



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 : 1111.1 /SK/REKTOR-UPY/IX/2025

Tentang

PENGANGKATAN DOSEN PENGAMPU MATA KULIAH SEMESTER GASAL
TAHUN AKADEMIK 2025/2026 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 2025/2026 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 2025/2026.
- 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 : 08 September 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 : 1111.1 /SK/REKTOR-UPY/IX/2025262
 Tanggal : 08 September 2025262

NO.	NAMA PENGAJAR & NIDN	MATA KULIAH	KODE MK	SKS	SEMESTER/ KELAS	PROGRAM
1. s.d 262						
263	Dr. Andri Arif Kustiawan, S.Pd., M.Or., AIFO 0729078901	Atletik Biokimia Olahraga Fundamental Teknologi Keolahragaan Tes, Pengukuran, dan Evaluasi Olahraga Kewirausahaan Olahraga Administrasi dan Organisasi Pertandingan Olahraga	OR16105 OR16103 T16327 T16542 T16757 T16761	3 2 2 3 2 2	I / 25.A1, 25.A2, 25.A3 I / 25.A1, 25.A2, 25.A3 III / 24.A1, 24.A2, 24.A3 V / 23.A1, 23.A2 VII / 22.A1 VII / 22.A1	Program Sarjana Ilmu Keolahragaan Program Sarjana Ilmu Keolahragaan Program Sarjana Ilmu Keolahragaan Program Sarjana Ilmu Keolahragaan Program Sarjana Ilmu Keolahragaan Program Sarjana Ilmu Keolahragaan
264 Dst.						



Untuk Petikan yang sah:
 Wakil Rektor Bidang Akademik dan Kelembagaan

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

Rektor

ttd

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

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

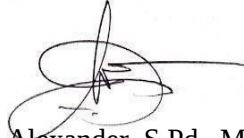


**UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
TAHUN 2025/2026**

HALAMAN PENGESAHAN

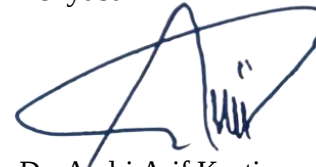
1. Judul RPS : Atletik
2. Pelaksana/ Penulis
 - a. Nama Lengkap & Gelar : Dr. Andri Arif Kustiawan, S.Pd., M.Or
 - b. Jenis Kelamin : Laki - laki
 - c. Pangkat/Golongan : IIIb
 - d. NIS : 198907292022061002
 - e. Program Sarjana/Fakultas : Ilmu Keolahragaan / Fakultas Sains dan Teknologi
 - f. Telepon/Faks/E-mail/HP : 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 2025
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	Lingkari No. BKP yang sesuai <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	1. S1 Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religious. 2. S2 Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral, dan etika. 3. S4 Berperan sebagai warga negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada negara dan bangsa. 4. S9 Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan dibidang keahliannya secara mandiri 5. S10 Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan, dan kewirausahaan																				

		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

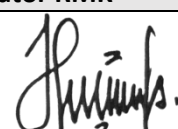
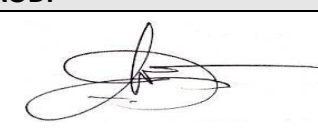


UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN

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 2025
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 mempraktikan 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	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.					

	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 (offline)	Daring (online)		
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
1 -3	Mahasiswa dapat: 1. Menyebutkan dan menjelaskan Prasarana dan sarana, peraturan serta petugas perlombaan lari jarak pendek, lompat jauh dan tolak peluru 2. Menganalisa Didaktik dan metodik mengajar lari jarak pendek, lompat jauh dan tolak peluru 3. Menyebutkan dan menjelaskan Prasarana dan sarana, peraturan serta petugas perlombaan lari gawang, lompat jangkit dan lempar lembing 4. Menganalisa Didaktik dan metodik mengajar lari gawang, lompat jangkit dan lempar lembing dengan modifikasinya dalam pembelajaran di sekolah.	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	Teori, diskusi, ceramah, TM 2x50'	Pendekatan: Saintifik Strategi: Tatap muka di kelas Metode: Direct Instruksional Kegiatan: Diskusi dan Praktik di lapangan Alokasi waktu: TM: (2 X 50') BM: (2 x 60')		1. . Identifikasi prasarana dan sarana perlombaan lari jarak pendek, lompat jauh dan tolak peluru 2. Peraturan perlombaan lari jarak pendek, lompat jauh dan tolak peluru 3. Identifikasi kebutuhan petugas perlombaan lari jarak pendek, lompat jauh dan tolak peluru 4. Penataan dan pengorganisasian perlombaan lari jarak pendek, lompat jauh dan tolak peluru 5. Didaktik dan metodik mengajar lari jarak pendek, lompat jauh dan tolak peluru 6. Identifikasi prasarana dan sarana perlombaan lari gawang, lompat	Kehadiran: 5% Sikap: 15% Penugasan: 30%

	(C2 memahami: A2: P2: CPMK 1)					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 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),	
--	-------------------------------	--	--	--	--	--	--

						Learning World Athletics	
4-7	Mahasiswa dapat: 1. Melakukan teknik start jarak pendek 2. Melakukan teknik lari 100m, 200m dan 400m 3. Melakukan teknik masuk finish 4. Mengidentifikasi dan menganalisa modifikasinya dalam pembelajaran 5. Melakukan teknik lari gawang 400m 6. Melakukan teknik lari gawang 100m&110m 7. Mengidentifikasi dan menganalisa modifikasinya dalam pembelajaran (C2 Memahami: A3:P2:CPMK 1,2)	Mampu memperagakan lari 100m, 200m, 400 m dan menganalisa modifikasinya dalam pembelajaran Mampu memperagakan lari gawang 100m, 110m dan 400m dan menganalisa modifikasinya dalam pembelajaran	Tugas Individu Tes Praktek	Pendekatan : Saintifik Strategi: tatap muka Metode: Direct instruksional Kegiatan: Praktek di lapangan TM: (2 X 50') BM: (2 x 60')		1. Teknik start jarak pendek 2. Teknik lari 100m, 200m dan 400m 3. Teknik masuk finish 4. Didaktik dan metodik mengajarnya 5. Teknik lari gawang 400m 6. Teknik lari gawang 100m dan 110m 7. Didaktik dan metodik mengajarnya 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 :	Kehadiran: 5% Sikap: 15% Penugasan: 30%

						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/register)	
8	Review Materi						Kehadiran: 5% Sikap: 15% Penugasan: 30%

9-11	Mahasiswa dapat: 1. Melakukan teknik lompat jauh 2. Mengidentifikasi dan menganalisa modifikasinya dalam 3. Melakukan teknik lompat jangkit 4. Mengidentifikasi dan menganalisa modifikasinya dalam pembelajaran (C3 Mengaplikasikan: A3: P2: CPMK 2,3)	Mampu memperagakan lompat jauh dan menganalisa modifikasinya dalam pembelajaran Mampu memperagakan lompat jangkit dan menganalisa modifikasinya dalam pembelajaran	Tugas individu Tes praktek	Pendekatan : Saintifik Strategi: tatap muka Metode: Direct instruksional Kegiatan: Praktek di lapangan TM: (2 X 50') BM: (2 x 60')		- Teknik lompat jauh - Didaktik dan metodik mengajarnya - Teknik lompat jangkit - Didaktik dan metodik mengajarnya 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.	Kehadiran: 5% Sikap: 15% Penugasan: 30%
------	--	--	-------------------------------	---	--	---	--

						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	
13-15	Mahasiswa dapat: 1. Melakukan teknik tolak peluru 2. Mengidentifikasi dan menganalisa modifikasinya dalam pembelajaran	Mampu memperagakan tolak peluru dan menganalisa modifikasinya dalam pembelajaran Mampu memperagakan	Tugas Individu Tes Praktek	Pendekatan : Saintifik Strategi: tatap muka Metode: Direct instruksional Kegiatan: Praktek di lapangan TM: (2 X 50') BM: (2 x 60')		- Teknik tolak peluru - Didaktik dan metodik mengajarnya - Teknik lempar lembing	Kehadiran: 5% Sikap: 15% Penugasan: 30%

	3. Melakukan teknik lempar lembing 4. Mengidentifikasi dan menganalisa modifikasinya dalam pembelajaran (C5 Mengevaluasi: A4: P2, P4: CPMK 4)	lempar lembing dan menganalisa modifikasinya dalam pembelajaran				- Didaktik dan metodik mengajarnya 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. 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/register)	
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



UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA

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

E-mail : info@upy.ac.id

PERNYATAAN KEABSAHAN DOKUMEN BERITA ACARA PERKULIAHAN DAN PENILAIAN

Dokumen ini disusun sebagai bukti keterlaksanaan proses pembelajaran di Universitas PGRI Yogyakarta.

Nama : Dr. Andri Arif Kustiawan, S.Pd., M.Or
NIS : 198907292022061002
Jabatan : Ketua Program Studi Ilmu Keolahragaan
Fakultas : Fakultas Sains Teknologi

Dengan ini menyatakan bahwa dokumen Berita Acara Perkuliahan dan Berita Acara Pengisian Nilai untuk:

Dosen : Dr. Andri Arif Kustiawan, S.Pd., M.Or
Mata Kuliah : OR16105 - ATLETIK
Kelas : 25-A1
Tahun Akademik : Ganjil 2025/2026

yang dilampirkan merupakan dokumen resmi akademik yang disusun berdasarkan pelaksanaan kegiatan pembelajaran yang sesungguhnya, terencana, dan terdokumentasi.

Dengan demikian, dokumen ini dinyatakan sah, autentik, valid, dan akuntabel, serta dapat digunakan sebagai bukti dukung audit mutu internal, akreditasi, evaluasi pembelajaran, dan pelaporan akademik.

Ditetapkan di : Yogyakarta

Pada tanggal : 04 Februari 2026

Ketua Program Studi,



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

NIS: 198907292022061002



UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA

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

E-mail : info@upy.ac.id

BERITA ACARA PELAKSANAAN PERKULIAHAN

Dari :

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

Dosen Matakuliah :

OR16105 / ATLETIK

Kelas :

25-A1

Menyatakan bahwa proses input BERITA ACARA PELAKSANAAN PERKULIAHAN untuk matakuliah tersebut telah berhasil dilakukan. Penginputan BAP tersebut dilakukan dengan cermat. Adapun bila terjadi kesalahan data, saya bersedia bertanggung jawab penuh.

Berkas daftar nilai mahasiswa saya lampirkan bersama dengan berita acara ini.

Terima kasih.

Hormat saya,



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

Ringkasan Nilai

Nilai Rata-Rata Kelas : 80.02

Nilai Tertinggi Kelas : 92.6

Nilai Terendah Kelas : 75.2



UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA

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

E-mail : info@upy.ac.id

PRESENSI DOSEN MENGAJAR TA. 20251 Ganjil

Dosen : Dr. Andri Arif Kustiawan, S.Pd., M.Or
Mata Kuliah : OR16105 / ATLETIK
SKS : Praktikum = 3 SKS ;
Periode : 20251 Ganjil

Program Studi : [S1] - Ilmu Keolahragaan
Kurikulum : IKOR-2025-OBE - OBE IKOR 2025
Nama Kelas : 25-A1
Peserta : 28

Pertemuan	Waktu & Tempat	Materi	Indikator Capai	Peserta	Status
1	Jumat, 12 Sep 2025 07:00 s.d 09:30 Lab. Terpadu IKOR	praktik lapangan lari 100m, lari estafet 4x400m, dan lari 3000m	mahasiwa mampu mempraktikkan teknik dasar nomor lari 100m, lari estafet 4x400m, dan lari 3000m	21	Terlaksana
2	Jumat, 19 Sep 2025 07:00 s.d 09:30 Lab. Terpadu IKOR	praktik lapangan lari 100m, lari estafet 4x400m, dan lari 3000m	mahasiwa mampu mempraktikkan teknik dasar nomor lari 100m, lari estafet 4x400m, dan lari 3000m	17	Terlaksana

Pertemuan	Waktu & Tempat	Materi	Indikator Capai	Peserta	Status
3	Jumat, 26 Sep 2025 07:00 s.d 09:30 Lab. Terpadu IKOR	praktik lapangan lari 100m, lari estafet 4x400m, dan lari 3000m	mahasiwa mampu mempraktikkan teknik dasar nomor lari 100m, lari estafet 4x400m, dan lari 3000m	22	Terlaksana
4	Jumat, 03 Oct 2025 07:00 s.d 09:30 Lab. Terpadu IKOR	praktik lapangan lari 100m, lari estafet 4x400m, dan lari 3000m	mahasiwa mampu mempraktikkan teknik dasar nomor lari 100m, lari estafet 4x400m, dan lari 3000m	19	Terlaksana
5	Jumat, 10 Oct 2025 07:00 s.d 09:30 Lab. Terpadu IKOR	praktik lapangan empar lembing, lempar cakram, tolak peluru	mahasiwa mampu mempraktikkan teknik dasar nomor lempar lembing, lempar cakram, tolak peluru	28	Terlaksana
6	Jumat, 17 Oct 2025 07:00 s.d 09:30 Lab. Terpadu IKOR	praktik lapangan empar lembing, lempar cakram, tolak peluru	mahasiwa mampu mempraktikkan teknik dasar nomor lempar lembing, lempar cakram, tolak peluru	28	Terlaksana
7	Jumat, 24 Oct 2025 07:00 s.d 09:30 Lab. Terpadu IKOR	praktik lapangan empar lembing, lempar cakram, tolak peluru	mahasiwa mampu mempraktikkan teknik dasar nomor lempar lembing, lempar cakram, tolak peluru	28	Terlaksana

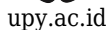
Pertemuan	Waktu & Tempat	Materi	Indikator Capai	Peserta	Status
8	Jumat, 31 Oct 2025 07:00 s.d 09:30 Lab. Terpadu IKOR	praktik lapangan empar lembing, lempar cakram, tolak peluru	mahasiwa mampu mempraktikkan teknik dasar nomor lempar lembing, lempar cakram, tolak peluru	28	Terlaksana
9	Jumat, 07 Nov 2025 07:00 s.d 09:30 Lab. Terpadu IKOR	praktik lapangan lompat jauh dan lompat jangkit	mahasiwa mampu mempraktikkan teknik dasar nomor lompat jauh dan lompat jangkit	28	Terlaksana
10	Jumat, 14 Nov 2025 07:00 s.d 09:30 Lab. Terpadu IKOR	praktik lapangan lompat jauh dan lompat jangkit	mahasiwa mampu mempraktikkan teknik dasar nomor lompat jauh dan lompat jangkit	28	Terlaksana
11	Jumat, 21 Nov 2025 07:00 s.d 09:30 Lab. Terpadu IKOR	praktik lapangan lompat jauh dan lompat jangkit	mahasiwa mampu mempraktikkan teknik dasar nomor lompat jauh dan lompat jangkit	28	Terlaksana
12	Jumat, 28 Nov 2025 07:00 s.d 09:30 Lab. Terpadu IKOR	praktik lapangan lompat jauh dan lompat jangkit	mahasiwa mampu mempraktikkan teknik dasar nomor lompat jauh dan lompat jangkit	28	Terlaksana

Pertemuan	Waktu & Tempat	Materi	Indikator Capai	Peserta	Status
13	Jumat, 05 Dec 2025 07:00 s.d 09:30 Lab. Terpadu IKOR	praktik Perwasitan	Mahasiswa mampu mempraktikan perwasitan	28	Terlaksana
14	Jumat, 12 Dec 2025 07:00 s.d 09:30 Lab. Terpadu IKOR	Praktik manajerial pertandingan	mahasiswa mampu menyelenggarakan perlombaan atletik internal	28	Terlaksana
15	Jumat, 19 Dec 2025 07:00 s.d 09:30 Lab. Terpadu IKOR	Praktik manajerial pertandingan	mahasiswa mampu menyelenggarakan perlombaan atletik internal	28	Terlaksana
16	Jumat, 26 Dec 2025 07:00 s.d 09:30 Lab. Terpadu IKOR	Ujian Akhir Semester (UAS)	Ujian Akhir Semester (UAS)	28	Terlaksana

Dosen



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



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

E-mail : info@upy.ac.id

DAFTAR PRESENSI MAHASISWA

TA. 20251 Ganjil

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

Mata Kuliah : OR16105 / ATLETIK

SKS : Praktikum = 3 SKS ;

Periode : 20251 Ganjil

Program Studi : [S1] - Ilmu Keolahragaan

Kurikulum : IKOR-2025-OBE - OBE IKOR 2025

Nama Kelas : 25-A1

Peserta : 28

[illegible]

[illegible]

#	NPM	Nama Mahasiswa	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	jml	% Hadir
28	25111600108	Irfan Wahyu Saputra	-	-	-	-	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	12	75.00%

Dosen



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

Dicetak pada 02-02-2026



UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA

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

E-mail : info@upy.ac.id

Daftar Nilai Mahasiswa

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

Mata Kuliah : OR16105 / ATLETIK

SKS : Praktikum = 3 SKS ;

Periode : 20251 Ganjil

Program Studi : [S1] - Ilmu Keolahragaan

Kurikulum : IKOR-2025-OBE - OBE IKOR 2025

Nama Kelas : 25-A1

Peserta : 28

#	NPM	Nama Mahasiswa	Ujian Akhir Semester (UAS) (20 %)	Ujian Praktikum (20 %)	Ujian Praktikum (20 %)	Ujian Praktikum (20 %)	Ujian Praktikum (20 %)	Nilai Akhir	Nilai Huruf	Angka Mutu
1	25111600003	Fahrezza Maulana	77	78	76	78	82	78.2	B+	3.25
2	25111600004	Aulal Muzakki	76	76	80	79	77	77.6	B+	3.25
3	25111600007	Faizal Arnan Firmansyah	72	78	73	85	75	76.6	B+	3.25
4	25111600011	Khoirul Rohman	80	77	78	74	80	77.8	B+	3.25
5	25111600012	Septiana Dwi Ariyani	82	78	73	78	72	76.6	B+	3.25

#	NPM	Nama Mahasiswa	Ujian Akhir Semester (UAS) (20 %)	Ujian Praktikum (20 %)	Ujian Praktikum (20 %)	Ujian Praktikum (20 %)	Ujian Praktikum (20 %)	Nilai Akhir	Nilai Huruf	Angka Mutu
6	25111600013	Gustiananda Ilham Ardiansyah	88	90	92	91	90	90.2	A	4
7	25111600015	Viktorianus Jonta	87	78	74	70	67	75.2	B+	3.25
8	25111600016	Siti Aisyah	79	78	78	80	80	79	B+	3.25
9	25111600018	Muhamad Ali Akbar	80	74	80	76	77	77.4	B+	3.25
10	25111600021	Aqil Diar Saktiawan	78	77	80	78	77	78	B+	3.25
11	25111600023	Christian Imanuel	85	75	75	80	80	79	B+	3.25
12	25111600024	Idham Kholid Mustofa	90	92	95	94	92	92.6	A	4
13	25111600026	Zulfan Muttaqin Alfikri	79	78	80	78	80	79	B+	3.25
14	25111600027	Tegar Nurohman	78	80	77	76	79	78	B+	3.25
15	25111600029	Gerdi Nurrohman	84	75	80	76	80	79	B+	3.25
16	25111600030	Aditya Putra Surya Pratama	80	78	77	79	78	78.4	B+	3.25
17	25111600031	Irjan Rumakat	85	75	75	80	80	79	B+	3.25

#	NPM	Nama Mahasiswa	Ujian Akhir Semester (UAS) (20 %)	Ujian Praktikum (20 %)	Ujian Praktikum (20 %)	Ujian Praktikum (20 %)	Ujian Praktikum (20 %)	Nilai Akhir	Nilai Huruf	Angka Mutu
18	25111600033	Rikardus Kewaelaga	75	85	80	80	75	79	B+	3.25
19	25111600034	Ironi Goran Tokan	74	83	75	77	70	75.8	B+	3.25
20	25111600049	Isma Tukha Nur Sholeha	80	79	78	76	76	77.8	B+	3.25
21	25111600052	Muhammad Wildan Arrobi'	78	77	79	76	80	78	B+	3.25
22	25111600098	Axl Conegliano Samsie	89	92	90	90	94	91	A	4
23	25111600100	M Rizky Alfaraby I Im	75	83	80	85	72	79	B+	3.25
24	25111600101	Yovi Arlinda Putri	80	77	78	76	78	77.8	B+	3.25
25	25111600102	Faiz Setiawan	75	85	84	72	76	78.4	B+	3.25
26	25111600103	Yohanes Madai	76	79	81	86	75	79.4	B+	3.25
27	25111600106	Muhammad Azis Trisetia	90	89	65	84	80	81.6	A-	3.75
28	25111600108	Irfan Wahyu Saputra	89	92	90	95	90	91.2	A	4

Dosen



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

Dicetak pada 02-02-2026