



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 : 053.1 /SK/REKTOR-UPY/III/2026

Tentang

PENGANGKATAN DOSEN PENGAMPU MATA KULIAH SEMESTER GENAP
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 GENAP 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 Genap 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 : 02 Maret 2026

Rektor,

ttd

Prof. Dr. Ir. Paiman, M.P

NIS. 19650916 199503 1 0031

Untuk Petikan yang sah
Wakil Rektor Bidang Akademik dan Kelembagaan

Anmad 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 :053.1/SK/REKTOR-UPY/III/2026

Tanggal : 02 Maret 2026

NO.	NAMA PENGAJAR & NIDN	MATA KULIAH	KODE MK	SKS	SEMESTER/ KELAS	PROGRAM
1. s.d 233						
234	<i>Rickadesti Ramadhana, M.Pd</i> 3543778679230033	Basket* Bola Basket Bulu Tangis* Metode Penelitian Olahraga	OR16107 T16431 T16433 T16435	2 2 2 2	II / 16-25.A1; 16-25.A2; 16-25.A3 IV / 16-24.A1; 16-24.A2 IV / 16-24.A2 IV / 16-24.A3	<i>Program Sarjana Ilmu Keolahragaan</i> <i>Program Sarjana Ilmu Keolahragaan</i> <i>Program Sarjana Ilmu Keolahragaan</i> <i>Program Sarjana Ilmu Keolahragaan</i>
235						
Dst.						

Untuk Petikan yang sah:

Wakil Rektor Bidang Akademik dan Kelembagaan



Rektor

ttd

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



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU
PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
FAKULTAS KEGURUAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA**

KONTRAK PERKULIAHAN

Nama Dosen : Rickadesti Ramadhana, M.Pd
Mata Kuliah : Metodologi Penelitian Olahraga
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Kelas/Angkatan : A3/2024
Semester : 4 (Empat)
Tahun Akademik : 2025/2026
Kode Mata Kuliah : T16435

Deksripsi Mata Kuliah :

Mata Kuliah ini Mengkaji tentang identifikasi dan model-model pendekatan ilmiah dalam penelitian keolahragaan yang meliputi pendahuluan, kajian teori, metode penelitian, kajian pustaka dan hasil penelitian, simpulan dan saran sesuai dengan permasalahan keolahragaan

Capaian Pembelajaran Program Studi:

- Mampu melakukan kajian-kajian ilmiah terhadap permasalahan keolahragaan secara mendalam yang didukung dengan keterampilan menulis ilmiah, analisis, serta penguasaan tes dan pengukuran olahraga yang modern melalui kinerja mandiri, bermutu dan terukur.
- Mampu menganalisa dan mengambil keputusan yang tepat dari permasalahan keolahragaan berdasarkan informasi dan data melalui kajian saintifik dalam bentuk tugas akhir atau bentuk pembelajaran lainnya yang luarannya setara dengan tugas akhir
- Mampu merancang, menciptakan, dan mamandu program olahraga masyarakat, olahraga prestasi, olahraga kesehatan, olahraga berkebutuhan khusus dan sport tourism serta pembelajaran pada olahraga pendidikan menggunakan teknologi dengan penuh tanggungjawab untuk peningkatan mutu.
- Mampu mengaplikasikan ide-ide kreatif dan inovatif dengan pendekatan multikultural sesuai dengan perkembangan zaman dan tanpa meninggalkan budaya lokal secara bertanggungjawab.

Capaian Pembelajaran Mata Kuliah:

- Mahasiswa mampu Memahami konsep dasar, jenis-jenis, dan tahapan dalam metodologi penelitian olahraga. (S2)
- Mahasiswa mampu Mengidentifikasi dan merumuskan masalah penelitian yang relevan dengan bidang keolahragaan. (P6, KK15)
- Mahasiswa mampu Merancang metode penelitian (pendekatan, teknik pengumpulan data, populasi dan sampel, instrumen, analisis data) yang sesuai dengan tujuan penelitian olahraga (kualitatif, kuantitatif dan mixmetode) (P2)
- Mahasiswa menyusun proposal penelitian ilmiah dalam bidang keolahragaan secara sistematis dan ilmiah. (P6, KU8)

Daftar Rujukan:

- Sherwood. (2013). Introduction To Human Physiology, 8th ed. (Terjemahan Bram U P endit dkk). Jakarta: ECG

- Ganong, W F.(2008). Fisiologi Kedokteran. (Terjemahan Bram U P endit dkk). Jakarta: ECG
- Plowman Sharon A. (2014). Exercise Physiology for Health, Fitness and Performance. Lippincott Williams & Wilkins, a Wolters Kluwer business
- 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:

- Kehadiran.
 - Kehadiran harus 80%. 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. Tidak ada tugas tambahan untuk ketidakhadiran di kelas. (jika tanpa keterangan nilai langsung 0)
- Surat Ijin
 - Surat ijin atau surat sakit diberikan maksimal 2 hari. Ketika ijin/sakit/alpa ketika jadwal presentasi maka nilai presentasi nol.
- 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
- Transparansi dilayani setelah 1 minggu kuliah berakhir di Dosen Pengampu.
- Semua indikator penilaian TIDAK ADA REMIDIAL

Penilaian Hasil Belajar

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

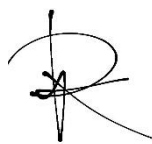
Yogyakarta, 12 Februari 2026

Ketua Program Studi



(Dr. Andri Arif Kustiawan, S.Pd., M.Or)
NIS. 19890729202206 1 002

Dosen Pengampu



(Rickadesti Ramadhana, M.Pd)
NIS. 200012112024082005

Ketua Kelas/Angkatan



(Chessa Agit K)
NPM. 24111600098



RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

PROGRAM STUDI **ILMU KEOLAHRAGAAN**

FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA



SEMESTER GENAP 2025/2026



MODULE HANDBOOK

Course

Department Ilmu Keolahragaan
Faculty Sains dan Teknologi
Universitas PGRI Yogyakarta

Proses <i>Process</i>	Penanggung Jawab <i>Person in Charge</i>			Tanggal <i>Date</i>
	Nama <i>Name</i>	Jabatan <i>Position</i>	Tandatangan <i>Signature</i>	
Perumus <i>Preparation</i>	Nur Khozanah Ilmah, M.Pd.	Dosen Pengampu		12 Februari 2026
Pemeriksa dan Pengendalian <i>Review and Control</i>	Dr. Andri Arif Kustiawan, S.Pd, M.Or	Kaprodi IKOR		12 Februari 2026
Persetujuan <i>Approval</i>	Dr. Andri Arif Kustiawan, S.Pd, M.Or	Kaprodi IKOR		12 Februari 2026
Penetapan <i>Determination</i>	Wibawa, <u>S.Si.</u> , M.Kom.	Dekan		



UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN

KODE DOKUMEN

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

MATA KULIAH (MK) <i>Course</i>	KODE <i>Code</i>		Rumpun MK <i>Course Cluster</i>	BOBOT (sks) <i>Credits</i>		SEMESTER	Tgl Penyusunan <i>Compilation Date</i>
Metodeologi Penelitian Olahraga	T16435		Isu-Isu, Kebijakan dan Penelitian Keolahragaan	T=3	P=	4	12 Februari 2026
OTORISASI/ PENGESAHAN <i>Authorization/ Endorsement</i>		Dosen Pengembang RPS <i>Developer Lecturer of Semester Learning Plan</i>		Koordinator RMK <i>Course Cluster Coordinator</i>		Ka PRODI <i>Head of Department</i>	
		 Nur Khozanah Ilmah, M.Pd				 Dr. Andri Arif Kustiawan, S.Pd, M.Or	
Capaian Pembelajaran (CP) <i>Learning Outcomes</i>		CPL-PRODI yangdibebankan pada Matakuliah <i>PLO Program Chraged to The Course</i>					
	CPL-2	Mampu melakukan kajian-kajian ilmiah terhadap permasalahan keolahragaan secara mendalam yang didukung dengan keterampilan menulis ilmiah, analisis, serta penguasaan tes dan pengukuran olahraga yang modern melalui kinerja mandiri, bermutu dan terukur					
	CPL-3	Mampu menganalisa dan mengambil keputusan yang tepat dari permasalahan keolahragaan berdasarkan informasi dan data melalui kajian saintifik dalam bentuk tugas akhir atau bentuk pembelajaran lainnya yang luarannya setara dengan tugas akhir					
	CPL-5	Mampu merancang, menciptakan, dan mamandu program olahraga masyarakat, olahraga prestasi, olahraga kesehatan, olahraga berkebutuhan khusus dan sport tourism serta pembelajaran pada olahraga pendidikan menggunakan teknologi dengan penuh tanggungjawab untuk peningkatan mutu kehidupan masyarakat					
	CPL-9	Mampu mengaplikasikan ide-ide kreatif dan inovatif dengan pendekatan multikultural sesuai dengan perkebangan zaman dan tanpa meninggalkan budaya lokal secara bertanggungjawab					
		Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK) <i>Course Learning Outcome (CLO)</i>					
	CPMK-1	Mampu Memahami konsep dasar, jenis-jenis, dan tahapan dalam metodologi penelitian olahraga.					

	CPMK-2	Mampu Mengidentifikasi dan merumuskan masalah penelitian yang relevan dengan bidang keolahragaan.				
	CPMK-3	Mampu Merancang metode penelitian (pendekatan, teknik pengumpulan data, populasi dan sampel, instrumen, analisis data) yang sesuai dengan tujuan penelitian olahraga (kualitatif, kuantitatif dan mixmetode).				
	CPMK-4	Menyusun proposal penelitian ilmiah dalam bidang keolahragaan secara sistematis dan ilmiah.				
		Peta CPL – CPMK Map of PLO - CLO				
		CPL 2	CPL 3	CPL 5	CPL 9	Total (%)
	CPMK-1	20%				20%
	CPMK-2		20%			20%
	CPMK-3			25%		25%
	CPMK-4				35%	35%
	Jumlah Bobot	20%	20%	25%	35%	100%
Diskripsi Singkat MK Short Description of Course		Mata Kuliah ini Mengkaji tentang identifikasi dan model-model pendekatan ilmiah dalam penelitian keolahragaan yang meliputi pendahuluan, kajian teori, metode penelitian, kajian pustaka dan hasil penelitian, simpulan dan saran sesuai dengan permasalahan keolahragaan				
Bahan Kajian (Materi Pembelajaran) Course Materials:		1. Konsep Dasar Metodeologi Penelitian 2. Rumusan Masalah Penelitian 3. Penelitian Kualitatif 4. Penelitian Kuantitatif 5. Mix Metode 6. Penyusunan Proposal Penelitian				
Pustaka Reference		Utama:				
		1.Sherwood. (2013). Introduction To Human Physiology, 8th ed.(Terjemahan Bram U P endit dkk) Jakarta: ECG 2.Ganong, W F.(2008). Fisiologi Kedokteran. (Terjemahan Bram U P endit dkk). Jakarta: ECG 3.Plowman Sharon A. (2014). Exercise Physiology for Health, Fitness and Performance. Lippincott Williams & Wilkins, a Wolters Kluwer business 4.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				
		Pendukung				
		1. Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta. 2. Sugiyono. (2019). Metode penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D). Alfabeta. 3. Sugiyono. (2020). Metode R&D. Bandung: Alfabeta				

Dosen Pengampu <i>Lecturers</i>		Nur Khozanah Ilmah, M.Pd.
Matakuliah Syarat <i>Prerequisite</i>		Metodeologi Penelitian Olahraga

Mg ke-/ Week	Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (CPMK)/ Final ability of each learning stage (LLO)	Penilaian/ <i>Assesment</i>		Bentuk Pembelajaran; Metode Pembelajaran; Penugasan Mahasiswa; [Estimasi Waktu]/ <i>Form of Learning; Learning Method; Student Assignment; [Estimated Time]</i>		Materi Pembelajaran [Pustaka]/ <i>Learning Material [Reference]</i>	Bobot Penilaian/ <i>Assesment Load (%)</i>
		Indikator/ <i>Indicator</i>	Kriteria & Teknik / <i>Criteria & Techniques</i>				
				Luring	Daring		
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
1,2,3,4	Mampu Memahami konsep dasar dan tahapan dalam penelitian olahraga.	Mahasiswa Mampu Memahami konsep dasardan tahapan dalam penelitian olahraga.	Teknik non-test: - Membuat makalah ilmiah - Presentasi - Praktik Kriteria: <i>Pedoman Penskoran</i>	- Kuliah; - Diskusi; - Presentasi - Praktik Role-Play & Simulation Tugas-1: Menyusun kajian dalam bentuk makalah tentang: ringkasan atau infografis mengenai konsep dasar metodologi penelitian olahraga		Penjelasan RPS; 1. konsep dasar, 2. Tahapan penelitian [3], [4], [1]	20
5,6,7,8	Mampu Mengidentifikasi dan merumuskan masalah penelitian yang relevan dengan bidang keolahragaan.	- Mahasiswa Mampu Mengidentifikasi masalah penelitian yang relevan dengan bidang keolahragaan. - Mahasiswa Mampu merumuskan masalah penelitian yang relevan dengan	Teknik non-test: - Membuat makalah ilmiah - Presentasi - Praktik Kriteria: <i>Pedoman Penskoran</i>	- Kuliah; - Diskusi; - Presentasi - Praktik Discovery Learning Tugas-2 menentukan judul dan Membuat Latar belakang penelitian		Penjelasan RPS; a. Teknik identifikasi masalah b. Latar belakang c. Perumusan maslah d. studi kasus latihan [1], [2], [3], [4],	20

Mg ke-/ Week	Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (CPMK)/ <i>Final ability of each learning stage (LLO)</i>	Penilaian/ <i>Assesment</i>		Bentuk Pembelajaran; Metode Pembelajaran; Penugasan Mahasiswa; [Estimasi Waktu]/ <i>Form of Learning; Learning Method; Student Assignment; [Estimated Time]</i>		Materi Pembelajaran [Pustaka]/ <i>Learning Material [Reference]</i>	Bobot Penilaian/ <i>Assesment Load (%)</i>
		Indikator/ <i>Indicator</i>	Kriteria & Teknik / <i>Criteria & Techniques</i>				
				Luring	Daring		
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
		bidang keolahragaan.					
Evaluasi Tengah Semester: Melakukan validasi hasil penilaian, evaluasi dan perbaikan proses pembelajaran berikutnya							
Flipped Classroom – dengan metode case atau project based learning (d disesuaikan dengan metode yang digunakan pada matakuliah)							
9,10, 11,12	• Mampu Merancang metode penelitian (pendekatan, teknik pengumpulan data, populasi dan teknik sampling, instrumen, analisis data) yang sesuai dengan tujuan penelitian olahraga (kualitatif, kuantitatif dan mixmetode).	• Mampu Merancang metode penelitian (pendekatan, teknik pengumpulan data, populasi dan sampel, instrumen, analisis data) yang sesuai dengan tujuan penelitian olahraga (kualitatif, kuantitatif dan mixmetode).	Teknik non-test: • Membuat makalah ilmiah • Presentasi • Review dan membuat Analisa dari artikel ilmiah Kriteria: <i>Pedoman Penskoran</i>	• Kuliah; • Diskusi; • Presentasi • Praktik Discovery Learning Tugas-3: Menyusun Metode Penelitian berdasarkan jenis penelitian		Penjelasan RPS; a. Jenis penelitian b. Populasi dan sampel c. Teknik Pengumpulan data d. Teknik analisis data [4], [5], [6],	25
13, 14, 15, 16	• Menyusun proposal penelitian ilmiah dalam bidang keolahragaan secara sistematis dan ilmiah.	Menyusun proposal penelitian ilmiah dalam bidang keolahragaan secara sistematis dan ilmiah.	Teknik non-test: • Membuat makalah ilmiah • Presentasi • Review dan membuat Analisa dari artikel ilmiah	• Kuliah; • Diskusi; • Presentasi • Praktik Project Based Learning Tugas-4: Menyusun Proposal Penelitian		Penjelasan RPS; 1. Menyusun Bab 1 2. Menyusun BAB II 3. Menyusun BAB III sesuai panduan	35

Mg ke-/ <i>Week</i>	Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (CPMK)/ <i>Final ability of each learning stage (LLO)</i>	Penilaian/ <i>Assesment</i>		Bentuk Pembelajaran; Metode Pembelajaran; Penugasan Mahasiswa; [Estimasi Waktu]/ <i>Form of Learning; Learning Method; Student Assignment; [Estimated Time]</i>		Materi Pembelajaran [Pustaka]/ <i>Learning Material [Reference]</i>	Bobot Penilaian/ <i>Assesment Load (%)</i>
		Indikator/ <i>Indicator</i>	Kriteria & Teknik / <i>Criteria & Techniques</i>				
				Luring	Daring		
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
			Kriteria: <i>Pedoman Penskoran</i>			[2], [3], [5]	
<i>Evaluasi Akhir Semester: Melakukan validasi penilaian akhir dan menentukan kelulusan mahasiswa</i>							
<i>Total bobot penilaian</i>							100

Keterangan:

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



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

RENCANA ASESSMEN DAN EVALUASI (RAE)

Minggu ke-	CPMK	Bentuk Asessmen (Penilaian)	Bobot (%)
1-4	Mampu Memahami dan Menjelaskan konsep, prinsip, dan ruang lingkup pedagogi olahraga sebagai dasar dalam proses pembelajaran	Tugas 1: membuat ringkasan atau infografis mengenai konsep dasar metodologi penelitian olahraga	20
5-8	Mampu Memahami dan Menganalisis teori belajar dan gaya belajar peserta didik	Tugas 2: menentukan judul dan Membuat Latar belakang penelitian	20
9-12	Mampu Merancang program atau strategi pembelajaran motorik	Tugas 3: Menyusun Metode Penelitian berdasarkan jenis penelitian	25
13-16	Mampu Mengevaluasi proses dan hasil pembelajaran olahraga menggunakan metode dan instrumen asesmen yang sesuai.	Tugas 4: Proposal Penelitian	35
TOTAL BOBOT			100



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

INDIKATOR PENCAPAIAN CPL PADA MATAKULIAH

CPL	CPMK	Minggu ke-	Bentuk Asessmen	Bobot (%)
CPL-2	CPMK-1	4	Tugas 1	20
CPL-3	CPMK-2	8	Tugas 2	20
CPL-5	CPMK-4	12	Tugas 3	25
CPL-9	CPMK-5	16	Tugas 4	35
TOTAL BOBOT				100



UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAHAAN

RUBRIK PENILAIAN TUGAS

Nama Mahasiswa :

NPM :

No	Aspek Yang dinilai	Skor Penilaian				
		(E) Kurang Sekali 0 - 40	(D) Kurang 0 - 40	(C) Cukup 56 - 60	(B) Baik 61 - 80	(A) Baik Sekali 80 - 100
1	Sistematika penulisan makalah					
2	Referensi yang dijadikan sebagai rujukan makalah					
3	Materi dalam makalah sesuai dengan bahan kajian					
4	Presentasi disajikan secara menarik dan interaktif					
5	Penguasaan materi					
Nilai rata-rata skor						
Nilai Total						



Universitas PGRI Yogyakarta

SISTEM INFORMASI AKADEMIK

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

[Home](#) | [Mahasiswa](#) | [Kurikulum](#) | [KRS](#) | [PMB](#) | [Data Akademik](#) | [Jadwal](#)

USER DETAIL

Selasa, 18-Agustus-2026 10:40:56

Selamat Datang **Bimo Alexander, M.Or** [ikor], Sub Bagian Akademik [Log Out](#)

NILAI AKHIR

ISIAN HASIL STUDI MAHASISWA

NO	NIM	MAHASISWA	NILAI
1	24111600061	Anggi Pranata Wibawa	A
2	24111600072	PINO GROMEZEFA	B+
3	24111600078	Muhamad Hanif Al Robani	A
4	24111600080	MUHAMMAD' AFIF KURNIAWAN	A
5	24111600083	Dio Raka Ramadhan	A
6	24111600085	Eko Dwi Saputro	A
7	24111600086	TAMAM SOFAN YUNIDA	A
8	24111600089	Dredek Prayogi	A
9	24111600090	KRISTINA IYAI	B+
10	24111600093	Galuh Fajar Hidayat	A
11	24111600094	Yasqi Manda Saputra	A
12	24111600095	Fadhlan Yughni Shidiq	A
13	24111600098	Chessa Agit Kisnawidatama	A
14	24111600099	Zaki Pratama Antoni	A
15	24111600100	MUHAMMAD ZUHRI WAFA	A
16	24111600103	Raihan Izha Mahendra	A
17	24111600106	TRI CAHYO NUGROHO	A
18	24111600108	GALANG ADITAMA	A
19	24111600109	Faozan Fadlam Wiliardi	A
20	24111600112	ela netra tebai	A
21	24111640115	AHMAD MARZUKI	A-

Batal

Simpan



METODOLOGI PENELITIAN



BAB I

HAKIKAT PENELITIAN

1.1 Pengertian Penelitian

Penelitian merupakan proses sistematis untuk memperoleh informasi atau pengetahuan dalam rangka menjawab pertanyaan atau memecahkan masalah tertentu.

Secara sederhana:

Penelitian = masalah + data + metode + analisis + kesimpulan.

1.2 Karakteristik Penelitian

Karakteristik	Penjelasan
Sistematis	Mengikuti tahapan yang terstruktur
Logis	Menggunakan penalaran yang dapat diterima
Empiris	Berdasarkan data atau bukti
Objektif	Berusaha meminimalkan bias
Terencana	Dilakukan berdasarkan rancangan
Dapat dipertanggungjawabkan	Prosedur dan hasil dapat diperiksa

1.3 Contoh dalam Ilmu Keolahragaan

Permasalahan	Contoh Penelitian
Kebugaran rendah	Profil kebugaran mahasiswa
VO ₂ max rendah	Pengaruh latihan interval terhadap VO ₂ max
Keterampilan bulutangkis	Pengembangan tes keterampilan dasar bulutangkis
Motivasi atlet	Hubungan motivasi dengan prestasi
Aktivitas fisik lansia	Pengembangan model aktivitas gerak lansia

BAB II

PENDEKATAN PENELITIAN

2.1 Perbandingan Pendekatan

Aspek	Kuantitatif	Kualitatif	Mixed Methods
Data	Angka	Narasi/teks	Angka + narasi
Tujuan	Menguji/mengestimasi	Memahami fenomena	Mengintegrasikan keduanya
Instrumen	Terstruktur	Peneliti, wawancara, observasi	Kombinasi
Analisis	Statistik	Tematik/interpretatif	Kuantitatif + kualitatif
Sampel	Cenderung lebih besar	Cenderung lebih kecil dan purposif	Bergantung desain
Contoh	Pengaruh latihan	Pengalaman atlet	Efektivitas + pengalaman

MASALAH PENELITIAN

3.1 Sumber Masalah

Sumber	Contoh
Observasi	Teknik atlet kurang baik
Teori	Hasil penelitian belum konsisten
Penelitian terdahulu	Masih terdapat keterbatasan
Teknologi	Belum ada aplikasi pengukuran
Kebijakan	Program belum dievaluasi
Kebutuhan lapangan	Instrumen belum tersedia

3.2 Identifikasi Masalah

Contoh judul:

Pengembangan Instrumen Tes Keterampilan Dasar Bulutangkis Berbasis Digital

No.	Identifikasi Masalah
1	Pengukuran keterampilan masih dilakukan secara manual
2	Instrumen belum terintegrasi dengan teknologi digital
3	Proses pencatatan membutuhkan waktu

No.	Identifikasi Masalah
4	Hasil tes belum terdokumentasi secara optimal
5	Belum tersedia sistem pelaporan yang praktis

BAB III

RUMUSAN MASALAH

Rumusan masalah harus:

- jelas;
- spesifik;
- dapat diteliti;
- sesuai tujuan penelitian.

Contoh

No.	Rumusan Masalah
1	Bagaimana kebutuhan instrumen tes keterampilan dasar bulutangkis?
2	Bagaimana desain instrumen yang dikembangkan?
3	Bagaimana validitas instrumen?
4	Bagaimana reliabilitas instrumen?
5	Bagaimana kepraktisan instrumen?

BAB IV

KAJIAN PUSTAKA

4.1 Fungsi Kajian Pustaka

Fungsi	Penjelasan
Landasan teori	Memberikan dasar ilmiah
Mengetahui penelitian terdahulu	Menghindari pengulangan
Menemukan gap	Menentukan kebaruan
Menentukan variabel	Membantu operasionalisasi
Menentukan metode	Membantu pemilihan desain

4.2 Matriks Penelitian Terdahulu

BAB V

KERANGKA BERPIKIR

Kerangka berpikir menjelaskan hubungan logis antar konsep.

Contoh penelitian eksperimen:

Tahap	Komponen
Masalah	Kebugaran mahasiswa rendah
Solusi	Program circuit training
Mekanisme	Stimulus latihan
Outcome	Kebugaran meningkat
Pengukuran	Pretest dan posttest
Analisis	Uji sesuai desain
Kesimpulan	Efektivitas program

BAB VI

VARIABEL PENELITIAN

Jenis Variabel	Pengertian	Contoh
Independen	Variabel prediktor/perlakuan	Latihan interval
Dependen	Variabel outcome	VO ₂ max
Moderator	Memengaruhi hubungan	Usia
Mediator	Menjelaskan mekanisme hubungan	Adaptasi fisiologis
Kontrol	Dikendalikan dalam desain/analisis	Kondisi latihan

Definisi Operasional

Variabel	Definisi	Indikator	Instrumen	Skala
VO ₂ max	Kapasitas aerobik	Nilai VO ₂ max	Tes yang dipilih	Rasio
Power tungkai	Kemampuan menghasilkan daya	Tinggi lompatan	Vertical jump	Rasio
Motivasi	Dorongan mengikuti latihan	Indikator skala	Angket	Sesuai instrumen

BAB VII

DESAIN PENELITIAN

Desain	Tujuan	Contoh
Deskriptif	Menggambarkan kondisi	Profil kebugaran
Korelasional	Menguji hubungan	Kekuatan–jump
Eksperimen	Menguji efek perlakuan	Latihan–VO ₂ max
Quasi eksperimen	Efek perlakuan tanpa randomisasi penuh	Dua kelas
Ex post facto	Mengkaji kondisi yang telah terjadi	Riwayat latihan–prestasi
R&D	Menghasilkan produk	Aplikasi latihan
Kualitatif	Memahami fenomena	Pengalaman atlet
Mixed methods	Menggabungkan pendekatan	Survei + wawancara

BAB VIII

POPULASI DAN SAMPEL

Teknik Sampling

Jenis	Teknik	Contoh
Probability	Simple random	Undian mahasiswa
Probability	Stratified	Berdasarkan semester
Probability	Cluster	Berdasarkan kelas
Nonprobability	Purposive	Atlet dengan kriteria tertentu
Nonprobability	Convenience	Subjek yang mudah diakses
Nonprobability	Quota	Sampel sesuai kuota

INSTRUMEN PENELITIAN

Data yang Diukur	Contoh Instrumen
Kebugaran	Tes kebugaran
VO ₂ max	Tes aerobik yang sesuai
Kecepatan	Sprint
Power	Vertical jump
Kelincahan	Agility test
Motivasi	Kuesioner
Keterampilan bulutangkis	Tes keterampilan
Pengalaman atlet	Pedoman wawancara

VALIDITAS DAN RELIABILITAS

Konsep	Pertanyaan Utama
Validitas	Apakah interpretasi skor didukung bukti yang memadai untuk tujuan penggunaannya?
Reliabilitas	Seberapa konsisten hasil pengukuran dalam kondisi yang relevan?

Contoh:

Sebelum digunakan untuk penelitian utama, instrumen perlu memiliki bukti validitas dan reliabilitas yang memadai sesuai tujuan penggunaannya.

TEKNIK PENGUMPULAN DATA

Teknik	Kegunaan	Contoh
Tes	Mengukur kemampuan	VO ₂ max
Angket	Mengukur persepsi/sikap	Motivasi
Observasi	Mengamati perilaku	Teknik smash
Wawancara	Menggali pengalaman	Pengalaman atlet
Dokumentasi	Mengambil data dokumen	Rekaman pertandingan

ANALISIS DATA

Pemilihan Analisis

Pertanyaan	Analisis yang Dapat Dipertimbangkan
Bagaimana karakteristik data?	Statistik deskriptif
Apakah dua variabel berhubungan?	Korelasi
Apakah X memprediksi Y?	Regresi
Apakah dua kelompok berbeda?	Uji-t/alternatif sesuai desain
Apakah >2 kelompok berbeda?	ANOVA/alternatif sesuai desain
Apakah data berupa kategori?	Chi-square/analisis kategorikal yang sesuai
Data kualitatif?	Analisis tematik/pendekatan kualitatif yang sesuai

Catatan: pemilihan uji tidak cukup hanya berdasarkan jenis data; desain penelitian, struktur data, asumsi analisis, dan pertanyaan penelitian juga harus diperhatikan.

ETIKA PENELITIAN

Prinsip	Penerapan
Informed consent	Peserta memperoleh informasi penelitian
Kerahasiaan	Identitas peserta dilindungi
Sukarela	Tidak ada paksaan
Keselamatan	Risiko diminimalkan
Integritas	Tidak memalsukan data
Anti-plagiarisme	Mengutip sumber dengan benar

SISTEMATIKA PROPOSAL PENELITIAN

BAB	Isi
BAB I	Pendahuluan
BAB II	Kajian pustaka
BAB III	Metode penelitian
Daftar pustaka	Semua sumber yang dirujuk
Lampiran	Instrumen, surat, data pendukung, dll.

PROYEK AKHIR

Mahasiswa menyusun **mini proposal penelitian bidang ilmu keolahragaan.**

Komponen	Keterangan
Judul	Maksimal sesuai pedoman prodi
Latar belakang	Masalah + data + gap
Rumusan masalah	Pertanyaan penelitian
Tujuan	Menjawab rumusan masalah
Kajian teori	Konsep dan penelitian terdahulu
Kerangka berpikir	Hubungan konsep
Hipotesis	Jika diperlukan
Metode	Desain penelitian
Sampel	Populasi dan teknik sampling
Instrumen	Alat pengumpulan data
Analisis	Teknik analisis yang sesuai

DAFTAR PUSTAKA UTAMA

1. Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (5th ed.). SAGE Publications. [SAGE Publications](#)
 2. Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2019). *How to Design and Evaluate Research in Education* (10th ed.). McGraw-Hill Education.
 3. Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
 4. Sugiyono. (2022). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
 5. Maksum, A. (2018). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
 6. Field, A. (2018). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics* (5th ed.). SAGE Publications.
 7. Pallant, J. (2020). *SPSS Survival Manual* (7th ed.). McGraw-Hill Education.
 8. American Psychological Association. (2020). *Publication Manual of the American Psychological Association* (7th ed.). American Psychological Association.
-