

Module Handbook

Nama modul	Pendidikan Jasmani
Tingkat modul	Sarjana (S-1) / Bachelor
Singkatan/kode (jika ada)	
Subjudul (jika ada)	
Mata kuliah yang masuk dalam modul (jika ada)	
Semester/tingkat tahun	1 atau 2 /tahun Pertama
Koordinator modul	Dr. Advendi Kristiyandaru, S.Pd., M.Pd.
Pengampu	Dra. Sasminta Christina Yuli Hartati, M.Pd. Dr. Abdul Rahman Syam Tuasikal, M.Pd. Drs. Bambang Ferianto Tjahyo Kuntjoro, M.Pd. Dr. Advendi Kristiyandaru, S.Pd., M.Pd. Dr. Sapto Wibowo, S.Pd., M.Pd. Drs. Hari Wisnu, M.Pd. Vega Candra Dinata, S.Pd., M.Pd. Fifukha Dwi Khory, S.Pd., M.Pd. Dony Andrijanto, S.Pd., M.Kes. Dwi Lorry Juniarisca, S.Pd., M.Ed. Mochamad Ridwan, S.Pd., M.Pd. Andhega Wijaya, S.Pd.Jas., M.Or. Mochamad Arief Al Ardha, S.Pd., M.Ed. Bayu Budi Prakoso, S.Pd., M.Pd. Dr. Mochamad Purnomo, S.Pd., M.Kes. Kunjung Ashadi, S.Pd., M.Fis. Aghus Sifaq, S.Pd., M.Pd. Dr. Heri Wahyudi, S.Or., M.Pd. Hijrin Fitroni, S.Or., M.Pd. Indra Himawan Susanto, S.Or., M.Pd. Drs. Edy Riyanto, M.Pd.
Bahasa yang digunakan	Bahasa Indonesia
Klasifikasi dalam kurikulum	Compulsory course (mata kuliah wajib) / elective studies (mata kuliah pilihan)
Format pembelajaran/ jumlah jam kelas per minggu	Per minggu terdiri dari: 2 jam tatap muka (1 jam tatap muka = 50 menit/jam)
Beban	2 jam tatap muka (2x50), 2 jam tugas terstruktur (2x60), 2 jam belajar mandiri (2x60), selama 15 minggu, total 85 jam/semester
SKS	2
Prasyarat	-
Tujuan pembelajaran	PLO 4 dan PLO 9 Kompetensi umum: 1. Memiliki kemampuan belajar sepanjang hayat yang

	<p>diwujudkan dalam kemampuan meningkatkan pengetahuan dan dapat melanjutkan studi ke jenjang yang lebih tinggi</p> <p>2. Mampu mengaplikasikan <i>transferable skill</i> sesuai bidang untuk mengembangkan <i>ecopreneurship</i> (<i>eco-innovation, eco-oppurunity, eco-commitment</i>) dalam upaya mewujudkan karakter : Idaman Jelita</p> <p>Kompetensi khusus:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mampu membuat program pendidikan jasmani untuk meningkatkan dan memelihara kebugaran jasmani pribadi 2. Mampu membuat program pendidikan jasmani untuk memelihara bentuk tubuh ideal 3. Mampu melakukan pengukuran kebugaran secara sederhana
Konten/isi	<p>Matakuliah ini memberikan pemahaman dan penguasaan tentang hakikat, fungsi, dan tujuan pendidikan jasmani. Memberikan pengenalan dan pengalaman melaksanakan berbagai cabang olahraga dan aktivitas permainan untuk digunakan dalam rangka meningkatkan aktivitas fisik sesuai dengan rekomendasi berbagai riset dan WHO. Selain itu, mahasiswa dapat pengalaman menyusun program pendidikan jasmani untuk diri mereka dalam upaya meningkatkan dan memelihara kebugaran jasmani. Mahasiswa memiliki pengalaman dalam melaksanakan pengukuran tingkat kebugaran jasmani menggunakan berbagai metode pengukuran. Mahasiswa memiliki pemahaman dan pengalaman dalam menentukan indikator dan pengukuran bentuk tubuh ideal berdasarkan berbagai metode. Sebagai kompetensi tambahan, mahasiswa belajar dalam manajemen olahraga dan sistem pertandingan.</p>
Attribut soft skill	<p>Displin Tanggung jawab Sportif</p>

Pencapaian pembelajaran/ujian	<p>Mahasiswa dianggap kompeten dan lulus jika setidaknya mendapatkan nilai ujian minimal 68 (USS dan US), dan kegiatan terstruktur (tugas/T) dan aktivitas partisipasi (P)</p> <p>Nilai akhir (NA) dihitung mengikuti rumus: $NA = \frac{(2 \times P) + (3 \times T) + (2 \times USS) + (3 \times US)}{10}$</p> <p>Konversi nilai skala 0-100 menjadi skala 0-4 dan huruf diatur sebagai berikut.</p> <table border="1" data-bbox="618 520 1377 898"> <thead> <tr> <th>Huruf</th> <th>Angka</th> <th>Interval</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>A</td> <td>4,00</td> <td>$85 \leq A < 100$</td> </tr> <tr> <td>A-</td> <td>3,75</td> <td>$80 \leq A- < 85$</td> </tr> <tr> <td>B+</td> <td>3,50</td> <td>$75 \leq B+ < 80$</td> </tr> <tr> <td>B</td> <td>3,00</td> <td>$70 \leq B < 75$</td> </tr> <tr> <td>B-</td> <td>2,75</td> <td>$65 \leq B- < 70$</td> </tr> <tr> <td>C+</td> <td>2,50</td> <td>$60 \leq C+ < 65$</td> </tr> <tr> <td>C</td> <td>2,00</td> <td>$55 \leq C < 60$</td> </tr> <tr> <td>D</td> <td>1,00</td> <td>$40 \leq D < 55$</td> </tr> <tr> <td>E</td> <td>0,00</td> <td>$0 \leq E < 40$</td> </tr> </tbody> </table>	Huruf	Angka	Interval	A	4,00	$85 \leq A < 100$	A-	3,75	$80 \leq A- < 85$	B+	3,50	$75 \leq B+ < 80$	B	3,00	$70 \leq B < 75$	B-	2,75	$65 \leq B- < 70$	C+	2,50	$60 \leq C+ < 65$	C	2,00	$55 \leq C < 60$	D	1,00	$40 \leq D < 55$	E	0,00	$0 \leq E < 40$
Huruf	Angka	Interval																													
A	4,00	$85 \leq A < 100$																													
A-	3,75	$80 \leq A- < 85$																													
B+	3,50	$75 \leq B+ < 80$																													
B	3,00	$70 \leq B < 75$																													
B-	2,75	$65 \leq B- < 70$																													
C+	2,50	$60 \leq C+ < 65$																													
C	2,00	$55 \leq C < 60$																													
D	1,00	$40 \leq D < 55$																													
E	0,00	$0 \leq E < 40$																													
Bentuk media	Video, slide berbasis PPT, modifikasi peralatan.																														
Referensi	<ol style="list-style-type: none"> Hartono, S., dkk. 2013. <i>Pendidikan Jasmani (Sebuah Pengantar)</i>. Surabaya: Unesa University Press. Nurhasan, dkk. 2005. <i>Petunjuk Praktis Pendidikan Jasmani (Bersatu Membangun Manusia yang Sehat Jasmani dan Rohani)</i>. Surabaya: Unesa University Press. SCY, Hartati, dkk. 2013. <i>Permainan Kecil</i>. Malang: Wineka Media. Dugan, S. A., Gabriel, K. P., Lange-Maia, B. S., & Karvonen-Gutierrez, C. (2018). Physical Activity and Physical Function: Moving and Aging. <i>Obstetrics and Gynecology Clinics of North America</i>, 45(4), 723–736. https://doi.org/10.1016/J.OGC.2018.07.009 Griera, J. L., Manzanares, J. M., Barbany, M., Contreras, J., Amigó, P., & Salas-Salvadó, J. (2007). Physical activity, energy balance and obesity. <i>Public Health Nutrition</i>, 10(10A), 1194-1199. Lopes, V. P., Malina, R. M., Gomez-Campos, R., Cossio-Bolaños, M., Arruda, M. de, & Hobold, E. (2019). Body mass index and physical fitness in Brazilian adolescents. <i>Jornal de Pediatria</i>, 95(3), 358–365. https://doi.org/10.1016/J.JPED.2018.04.003 Luís Griera, J., María Manzanares, J., Barbany, M., 																														

	Contreras, J., Amigó, P., & Salas-Salvado, J. (2007). Physical activity, energy balance and obesity. <i>Public Health Nutrition</i> , 10(10 A), 1194–1199. https://doi.org/10.1017/S1368980007000705
Catatan	