



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

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 : 026-24/SK/REKTOR-UPY/III/2025

Tentang

**PENGANGKATAN DOSEN PENGAMPU MATA KULIAH SEMESTER GENAP
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 GENAP 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 Genap 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 Maret 2025

Rektor,

ttd

Prof. 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 : 026.2.1 /SK/REKTOR-UPY/ III /2025
 Tanggal : 01 Maret 2025

NO.	NAMA PENGAJAR & NIDN	MATA KULIAH	KODE MK	SKS	SEMESTER/ KELAS	PROGRAM
1. s.d 254						
255	Priska Dyana Kristi, M.Or 0517049102	Fisiologi Olahraga Perkembangan dan Belajar Gerak Program Latihan Kebugaran Personal Traineer	T16213 T16218 T16437 T16653	2 3 1 1	II / A1, A2, A3 II / A3 IV / A1, A2 VI / A1	Program Sarjana Ilmu Keolahragaan Program Sarjana Ilmu Keolahragaan Program Sarjana Ilmu Keolahragaan Program Sarjana Ilmu Keolahragaan
256 Dst.						



Untuk Petikan yang sah:

Wakil Rektor Bidang Akademik dan Kelembagaan

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

Rektor

ttd

Prof. 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 : Priska Dyana Kristi, M.Or
Mata Kuliah : Fisiologi
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Kelas/Angkatan : A1/2024
Semester : 2 (Dua)
Tahun Akademik : 2024/2025
Kode Mata Kuliah : T16211

Deksripsi Mata Kuliah :

Mata kuliah ini membahas tentang fungsi organ tubuh manusia seperti tulang, otot, jantung, paru-paru, pembuluh darah, endokrin, sistem imun, saraf, performa dan kelelahan dalam kaitannya dengan latihan atau olahraga.

Capaian Pembelajaran Program Studi:

Mahasiswa menguasai pengetahuan dan keterampilan fisiologi olahraga

Capaian Pembelajaran Mata Kuliah :

- Pengantar fisiologi Olahraga
- Sistem energi dan olahraga anaerobik
- Sistem energi dan olahraga aerobik
- Sistem kardiorespiratori pada latihan
- Sistem skeletal pada latihan
- Sistem saraf pada latihan
- Sistem hormonal pada latihan
- Sistem imun pada latihan
- Performa dan kelelahan
- Komposisi tubuh

Daftar Rujukan:

1. Sherwood. (2013). Introduction To Human Physiology, 8th ed.(Terjemahan Bram U P endit dkk). Jakarta: ECG
2. Sugiharto. (2014). Fisiologi Olahraga. Malang. Penerbit universitas Negeri Malang.
3. Ganong, W F.(2008). Fisiologi Kedokteran. (Terjemahan Bram U P endit dkk). Jakarta: ECG
4. Plowman Sharon A. (2014). Exercise Physiology for Health, Fitness and Performance. Lippincott Williams & Wilkins, a Wolters Kluwer business
5. Kustiawan, A. A., Alexander, B., Hadiono, H., Putro, A. A. Y., Suhartoyo, T.,

- & Suhartoyo, T. (2022). Sport Development Index (Sdi) In Wonogiri District. *Jurnal Porkes*, 5(2). <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i2.6764>
6. Mc. Ardle William D, Katch Frank I, Katch Victor L (2010). Exercise Physiology, Nutrition, Energy and Human Performance. Lippincott Williams & Wilkins, a Wolters Kluwer business

Ketentuan/Kesepakatan:

- a. Kehadiran.
 - Kehadiran harus 75%. Ketidak hadirn lebih dari 3 kali tanpa keterangan diberikan nilai E.
 - Maksimal keterlambatan 15 menit, mahasiswa diperbolehkan masuk. 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
 - Praktek → Mahasiswa wajib berpakaian olahraga (seragam) dan menggunakan sepatu olahraga

Penilaian Hasil Belajar

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

Yogyakarta, 3 Maret 2025

Ketua Program Studi



Bimo Alexander, M.Or
NIS. 199011032022061006

Dosen Pengampu



Priska Dyana Kristi, M.Or
NIS. 199104172022062004

Ketua Kelas/Angkatan



Fadhlani Yughni Shidiq
NPM. 24111600095

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

(FISIOLOGI OLAHRAGA)



Dosen:
Hadiono, M.Or
Priska Dyana Kristi, M.Or

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA
2025



RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

Fisiologi Olahraga

No :

Revisi : Ke-0

Tanggal :

Halaman:

Dibuat Oleh:

Hadiono, M.Or
NIDN 0514119201

Diperiksa Oleh:

Priska Dyana Kristi
NIDN 0517049102

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 : Fisiologi Olahraga
 Kode Matakuliah : T16211
 Kelompok Matakuliah : Prodi
 Bobot sks : 3 sks
 Jenjang : Setrata 1
 Semester : 2
 Prasyarat : -
 Status (wajib/ pilihan) : Wajib
 Nama dan kode dosen : Hadiono, M.Or,

2. Deskripsi Matakuliah

Mata kuliah ini membahas tentang fungsi organ tubuh manusia seperti tulang, otot, jantung, paru-paru, pembuluh darah, endokrin, sistem imun, saraf, performa dan kelelahan dalam kaitannya dengan latihan atau olahraga.

3. Capaian Pembelajaran Program Studi

Mahasiswa menguasai pengetahuan dan keterampilan fisiologi olahraga

4. Capaian Pembelajaran Matakuliah

- Pengantar fisiologi Olahraga
- Sistem energi dan olahraga anaerobik
- Sistem energi dan olahraga aerobik
- Sistem kardiorespiratori pada latihan
- Sistem skeletal pada latihan
- Sistem saraf pada latihan
- Sistem hormonal pada latihan
- Sistem imun pada latihan
- Performa dan kelelahan
- Komposisi tubuh

5. Deskripsi Rencana Pembelajaran

Pert	Indikator Capaian Pembelajaran Matakuliah	Bahan Kajian	Bentuk Pembelajaran	Waktu	Tugas dan Penilaian	Rujukan
1	<ul style="list-style-type: none">• Mampu menjelaskan konsep dasar fisiologi olahraga• Mampu menjelaskan respon dan adaptasi latihan• Mampu menjelaskan prinsip latihan• Mampu menjelaskan kebugaran jasmani untuk	<ul style="list-style-type: none">• Konsep dasar fisiologi olahraga• Respon Latihan• Latihan untuk olahraga kesehatan dan olahraga spesifik• Prinsip latihan• Dosis Latihan• Stressor Latihan	Presentasi dan diskusi tanya jawab	3 SKS x 50 Menit	kehadiran, tugas makalah, tugas praktek partisipasi dikelas	1,2

Pert	Indikator Capaian Pembelajaran Matakuliah	Bahan Kajian	Bentuk Pembelajaran	Waktu	Tugas dan Penilaian	Rujukan
	kesehatan dan untuk prestasi • Menjelaskan tentang olahraga dan stressor	• Adaptasi latihan				
2 - 3	• Mampu menjelaskan tentang energi pada olahraga anaerobik • Mampu melakukan aktivitas fisik yang menggunakan sistem energi an aerobik • Mampu menjelaskan produksi dan akumulasi asam laktat • Mampu menjelaskan asam laktat selama latihan dan pemulihan • Mampu mengidentifikasi kekurangan dan kelebihan konsumsi oksigen pada latihan • Mampu menjelaskan kapasitas metabolisme an aerobik pada kelompok gender dan umur	• Produksi energi anaerobik • Anaerobik alactic dan lactic • Respon dan adaptasi latihan anaerobik • <i>EPOC</i> • Perubahan ATP-PC • Perubahan dan akumulasi asam laktat • Latihan ane aerobik pria dan wanita • Latihan anaerobik pada anak-anak dan orang dewasa	Presentasi,diskusi tanya jawab, praktek latuhan anaerobik	3 SKS x 50 Menit	kehadiran, tugas makalah, tugas praktek partisipasi dikelas	4,5
4-5	• Mampu menjelaskan tentang energi pada olahraga aerobik • Mampu melakukan aktivitas fisik yang menggunakan sistem	• Respon dan adaptasi latihan aerobik • Pertukaran respirasi • Konsumsi oksigen dan produksi karbondioksida	Presentasi,diskusi tanya jawab, praktek latihan aerobik	3 SKS x 50 Menit	kehadiran, tugas makalah, tugas praktek partisipasi dikelas	4,5

Pert	Indikator Capaian Pembelajaran Matakuliah	Bahan Kajian	Bentuk Pembelajaran	Waktu	Tugas dan Penilaian	Rujukan
	energi aerobik <ul style="list-style-type: none"> Menjelaskan tentang berbagai macam olahraga dengan sistem energi aerobik Mampu menjelaskan perubahan konsumsi oksigen selama latihan Mampu menjelaskan respon dan adaptasi latihan aerobik 	<ul style="list-style-type: none"> Model-model latihan aerobik Respiratory Exchange Ratio (RER) 				
6-7	<ul style="list-style-type: none"> Mampu menjelaskan sistem pernafasan manusia Mampu menjelaskan sistem respirasi saat istirahat dan latihan Mampu menjelaskan respon dan adaptasi sistem respirasi Mampu menjelaskan sistem kerja kardiovaskuler Mampu menjelaskan sistem kardiovaskuler saat istirahat dan latihan Mampu menjelaskan respon dan adaptasi sistem kardiovaskuler 	<ul style="list-style-type: none"> Struktur dan fungsi pulmonal Sirkulasi respirasi Pengukuran volume paru Perubahan dan transport gas saat istirahat dan latihan Respon dan adaptasi sistem respirasi Sistem kerja dan sirkulasi kardiovaskuler VO2 Max Respon dan adaptasi sistem kardiovaskuler 	Presentasi,diskusi tanya jawab, praktek	3 SKS x 50 Menit	kehadiran, tugas makalah, tugas praktek partisipasi dikelas	3,4,5
8	UTS					
9-10	<ul style="list-style-type: none"> Mampu menjelaskan 	<ul style="list-style-type: none"> Jaringan dan struktur 	Presentasi,diskusi	3 SKS	kehadiran,	3,4,5

Pert	Indikator Capaian Pembelajaran Matakuliah	Bahan Kajian	Bentuk Pembelajaran	Waktu	Tugas dan Penilaian	Rujukan
	sistem skeletal <ul style="list-style-type: none"> • Mampu menjelaskan gerak dan kontraksi otot • Mampu menjelaskan prinsip latihan otot • Mampu menjelaskan respon dan adaptasi sistem otot 	otot <ul style="list-style-type: none"> • Sistem kerja otot • Respon dan adaptasi latihan • Kelelahan otot • Pengukuran otot • Prinsip latihan otot • Bentuk latihan otot 	tanya jawab, praktek	3 SKS x 50 Menit	tugas makalah, tugas praktek partisipasi dikelas	
11	<ul style="list-style-type: none"> • Mampu menjelaskan sistem saraf • Mampu menjelaskan komunikasi saraf saat istirahat dan latihan • Mampu menjelaskan kontrol sistem saraf otonom saat latihan 	<ul style="list-style-type: none"> • Struktur dan fungsi sistem saraf • Sistem kerja sistem saraf • Komunikasi saraf saat istirahat dan latihan • Latihan dan kondisi psikologis 	Presentasi,diskusi tanya jawab, praktek	3 SKS x 50 Menit	kehadiran, tugas makalah, tugas praktek partisipasi dikelas	3,4,5
12	<ul style="list-style-type: none"> • Mampu menjelaskan sistem endokrin/hormonal • Mampu memahami komunikasi dan respon hormon saat latihan • Mampu memahami adaptasi hormonal pada latihan 	<ul style="list-style-type: none"> • Struktur dan sistem endokrin • Hormon dan metabolisme • Hormon dan cardiorespiratori • Hormon terhadap otot, tulang dan jaringan adiposa • Respon hormonal • Adaptasi hormonal 	Presentasi,diskusi tanya jawab, praktek	3 SKS x 50 Menit	kehadiran, tugas makalah, tugas praktek partisipasi dikelas	3,4,5
13	<ul style="list-style-type: none"> • Mampu memahami latihan terhadap sistem imun 	<ul style="list-style-type: none"> • Struktur dan fungsi sistem imun • Respon latihan pada 	Presentasi,diskusi tanya jawab, praktek	3 SKS x 50 Menit	kehadiran, tugas makalah,	4,5

Pert	Indikator Capaian Pembelajaran Matakuliah	Bahan Kajian	Bentuk Pembelajaran	Waktu	Tugas dan Penilaian	Rujukan
	<ul style="list-style-type: none"> Mampu memahami respon latihan terhadap imun Mampu memahami adaptasi latihan terhadap imun 	sistem imun <ul style="list-style-type: none"> Latihan dan cytokin Adaptasi latihan pada sistem imun 			tugas praktek partisipasi dikelas	
14	<ul style="list-style-type: none"> Mampu menjelaskan Performa latihan dan kelelahan Mampu menjelaskan latihan dan panas tubuh 	<ul style="list-style-type: none"> Latihan di dataran rendah dan tinggi Metabolisme dan fisiologi latihan pada dataran tinggi Kapasitas latihan pada dataran tinggikan rendah Thermo regulasi Heat stress Cold Stress Kelelahan latihan 	Presentasi,diskusi tanya jawab, praktek	3 SKS x 50 Menit	kehadiran, tugas makalah, tugas praktek partisipasi dikelas	3,4
15	<ul style="list-style-type: none"> Mampu memahami obesitas Mampu melakukan assesmen <i>body composition</i> Mampu memahami kontrol berat badan 	<ul style="list-style-type: none"> Overweight dan obesitas Body mass Index Komposisi tubuh manusia Teknik pengukuran body composition Prinsip latihan weight kontrol 	Presentasi,diskusi tanya jawab, praktek	3 SKS x 50 Menit	kehadiran, tugas makalah, tugas praktek partisipasi dikelas	3,4,5,6
16	UJIAN AKHIR SEMESTER					

6. Daftar Rujukan

1. Sherwood. (2013). Introduction To Human Physiology, 8th ed.(Terjemahan Bram U P endit dkk). Jakarta: ECG
2. Sugiharto. (2014). Fisiologi Olahraga. Malang. Penerbit universitas Negeri Malang.
3. Ganong, W F.(2008). Fisiologi Kedokteran. (Terjemahan Bram U P endit dkk). Jakarta: ECG
4. Plowman Sharon A. (2014). Exercise Physiology for Health, Fitness and Performance. Lippincott Williams & Wilkins, a Wolters Kluwer business
5. Kustiawan, A. A., Alexander, B., Hadiono, H., Putro, A. A. Y., Suhartoyo, T., & Suhartoyo, T. (2022). Sport Development Index (Sdi) In Wonogiri District. *Jurnal Porkes*, 5(2). <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i2.6764>
6. Mc. Ardle William D, Katch Frank I, Katch Victor L (2010). Exercise Physiology, Nutrition, Energy and Human Performance. Lippincott Williams & Wilkins, a Wolters Kluwer business

7. Penilaian

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

8. Rubrik penilaian

Jenis Penilaian	Indikator	Nilai
Tugas Kelompok	1. Mahasiswa Membuat makalah yang materinya sesuai dengan bahan kajian	80-100

	<ul style="list-style-type: none"> 2. Mahasiswa menggunakan referensi paling lama 10 tahun terakhir dalam makalah 3. Mahasiswa Mempresentasikan makalah dengan memanfaatkan teknologi 4. Mahasiswa mampu menjawab secara benar dan jelas pertanyaan audien dalam presentasi 	
	<ul style="list-style-type: none"> 1. Mahasiswa Membuat makalah yang materinya sesuai dengan bahan kajian 2. Mahasiswa menggunakan referensi paling lama 10 tahun terakhir dalam makalah 3. Mahasiswa Mempresentasikan makalah dengan memanfaatkan teknologi 	60-79
	<ul style="list-style-type: none"> 1. Mahasiswa Membuat makalah yang materinya sesuai dengan bahan kajian 2. Mahasiswa menggunakan referensi paling lama 10 tahun terakhir dalam makalah 	0-59
Tugas Mandiri	Mahasiswa melakukan analisis jurnal secara mendalam dengan ketentuan a) analisis latar beakang yang kuat b) membuat sebuah alur pikir secara terstruktur c) dapat menyimpulkan suatu bahasan penting dari jurnal	80-100
	Mahasiswa melakukan analisis jurnal secara mendalam dengan ketentuan a) analisis latar beakang yang kuat b) membuat sebuah alur pikir secara terstruktur	60-79
	Mahasiswa melakukan analisis jurnal secara mendalam dengan ketentuan a) analisis latar beakang yang kuat	0-59
UTS	Nilai disesuaikan dengan bobot setiap soal dengan persentase	0-100
UAS	Nilai disesuaikan dengan bobot setiap soal dengan persentase	0-100



PRESENSI DOSEN MENGAJAR

TA. 2024/2025 Sem. GENAP

Program Studi
Matakuliah
Bobot
Dosen

: ILMU KEOLAHRAGAAN
: FISILOGI OLAHRAGA [T16213]
: 3 SKS
: HADIONO [0514119201]

Kelas
Hari
Pukul
Ruang

: 16-24.A2
:
: 00:00 s.d. 00:00
:

Pert	Tanggal	Pokok Bahasan	Sub-Pokok Bahasan	Jml Mhs	Paraf
I		Konsep Dasar Fisiologi Olahraga	- Respon Latihan - Pretest Latihan - Posttest Latihan		f.
II		Fisiologi Olahraga Anaerobik	- Produksi Energi Anaerobik - Respon & Adaptasi		f.
III		~ ~ ~	- Latihan Anaerobik - ~ ~ ~ - Cuaca		f.
IV		Fisiologi Olahraga Aerobik	- Produksi Energi Aerobik - Respon & Adaptasi		f.
V	15/02/25/09	~ ~ ~	- Latihan Aerobik - ~ ~ ~ Cuaca		f.
VI		Kardiovaskuler	- Sirkulasi & Respirasi - Respon & Adaptasi		f.
VII		~ ~ ~	- VO ₂ Max - Sistem Kerja Kardiovaskuler		f.
VIII		MTS	UTS		f.
IX		Otot	- Jaringan & Struktur Otot - Sistem Kerja Otot		f.
X		Otot	- Respon & Adaptasi - Kelelahan Otot		f.
XI		Sistem Saraf Pada Olahraga	- Mekanisme Kerja Saraf - Kerja Saraf Saat Istirahat & AF		f.
XII		Endokrin / Hormonal	- Sistem Kerja Hormonal Pada AF		f.
XIII		Imunitas	- Sistem Kerja Imunitas Saat AF		f.
XIV		Thermoregulasi	- Thermoregulasi Saat AF - Heat Stress		f.
XV		Olahraga & Obesitas	- Obesitas - Olahraga pada Obesitas.		



PRESENSI DOSEN MENGAJAR

TA. 2024/2025 Sem. GENAP

Program Studi
Matakuliah
Bobot
Dosen

: ILMU KEOLAHRAGAAN
: FISILOGI OLAHRAGA [T16213]
: 3 SKS
: HADIONO [0514119201]

Kelas
Hari
Pukul
Ruang

: 16-24.A2
:
: 00:00 s.d. 00:00
:

Pert	Tanggal	Pokok Bahasan	Sub-Pokok Bahasan	Jml Mhs	Paraf
I		Konsep Dasar Fisiologi Olahraga	- Respon Latihan - Pretest Latihan - Posttest Latihan		f.
II		Fisiologi Olahraga Anaerobik	- Produksi Energi Anaerobik - Respon & Adaptasi		f.
III		~ ~ ~	- Latihan Anaerobik - ~ ~ ~ - Cuaca		f.
IV		Fisiologi Olahraga Aerobik	- Produksi Energi Aerobik - Respon & Adaptasi		f.
V	15/02/25/09	~ ~ ~	- Latihan Aerobik - ~ ~ ~ Cuaca		f.
VI		Kardiovaskuler	- Sirkulasi & Respirasi - Respon & Adaptasi		f.
VII		~ ~ ~	- VO ₂ Max - Sistem Kerja Kardiovaskuler		f.
VIII		MTS	UTS		f.
IX		Otot	- Jaringan & Struktur Otot - Sistem Kerja Otot		f.
X		Otot	- Respon & Adaptasi - Kelelahan Otot		f.
XI		Sistem Saraf Pada Olahraga	- Mekanisme Kerja Saraf - Kerja Saraf Saat Istirahat & AF		f.
XII		Endokrin / Hormonal	- Sistem Kerja Hormonal Pada AF		f.
XIII		Imunitas	- Sistem Kerja Imunitas Saat AF		f.
XIV		Thermoregulasi	- Thermoregulasi Saat AF - Heat Stress		f.
XV		Olahraga & Obesitas	- Obesitas - Olahraga pada Obesitas.		



PRESENSI DOSEN MENGAJAR
TA. 2024/2025 Sem. GENAP

Program Studi
Matakuliah
Bobot
Dosen

: ILMU KEOLAHRAGAAN
: FISILOGI OLARAGA [T16213]
: 3 SKS
: HADIONO [0514119201]

Kelas
Hari
Pukul
Ruang

: 16-24.A3
: :
: 00:00 s.d. 00:00
: :

Pert	Tanggal	Pokok Bahasan	Sub-Pokok Bahasan	Jml Mhs	Paraf
I		Konsep Dasar Fisiologi Olahraga	- Respon Latihan - Prinsip - Posisi		f.
II		Fisiologi Olahraga Anaerobic	- Produksi Energi Anaerobic - Respon & Adaptasi		f.
III		~ ~ ~	- Latihan Anaerobic - ~ ~ ~ Cabor		f.
IV		Fisiologi Olahraga Aerobic	- Produksi Energi Aerobic - Respon & Adaptasi		f.
V		~ ~ ~	- Latihan Aerobic - ~ ~ ~ Cabor		f.
VI		Kardiovaskuler	- Sirkulasi & Respirasi - Respon & Adaptasi		f.
VII		~ ~ ~	- $\dot{V}O_2$ Max - Sistem Kerja Kardiovaskuler		f.
VIII		UTS	UTS		f.
IX		Otot	- Struktur & Fungsi Otot - Sistem Kerja Otot		f.
X		Otot	- Respon & Adaptasi - Kelelahan Otot		f.
XI		Sistem Saraf pada Olahraga	- Mekanisme Kerja Saraf - Kerja Saraf Saat Istirahat & AF		f.
XII		Endokrin/Hormonal	- Sistem Kerja Hormonal pada AF		f.
XIII		Imunitas	- Sistem Kerja Imunitas saat AF		f.
XIV		Thermoregulasi	- Thermoregulasi saat AF - Heat Stress		f.
XV		Olahraga & Obesitas	- Obesitas - Olahraga pada Obesitas		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 : GENAP
Dosen : HADIONO [0514119201]

Kode Matakuliah : T18213
Matakuliah : FISILOGI OLAHRAGA
Bobot : 3 SKS
Kelas : 16-24.A1

Semester : 2
Hari : -
Pukul : 00:00 s.d. 00:00
Ruang : -

No	NP Mahasiswa	Nama Mahasiswa	B/U/P	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Jumlah Hadir	% Hadir
1	22111600015	FRANSISKUS XAVERIUS KEDEIKOTO																		
2	24111600001	ADHA ANINDYAGUNA										A								
3	24111600002	Anung Hartanto										A								
4	24111600005	Muhamad Wildan Oktavian																		
5	24111600006	VICTOR CHRISTIAN DEREK MANGGAPROUW																		
6	24111600007	MUHAMMAD DIMAS ABABIL																		
7	24111600008	MUHAMAD ILHAM MUNIF																		
8	24111600009	Galuh Arum Karunia																		
9	24111600010	reihan fayyad nail																		
10	24111600011	AHYA BARADI																		
11	24111600012	Fajar Ariyanto																		
12	24111600013	Radiyan Ahmad Supandi																		
13	24111600015	Yudha Yanuar Amerta																		
14	24111600016	Muhammad Luthfi Naufal Mujahiddin																		
15	24111600017	Muhammad Miftahuddin Arzal Zaidan																		
16	24111600018	Muhammad Raditya Naoval Ramadhan																		
17	24111600020	MELDY																		
18	24111600021	M TENGKU IRAWAN																		
19	24111600024	M.AL-FIAN ABU DZAR SEBUALAMO																		
20	24111600025	Firmansyah																		

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



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 : GENAP
Dosen : HADIONO [0514119201]

Kode Matakuliah : T16213
Matakuliah : FISILOGI OLARAGA
Bobot : 3 SKS
Kelas : 16-24.A1

Semester : 2
Hari : -
Pukul : 00:00 s.d. 00:00
Ruang : -

No	NP Mahasiswa	Nama Mahasiswa	B/U/P	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Jumlah Hadir	% Hadir
21	24111600026	HABIL ABDILLAH YAFI PRASASTI AKBAR																		
22	24111600027	Muhammad khoerul Wildan		Kot	Kot	Kot	Kot	Kot	Kot	A	A	A	Kot	Kot	Kot	Kot	Kot	Kot		
23	24111600029	BEATRIX DASILVA SARTIKA		Sen	Sen	Sen	Sen	Sen	Sen	Sen	Sen	A	Sen	Sen	Sen	Sen	Sen	Sen		
24	24111600032	Choki figriandi		Ch	Ch	Ch	Ch	Ch	Ch	Ch	Ch	Ch	Ch	Ch	Ch	Ch	Ch	Ch		
25	24111600035	Alif Dzulhuda Maulidi		Zul	Zul	Zul	Zul	Zul	Zul	Zul	Zul	Zul	Zul	Zul	Zul	Zul	Zul	Zul		
26	24111600037	Rahma Wulan Ndari		Wu	Wu	Wu	Wu	Wu	Wu	Wu	Wu	i	Wu	Wu	Wu	Wu	Wu	Wu		
27	24111600038	Amalia Anggraini		AmA	AmA	AmA	AmA	AmA	AmA	AmA	AmA	AmA	AmA	AmA	AmA	AmA	AmA	AmA		
28	24111600039	Anggun Wiji adha sari																		
29	24111600040	muhammad huda juniawan		Ju	Ju	Ju	Ju	Ju	Ju	Ju	Ju	Ju	Ju	Ju	Ju	Ju	Ju	Ju		
30	24111600066	MEPEN MINAI		Mep	Mep	Mep	Mep	Mep	Mep	Mep	Mep	i	i	i	Mep	Mep	Mep	Mep		
31	24111600111	RIKI SEPTYANTO																		