



# UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA

Jl. PGRI I Sonosewu No. 117 Yogyakarta - 55182 Telp. (0274) 376808, 373198, 373038 Fax. (0274) 376808

E-mail : info@upy.ac.id

**PETIKAN**  
**KEPUTUSAN REKTOR UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA**  
Nomor : 039.1 /SK/REKTOR-UPY/III/2024

Tentang

**PENGANGKATAN DOSEN PENGAMPU MATA KULIAH SEMESTER GENAP  
TAHUN AKADEMIK 2023/2024 DI LINGKUNGAN UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA**

**DENGAN RAHMAT TUHAN YANG MAHA ESA  
REKTOR UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA**

Menimbang : dst.  
Mengingat : dst.  
Memperhatikan: dst.

**MEMUTUSKAN**

Menetapkan : **PENGANGKATAN DOSEN PENGAMPU MATA KULIAH SEMESTER GENAP TAHUN AKADEMIK 2023/2024 DI LINGKUNGAN UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA**

- Pertama : Mengangkat Saudara yang namanya tersebut pada lajur 2 Lampiran keputusan ini sebagai Dosen Pengampu Mata Kuliah pada Semester Genap Tahun Akademik 2023/2024.
- Kedua : Menugaskan kepada para Dosen Pengampu Mata Kuliah dimaksud untuk melaksanakan pembelajaran matakuliah sebagaimana tercantum pada lajur 3 lampiran keputusan ini dengan sebaik-baiknya dan kepada yang bersangkutan diberikan honorarium sesuai dengan ketentuan yang berlaku di UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA
- Ketiga : Keputusan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan, dengan ketentuan bahwa segala sesuatunya akan ditinjau kembali apabila terdapat kekeliruan dalam penetapan ini.

PETIKAN Keputusan ini disampaikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Yogyakarta  
Pada tanggal : 01 Maret 2024  
Rektor,

ttd

Dr. Ir. Paiman, M.P  
NIS. 19650916 199503 1 003 77

Untuk Petikan yang sah  
Wakil Rektor Bidang Akademik dan Kelembagaan

Ahmad Riyadi, S.Si, M.Kom  
NIS. 19690214 199812 1 006

Tembusan disampaikan kepada :

1. Para Wakil Rektor
2. Para Dekan dan Direktur
3. Para Ketua Program Sarjana

Lampiran Keputusan Rektor Universitas PGRI Yogyakarta  
 Nomor : 089.1/SK/REKTOR-UPY/III/2024  
 Tanggal : 01 Maret 2024

NO.	NAMA PENGAJAR & NIDN	MATA KULIAH	KODE/IK	SKS	SEMESTER/ KELAS	PROGRAM
1. s.d 244	Hadiono, M.Or 0514119201	Fisiologi Olahraga Fisiologi Olahraga Statistika Olahraga petualangan	T16213 T16213 T16432 T16435	3 3 2 3	III/A	Program Sarjana Ilmu Keolahragaan Program Sarjana Ilmu Keolahragaan Program Sarjana Ilmu Keolahragaan Program Sarjana Ilmu Keolahragaan
245					III/B	
					IV/A1	
246					IV/A1	
Dst.						

Untuk Petikan yang sah:  
 Wakil Rektor Bidang Akademik dan Kelembagaan

Rektor

ttd



Ahmad Syarif, S.Si., M.Kom  
 NIS. 19990214 199812 1 006 2

Dr. Ir. Paiman, M.P  
 NIS. 19650916 199503 1 003

**RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)**

**(OLAHRAGA PETUALANGAN)**



**Dosen:  
Hadiono, M.Or**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA  
2024**



**RENCANA PEMBELAJARAN  
SEMESTER**

**Olahraga Petualangan**

No : .....

Revisi : Ke-0

Tanggal : .....

Halaman:

Dibuat Oleh:

Hadiono, M.Or  
NIDN 0514119201

Diperiksa Oleh:

Hadiono, M.Or  
NIDN 0514119201

Disetujui Oleh:

Bimo Alexander, M.Or  
NIDN 0003119006

Dosen

Dosen Pembina Kelompok Keahlian

Ketua Prodi Ilmu Keolahragaan

**RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER**

**1. Identitas Matakuliah**

Nama Program Studi : Ilmu Keolahragaan  
Nama Matakuliah : Olahraga Petualangan  
Kode Matakuliah : T16435  
Kelompok Matakuliah : Prodi  
Bobot sks : 3 sks  
Jenjang : S1  
Semester : 4  
Prasyarat : -  
Status (wajib/ pilihan) : Wajib  
Nama dan kode dosen : Hadiono, M.Or,



## 2. Deskripsi Matakuliah

Mata kuliah ini membahas tentang kegiatan-kegiatan olahraga petualangan di alam bebas dan mengaplikasikan kegiatan-kegiatan tersebut

## 3. Capaian Pembelajaran Program Studi

Mahasiswa menguasai pengetahuan dan keterampilan tentang olahraga petualangan

## 4. Capaian Pembelajaran Matakuliah

- Manajemen kegiatan alam bebas
- Outbound
- Hiking/Mountaineering
- Survival
- High Rope Teknik
- Caving
- Olahraga Arus Deras

## 5. Deskripsi Rencana Pembelajaran

Pert	Indikator Capaian Pembelajaran Matakuliah	Bahan Kajian	Bentuk Pembelajaran	Waktu	Tugas dan Penilaian	Rujukan
1	Mahasiswa mampu memahami konsep dasar olahraga petualangan	<ul style="list-style-type: none"><li>• Industri Sport Tourism</li><li>• Planning, Development &amp; Marketing Sport adventure</li><li>• Komoditas olahraga petualangan</li><li>• Manajemen kegiatan alam bebas</li></ul>	Presentasi dan diskusi tanya jawab	3 SKS x 50 Menit	kehadiran, tugas makalah, tugas praktek partisipasi dikelas	1,2
2 - 4	Mahasiswa mampu memahami dan mempraktekkan kegiatan outbound	<ul style="list-style-type: none"><li>• Jenis-jenis outbound</li><li>• Tatacara permainan outbound</li></ul>	Presentasi,diskusi tanya jawab,praktik lapangan	3 SKS x 50 Menit		4,5

Pert	Indikator Capaian Pembelajaran Matakuliah	Bahan Kajian	Bentuk Pembelajaran	Waktu	Tugas dan Penilaian	Rujukan
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Komunikasi dalam permainan outbound</li> <li>• Penanaman nilai karakter dalam kegiatan outbound</li> <li>• Merancang permainan outbound</li> <li>• Mnajemen pelaksanaan outbound</li> <li>• Assesmen kegiatan outbound</li> <li>• Amazing race game</li> </ul>				
5	Mahasiswa mampu memahami dan mempraktekkan konsep survival alam bebas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Manajemen logistic</li> <li>• Manajemen perjalanan</li> <li>• Pertolongan pertama cedera</li> <li>• Teknik hidup alam bebas</li> </ul>	Presentasi,diskusi tanya jawab,praktik lapangan	3 SKS x 50 Menit		4,5
6-7	Mahasiswa mampu memahami dan mempraktekkan tatacara hiking/mountaineering	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orientasi medan</li> <li>• Teknik pelaksanaan hiking/orienteering</li> <li>• Pertolongan pertama cedera pada hiking/orienteering</li> <li>• Manajemen pelaksanaan hiking/orienteering</li> </ul>	Presentasi,diskusi tanya jawab,praktik lapangan	3 SKS x 50 Menit		
8	<b>UTS</b>					
9-11	Mahasiswa mampu memahami dan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dasar-dasar tali temali</li> <li>• Pengenalan alat-alat high rope</li> </ul>	Presentasi,diskusi tanya	3 SKS x 50 Menit		

<b>Pert</b>	<b>Indikator Capaian Pembelajaran Matakuliah</b>	<b>Bahan Kajian</b>	<b>Bentuk Pembelajaran</b>	<b>Waktu</b>	<b>Tugas dan Penilaian</b>	<b>Rujukan</b>
	mengaplikasikan High Rope Teknik	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik dasar single rope teknik</li> <li>• Merancang permainan High rope</li> <li>• Pertolongan pertama cedera pada High Rope</li> </ul>	jawab,praktik lapangan			
<b>12-13</b>	Mahasiswa mampu memahami dan mengaplikasikan teknik-teknik dalam kegiatan caving	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pengenalan Gua</li> <li>• Teknik dasar penelusuran gua</li> <li>• Manajemen penelusuran gua</li> <li>• Pertolongan pertama cedera pada penelusuran gua</li> </ul>	Presentasi,diskusi tanya jawab,praktik lapangan	3 SKS x 50 Menit		
<b>14-15</b>	Mahasiswa mampu memahami dan mengaplikasikan teknik-teknik olahraga arus deras	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pengenalan karakteristik sungai</li> <li>• Teknik dasar olahraga arus deras</li> <li>• Manajemen kegiatan olahraga arus deras</li> <li>• Self Rescue olahraga arus deras</li> </ul>	Presentasi,diskusi tanya jawab,praktik lapangan	3 SKS x 50 Menit		
<b>16</b>	<b><i>UJIAN AKHIR SEMESTER</i></b>					

## **6. Daftar Rujukan**

1. Hudson Simon, Sport and adventure tourism, (2003), The Haworth Hospitality Press® An Imprint of The Haworth Press, Inc. New York • London • Oxford
2. McName Mike, Philosophy, Risk and Adventure Sport, (2007), Simultaneously published in the USA and Canada by Routledge 270 Madison Ave, New York, NY 10016

3. Draper Nick & Hodgson Chris, Adventure Sport Physiology (2008), Wiley-Blackwell is an imprint of John Wiley & Sons, formed by the merger of Wiley's global Scientific, Technical and Medical business with Blackwell Publishing.

## 7. Penilaian

No	Komponen Penilaian	Bobot %
1	Kehadiran	15
2	Tugas kelompok	15
3	Tugas mandiri	20
4	UTS	15
5	UAS	35



**PRESENSI KULIAH**  
**PRODI ILMU KEOLAHRAGAAN**  
**SEMESTER GENAP 2023/2024**



**Hadiono, M.Or**  
**OLAHRAGA PETUALANGAN**  
**22.A 1**



Universitas PGRI Yogyakarta

Jl. PGRI Sonosewu No. 117 Yogyakarta Telp. 0274-376808, 373198 Fax. 0274-376808

DAFTAR HADIR KULIAH

Program Studi : ILMU KEOLAHRAGAAN  
Tahun Akademik : 2023/2024  
Semester : GENAP  
Dosen : HADJINO [0514119201]

Kode Matakuliah : T16435  
Matakuliah : OLAKHRAGA PETUALANGAN  
Bobot : 3 SKS  
Kelas : ZKA1

Semester : 4  
Hari : --  
Pukul : 00:00 s.d. 00:00  
Ruang : --

No	NP Mahasiswa	Nama Mahasiswa	BUJIP	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Jumlah Hadir	% Hadir
1	22111600001	ADITYA PUJI PAMUNGKAS <sup>1</sup>		✓	✓	✓	✓	✓	A	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
2	22111600002	AFIF DESTA SHALAHUDIN		✓	✓	✓	✓	A	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
3	22111600003	AJENG NUR KHOIRUNISA <sup>1</sup>		✓	✓	✓	A	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
4	22111600004	ANDREANUS MAU <sup>1</sup>		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
5	22111600006	BENEDICTUS PIO PRASETYAJATI <sup>1</sup>		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
6	22111600007	CAKRA YUDHA WIRATAMA		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
7	22111600008	DIAN AHMAD ARJUNANTO <sup>1</sup>		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
8	22111600009	DIKI SAPUTRO		✓	✓	✓	✓	A	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
9	22111600010	DIMAS AKBAR TAMA <sup>1</sup>		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
10	22111600012	DIMAS YOGA PRATAMA <sup>1</sup>		✓	✓	✓	A	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
11	22111600013	FAUZAN TRI ANGGITO		✓	✓	✓	A	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
12	22111600014	FITRO HYUGA HUSNUJIN OVA <sup>1</sup>		✓	✓	✓	A	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
13	22111600016	GALIH DICKY APRILAN		✓	✓	✓	A	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
14	22111600017	HUSAIN AHMAD BAIHACHI <sup>1</sup>		✓	✓	✓	A	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
15	22111600018	INDAH RUMEKTI <sup>1</sup>		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
16	22111600019	KHUSNUL QOTIMAH		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
17	22111600020	M.SOPAN NUR ADIL		✓	✓	✓	A	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
18	22111600021	MIRNA LAPASATI		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
19	22111600023	MUHAMMAD LUOMAN RIZQIYANTO <sup>1</sup>		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
20	22111600024	MUHAMMAD RAFI RIANDHITA <sup>1</sup>		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

Lembar 1 : Untuk Dosen  
Lembar 2 : Untuk Asisp Program Studi









PRESENSI DOSEN MENGAJAR  
TA. 2023/2024 Sem. GENAP

Program Studi  
Matakuliah  
Bobot  
Dosen

: ILMU KEOLAHRAGAAN  
: OLARHAGA PETUALANGAN (T16435)  
: 3 SKS  
: HADJONO (0514119201)

Kelas  
Hari  
Pukul  
Ruang

: 22A1  
: 00:00 s.d. 00:00  
:

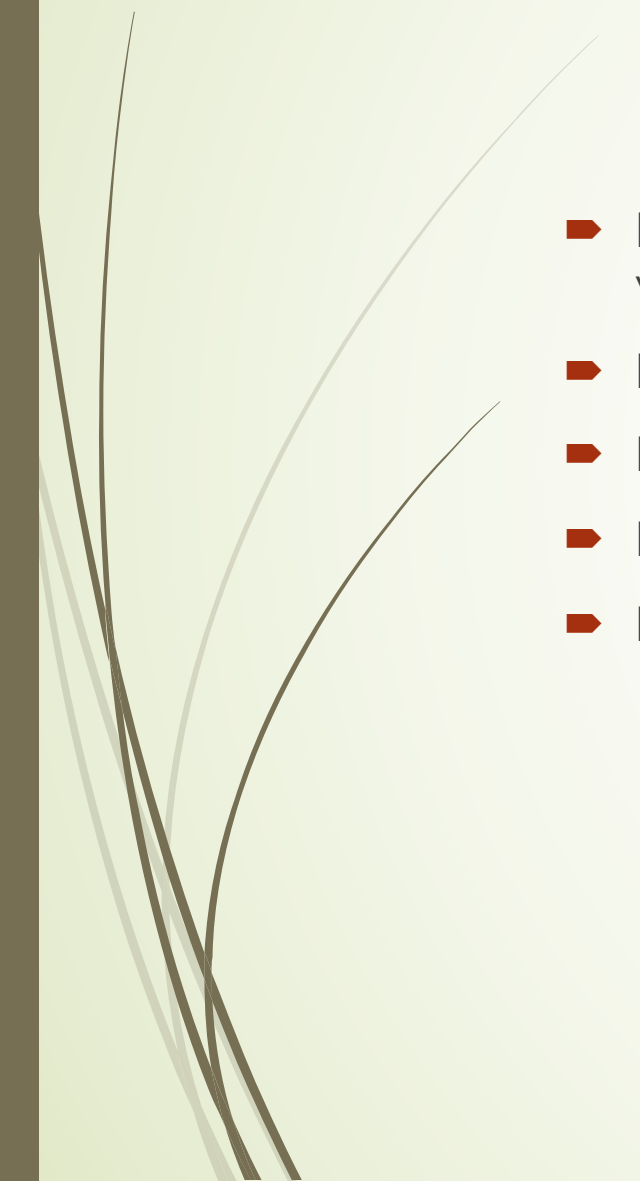
Pert	Tanggal	Pokok Bahasan	Sub-Pokok Bahasan	Jml Mhs	Paraf
I	22/2024 /2	Dasar Olahraga Petualangan	- Industri Sport Tourism - Planning, Development & Marketing		
II	28/2024 /2	Outbound	Jenis Outbound. Tata cara Outbound.		
III	2/2024 /3	Outbound	- Komunikasi Outbound. - Menganalisis Perawatan. - Praktek Menganalisis Perawatan.		
IV	12/2024 /3	Outbound	- Manajemen Pelaksanaan Outbound. - Praktek manajemen Perawatan.		
V	21/2024 /3	Outbound (Icebreaking)	- Ice Breaking - Praktek Outbound.		
VI	28/2024 /3	HIKING	- Manajemen Perjalanan		
VII	4/2024 /4	Hiking	- Orientasi medan. - Pelaksanaan Hiking		
VIII	18/2024 /4	UTS	UTS.		
IX	25/2024 /4	High Rope teknik	Dasar-dasar dan teori teknik Dasar set Permainan High Rope.		
X	2/2024 /5	High rope Teknik	- Praktek set		
XI	16/2024 /5	High rope teknik.	- Praktek Perawatan High Rope.		
XII	30/2024 /5	Caving	- Penganda Gua. - Manajemen Penyelusuran Gua.		
XIII	6/2024 /6	Caving.	Praktek Penyelusuran Gua.		
XIV	12/2024 /6	Oboraga Horus Daras	- Karakteristik Sungai - Teknik Rafting.		
XV	20/2024 /6	Oboraga Horus Daras	- Self Rescue - Praktek Rafting.		



# KETERAMPILAN TALI TEMALI & PERALATAN HIGH ROPE

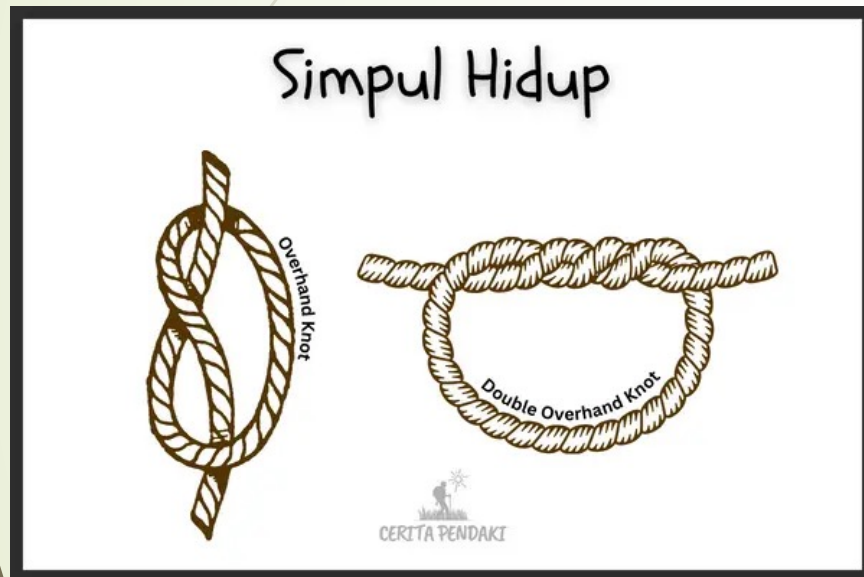


# WARNING

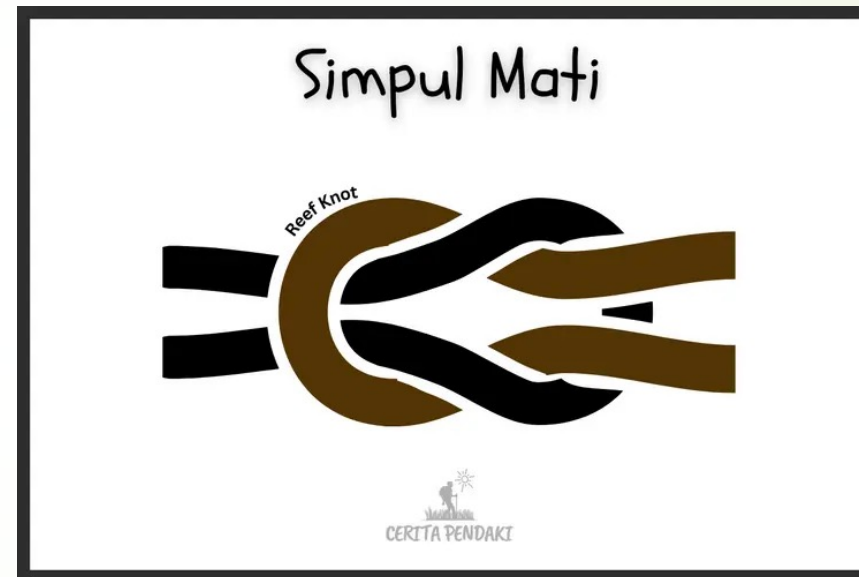
- Dilarang menginjak tali karena dapat menekan butiran pasir kedalam tali yang dapat merusak struktur tali
  - Hindarkan dari zat-zat kimia
  - Dilarang merokok didekat alat baik yang berbentuk tali atau logam
  - Dilarang melempar alat-alat logam
  - Hindarkan terkena sinar matahari langsung dalam waktu yang lama
- 



## Simpul Hidup (Overhand Knot)



## Simpul Mati (Reef Knot)



# SIMPUL

## ▶ Simpul 8



1. Simpul 8
2. Simpul 8 on bight (1 keping)
3. Simpul 8 Double Bight (2 keping)
4. Simpul 8 follow throw

## Simpul Pita



➤ Simpul Prusik



Simpul Bowline



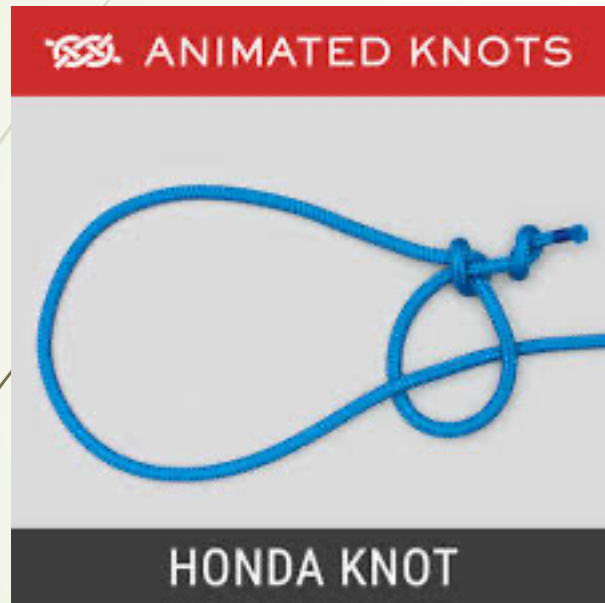
## Fisherman Knot



## Simpul Pangkal (Clove Hitch)



Simpul Laso (Honda Knot)






# ALAT-ALAT HIGH ROPE

- Oval Screw
- Oval Snap
- Delta Screw
- Delta Snap
- Auto Stop
- Croll
- MR
- Sit Harnes
- Coastfill
- Etrier
- Webing
- Carmentel
- Ascender





Teknik Hidup  
Alam Bebas  
(THAB)

# Manajemen Perjalanan

Perencanaan

Pelaksanaan

Evaluasi

- Perencanaan merupakan persiapan tindakan yang dilakukan untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Perencanaan suatu kegiatan harus disusun secara **sistematis** dan **rasional**.

### Manajemen Perjalanan

- Persiapan kesehatan
- Persiapan anggaran
- Persiapan administratif
- Persiapan informasi

### Manajemen Logistik

- Perlengkapan
- Makanan
- Obat-obatan
- Survival kit



# Persiapan kesehatan

- Fisik : Pastikan kondisi tubuh tidak dalam keadaan sakit
- Mental : mental dalam keadaan siap untuk melakukan perjalanan

# Persiapan Anggaran

- Biaya Transportasi
- Biaya konsumsi/logistic
- Biaya administrasi
- Biaya Tak terduga
- Selalu terapkan manajemen anggaran Fixed Cost dan Variabel cost



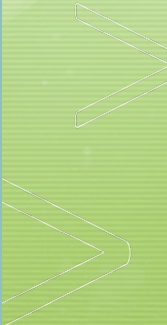
# Persiapan Administratif

- Surat perizinan/pemberitahuan
- Registrasi tempat kegiatan
- Catatan/rekam kondisi peserta





# Persiapan Informasi

- Informasi Perjalanan
  - Informasi orientasi medan
  - Informasi fasilitas kesehatan dan keamanan
  - Pengetahuan tentang olahraga alam bebas
- 



# Manajemen Logistic

- Alat Navigasi : Peta, Kompas, GPS, Altimeter dll
- Alat Camp : Tenda, Flyshet, Mantel, penerangan, alat masak dll
- Alat Komunikasi : HT/HP, Peluit
- Konsumsi

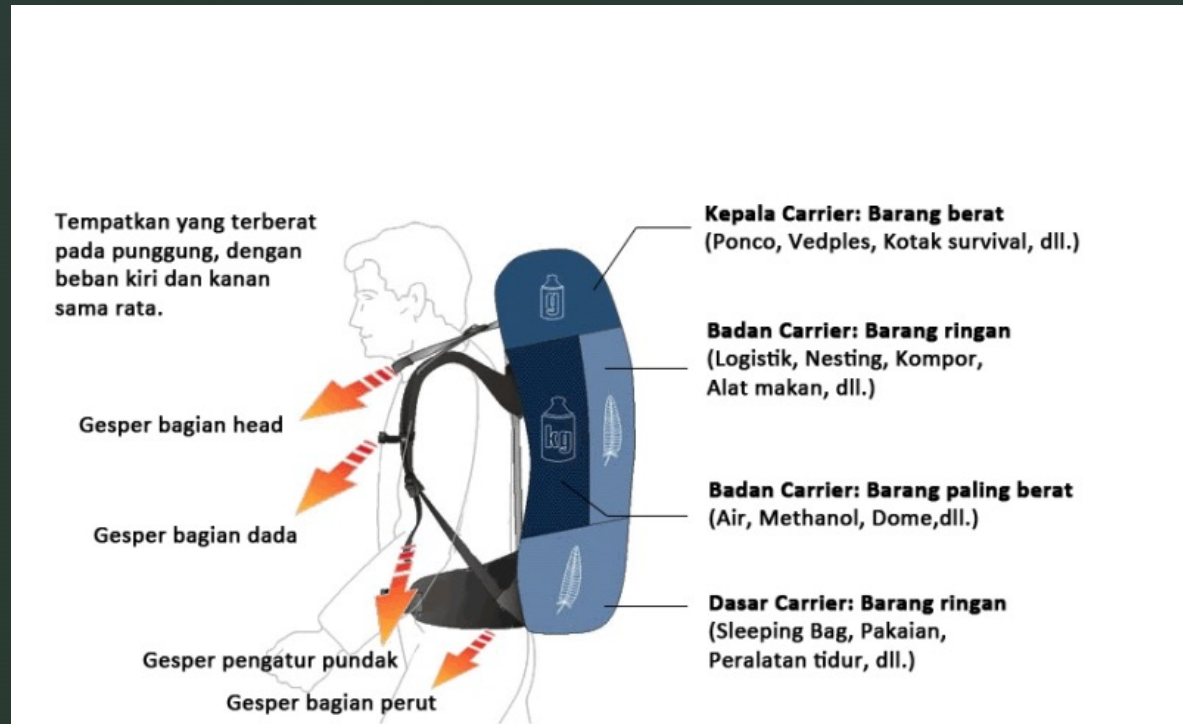
## Makanan dalam kegiatan alam bebas

- Makanan mengandung : Karbohidrat, Lemak, Protein, Vitamin, Mineral
- Jumlah kalori berkisar antara 2.500 – 5.000 kalori per hari
- Biasakan untuk membuat perencanaan menu makanan
- Perencanaan konsumsi ditambah minimal 1 hari dari total rencana perjalanan

## Obat-obatan dan survival kit

- Bawa obat yang minimal digunakan untuk pertolongan pertama cedera (peredai nyeri, pernafasan dll)
- Survival kit : Victorinoc/parang, korek api, lilin

# Teknik Packing



- Tempatkanlah barang barang yang lebih berat setinggi dan sedekat mungkin ke badan. Barang barang yang relatif ringan (sleeping bag, pakaian tidur) ditempatkan di bagian bawah.
- Letakkan barang barang yang sewaktu waktu diperlukan (ponco, alat P3K, kamera, dll) pada bagian atas atau pada kantung kantung luar ransel.
- Matras tidur yang dimasukkan kedalam ransel dapat membantu mempertahankan bentuk *Carrier* dan mempermudah penyusunan barang ke dalam *Carrier*, sehingga menjadi padat, rapi dan efisien.



# OUTBOUND

ILMU KEOLAHRAGAAN UPY





# PERENCANAAN OUTBOUND



# TAHAPAN PERMAINAN OUTBOUND



# INSTRUKTUR OUTBOUND

## Leader

- Sebagai Anchor dalam setiap permainan
- Leader dalam setiap permainan

## Instruktur

- Membantu leader dalam melaksanakan game
- Sebagai fasilitator dalam setiap grup dalam permainan



# SYARAT INSTRUKTUR







# OLAHRAGA PETUALANGAN

ILMU KEOLAHRAGAAN UPY

# INDUSTRI SPORT TOURISM

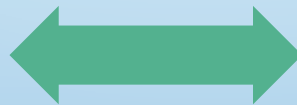
**SPORT TOURISM**



TOURISM



Kebutuhan dasar  
manusia  
(Fisiologis dan  
psikologis)



Teori Maslow  
Tujuan hidup bahagia  
dan puas dengan  
kehidupan yang dimiliki

Sport Tourism

1.Perekonomian  
2.Pembentukan  
karakter

kesejahteraan



- WISATA *ADVENTURE*, MENONJOLKAN AKTIVITAS FISIK YANG MENANTANG UNTUK MENUNJUKKAN EGO DAN KEMAMPUAN MENAKLUKKAN KONDISI TERTENTU PADA ALAM YANG DIKUNJUNGI (UNESCO OFFICE JAKARTA AND REGIONAL BUREAU FOR SCIENCE IN ASIA AND THE PACIFIC, 2009).

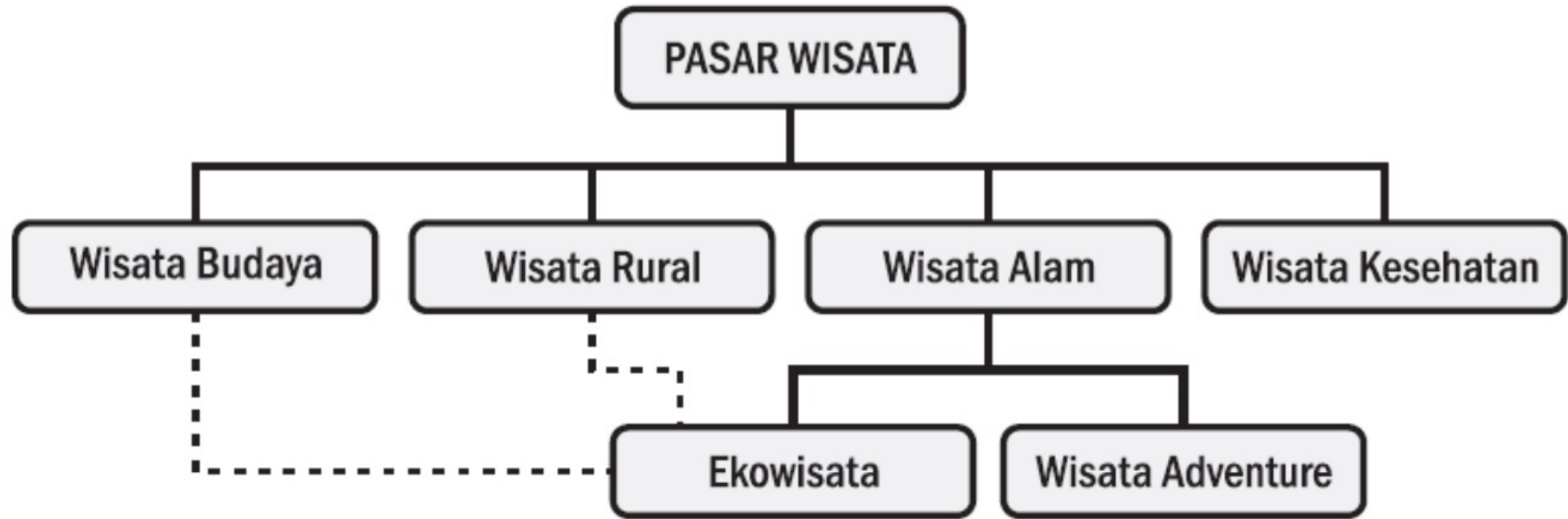
# PENGEMBANGAN SPORT ADVENTURE

## DAERAH TUJUAN WISATA

Adanya sesuatu yang dapat dilihat

Adanya sesuatu aktivitas yang akan dilakukan

Adanya sesuatu yang dapat dibeli



# STRATEGI PENGEMBANGAN



