



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

<http://www.upy.ac.id>

PETIKAN

KEPUTUSAN REKTOR UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA

Nomor : 188/SK/REKTOR-UPY/IX/2024

Tentang

**PENGANGKATAN DOSEN PENGAMPU MATA KULIAH SEMESTER GASAL
TAHUN AKADEMIK 2024/2025 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 GASAL TAHUN AKADEMIK 2024/2025 DI LINGKUNGAN UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA
- Pertama : Mengangkat Saudara yang namanya tersebut pada lajur 2 Lampiran keputusan ini sebagai Dosen Pengampu Mata Kuliah pada Semester Gasal Tahun Akademik 2024/2025.
- 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 September 2024
Rektor,

ttd

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

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
3. Para Ketua Program Sarjana
4. Para Ketua Program Magister

Lampiran Keputusan Rektor Universitas PGRI Yogyakarta
 Nomor : 188/SK/REKTOR-UPY/IX/2024
 Tanggal : 01 September 2024

NO.	NAMA PENGAJAR & NIDN	MATA KULIAH	KODE MK	SKS	SEMESTER/ KELAS	PROGRAM
1. s.d 242						
243	Dr.Andri Arif Kustiawan, M.Or. AIFO 0729078901	Atletik Biokimia Olahraga Fundamental teknologi keolahragaan Tes, Pengukuran, dan Evaluasi Olahraga	T16106 T16108 T16327 T16542	2 2 1 1	I / 16-24.A1, 16-24.A2, 16-24.A3 I / 16-24.A1, 16-24.A2, 16-24.A3 III / 16-23.A1, 16-23.A2 V / 16-22.A1	Program Sarjana Ilmu Keolahragaan Program Sarjana Ilmu Keolahragaan Program Sarjana Ilmu Keolahragaan Program Sarjana Ilmu Keolahragaan
244 Dst.						



Untuk Petikan yang sah:

wakil Rektor Bidang Akademik dan Kelembagaan

Anrad Riyadi, S.Si., M.Kom

NIS. 19990214 199812 1 006

Rektor

ttd

Dr. Ir. Paiman, M.P

NIS. 19650916 199503 1 003



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

KONTRAK PERKULIAHAN

Nama Dosen : Dr. Andri Arif Kustiawan, S.Pd., M.Or
Mata Kuliah : Atletik
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Kelas/Angkatan : 24.A/2024
Semester : 1 (Satu)
Tahun Akademik : 2024/2025
Kode Mata Kuliah : T16106

Deksripsi Mata Kuliah :

Mata kuliah atletik adalah mata kuliah teori dan praktek dengan materi keterampilan gerak, analisis teknik dan kebutuhan fisik, metodik mengajar, prasarana dan sarana serta peraturan perlombaan nomor lari lari, lompat dan lempar. Mahasiswa mengaplikasikan kemampuan dan pengalaman diatas, dalam kebutuhan pembelajaran maupun kehidupan sehari-hari.

Capaian Pembelajaran Program Studi:

- Menunjukkan sikap bertanggungjawab atas pekerjaan di bidang keahliannya secara mandiri
- Mampu dan terampil membelajarkan konsep-konsep dalam ilmu keolahragaan, dan mengomunikasikannya
- Menguasai konsep teoretis bidang pengetahuan tertentu secara umum dan konsep teoretis bagian khusus dalam bidang ilmu keolahragaan secara mendalam, serta mampu memformulasikan untuk penyelesaian masalah
- Memiliki pemikiran dan sikap yang inovatif, kreatif dan visioner dalam pengembangan strategi pembelajaran ilmu keolahragaan.
- Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan ilmu keolahragaan dengan menjunjung tinggi nilai-nilai sportivitas dan nasionalisme.
- Mampu memanfaatkan berbagai sumber belajar, media pembelajaran berbasis IPTEK, dan potensi lingkungan setempat, sesuai standar proses dan mutu, sehingga memiliki keterampilan proses sains, berpikir kritis, kreatif dalam menyelesaikan masalah.

- Mampu melakukan analisis terhadap berbagai alternatif pemecahan masalah dalam bidang ilmu keolahragaan dan menyajikan simpulannya sebagai dasar pengambilan keputusan.
- Menguasai pengetahuan tentang teori ilmu keolahragaan, prinsip keolahragaan, prosedur, dan pemanfaatan evaluasi
- Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ilmu pengetahuan dan teknologi yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora yang sesuai dengan bidang keahliannya
- Mampu melakukan proses evaluasi diri terhadap kelompok kerja yang berada dibawah tanggung jawabnya, dan mampu mengelola pembelajaran secara mandiri
- Mampu mengembangkan pusat-pusat kesehatan dan kebugaran
- Mampu menerapkan ilmu keolahragaan dalam rangka menyelesaikan permasalahan bidang keolahragaan serta memiliki kemampuan beradaptasi terhadap perubahan baru dalam bidang keolahragaan
- Mampu berkomunikasi dengan bahasa internasional baik secara lisan tulis, gambar dan media lainnya.

Capaian Pembelajaran Mata Kuliah :

Setelah mengikuti perkuliahan mahasiswa diharapkan mampu mengetahui sejarah permainan Atletik, mengetahui dan memahami kelengkapan sarana dan prasarana permainan Atletik, memahami berbagai macam teknik dasar cabang olahraga atletik, menganalisis dan mengevaluasi Perwasitan dalam Kejuaraan Atletik.

Daftar Rujukan:

- Andri Arif Kustiawan, Bimo Alexander, Hadiono Hadiono, Ahmad Agung Yuwono Putro, Topo Suhartoyo. (2022). [Sport Development Index \(Sdi\) In Wonogiri District](#). Jurnal PORKES. Doi: 10.29408/porkes.v5i
- [Learning | World Athletics](#).

Ketentuan/Kesepakatan:

- a. Kehadiran.
 - Kehadiran **harus 80%**. Ketidak hadiran lebih dari 3 kali tanpa keterangan diberikan nilai **E**.
 - Keterlambatan lebih dari 15 menit mahasiswa diperbolehkan masuk namun dihitung **ALPA**. Mahasiswa diperbolehkan meninggalkan kelas bila pengajar tanpa keterangan terlambat lebih dari 15 menit. Tidak ada tugas tambahan untuk ketidakhadiran di kelas. (jika tanpa keterangan nilai langsung 0)
- b. Surat Ijin
 - Surat ijin atau surat sakit diberikan maksimal 2 hari. Ketika ijin/sakit/alpa ketika jadwal presentasi maka nilai presentasi nol.
- c. Tata Busana
 - Teori → Mahasiswa wajib berpakaian sopan dan rapi (kemeja/ Kaos Berkerah) **BUKAN KAOS OBLONG**, celana/rok rapih dengan sepatu.
 - Praktek → Mahasiswa wajib berpakaian olahraga (seragam) dan menggunakan sepatu olahraga
- d. **Transparansi** dilayani setelah 1 minggu kuliah berakhir di Dosen Pengampu.
- e. Semua indikator penilaian **TIDAK ADA REMIDIAL**

Penilaian Hasil Belajar

Indikator	Kehadiran	10%
	Sikap	10%
	Tugas	15%
	UTS	15%
	UAS	50%
	total	100%

Ketua Program Studi



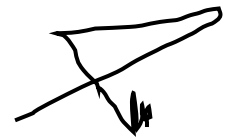
(Bimo Alexander, M.Or., AIFMO-P)
NIS. 199011032022061006

Dosen Pengampu



(Dr. Andri Arif Kustiawan, S.Pd., M.Or)
NIS. 198907292022061002

Yogyakarta, 24 September 2024
Ketua Kelas/Angkatan



(Mepen Minai)
NPM. 24111600066

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER



**UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
TAHUN 2024/2025**

HALAMAN PENGESAHAN

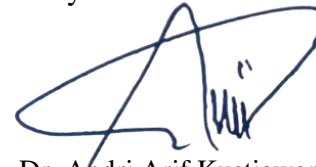
1. Judul RPS : Atletik
2. Pelaksana/Penulis
 - a. Nama Lengkap & Gelar : Dr. Andri Arif Kustiawan, S.Pd., M.Or
 - b. Jenis Kelamin : Laki - laki
 - c. Pangkat/Golongan : IIIb
 - d. NIS : 198907292022061002
 - e. Program Sarjana/Fakultas : Ilmu Keolahragaan / Fakultas Sains dan Teknologi
 - f. Telepon/Faks/E-mail/HP : andriarifkustiawan@upy.ac.id / 082325472835
3. Pembiayaan
 - a. Sumber Dana : Lembaga Pengembangan Pendidikan Universitas PGRI Yogyakarta
 - b. Jumlah Biaya :

Mengetahui,
Ketua Program Studi



Bimo Alexander, S.Pd., M.Or., AIFMO-P
NIS. 19901103 202206 1 006

Yogyakarta, 22 Agustus 2024
Penyusun



Dr. Andri Arif Kustiawan, S.Pd., M.Or
NIS. 198907292022061002

1. Deskripsi RPS Terintegrasi Penelitian dan atau Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dan atau Implementasi Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM)

Nama Mata Kuliah (MK) dan Kode MK		Atletik (T16106)
Nama Dosen dan NIDN		Andri Arif Kustiawan (0729078901)
Pembelajaran Terintegrasi dengan Kegiatan Penelitian		
a	Judul Penelitian	Sport Development Index(Sdi) In Wonogiri District
b	Tim Peneliti	Andri Arif Kustiawan, Bimo Alexander, Hadiono,Ahmad Agung Yuwono Putro, TopoSuhartoyo
c	Waktu Penelitian	01 Agustus – 1 September 2022
d	Hasil penelitian dipublikasikan di	Jurnal Pendidikan Olahraga Kesehatan dan Rekreasi
e	Hasil penelitian dibelajarkan padapertemuan ke-	10
f	Untuk mencapai CPL MK	CPMK4
Pembelajaran Terintegrasi dengan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat		
a	Judul Pengabdian Masyarakat	Sport Development Indeks di Kota Surakarta
b	Tim Pengabdi	Andri Arif Kustiawan
c	Waktu Pengabdian	6-11 Januari 20223
d	Hasil PkM dibelajarkan pada pertemuanke-	10
e	Untuk mencapai CPL MK	CPMK3
Sifat RPS ini adalah sebagai berikut :		
No	Sifat RPS	Keterangan

1	Interaktif	Diskusi dan tanya jawab																				
2	Holistik	Dapat digunakan secara luas oleh akademisi dan praktisi																				
3	Integratif	Terhubung antara pembelajaran, penelitian dan pengabdian																				
4	Saintifik	Kajian berbasis ilmiah																				
5	Kontekstual	Sesuai dengan kajian bidang keilmuan																				
6	Tematik	Sesuai dengan Visi dan Misi Universitas																				
7	Efektif	Dapat digunakan dalam kurikulum MBKM																				
8	Kolaboratif	Dapat berkolaborasi dengan mahasiswa dan mitra																				
9	Berpusat Pada Mahasiswa	Best Metode learning																				
Pembelajaran Terkonversi MBKM																						
	Bentuk Kegiatan Pembelajaran MBKM	<p>Lingkari No. BKP yang sesuai</p> <table> <tr> <td>1</td> <td>Pertukaran Pelajar</td> <td>6</td> <td>KKN Desa</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>KKN Tematik</td> <td>7</td> <td>Program Kemanusiaan</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Magang</td> <td>8</td> <td>Asistensi Mengajar</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>KKN Desa</td> <td>9</td> <td></td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Study Independen</td> <td>10</td> <td></td> </tr> </table>	1	Pertukaran Pelajar	6	KKN Desa	2	KKN Tematik	7	Program Kemanusiaan	3	Magang	8	Asistensi Mengajar	4	KKN Desa	9		5	Study Independen	10	
1	Pertukaran Pelajar	6	KKN Desa																			
2	KKN Tematik	7	Program Kemanusiaan																			
3	Magang	8	Asistensi Mengajar																			
4	KKN Desa	9																				
5	Study Independen	10																				
	Mata Kuliah ini untuk Mencapai Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL) Prodi	<ol style="list-style-type: none"> S1 Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religious. S2 Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral, dan etika. S4 Berperan sebagai warga negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada negara dan bangsa. S9 Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan dibidang keahliannya secara mandiri S10 Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan, dan kewirausahaan 																				

		<ol style="list-style-type: none"> 5. P4 Mampu menjadi penggerak dan pengelola keolahragaan diberbagai bidang pekerjaan yang didukung kemampuan menganalisa permasalahan keolahragaan berbasis ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan terkini 6. KU 5 Mampu mengambil keputusan secara tepat dalam konteks penyelesaian masalah di bidang keahliannya, berdasarkan hasil analisis informasi dan data 7. KU 6 Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan pembimbing, kolega, sejawat baik di dalam maupun di luar lembaganya 8. KK 1 Mampu menciptakan, memandu, dan mengembangkan olahraga masyarakat, olahraga berkebutuhan khusus, olahraga kesehatan, olahraga kepariwisataan dan olahraga rekreasi 9. KK 4 Mampu mengembangkan pusat-pusat kesehatan dan kebugaran 10. KK 8 Mampu menciptakan peluang usaha secara mandiri di bidang keolahragaan
	Mitra	Atletik Kota Surakarta


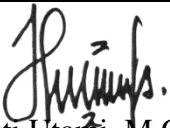



UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN

Kode Dokumen

Jl. IKIP PGRI I Sonosewu No.117, Sonosewu, Ngestiharjo, Kec. Kasihan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55182

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

MATA KULIAH (MK)	KODE	Rumpun MK	BOBOT (sks)		SEMESTER	Tgl Penyusunan
Atletik	T16106	ANTROPKINETIKA	T= 2	P=	1	29 Juli 2024
OTORISASI	Pengembang RPS		Koordinator RMK		Ketua PRODI	
	 Dr. Andri Arif Kustiawan, S.Pd., M.Or		 Danarstuti Utami, M.Or., AIFO-P		 Bimo Alexander, S.Pd., M.Or., AIFMO-P	
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK					
	S1	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religious				
	S2	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral, dan etika				
	S4	Berperan sebagai warga negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada negara dan bangsa				
	S9	Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan dibidang keahliannya secara mandiri				
	S10	Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan, dan kewirausahaan				
	P4	Mampu menjadi penggerak dan pengelola keolahragaan diberbagai bidang pekerjaan yang didukung kemampuan menganalisa permasalahan keolahragaan berbasis ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan terkini				
	KU 5	Mampu mengambil keputusan secara tepat dalam konteks penyelesaian masalah di bidang keahliannya, berdasarkan hasil analisis informasi dan data				
	KU 6	Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan pembimbing, kolega, sejawat baik di dalam maupun di luar lembaganya				
	KK 1	Mampu menciptakan, memandu, dan mengembangkan olahraga masyarakat, olahraga berkebutuhan khusus, olahraga kesehatan, olahraga kepariwisataan dan olahraga rekreasi				
KK 4	Mampu menciptakan peluang usaha secara mandiri di bidang keolahragaan					
KK 8	Mampu menciptakan peluang usaha secara mandiri di bidang keolahragaan					

	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)				
	CPMK1	Mahasiswa mampu mengetahui sejarah permainan Atletik (S2 ,S4,S9,S10)			
	CPMK2	Mahasiswa mampu mengetahui dan memahami kelengkapan sarana dan prasarana permainan Atletik (P4)			
	CPMK3	Mahasiswa mampu memahami berbagai macam teknik dasar cabang olahraga atletik (KU5,KU6)			
	CPMK4	Mahasiswa mampu menganalisis dan mengevaluasi Perwasitan dalam Kejuaraan Atletik (KK1, KK4, KK8)			
	Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)				
	Sub-CPMK1	Memahami hakikat sejarah Atletik (C2 memahami: A2: P2: CPMK 1)			
	Sub-CPMK2	mengetahui dan memahami kelengkapan sarana dan prasarana Cabang Olahraga Atletik (C2 Memahami: A3:P2:CPMK 1,2)			
	Sub-CPMK3	memahami dan mempraktikkan berbagai macam teknik dasar Cabang Olahraga Atletik (C3 Mengaplikasikan: A3: P2: CPMK 2,3)			
	Sub-CPMK4	Menganalisis dan mengevaluasi Perwasitan dalam Kejuaraan Atletik (C4 Menganalisis dan C5 Mengevaluasi: A4: P2, P4: CPMK 4)			
	Korelasi CPL terhadap Sub-CPMK				
		Sub-CPMK1	Sub-CPMK2	Sub-CPMK3	Sub-CPMK4
	CPMK 1	√			
	CPMK 2	√	√		
	CPMK 3		√	√	
	CPMK 4			√	√
Deskripsi Singkat MK	Atletik memiliki bobot 2 SKS yang merupakan mata kuliah Prodi. Mata kuliah atletik adalah mata kuliah teori dan praktek dengan materi keterampilan gerak, analisis teknik dan kebutuhan fisik, metodik mengajar, prasarana dan sarana serta peraturan perlombaan nomor lari lari, lompat dan lempar. Mahasiswa mengaplikasikan kemampuan dan pengalaman diatas, dalam kebutuhan pembelajaran maupun kehidupan sehari-hari.				
Bahan Kajian: Materi Pembelajaran	<ol style="list-style-type: none"> 1. Hakikat Atletik 2. Faktor yang Mempengaruhi Atletik 3. Kegiatan Pengembangan Atletik 4. Rancangan Kegiatan Jasmani pada Atletik 				
Pustaka	Utama :	Andri Arif Kustiawan, Bimo Alexander, Hadiono Hadiono, Ahmad Agung Yuwono Putro, Topo Suhartoyo. (2022). Sport Development Index (Sdi) In Wonogiri District. Jurnal PORKES. Doi: 10.29408/porkes.v5i			
		Learning World Athletics			
	Pendukung :				
		1. Charles Gozzoli (FRA);Jamel Simohamed (IAAF); Abdel Malek El-Hebil (IAAF). 2006. IAAF KIDS' ATHLETICS - A Practical Guide.			

	<ol style="list-style-type: none"> 2. Freeman, Will. 2014. Track & Field coaching essentials / USA Track & Field. United States of America : Human Kinetics 3. Gerry A. Carr. 2000. Atletik Untuk Sekolah. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada 4. IAAF Competition Rules 2018-2019 (http://www.iaaf.org) 5. Jess Jarver. 2005. Belajar dan Berlatih Atletik. Bandung: Pionir Jaya 6. Lance Smith. 2015. Athletics FUNdamentals-A guide for improving skills of young athletes. Athletics Southland. 7. Professional Development Services for Teachers (PDST). Fundamentals Movement Skills in Athletics Workshop. (http://dmsnew.pdst.ie/school/register)
Dosen Pengampu	Dr. Andri Arif Kustiawan, S.Pd., M.Or
Matakuliah syarat	-

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 & Teknik	Luring (<i>offline</i>)	Daring (<i>online</i>)		
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
1 -3	<p>Mahasiswa dapat:</p> <ol style="list-style-type: none"> Menyebutkan dan menjelaskan Prasarana dan sarana, peraturan serta petugas perlombaan lari jarak pendek, lompat jauh dan tolak peluru Menganalisa Didaktik dan metodik mengajar lari jarak pendek, lompat jauh dan tolak peluru Menyebutkan dan menjelaskan Prasarana dan sarana, peraturan serta petugas perlombaan lari gawang, lompat jangkit dan lempar lembing Menganalisa Didaktik dan metodik mengajar lari gawang, lompat jangkit dan lempar lembing dengan modifikasinya dalam pembelajaran di sekolah. 	<p>Mampu memahami prasaran dan sarana, peraturan serta petugas perlombaan lari jarak pendek, lompat jauh dan tolak peluru, serta petugas perlombaan lari gawang, lompat jangkit dan lempar lembing</p>	<p>Teori, diskusi, ceramah, TM 2x50'</p>	<p>Pendekatan: Sainifik Strategi: Tatap muka di kelas Metode: Direct Instruksional Kegiatan: Diskusi dan Praktik di lapangan Alokasi waktu: TM: (2 X 50') BM: (2 x 60')</p>		<ol style="list-style-type: none"> Identifikasi prasarana dan sarana perlombaan lari jarak pendek, lompat jauh dan tolak peluru Peraturan perlombaan lari jarak pendek, lompat jauh dan tolak peluru Identifikasi kebutuhan petugas perlombaan lari jarak pendek, lompat jauh dan tolak peluru Penataan dan pengorganisasian perlombaan lari jarak pendek, lompat jauh dan tolak peluru Didaktik dan metodik mengajar lari jarak pendek, lompat jauh dan tolak peluru Identifikasi prasarana dan sarana perlombaan lari gawang, lompat 	<p>Kehadiran: 5% Sikap: 15% Penugasan: 30%</p>

	(C2 memahami: A2: P2: CPMK 1)				<p>jangkit dan lempar lembing 7. Peraturan perlombaan lari gawang, lompat jangkit dan lempar lembing 8. Identifikasi kebutuhan petugas perlombaan lari gawang, lompat jangkit dan lempar lembing 9. Penataan dan pengorganisasian perlombaan lari gawang, lompat jangkit dan lempar lembing 10. Didaktik dan metodik mengajar lari gawang, lompat jangkit dan lempar lembing</p> <p>Charles Gozzoli (FRA);Jamel Simohamed (IAAF); Abdel Malek El-Hebil (IAAF). 2006. IAAF KIDS' ATHLETICS - A Practical Guide. Gerry A. Carr. 2000. Atletik Untuk Sekolah. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada IAAF Competition Rules 2018-2019 (http://www.iaaf.org),</p>	
--	-------------------------------	--	--	--	--	--

						Learning World Athletics	
4-7	<p>Mahasiswa dapat:</p> <ol style="list-style-type: none"> Melakukan teknik start jarak pendek Melakukan teknik lari 100m, 200m dan 400m Melakukan teknik masuk finish Mengidentifikasi dan menganalisa modifikasinya dalam pembelajaran Melakukan teknik lari gawang 400m Melakukan teknik lari gawang 100m&110m Mengidentifikasi dan menganalisa modifikasinya dalam pembelajaran <p>(C2 Memahami: A3:P2:CPMK 1,2)</p>	<p>Mampu memperagakan lari 100m, 200m, 400 m dan menganalisa modifikasinya dalam pembelajaran</p> <p>Mampu memperagakan lari gawang 100m, 110m dan 400m dan menganalisa modifikasinya dalam pembelajaran</p>	Tugas Individu Tes Praktek	<p>Pendekatan : Sainifik</p> <p>Strategi: tatap muka</p> <p>Metode: Direct instruksional</p> <p>Kegiatan: Praktek di lapangan</p> <p>TM: (2 X 50')</p> <p>BM: (2 x 60')</p>		<ol style="list-style-type: none"> Teknik start jarak pendek Teknik lari 100m, 200m dan 400m Teknik masuk finish Didaktik dan metodik mengajarnya Teknik lari gawang 400m Teknik lari gawang 100m dan 110m Didaktik dan metodik mengajarnya <p>Rajagrafindo Persada IAAF Competition Rules 2018-2019 (http://www.iaaf.org)</p> <p>Freeman, Will. 2014. Track & Field coaching essentials / USA Track & Field. United States of America :</p>	<p>Kehadiran: 5%</p> <p>Sikap: 15%</p> <p>Penugasan: 30%</p>

						<p>Human Kinetics Jess Jarver. 2005. Belajar dan Berlatih Atletik. Bandung: Pionir Jaya Lance Smith. 2015. Athletics FUNDamentals -A guide for improving skills of young athletes. Athletics Southland. Professional Development Services for Teachers (PDST). Fundamentals Movement Skills in Athletics Workshop. http://dmsnew.pdst.ie/school/registre)</p>	
8	Review Materi						Kehadiran: 5% Sikap: 15% Penugasan: 30%

<p>9-11</p>	<p>Mahasiswa dapat: 1. Melakukan teknik lompat jauh 2. Mengidentifikasi dan menganalisa modifikasinya dalam lompat jangkit 3. Melakukan teknik lompat jangkit dan menganalisa modifikasinya dalam pembelajaran (C3 Mengaplikasikan: A3: P2: CPMK 2,3)</p>	<p>Mampu memperagakan lompat jauh dan menganalisa modifikasinya dalam pembelajaran Mampu memperagakan lompat jangkit dan menganalisa modifikasinya dalam pembelajaran</p>	<p>Tugas individu Tes praktek</p>	<p>Pendekatan : Saintifik Strategi: tatap muka Metode: Direct instruksional Kegiatan: Praktek di lapangan TM: (2 X 50') BM: (2 x 60')</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Teknik lompat jauh - Didaktik dan metodik mengajarnya - Teknik lompat jangkit - Didaktik dan metodik mengajarnya <p>Rajagrafindo Persada IAAF Competition Rules 2018-2019 (http://www.iaaf.org) Freeman, Will. 2014. Track & Field coaching essentials / USA Track & Field. United States of America : Human Kinetics Jess Jarver. 2005. Belajar dan Berlatih Atletik. Bandung: Pionir Jaya Lance Smith. 2015.</p>	<p>Kehadiran: 5% Sikap: 15% Penugasan: 30%</p>
--------------------	---	--	--	---	--	--	--

						<p>Athletics FUNDamentals -A guide for improving skills of young athletes. Athletics Southland. Professional Development Services for Teachers (PDST). Fundamentals Movement Skills in Athletics Workshop. (http://dmsnew.pdst.ie/school/registre), Andri Arif Kustiawan, Bimo Alexander, Hadiono Hadiono, Ahmad Agung Yuwono Putro, Topo Suhartoyo. (2022). Sport Development Index (Sdi) In Wonogiri District. Jurnal PORKES. Doi: 10.29408/porkes.v5i</p>	
13-15	<p>Mahasiswa dapat:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan teknik tolak peluru 2. Mengidentifikasi dan menganalisa modifikasinya dalam pembelajaran 	<p>Mampu memperagakan tolak peluru dan menganalisa modifikasinya dalam pembelajaran Mampu memperagakan</p>	<p>Tugas Individu Tes Praktek</p>	<p>Pendekatan : Sainifik Strategi: tatap muka Metode: Direct instruksional Kegiatan: Praktek di lapangan TM: (2 X 50') BM: (2 x 60')</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Teknik tolak peluru - Didaktik dan metodik mengajarnya - Teknik lempar lembing 	<p>Kehadiran: 5% Sikap: 15% Penugasan: 30%</p>

	<p>3. Melakukan teknik lempar lembing</p> <p>4. Mengidentifikasi dan menganalisa modifikasinya dalam pembelajaran</p> <p>(C5 Mengevaluasi: A4: P2, P4: CPMK 4)</p>	<p>lempar lembing dan menganalisa modifikasinya dalam pembelajaran</p>				<p>- Didaktik dan metodik mengajarnya</p> <p>Rajagrafindo Persada IAAF Competition Rules 2018-2019 (http://www.iaaf.org)</p> <p>Freeman, Will. 2014. Track & Field coaching essentials / USA Track & Field. United States of America : Human Kinetics</p> <p>Jess Jarver. 2005. Belajar dan Berlatih Atletik. Bandung: Pionir Jaya</p> <p>Lance Smith. 2015. Athletics FUNDamentals -A guide for improving skills of young athletes. Athletics Southland.</p>	
--	---	--	--	--	--	---	--

						Professional Development Services for Teachers (PDST). Fundamentals Movement Skills in Athletics Workshop. (http://dmsnew.pdst.ie/school/registre)	
16	UAS						UAS: 50%

Bobot Penilaian:

Kehadiran	5%
Sikap	15%
Penugasan	30%
UAS	50%
TOTAL	100%

a. Penilaian Kehadiran:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah kehadiran yang diperoleh}}{\text{Jumlah kehadiran maksimal 16 pertemuan}} \times 5$$

Skor maksimal 5

b. Sikap

No	Indikator Penilaian Sikap	Nilai
1	Tanggung jawab	3
2	Berani mengemukakan pendapat	3
3	Berani mencoba hal baru	3
4	Bertuturkata baik terhadap pengajar	3
5	Tidak mudah putus asa	3
Total		15

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah yang diperoleh}}{\text{Jumlah maksimal}} \times 15$$

Skor maksimal 15

c. Penugasan

No	Indikator Penilaian Penugasan	Nilai
1	Case Methode makalah	10
2	Case Methode program	10
3	Case Methode laporan/produk	10
Total		30

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah yang diperoleh}}{\text{Jumlah maksimal}} \times 30$$

Skor maksimal 30

d. UAS

No	Indikator Penilaian UAS	Nilai
1	Pemahaman ruang lingkup deskripsi mata kuliah	10
2	Penjabaran deskripsi mata kuliah	10
3	Menganalisa permasalahan dalam lingkup olahraga	10
4	Mengevaluasi permasalahan dalam lingkup olahraga	10
5	Memberi solusi atas permasalahan yang ada	10
Total		50

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah yang diperoleh}}{\text{Jumlah maksimal}} \times 50$$

Skor maksimal 50

Learning Contract Dosen dan Mahasiswa pada:

a. Kehadiran.

- Kehadiran harus 75%. Ketidak hadirn lebih dari 3 kali tanpa keterangan diberikan nilai **E**.
- Keterlambatan lebih dari 15 menit mahasiswa diperbolehkan masuk namun dihitung **ALPA**. Mahasiswa diperbolehkan meninggalkan kelas bila pengajar tanpa keterangan terlambat lebih dari 15 menit. Make-up kelas akan dilaksanakan sesuai kesepakatan antar dosen-mahasiswa.

b. Tidak ada tugas tambahan pengganti untuk ketidak hadirn di kelas tanpa keterangan

c. Surat Ijin atau surat sakit diberikan maksimal 3 hari. Ketika ijin/sakit ketika jadwal presentasi maka nilai presentasi dikurangi

d. Tata Busana

- Teori → Mahasiswa wajib berpakaian sopan dan rapi (kemeja/ Kaos Berkerah) BUKAN KAOS OBLONG, celana/rok rapih dengan sepatu.
 - Praktek → Mahasiswa wajib berpakaian olahraga (seragam) dan menggunakan sepatu olahraga
- e. Penanggung Jawab (PJ) → akan mendapatkan tambahan nilai. Saat perkuliahan dan jika ada *makeup class*, ketua yang wajib berkoordinasi dengan mahasiswa dan dosen.
- f. Transparansi nilai dilayani setelah 1 minggu kuliah berakhir pada Dosen Pengampu Mata Kuliah.
- g. Nilai yang di berikan dosen mata kuliah kepada mahasiswa bersifat mutlak, tapi bisa dirubah jika dirasa kurang 'tepat' oleh Ketua Program Studi



PRESENSI DOSEN MENGAJAR
TA. 2024/2025 Sem. GASAL

Program Studi : ILMU KEOLAHRAGAAN
Matakuliah : ATLETIK [T16106]
Bobot : 2 SKS
Dosen : ANDRI ARIF KUSTIAWAN [0729078901]

Kelas : 16-24.A2
Hari :
Pukul : 09:00 s.d. 09:00
Ruang :

Pert	Tanggal	Pokok Bahasan	Sub-Pokok Bahasan	Jml Mhs	Paraf
I	Rabu 25-okt-2024	Sejarah & Pengertian Atletik	Sejarah & pengertian Atletik	30	f
II	Jum'at 4-okt-2024	Praktik Lari	Praktik Lari 24 km	29	f
III	Rabu 9-okt-2024	Praktik Lari	Praktik Lari 100m	32	f
IV	Rabu 16-okt-2024	Praktik Lari	Praktik Lari estafet	31	f
V	Jum'at 18-okt-2024	Lompat Jauh	Praktik lompat jauh	31	f
VI	Rabu 23-okt-2024	Lompat Jangkit	Praktik lompat jangkit	29	f
VII	Rabu 30-okt-2024	UTS	UTS	30	f
VIII	Rabu 6-Nov-2024	Lempar lembing	Praktik lempar lembing	32	f
IX	Rabu 13-Nov-2024	Lempar cakram	Praktik lempar cakram	31	f
X	Rabu 20-Nov-2024	Tolak peluru	Praktik Tolak peluru	29	f
XI	Rabu 27-Nov-2024	Praktik Lari	Praktik Lari estafet 400m	30	f
XII	Rabu 4-Des-2024	Praktik Lari	Praktik Lari - 200m	30	f
XIII	Rabu 11-Des-2024	Praktik Lari	Praktik Lari gawang	31	f
XIV	Rabu 18-Des-2024	Praktik Lari	Praktik Lari gawang	30	f
XV	Jum'at 3-Jan-2025	UAS	UAS	32	f



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

DAFTAR HADIR KULIAH

Program Studi : ILMU KEOLAHRAGAAN
Tahun Akademik : 2024/2025
Semester : GASAL
Dosen : ANDRI ARIF KUSTIAWAN [0729078901]

Kode Matakuliah : T16106
Matakuliah : ATLETIK
Bobot : 2 SKS
Kelas : 16-24.A2

Semester : 1
Hari :
Pukul : 00:00 s.d. 00:00
Ruangan :

No	NP Mahasiswa	Nama Mahasiswa	BIJUP	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Jumlah Hadir	% Hadir
21	24111600063	MUHAMMAD ISMA MAULANA																		
22	24111600064	YUMI TABUNI																		
23	24111600067	BAYU RAGA JATI																		
24	24111600068	SEIYUS IYAI																		
25	24111600069	MAYA ANJAR SETIANI																		
26	24111600073	YUAN ARDANA DIPUTRA																		
27	24111600074	Farid Rizal Hardiansyah																		
28	24111600075	Faiz Muzfar																		
29	24111600076	Adhya Satria Prasista																		
30	24111600077	Junjung Sahealka																		
31	24111600078	Galih Ramedhanti																		
32	24111600081	Ahmed at keling																		
33	24111600110	ANDRI IRWANTO																		
34	24111600083	Harun Al Risyid																		

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



UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN

Jl. PGRI I Sonosewu No.117 Yogyakarta 55182 Telp/Fax: (0274) 376808

Web: ikor.fst.upy.ac.id E-mail: ikor@upy.ac.id

UJIAN AKHIR SEMESTER GANJIL 2024/2025

MATA KULIAH : **ATLETIK**
HARI/TANGGAL : **S/ 2 JANUARI 2025**
WAKTU : **07.00-10.20**
KELAS : **STADIUN MANDALA KRIDA**
SIFAT : **Ujian Praktik**
DOSEN : **Dr, ANDRI ARIF KUSTIAWAN, S.Pd., M.Or**

CPL : S1, S2, S4, S9, P4, KU5, KU5, KU6, KK1, KK4, KK8

CPMK : Mahasiswa mampu mengetahui sejarah permainan Atletik, Mahasiswa mampu mengetahui dan memahami kelengkapan sarana dan prasarana permainan Atletik, Mahasiswa mampu memahami berbagai macam teknik dasar cabang olahraga atletik, Mahasiswa mampu menganalisis dan mengevaluasi Perwasitan dalam Kejuaraan Atletik.

Aturan mengerjakan soal UAS:

- ✓ Silahkan membaca do'a terlebih dahulu sebelum menjawab soal UAS!
- ✓ Isi identitas mahasiswa pada lembar jawaban UAS!
- ✓ Jawablah soal UAS sesuai dengan waktu yang telah ditentukan!
- ✓ Setiap mahasiswa dilarang untuk berdiskusi dan bekerjasama dengan mahasiswa yang lain selama menjawab soal UAS!

SOAL UAS (PRAKTIK)

1. Ujian Nomor Lari (2,4 kilometer, 100 meter, Estafet 4x100 meter, 4x100 meter)
2. Ujian Nomor Lempar (lembing, cakram, tolak peluru)
3. Ujian Nomor Lompat (jauh, jangkit)

Kesesuaian Materi dengan CPL	Kesesuaian Bobot dengan CPMK	Kelengkapan Informasi Soal	Catatan Perbaikan Jika Ada	Tanda Tangan Validator
Sesuai	Sesuai	Sesuai	-	



UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN

Jl. PGRI I Sonosewu No.117 Yogyakarta 55182 Telp/Fax: (0274) 376808

Web: ikor.fst.upy.ac.id E-mail: ikor@upy.ac.id

LEMBAR VALIDASI SOAL UJIAN AKHIR SEMESTER

SEMESTER: 1

TAHUN AKADEMIK: 2024/2025

Telah dilakukan validasi Soal Ujian Akhir Semester dengan rincian sebagai berikut:

1	Fakultas	Fakultas Sains dan Teknologi							
2	Program Studi	Ilmu Keolahragaan							
3	Mata Kuliah/Kelas	Biokimia Olahraga/ 24.A1, 24.A2, 24.A3							
4	Validator	Bimo Alexander, M.Or., AIFMO-P							
5	Sifat Ujian		Open Book		Close Book		Project		Lainnya (sebutkan)
		v	Praktik		Speaking		Take Home		
6	Hal-hal yang perlu dicatat	v	Praktik Lapangan						

Unsur Validasi Soal		Validasi	Keterangan
1	Kesesuaian soal ujian dengan Materi Perkuliahan dan RPS (Learning Outcome)		
2	Soal ujian sudah disusun dengan layout dan diketik dengan baik dan mudah dipahami oleh mahasiswa	v	
3	Soal ujian mampu memotivasi mahasiswa untuk meningkatkan cara belajar dan mencapai capaian pembelajaran matakuliah	v	
4	Soal ujian berorientasi pada proses belajar dan hasil belajar yang mencerminkan kemampuan mahasiswa	v	
5	Soal ujian didasarkan pada standar yang disepakati antara dosen dan mahasiswa	v	
6	Soal ujian sesuai dengan kriteria yang jelas, disepakati, dan dipahami oleh mahasiswa	v	

Divalidasi Tanggal

Divalidasi oleh

Bimo Alexander, M.Or., AIFMO-P

NIS. 199011032022061006



UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN

Jl. PGRI I Sonosewu No.117 Yogyakarta 55182 Telp/Fax: (0274) 376808

Web: ikor.fst.upy.ac.id E-mail: ikor@upy.ac.id

Telah diterima oleh Bagian Akademik Soal Ujian Akhir Semester

Tanggal

: 20-12-2024

Yang Menyerahkan

Dr. Andri Arif Kustiawan, S.Pd., M.Or

Yang Menerima
