan masih kurang memadai dalam menerapkan prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi tidak sepenuhnya efektif, dan interpretasi data kurang kuat. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan kurang optimal dan belum sepenuhnya berbasis data biomekanika. CPMK 4: Penelitian dilakukan namun dengan metodologi yang kurang tepat atau belum dapat memberikan kontribusi yang signifikan. D (60-69): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sangat terbatas dan tidak mencerminkan pemahaman yang cukup terhadap prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi kurang tepat dan hasilnya tidak dapat diterapkan secara efektif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diajukan tidak berdasar pada analisis biomekanika yang akurat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang tidak memadai dan tidak memberikan kontribusi yang berarti dalam bidang biomekanika olahraga.</p> <p>Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>			
4	<p>1. Memahami prinsip dasar biomekanika yang diterapkan dalam analisis gerakan tubuh dalam olahraga.</p> <p>2. Menganalisis gerakan tubuh dalam berbagai jenis olahraga untuk mengevaluasi efisiensi gerakan dan mengidentifikasi potensi cedera.</p>	<p>1. Mahasiswa dapat menjelaskan prinsip dasar biomekanika yang relevan dengan olahraga.</p> <p>2. Mahasiswa mampu melakukan analisis gerakan tubuh dengan menggunakan konsep biomekanika untuk mengevaluasi efisiensi gerakan dan mengidentifikasi potensi cedera dalam berbagai olahraga.</p>	<p>Kriteria: A (90-100): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh dilakukan dengan sangat mendalam menggunakan prinsip biomekanika yang tepat dan relevan. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi sangat baik, dengan hasil interpretasi data yang akurat dan aplikatif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan sangat efektif dan berdasarkan analisis biomekanika yang cermat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang sangat baik, hasilnya berkontribusi</p>	diskusi dan praktek	<p>Materi: fundamental gerak</p> <p>Pustaka: <i>McGinnis, Peter M., 2020. Biomechanics of Sport and Exercise [4 ed.]. Human kinetics</i></p>	5%

			<p>signifikan pada pengembangan ilmu biomekanika olahraga. B (80-89): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sudah baik dan mencakup sebagian besar prinsip biomekanika, meskipun ada beberapa area yang kurang mendalam. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi cukup baik, meskipun interpretasi data dapat lebih diperjelas. CPMK 3: Program latihan yang diajukan cukup efektif, namun beberapa aspek perlu penguatan lebih lanjut. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang baik, namun masih ada beberapa area yang perlu perbaikan. C (70-79): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh terbatas dan masih kurang memadai dalam menerapkan prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi tidak sepenuhnya efektif, dan interpretasi data kurang kuat. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan kurang optimal dan belum sepenuhnya berbasis data biomekanika. CPMK 4: Penelitian dilakukan namun dengan metodologi yang kurang tepat atau belum dapat memberikan kontribusi yang signifikan. D (60-69): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sangat terbatas dan tidak mencerminkan pemahaman yang cukup terhadap prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi kurang tepat dan hasilnya tidak dapat diterapkan secara efektif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diajukan tidak berdasar pada analisis biomekanika yang akurat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang tidak memadai dan tidak memberikan kontribusi yang berarti dalam bidang biomekanika olahraga.</p> <p>Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio</p>			
5	1.Menggunakan teknologi seperti force plates, sistem perekaman gerakan, dan analisis video untuk menganalisis	1.Mahasiswa mampu menggunakan alat dan teknologi yang relevan untuk mengukur gaya dan gerakan tubuh dalam olahraga,	<p>Kriteria: A (90-100): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh dilakukan dengan sangat mendalam menggunakan prinsip biomekanika yang tepat dan</p>	Praktek	<p>Materi: Fundamental Pustaka: <i>Watkins, James. 2014. Fundamental Biomechanics</i></p>	5%

	<p>gerakan tubuh dalam olahraga.</p> <p>2. Menginterpretasikan data biomekanika untuk merancang program latihan atau teknik olahraga yang lebih efektif.</p>	<p>seperti force plates dan sistem perekaman gerakan.</p> <p>2. Mahasiswa dapat menginterpretasikan hasil pengukuran untuk merancang program latihan yang berbasis pada data biomekanika.</p>	<p>relevan. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi sangat baik, dengan hasil interpretasi data yang akurat dan aplikatif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan sangat efektif dan berdasarkan analisis biomekanika yang cermat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang sangat baik, hasilnya berkontribusi signifikan pada pengembangan ilmu biomekanika olahraga. B (80-89): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sudah baik dan mencakup sebagian besar prinsip biomekanika, meskipun ada beberapa area yang kurang mendalam. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi cukup baik, meskipun interpretasi data dapat lebih diperjelas. CPMK 3: Program latihan yang diajukan cukup efektif, namun beberapa aspek perlu penguatan lebih lanjut. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang baik, namun masih ada beberapa area yang perlu perbaikan. C (70-79): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh terbatas dan masih kurang memadai dalam menerapkan prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi tidak sepenuhnya efektif, dan interpretasi data kurang kuat. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan kurang optimal dan belum sepenuhnya berbasis data biomekanika. CPMK 4: Penelitian dilakukan namun dengan metodologi yang kurang tepat atau belum dapat memberikan kontribusi yang signifikan. D (60-69): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sangat terbatas dan tidak mencerminkan pemahaman yang cukup terhadap prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi kurang tepat dan hasilnya tidak dapat diterapkan secara efektif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diajukan tidak berdasar pada analisis biomekanika yang akurat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang tidak memadai dan tidak memberikan kontribusi yang berarti dalam</p>		<p><i>of Sport and Exercise.</i> <i>Taylor & Francis Group</i></p>
--	--	---	--	--	---

			bidang biomekanika olahraga.				
			Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif				
6	<p>1. Menggunakan teknologi seperti force plates, sistem perekaman gerakan, dan analisis video untuk menganalisis gerakan tubuh dalam olahraga.</p> <p>2. Menginterpretasikan data biomekanika untuk merancang program latihan atau teknik olahraga yang lebih efektif.</p>	<p>1. Mahasiswa mampu menggunakan alat dan teknologi yang relevan untuk mengukur gaya dan gerakan tubuh dalam olahraga, seperti force plates dan sistem perekaman gerakan.</p> <p>2. Mahasiswa dapat menginterpretasikan hasil pengukuran untuk merancang program latihan yang berbasis pada data biomekanika.</p>	<p>Kriteria:</p> <p>A (90-100): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh dilakukan dengan sangat mendalam menggunakan prinsip biomekanika yang tepat dan relevan. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi sangat baik, dengan hasil interpretasi data yang akurat dan aplikatif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan sangat efektif dan berdasarkan analisis biomekanika yang cermat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang sangat baik, hasilnya berkontribusi signifikan pada pengembangan ilmu biomekanika olahraga. B (80-89): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sudah baik dan mencakup sebagian besar prinsip biomekanika, meskipun ada beberapa area yang kurang mendalam. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi cukup baik, meskipun interpretasi data dapat lebih diperjelas. CPMK 3: Program latihan yang diajukan cukup efektif, namun beberapa aspek perlu penguatan lebih lanjut. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang baik, namun masih ada beberapa area yang perlu perbaikan. C (70-79): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh terbatas dan masih kurang memadai dalam menerapkan prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi tidak sepenuhnya efektif, dan interpretasi data kurang kuat. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan kurang optimal dan belum sepenuhnya berbasis data biomekanika. CPMK 4: Penelitian dilakukan namun dengan metodologi yang kurang tepat atau belum dapat memberikan kontribusi yang signifikan. D (60-69): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sangat terbatas dan tidak mencerminkan pemahaman yang cukup terhadap prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi kurang tepat dan hasilnya tidak dapat diterapkan secara</p>	Praktek		<p>Materi: Fundamental Pustaka: <i>Watkins, James. 2014. Fundamental Biomechanics of Sport and Exercise. Taylor & Francis Group</i></p>	5%

			<p>efektif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diajarkan tidak berdasar pada analisis biomekanika yang akurat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang tidak memadai dan tidak memberikan kontribusi yang berarti dalam bidang biomekanika olahraga.</p> <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja</p>			
7	<p>1. Menggunakan teknologi seperti force plates, sistem perekaman gerakan, dan analisis video untuk menganalisis gerakan tubuh dalam olahraga.</p> <p>2. Menginterpretasikan data biomekanika untuk merancang program latihan atau teknik olahraga yang lebih efektif.</p>	<p>1. Mahasiswa mampu menggunakan alat dan teknologi yang relevan untuk mengukur gaya dan gerakan tubuh dalam olahraga, seperti force plates dan sistem perekaman gerakan.</p> <p>2. Mahasiswa dapat menginterpretasikan hasil pengukuran untuk merancang program latihan yang berbasis pada data biomekanika.</p>	<p>Kriteria: A (90-100): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh dilakukan dengan sangat mendalam menggunakan prinsip biomekanika yang tepat dan relevan. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi sangat baik, dengan hasil interpretasi data yang akurat dan aplikatif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan sangat efektif dan berdasarkan analisis biomekanika yang cermat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang sangat baik, hasilnya berkontribusi signifikan pada pengembangan ilmu biomekanika olahraga. B (80-89): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sudah baik dan mencakup sebagian besar prinsip biomekanika, meskipun ada beberapa area yang kurang mendalam. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi cukup baik, meskipun interpretasi data dapat lebih diperjelas. CPMK 3: Program latihan yang diajarkan cukup efektif, namun beberapa aspek perlu penguatan lebih lanjut. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang baik, namun masih ada beberapa area yang perlu perbaikan. C (70-79): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh terbatas dan masih kurang memadai dalam menerapkan prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi tidak sepenuhnya efektif, dan interpretasi data kurang kuat. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan kurang optimal dan belum sepenuhnya berbasis data biomekanika. CPMK 4: Penelitian</p>	Praktek	<p>Materi: Fundamental Pustaka: <i>Watkins, James. 2014. Fundamental Biomechanics of Sport and Exercise. Taylor & Francis Group</i></p>	5%

			<p>dilakukan namun dengan metodologi yang kurang tepat atau belum dapat memberikan kontribusi yang signifikan. D (60-69): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sangat terbatas dan tidak mencerminkan pemahaman yang cukup terhadap prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi kurang tepat dan hasilnya tidak dapat diterapkan secara efektif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diajarkan tidak berdasar pada analisis biomekanika yang akurat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang tidak memadai dan tidak memberikan kontribusi yang berarti dalam bidang biomekanika olahraga.</p> <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja</p>			
8	<p>1. Menggunakan teknologi seperti force plates, sistem perekaman gerakan, dan analisis video untuk menganalisis gerakan tubuh dalam olahraga.</p> <p>2. Menginterpretasikan data biomekanika untuk merancang program latihan atau teknik olahraga yang lebih efektif.</p>	<p>1. Mahasiswa mampu menggunakan alat dan teknologi yang relevan untuk mengukur gaya dan gerakan tubuh dalam olahraga, seperti force plates dan sistem perekaman gerakan.</p> <p>2. Mahasiswa dapat menginterpretasikan hasil pengukuran untuk merancang program latihan yang berbasis pada data biomekanika.</p> <p>3. UTS</p>	<p>Kriteria: A (90-100): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh dilakukan dengan sangat mendalam menggunakan prinsip biomekanika yang tepat dan relevan. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi sangat baik, dengan hasil interpretasi data yang akurat dan aplikatif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan sangat efektif dan berdasarkan analisis biomekanika yang cermat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang sangat baik, hasilnya berkontribusi signifikan pada pengembangan ilmu biomekanika olahraga. B (80-89): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sudah baik dan mencakup sebagian besar prinsip biomekanika, meskipun ada beberapa area yang kurang mendalam. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi cukup baik, meskipun interpretasi data dapat lebih diperjelas. CPMK 3: Program latihan yang diajarkan cukup efektif, namun beberapa aspek perlu penguatan lebih lanjut. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang baik, namun masih ada beberapa area yang perlu perbaikan. C (70-79): CPMK 1:</p>	Praktek	<p>Materi: Fundamental Pustaka: <i>Watkins, James. 2014. Fundamental Biomechanics of Sport and Exercise. Taylor & Francis Group</i></p>	9%

			<p>Analisis gerakan tubuh terbatas dan masih kurang memadai dalam menerapkan prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi tidak sepenuhnya efektif, dan interpretasi data kurang kuat. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan kurang optimal dan belum sepenuhnya berbasis data biomekanika. CPMK 4: Penelitian dilakukan namun dengan metodologi yang kurang tepat atau belum dapat memberikan kontribusi yang signifikan. D (60-69); CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sangat terbatas dan tidak mencerminkan pemahaman yang cukup terhadap prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi kurang tepat dan hasilnya tidak dapat diterapkan secara efektif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diajukan tidak berdasar pada analisis biomekanika yang akurat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang tidak memadai dan tidak memberikan kontribusi yang berarti dalam bidang biomekanika olahraga.</p> <p>Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio</p>			
9	<p>1.Mengidentifikasi faktor-faktor biomekanik yang mempengaruhi kinerja atlet dalam berbagai cabang olahraga. 2.Merancang strategi dan program latihan berdasarkan analisis biomekanika untuk meningkatkan performa atlet.</p>	<p>1.Mahasiswa dapat mengidentifikasi faktor biomekanik yang mempengaruhi performa atlet. 2.Mahasiswa mampu merancang program latihan atau teknik olahraga yang berdasarkan pada hasil analisis biomekanika untuk meningkatkan performa atlet.</p>	<p>Kriteria: A (90-100): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh dilakukan dengan sangat mendalam menggunakan prinsip biomekanika yang tepat dan relevan. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi sangat baik, dengan hasil interpretasi data yang akurat dan aplikatif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan sangat efektif dan berdasarkan analisis biomekanika yang cermat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang sangat baik, hasilnya berkontribusi signifikan pada pengembangan ilmu biomekanika olahraga. B (80-89): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sudah baik dan mencakup sebagian besar prinsip biomekanika, meskipun ada beberapa area yang kurang mendalam. CPMK 2:</p>	praktek	<p>Materi: praktek analisis Pustaka: <i>Watkins, James. 2014. Fundamental Biomechanics of Sport and Exercise. Taylor & Francis Group</i></p>	5%

Penggunaan alat dan teknologi cukup baik, meskipun interpretasi data dapat lebih diperjelas. CPMK 3: Program latihan yang diajukan cukup efektif, namun beberapa aspek perlu penguatan lebih lanjut. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang baik, namun masih ada beberapa area yang perlu perbaikan. C (70-79): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh terbatas dan masih kurang memadai dalam menerapkan prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi tidak sepenuhnya efektif, dan interpretasi data kurang kuat. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan kurang optimal dan belum sepenuhnya berbasis data biomekanika. CPMK 4: Penelitian dilakukan namun dengan metodologi yang kurang tepat atau belum dapat memberikan kontribusi yang signifikan. D (60-69): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sangat terbatas dan tidak mencerminkan pemahaman yang cukup terhadap prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi kurang tepat dan hasilnya tidak dapat diterapkan secara efektif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diajukan tidak berdasar pada analisis biomekanika yang akurat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang tidak memadai dan tidak memberikan kontribusi yang berarti dalam bidang biomekanika olahraga. Kesimpulan Mata kuliah Analisis Biomekanika Olahraga memberikan mahasiswa keterampilan untuk menganalisis dan menerapkan prinsip biomekanika dalam dunia olahraga. Mahasiswa diharapkan dapat menggunakan teknologi terkini untuk mengukur dan mengevaluasi gerakan tubuh dalam olahraga, serta merancang program latihan yang efektif dan berbasis data. Pengetahuan yang diperoleh diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan pada pengembangan ilmu keolahragaan, khususnya dalam

			meningkatkan performa atlet dan mencegah cedera.			
			Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum			
10	<p>1. Mengidentifikasi faktor-faktor biomekanik yang mempengaruhi kinerja atlet dalam berbagai cabang olahraga.</p> <p>2. Merancang strategi dan program latihan berdasarkan analisis biomekanika untuk meningkatkan performa atlet.</p>	<p>1. Mahasiswa dapat mengidentifikasi faktor biomekanik yang mempengaruhi performa atlet.</p> <p>2. Mahasiswa mampu merancang program latihan atau teknik olahraga yang berdasarkan pada hasil analisis biomekanika untuk meningkatkan performa atlet.</p>	<p>Kriteria:</p> <p>A (90-100): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh dilakukan dengan sangat mendalam menggunakan prinsip biomekanika yang tepat dan relevan. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi sangat baik, dengan hasil interpretasi data yang akurat dan aplikatif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan sangat efektif dan berdasarkan analisis biomekanika yang cermat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang sangat baik, hasilnya berkontribusi signifikan pada pengembangan ilmu biomekanika olahraga.</p> <p>B (80-89): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sudah baik dan mencakup sebagian besar prinsip biomekanika, meskipun ada beberapa area yang kurang mendalam. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi cukup baik, meskipun interpretasi data dapat lebih diperjelas. CPMK 3: Program latihan yang diajarkan cukup efektif, namun beberapa aspek perlu penguatan lebih lanjut. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang baik, namun masih ada beberapa area yang perlu perbaikan.</p> <p>C (70-79): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh terbatas dan masih kurang memadai dalam menerapkan prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi tidak sepenuhnya efektif, dan interpretasi data kurang kuat. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan kurang optimal dan belum sepenuhnya berbasis data biomekanika. CPMK 4: Penelitian dilakukan namun dengan metodologi yang kurang tepat atau belum dapat memberikan kontribusi yang signifikan.</p> <p>D (60-69): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sangat terbatas dan tidak mencerminkan pemahaman yang cukup terhadap prinsip biomekanika. CPMK 2:</p>	praktek	<p>Materi: praktek analisis</p> <p>Pustaka: <i>Watkins, James. 2014. Fundamental Biomechanics of Sport and Exercise. Taylor & Francis Group</i></p>	5%

			<p>Penggunaan alat dan teknologi kurang tepat dan hasilnya tidak dapat diterapkan secara efektif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diajukan tidak berdasar pada analisis biomekanika yang akurat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang tidak memadai dan tidak memberikan kontribusi yang berarti dalam bidang biomekanika olahraga.</p> <p>Kesimpulan Mata kuliah Analisis Biomekanika Olahraga memberikan mahasiswa keterampilan untuk menganalisis dan menerapkan prinsip biomekanika dalam dunia olahraga. Mahasiswa diharapkan dapat menggunakan teknologi terkini untuk mengukur dan mengevaluasi gerakan tubuh dalam olahraga, serta merancang program latihan yang efektif dan berbasis data. Pengetahuan yang diperoleh diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan pada pengembangan ilmu keolahragaan, khususnya dalam meningkatkan performa atlet dan mencegah cedera.</p> <p>Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja</p>			
11	<p>1.Mengidentifikasi faktor-faktor biomekanik yang mempengaruhi kinerja atlet dalam berbagai cabang olahraga.</p> <p>2.Merancang strategi dan program latihan berdasarkan analisis biomekanika untuk meningkatkan performa atlet.</p>	<p>1.Mahasiswa dapat mengidentifikasi faktor biomekanik yang mempengaruhi performa atlet.</p> <p>2.Mahasiswa mampu merancang program latihan atau teknik olahraga yang berdasarkan pada hasil analisis biomekanika untuk meningkatkan performa atlet.</p>	<p>Kriteria: A (90-100): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh dilakukan dengan sangat mendalam menggunakan prinsip biomekanika yang tepat dan relevan. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi sangat baik, dengan hasil interpretasi data yang akurat dan aplikatif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan sangat efektif dan berdasarkan analisis biomekanika yang cermat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang sangat baik, hasilnya berkontribusi signifikan pada pengembangan ilmu biomekanika olahraga. B (80-89): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sudah baik dan mencakup sebagian besar prinsip biomekanika, meskipun ada beberapa area yang kurang mendalam. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi cukup</p>	praktek	<p>Materi: praktek analisis</p> <p>Pustaka: <i>Watkins, James. 2014. Fundamentals Biomechanics of Sport and Exercise. Taylor & Francis Group</i></p>	5%

baik, meskipun interpretasi data dapat lebih diperjelas. CPMK 3: Program latihan yang diajukan cukup efektif, namun beberapa aspek perlu penguatan lebih lanjut. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang baik, namun masih ada beberapa area yang perlu perbaikan. C (70-79): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh terbatas dan masih kurang memadai dalam menerapkan prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi tidak sepenuhnya efektif, dan interpretasi data kurang kuat. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan kurang optimal dan belum sepenuhnya berbasis data biomekanika. CPMK 4: Penelitian dilakukan namun dengan metodologi yang kurang tepat atau belum dapat memberikan kontribusi yang signifikan. D (60-69): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sangat terbatas dan tidak mencerminkan pemahaman yang cukup terhadap prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi kurang tepat dan hasilnya tidak dapat diterapkan secara efektif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diajukan tidak berdasar pada analisis biomekanika yang akurat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang tidak memadai dan tidak memberikan kontribusi yang berarti dalam bidang biomekanika olahraga. Kesimpulan Mata kuliah Analisis Biomekanika Olahraga memberikan mahasiswa keterampilan untuk menganalisis dan menerapkan prinsip biomekanika dalam dunia olahraga. Mahasiswa diharapkan dapat menggunakan teknologi terkini untuk mengukur dan mengevaluasi gerakan tubuh dalam olahraga, serta merancang program latihan yang efektif dan berbasis data. Pengetahuan yang diperoleh diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan pada pengembangan ilmu keolahragaan, khususnya dalam meningkatkan

			<p>performa atlet dan mencegah cedera.</p> <p>Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian</p>			
12	<p>1.Mengidentifikasi faktor-faktor biomekanik yang mempengaruhi kinerja atlet dalam berbagai cabang olahraga.</p> <p>2.Merancang strategi dan program latihan berdasarkan analisis biomekanika untuk meningkatkan performa atlet.</p>	<p>1.Mahasiswa dapat mengidentifikasi faktor biomekanik yang mempengaruhi performa atlet.</p> <p>2.Mahasiswa mampu merancang program latihan atau teknik olahraga yang berdasarkan pada hasil analisis biomekanika untuk meningkatkan performa atlet.</p>	<p>Praktikum Kriteria: A (90-100): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh dilakukan dengan sangat mendalam menggunakan prinsip biomekanika yang tepat dan relevan. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi sangat baik, dengan hasil interpretasi data yang akurat dan aplikatif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan sangat efektif dan berdasarkan analisis biomekanika yang cermat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang sangat baik, hasilnya berkontribusi signifikan pada pengembangan ilmu biomekanika olahraga. B (80-89): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sudah baik dan mencakup sebagian besar prinsip biomekanika, meskipun ada beberapa area yang kurang mendalam. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi cukup baik, meskipun interpretasi data dapat lebih diperjelas. CPMK 3: Program latihan yang diajukan cukup efektif, namun beberapa aspek perlu penguatan lebih lanjut. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang baik, namun masih ada beberapa area yang perlu perbaikan. C (70-79): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh terbatas dan masih kurang memadai dalam menerapkan prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi tidak sepenuhnya efektif, dan interpretasi data kurang kuat. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan kurang optimal dan belum sepenuhnya berbasis data biomekanika. CPMK 4: Penelitian dilakukan namun dengan metodologi yang kurang tepat atau belum dapat memberikan kontribusi yang signifikan. D (60-69): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sangat terbatas dan tidak mencerminkan pemahaman yang cukup terhadap prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi</p>	praktek	<p>Materi: praktek analisis</p> <p>Pustaka: <i>Watkins, James. 2014. Fundamental Biomechanics of Sport and Exercise. Taylor & Francis Group</i></p>	5%

			<p>kurang tepat dan hasilnya tidak dapat diterapkan secara efektif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diajukan tidak berdasar pada analisis biomekanika yang akurat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang tidak memadai dan tidak memberikan kontribusi yang berarti dalam bidang biomekanika olahraga. Kesimpulan Mata kuliah Analisis Biomekanika Olahraga memberikan mahasiswa keterampilan untuk menganalisis dan menerapkan prinsip biomekanika dalam dunia olahraga. Mahasiswa diharapkan dapat menggunakan teknologi terkini untuk mengukur dan mengevaluasi gerakan tubuh dalam olahraga, serta merancang program latihan yang efektif dan berbasis data. Pengetahuan yang diperoleh diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan pada pengembangan ilmu keolahragaan, khususnya dalam meningkatkan performa atlet dan mencegah cedera.</p> <p>Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>			
13	<p>1. Merancang dan melaksanakan penelitian yang mengkaji penerapan prinsip biomekanika dalam meningkatkan kinerja atlet atau mencegah cedera. 2. Menyusun artikel ilmiah berbasis hasil penelitian biomekanika yang dapat memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu olahraga.</p>	<p>1. Mahasiswa dapat menyusun dan menyajikan artikel ilmiah yang berkualitas tinggi berdasarkan hasil penelitian biomekanika. 2. Mahasiswa mampu merancang penelitian yang mengkaji aplikasi biomekanika dalam olahraga</p>	<p>Kriteria: A (90-100): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh dilakukan dengan sangat mendalam menggunakan prinsip biomekanika yang tepat dan relevan. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi sangat baik, dengan hasil interpretasi data yang akurat dan aplikatif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan sangat efektif dan berdasarkan analisis biomekanika yang cermat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang sangat baik, hasilnya berkontribusi signifikan pada pengembangan ilmu biomekanika olahraga. B (80-89): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sudah baik dan mencakup sebagian besar prinsip biomekanika, meskipun ada beberapa area yang kurang mendalam. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi cukup baik, meskipun interpretasi data dapat lebih</p>	praktek	<p>Materi: identifikasi gerak Pustaka: <i>McGinnis, Peter M., 2020. Biomechanics of Sport and Exercise [4 ed.]. Human kinetics</i></p>	5%

diperjelas. CPMK 3: Program latihan yang diajukan cukup efektif, namun beberapa aspek perlu penguatan lebih lanjut. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang baik, namun masih ada beberapa area yang perlu perbaikan. C (70-79): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh terbatas dan masih kurang memadai dalam menerapkan prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi tidak sepenuhnya efektif, dan interpretasi data kurang kuat. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan kurang optimal dan belum sepenuhnya berbasis data biomekanika. CPMK 4: Penelitian dilakukan namun dengan metodologi yang kurang tepat atau belum dapat memberikan kontribusi yang signifikan. D (60-69): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sangat terbatas dan tidak mencerminkan pemahaman yang cukup terhadap prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi kurang tepat dan hasilnya tidak dapat diterapkan secara efektif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diajukan tidak berdasar pada analisis biomekanika yang akurat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang tidak memadai dan tidak memberikan kontribusi yang berarti dalam bidang biomekanika olahraga. Kesimpulan Mata kuliah Analisis Biomekanika Olahraga memberikan mahasiswa keterampilan untuk menganalisis dan menerapkan prinsip biomekanika dalam dunia olahraga. Mahasiswa diharapkan dapat menggunakan teknologi terkini untuk mengukur dan mengevaluasi gerakan tubuh dalam olahraga, serta merancang program latihan yang efektif dan berbasis data. Pengetahuan yang diperoleh diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan pada pengembangan ilmu keolahragaan, khususnya dalam meningkatkan performa atlet dan mencegah cedera.

Bentuk Penilaian :

			Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk			
14	<p>1. Merancang dan melaksanakan penelitian yang mengkaji penerapan prinsip biomekanika dalam meningkatkan kinerja atlet atau mencegah cedera.</p> <p>2. Menyusun artikel ilmiah berbasis hasil penelitian biomekanika yang dapat memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu olahraga.</p>	<p>1. Mahasiswa mampu merancang penelitian yang mengkaji aplikasi biomekanika dalam olahraga.</p> <p>2. Mahasiswa dapat menyusun dan menyajikan artikel ilmiah yang berkualitas tinggi berdasarkan hasil penelitian biomekanika.</p>	<p>Kriteria:</p> <p>A (90-100): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh dilakukan dengan sangat mendalam menggunakan prinsip biomekanika yang tepat dan relevan. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi sangat baik, dengan hasil interpretasi data yang akurat dan aplikatif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan sangat efektif dan berdasarkan analisis biomekanika yang cermat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang sangat baik, hasilnya berkontribusi signifikan pada pengembangan ilmu biomekanika olahraga.</p> <p>B (80-89): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sudah baik dan mencakup sebagian besar prinsip biomekanika, meskipun ada beberapa area yang kurang mendalam. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi cukup baik, meskipun interpretasi data dapat lebih diperjelas. CPMK 3: Program latihan yang diajukan cukup efektif, namun beberapa aspek perlu penguatan lebih lanjut. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang baik, namun masih ada beberapa area yang perlu perbaikan.</p> <p>C (70-79): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh terbatas dan masih kurang memadai dalam menerapkan prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi tidak sepenuhnya efektif, dan interpretasi data kurang kuat. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan kurang optimal dan belum sepenuhnya berbasis data biomekanika. CPMK 4: Penelitian dilakukan namun dengan metodologi yang kurang tepat atau belum dapat memberikan kontribusi yang signifikan.</p> <p>D (60-69): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sangat terbatas dan tidak mencerminkan pemahaman yang cukup terhadap prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi kurang tepat dan hasilnya tidak dapat diterapkan secara efektif. CPMK 3:</p>	praktek	<p>Materi: identifikasi gerak</p> <p>Pustaka: McGinnis, Peter M., 2020. <i>Biomechanics of Sport and Exercise</i> [4 ed.]. Human kinetics</p>	5%

			<p>Program latihan atau teknik yang diajarkan tidak berdasar pada analisis biomekanika yang akurat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang tidak memadai dan tidak memberikan kontribusi yang berarti dalam bidang biomekanika olahraga.</p> <p>Kesimpulan Mata kuliah Analisis Biomekanika Olahraga memberikan mahasiswa keterampilan untuk menganalisis dan menerapkan prinsip biomekanika dalam dunia olahraga. Mahasiswa diharapkan dapat menggunakan teknologi terkini untuk mengukur dan mengevaluasi gerakan tubuh dalam olahraga, serta merancang program latihan yang efektif dan berbasis data. Pengetahuan yang diperoleh diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan pada pengembangan ilmu keolahragaan, khususnya dalam meningkatkan performa atlet dan mencegah cedera.</p> <p>Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>			
15	<p>1. Merancang dan melaksanakan penelitian yang mengkaji penerapan prinsip biomekanika dalam meningkatkan kinerja atlet atau mencegah cedera.</p> <p>2. Menyusun artikel ilmiah berbasis hasil penelitian biomekanika yang dapat memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu olahraga.</p>	<p>1. Mahasiswa dapat menyusun dan menyajikan artikel ilmiah yang berkualitas tinggi berdasarkan hasil penelitian biomekanika.</p> <p>2. Mahasiswa mampu merancang penelitian yang mengkaji aplikasi biomekanika dalam olahraga.</p>	<p>Kriteria: A (90-100): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh dilakukan dengan sangat mendalam menggunakan prinsip biomekanika yang tepat dan relevan. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi sangat baik, dengan hasil interpretasi data yang akurat dan aplikatif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan sangat efektif dan berdasarkan analisis biomekanika yang cermat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang sangat baik, hasilnya berkontribusi signifikan pada pengembangan ilmu biomekanika olahraga. B (80-89): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sudah baik dan mencakup sebagian besar prinsip biomekanika, meskipun ada beberapa area yang kurang mendalam. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi cukup baik, meskipun interpretasi data dapat lebih diperjelas. CPMK 3: Program latihan yang diajukan cukup efektif,</p>	praktek	<p>Materi: identifikasi gerak</p> <p>Pustaka: <i>McGinnis, Peter M., 2020. Biomechanics of Sport and Exercise [4 ed.]. Human kinetics</i></p>	5%

namun beberapa aspek perlu penguatan lebih lanjut. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang baik, namun masih ada beberapa area yang perlu perbaikan. C (70-79): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh terbatas dan masih kurang memadai dalam menerapkan prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi tidak sepenuhnya efektif, dan interpretasi data kurang kuat. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan kurang optimal dan belum sepenuhnya berbasis data biomekanika. CPMK 4: Penelitian dilakukan namun dengan metodologi yang kurang tepat atau belum dapat memberikan kontribusi yang signifikan. D (60-69): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sangat terbatas dan tidak mencerminkan pemahaman yang cukup terhadap prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi kurang tepat dan hasilnya tidak dapat diterapkan secara efektif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diajukan tidak berdasar pada analisis biomekanika yang akurat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang tidak memadai dan tidak memberikan kontribusi yang berarti dalam bidang biomekanika olahraga. Kesimpulan Mata kuliah Analisis Biomekanika Olahraga memberikan mahasiswa keterampilan untuk menganalisis dan menerapkan prinsip biomekanika dalam dunia olahraga. Mahasiswa diharapkan dapat menggunakan teknologi terkini untuk mengukur dan mengevaluasi gerakan tubuh dalam olahraga, serta merancang program latihan yang efektif dan berbasis data. Pengetahuan yang diperoleh diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan pada pengembangan ilmu keolahragaan, khususnya dalam meningkatkan performa atlet dan mencegah cedera.

Bentuk Penilaian :
Penilaian Hasil
Project / Penilaian
Produk, Penilaian

16	<p>1. Merancang dan melaksanakan penelitian yang mengkaji penerapan prinsip biomekanika dalam meningkatkan kinerja atlet atau mencegah cedera.</p> <p>2. Menyusun artikel ilmiah berbasis hasil penelitian biomekanika yang dapat memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu olahraga.</p>	<p>1. Mahasiswa mampu merancang penelitian yang mengkaji aplikasi biomekanika dalam olahraga.</p> <p>2. Mahasiswa dapat menyusun dan menyajikan artikel ilmiah yang berkualitas tinggi berdasarkan hasil penelitian biomekanika.</p>	<p>Portofolio</p> <p>Kriteria:</p> <p>A (90-100): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh dilakukan dengan sangat mendalam menggunakan prinsip biomekanika yang tepat dan relevan. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi sangat baik, dengan hasil interpretasi data yang akurat dan aplikatif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan sangat efektif dan berdasarkan analisis biomekanika yang cermat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang sangat baik, hasilnya berkontribusi signifikan pada pengembangan ilmu biomekanika olahraga.</p> <p>B (80-89): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sudah baik dan mencakup sebagian besar prinsip biomekanika, meskipun ada beberapa area yang kurang mendalam. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi cukup baik, meskipun interpretasi data dapat lebih diperjelas. CPMK 3: Program latihan yang diajarkan cukup efektif, namun beberapa aspek perlu penguatan lebih lanjut. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang baik, namun masih ada beberapa area yang perlu perbaikan.</p> <p>C (70-79): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh terbatas dan masih kurang memadai dalam menerapkan prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi tidak sepenuhnya efektif, dan interpretasi data kurang kuat. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diusulkan kurang optimal dan belum sepenuhnya berbasis data biomekanika. CPMK 4: Penelitian dilakukan namun dengan metodologi yang kurang tepat atau belum dapat memberikan kontribusi yang signifikan.</p> <p>D (60-69): CPMK 1: Analisis gerakan tubuh sangat terbatas dan tidak mencerminkan pemahaman yang cukup terhadap prinsip biomekanika. CPMK 2: Penggunaan alat dan teknologi kurang tepat dan hasilnya tidak dapat diterapkan secara efektif. CPMK 3: Program latihan atau teknik yang diajarkan tidak</p>	praktek	<p>Materi: identifikasi gerak</p> <p>Pustaka: McGinnis, Peter M., 2020. <i>Biomechanics of Sport and Exercise</i> [4 ed.]. Human kinetics</p>	20%
----	--	--	---	---------	---	-----

			<p>berdasar pada analisis biomekanika yang akurat. CPMK 4: Penelitian dilakukan dengan metodologi yang tidak memadai dan tidak memberikan kontribusi yang berarti dalam bidang biomekanika olahraga. Kesimpulan Mata kuliah Analisis Biomekanika Olahraga memberikan mahasiswa keterampilan untuk menganalisis dan menerapkan prinsip biomekanika dalam dunia olahraga. Mahasiswa diharapkan dapat menggunakan teknologi terkini untuk mengukur dan mengevaluasi gerakan tubuh dalam olahraga, serta merancang program latihan yang efektif dan berbasis data. Pengetahuan yang diperoleh diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan pada pengembangan ilmu keolahragaan, khususnya dalam meningkatkan performa atlet dan mencegah cedera.</p> <p>Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio</p>		
--	--	--	--	--	--

Rekap Persentase Evaluasi : Case Study

No	Evaluasi	Persentase
1.	Aktifitas Partisipatif	11.26%
2.	Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	52.43%
3.	Penilaian Portofolio	20.75%
4.	Penilaian Praktikum	6.67%
5.	Praktik / Unjuk Kerja	5.01%
6.	Tes	2.92%
		99.04%

Catatan

- Capaian Pembelajaran Lulusan Prodi (CPL - Prodi)** adalah kemampuan yang dimiliki oleh setiap lulusan prodi yang merupakan internalisasi dari sikap, penguasaan pengetahuan dan ketrampilan sesuai dengan jenjang prodinya yang diperoleh melalui proses pembelajaran.
- CPL yang dibebankan pada mata kuliah** adalah beberapa capaian pembelajaran lulusan program studi (CPL-Prodi) yang digunakan untuk pembentukan/pengembangan sebuah mata kuliah yang terdiri dari aspek sikap, ketrampilan umum, ketrampilan khusus dan pengetahuan.
- CP Mata kuliah (CPMK)** adalah kemampuan yang dijabarkan secara spesifik dari CPL yang dibebankan pada mata kuliah, dan bersifat spesifik terhadap bahan kajian atau materi pembelajaran mata kuliah tersebut.
- Sub-CPMK Mata kuliah (Sub-CPMK)** adalah kemampuan yang dijabarkan secara spesifik dari CPMK yang dapat diukur atau diamati dan merupakan kemampuan akhir yang direncanakan pada tiap tahap pembelajaran, dan bersifat spesifik terhadap materi pembelajaran mata kuliah tersebut.
- Indikator penilaian** kemampuan dalam proses maupun hasil belajar mahasiswa adalah pernyataan spesifik dan terukur yang mengidentifikasi kemampuan atau kinerja hasil belajar mahasiswa yang disertai bukti-bukti.
- Kreteria Penilaian** adalah patokan yang digunakan sebagai ukuran atau tolok ukur ketercapaian pembelajaran dalam penilaian berdasarkan indikator-indikator yang telah ditetapkan. Kreteria penilaian merupakan pedoman bagi penilai agar penilaian konsisten dan tidak bias. Kreteria dapat berupa kuantitatif ataupun kualitatif.
- Bentuk penilaian:** tes dan non-tes.
- Bentuk pembelajaran:** Kuliah, Responsi, Tutorial, Seminar atau yang setara, Praktikum, Praktik Studio, Praktik Bengkel, Praktik Lapangan, Penelitian, Pengabdian Kepada Masyarakat dan/atau bentuk pembelajaran lain yang setara.
- Metode Pembelajaran:** Small Group Discussion, Role-Play & Simulation, Discovery Learning, Self-Directed Learning, Cooperative Learning, Collaborative Learning, Contextual Learning, Project Based Learning, dan metode lainnya yg setara.
- Materi Pembelajaran** adalah rincian atau uraian dari bahan kajian yg dapat disajikan dalam bentuk beberapa pokok dan sub-pokok bahasan.
- Bobot penilaian** adalah prosentasi penilaian terhadap setiap pencapaian sub-CPMK yang besarnya proposional dengan tingkat kesulitan pencapaian sub-CPMK tsb., dan totalnya 100%.

12. TM=Tatap Muka, PT=Penugasan terstruktur, BM=Belajar mandiri.

RPS ini telah divalidasi pada tanggal 16 Desember 2024

Koordinator Program Studi S3
Ilmu Keolahragaan



Prof. Dr. Agus Hariyanto, M.Kes.
NIDN 0016086702

UPM Program Studi S3 Ilmu
Keolahragaan



Bayu Agung Pramono, S.Pd.,
M.Kes.
NIDN 0030038802

File PDF ini digenerate pada tanggal 6 April 2025 Jam 19:24 menggunakan aplikasi RPS-OBE SiDia Unesa

