



RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

PROGRAM STUDI KEDOKTERAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SEBELAS MARET

Identitas Mata Kuliah		Identitas dan Validasi	Nama	Tanda Tangan
Kode Mata Kuliah	: Block704D	Dosen Pengembang RPS	: Dyonisa Nasirochmi Pakha, dr	
Nama Mata Kuliah	: Blok Elektif Kedokteran Olahraga			
Jenis Mata Kuliah (Wajib/pilihan)	: Pilihan	Koord. Kelompok Mata Kuliah	: Dhoni Akbar Ghozali, dr., M.Kes	
Semester	: 7 (TUJUH)			
Bobot Mata kuliah (sks)	: 3 (Tiga)			
a. Bobot tatap muka	: 2.00 sks			
b. Bobot Praktikum	: 1.00 sks			
c. Bobot praktek lapangan	: -			
d. Bobot simulasi	: -			
Mata Kuliah Prasyarat	: -	Kepala Program Studi	: Dr. Eti Poncorini P, dr., MPd	

Tanggal	:	24-08-2021	Perbaikan ke	:		Tanggal:
Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL) yang dibebankan pada Mata Kuliah						
Kode CPL		Unsur CPL				
CPL 3	:	Mampu mengimplementasikan landasan ilmiah ilmu kedokteran dan kesehatan untuk menyelesaikan masalah kesehatan individu, keluarga, dan masyarakat.				
CPL 4	:	Mampu melakukan komunikasi efektif di bidang kedokteran dan kesehatan				
	:					
Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mahasiswa mampu menjelaskan dan memahami sistem energi, sistem respirasi, sistem kardiovaskular, sistem muskuloskeletal, sistem gastrointestinal, neuroscience, dan olahraga 2. Mahasiswa mampu memahami dasar kedokteran olahraga, biomekanika olahraga, metodik pelatihan olahraga, program pelatihan olahraga, dan evaluasi cedera olahraga 3. Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar kebutuhan gizi, psikologis, medis dalam kedokteran olahraga 				
	:					
Bahan kajian (<i>subject matters</i>)	:	Anatomi, Fisiologi, Gizi, Psikologi, Rehabilitasi Medik				
	:					
	:	-				
	:					
Deskripsi Mata Kuliah	:	Blok Elektif Kedokteran Olahraga adalah satuan waktu pembelajaran dengan bobot 3 SKS yang ditempuh mahasiswa Program Studi Kedokteran semester tujuh yang memilih Blok Kedokteran Olahraga sebagai blok elektif. Blok ini meliputi kegiatan perkuliahan tentang penerapan ilmu pengetahuan medik pada aktivitas fisik dan olahraga, serta praktikum Illinois test dan Beep test. Penilaian akhir ditentukan dari kehadiran kuliah, tugas individu, nilai praktikum, dan nilai ujian blok. Nilai akhir ditentukan dengan 60% ujian, 20% penugasan, dan 20% praktikum.				
	:					

Basis Penilaian		
Daftar Referensi	:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bowers RW, Fox EL. Sports Physiology. 4th edition. United States: McGraw-Hill Higher Education, 2000. 2. Buschbaecher RM, Prahlow ND, Dave SJ. Sports & Medicine Rehabilitation A Sport-Specific Approach. 2nd edition. United States: Lippincott Williams & Wilkins, 2009. 3. Fox EL, Bowers RW, Foss ML. The Physiological Basis of Physical Education and Athletics. 4th edition. Philadelphia: Saunders College Publishing, 1988. 4. Hall, John E. Guyton and Hall Textbook of Medical Physiology. Thirteenth Edition. Philadelphia : Elsevier, 2016: 1085-1096. 5. Kenney, WL, Wilmore JH, Costill DL. Physiology of Sport and Exercise. 6th Edition. United States: Human Kinetics, 2015. 6. McArdle, William D, Katch, Frank I and L, Katch Victor. Exercise Physiology : Nutrition, Energy, and Human Performance. 8th edition. Philadelphia : Wolters Kluwer Health/Lippincott Williams & Wilkins, 2015. 7. Singgih DG. Psikologi Olahraga Prestasi. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia, 2008. 8. Sudibyo S. Psikologi Olahraga. Jakarta: Unit Percetakan UNJ.,2002. 9. Williams MH. Sports Nutrition. In: Ross AC, Caballero B, Cousins B, Tucker KI, Ziegler TR, eds. Modern Nutrition in Health and Disease. 11th ed. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins, 2014: 65-87.

Tahap	Kemampuan akhir/ Sub-CPMK (kode CPL)	Materi Pokok	Referensi (kode dan halaman)	Metode Pembelajaran		Waktu	Pengalaman Belajar	Penilaian*				
				Luring	Daring			Basis penilaian	Teknik penilaian	Indikator, kriteria, (tingkat taksonomi)	Bobot penilaian	Instrumen penilaian
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Kontrak Perkuliahan	Mahasiswa mampu mengetahui deskripsi, tujuan pembelajaran, sumber belajar, sistem penilaian, dan tata tertib Blok Elektif Kedokteran Olahraga	-RPS Blok Elektif Kedokteran Olahraga -Sumber Belajar -Dosen Pengampu -Tata tertib -Referensi Belajar -Sistem penilaian -Kegiatan pembelajaran dan praktikum	Buku Panduan Blok Elektif Kedokteran Olahraga	-	Kuliah interaktif	1 x 100 menit	Belajar mandiri	Kognitif : -Ujian Blok -Responsi praktikum Case Method: -Tugas Individu analisis	Tes tertulis Laporan	Mahasiswa mampu mengetahui deskripsi, tujuan pembelajaran, sumber belajar, sistem penilaian, dan tata tertib Blok Elektif Kedokteran Olahraga	Ujian Blok : 60% Responsi Praktikum : 20% Penugasan Individu: 20%	Soal MCQ sejumlah 80 soal Responsi Rubrik penilaian tugas
I	Mahasiswa mampu menjelaskan sistem energi dalam pelatihan olahraga	- Produksi energi untuk latihan fisik, termasuk didalamnya: sumber instan energi-ATP dan Predominant Energy system (yang terdiri dari sistem fosfagen, glikolisis anaerob dan glikolisis aerob - Pengaturan keseimbangan cairan dan elektrolit untuk olahraga	No 1, 3, 4, 5, dan 6	-	Kuliah interaktif	1 x 100 menit	Belajar mandiri	Kognitif : -Ujian Blok	Tes tertulis	Mahasiswa mampu menjelaskan sistem energi dalam pelatihan olahraga	Ujian Blok : 60%	Soal MCQ sejumlah 80 soal
	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar muskuloskeletal dan olahraga	Prinsip dasar sistem muskuloskeletal dan olahraga	No 1, 3, 4, 5, dan 6	-	Kuliah interaktif	1 x 100 menit	Belajar mandiri	Kognitif : -Ujian Blok	Tes tertulis	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar muskuloskeletal dan olahraga	Ujian Blok : 60%	Soal MCQ sejumlah 80 soal

	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar kardiovaskular dan olahraga	Prinsip dasar sistem kardiovaskular dan olahraga	No 1, 3, 4, 5, dan 6	-	Kuliah interaktif	1 x 100 menit	Belajar mandiri	Kognitif : -Ujian Blok	Tes tertulis	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar kardiovaskular dan olahraga	Ujian Blok : 60%	Soal MCQ sejumlah 80 soal
	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar sistem respirasi dan olahraga	Prinsip dasar sistem respirasi dan olahraga	No 1, 3, 4, 5, dan 6	-	Kuliah interaktif	1 x 100 menit	Belajar mandiri	Kognitif : -Ujian Blok	Tes tertulis	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar sistem respirasi dan olahraga	Ujian Blok : 60%	Soal MCQ sejumlah 80 soal
	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar sistem gastrointestinal dan olahraga	Prinsip dasar sistem gastrointestinal dan olahraga	No 1, 3, 4, 5, dan 6	-	Kuliah interaktif	1 x 100 menit	Belajar mandiri	Kognitif : -Ujian Blok	Tes tertulis	Menjelaskan biokimia terkait sistem musculoskeletal	Ujian Blok : 60%	Soal MCQ sejumlah 80 soal
	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar <i>neuroscience</i> dan olahraga	Prinsip dasar <i>neuroscience</i> dan olahraga	No 1, 3, 4, 5, dan 6	-	Kuliah interaktif	1 x 100 menit	Belajar mandiri	Kognitif : -Ujian Blok	Tes tertulis	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar <i>neuroscience</i> dan olahraga	Ujian Blok : 60%	Soal MCQ sejumlah 80 soal
II	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar Biomekanika	Prinsip dasar biomekanika olahraga	No 1, 3, 4, 5, dan 6	-	Kuliah interaktif	1 x 100 menit	Belajar mandiri	Kognitif : -Ujian Blok	Tes tertulis	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar Biomekanika	Ujian Blok : 60%	Soal MCQ sejumlah 80 soal
	Mahasiswa mampu memahami dasar kedokteran olahraga dan menjelaskan metodik pelatihan olahraga	Rancangan program latihan untuk meningkatkan kinerja fisik	No 1, 3, 4, 5, dan 6	-	Kuliah interaktif	1 x 100 menit	Belajar mandiri	Kognitif : -Ujian Blok	Tes tertulis	Mahasiswa mampu memahami dasar kedokteran olahraga dan menjelaskan metodik pelatihan olahraga	Ujian Blok : 60%	Soal MCQ sejumlah 80 soal

	Mahasiswa mampu mengevaluasi program pelatihan olahraga	Evaluasi program pelatihan	No 1, 3, dan 6	-	Kuliah interaktif Praktikum Illinois Test Praktikum Beep Test	1 x 100 menit 8 x 170 menit 8 x 170 menit	Belajar mandiri Praktikum Praktikum	Kognitif : -Ujian Blok - Responsi Praktikum	Tes tertulis Partisipan Partisipan	Mahasiswa mampu mengevaluasi program pelatihan olahraga	Ujian Blok : 60% Responsi Praktikum: 20%	Soal MCQ sejumlah 80 soal Responsi Praktikum
	Mahasiswa mampu menjelaskan Evaluasi cedera olahraga pada berbagai organ/ bagian tubuh	Evaluasi cedera olahraga pada berbagai organ/ bagian tubuh	No 1, 3, dan 6	-	Kuliah interaktif	1 x 100 menit	Belajar mandiri	Kognitif : -Ujian Blok	Tes tertulis	Mahasiswa mampu menjelaskan Evaluasi cedera olahraga pada berbagai organ/ bagian tubuh	Ujian Blok : 60%	Soal MCQ sejumlah 80 soal
IV	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar rehabilitasi medis dalam kedokteran olahraga	Prinsip umum rehabilitasi pada cedera olahraga, termasuk penatalaksanaan rehabilitasi medik pada cedera olahraga (modalitas terapi dan excercise) dan rehabilitasi medik pasca cedera olahraga.	No 2 dan 7	-	Kuliah interaktif	1 x 100 menit	Kuliah	Kognitif : -Ujian Blok	Tes tertulis	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar rehabilitasi medis dalam kedokteran olahraga	Ujian Blok : 60%	Soal MCQ sejumlah 80 soal
	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar kebutuhan gizi untuk olahraga	- Prinsip dasar kebutuhan gizi untuk olahraga - Pengaturan diet untuk olahraga: <i>pre-during-post-exercise</i>	No 6 dan 9	-	Kuliah interaktif	1 x 100 menit	Kuliah	Kognitif : -Ujian Blok	Tes tertulis	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar kebutuhan gizi untuk olahraga	Ujian Blok : 60%	Soal MCQ sejumlah 80 soal

	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar psikologi dalam kedokteran olahraga	Pendekatan psikologis dan perilaku manusia dalam situasi olahraga (Teori psikologi yang dapat diterapkan dalam situasi olahraga, yaitu stress dan agresifitas, diharapkan akan lebih peka terhadap masalah psikologi yang dialami atlet)	No 7 dan 8	-	Kuliah interaktif	1 x 100 menit	Kuliah	Kognitif : -Ujian Blok	Tes tertulis	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar psikologi dalam kedokteran olahraga	Ujian Blok : 60%	Soal MCQ sejumlah 80 soal
	Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar rehabilitasi medis dalam kedokteran olahraga	Analisis contoh kasus kedokteran olahraga (<i>pre-during-post-exercise</i>) dari sisi pelatihan olahraga, biomekanika, gizi, psikologi, atau rehabilitasi medik	No 4 dan 6	-	Penugasan individu	1 x 100 menit	- Pembelajaran berbasis video - Review video dan analisis dengan membuat laporan	Case Method: -Tugas Individu analisis	Laporan	Mahasiswa mampu menganalisis penerapan ilmu kedokteran olahraga pada studi kasus	Penugasan Individu: 20%	Rubrik penilaian tugas
		Ujian Blok				1x100 menit	-	Kognitif : -Ujian Blok	Tes tertulis		Ujian Blok : 60%	Soal MCQ sejumlah 80 soal

Instrumen penilaian terlampir

BLUEPRINT SOAL BLOK 704D ELEKTIF KEDOKTERAN OLAHRAGA

PROGRAM STUDI KEDOKTERAN FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SEBELAS MARET

Learning Objectives (LO)	TOPIK	Level Kompetensi	Tinjauan				Bagian
			Ilmu Dasar	Mekanisme Penyakit	Penapisan Diagnosis	Manajemen	
Mahasiswa mampu menjelaskan sistem energi dalam pelatihan olahraga	<ul style="list-style-type: none"> - Produksi energi untuk latihan fisik, termasuk didalamnya: sumber instan energi-ATP dan Predominant Energy system (yang terdiri dari sistem fosfagen, glikolisis anaerob dan glikolisis aerob - Pengaturan keseimbangan cairan dan elektrolit untuk olahraga 		3	3			Fisiologi
Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar muskuloskeletal dan olahraga	Prinsip Dasar muskuloskeletal dalam olahraga		3	3			Anatomi
Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar kardiovaskular dan olahraga	Prinsip dasar kardiovaskular dalam olahraga		3	3			Fisiologi
Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar sistem respirasi dan olahraga	Prinsip dasar sistem respirasi dalam olahraga		3	3			Fisiologi
Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar gastrointestinal dan olahraga	Prinsip dasar gastrointestinal dalam olahraga		3	3			Anatomi
Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar <i>neuroscience</i> dan olahraga	Prinsip dasar <i>neuroscience</i> dalam olahraga		3	3			Anatomi
Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar biomekanika	Prinsip dasar biomekanika olahraga		3	3			Anatomi

Mahasiswa mampu memahami dasar kedokteran olahraga dan metodik pelatihan olahraga	Rancangan program latihan untuk meningkatkan kinerja fisik		3	3			Fisiologi
Mahasiswa mampu mengevaluasi program pelatihan olahraga	Evaluasi program pelatihan		3	3			Anatomi
Mahasiswa mampu menjelaskan evaluasi cedera olahraga pada berbagai organ/bagian tubuh	Evaluasi cedera olahraga pada berbagai organ/ bagian tubuh		1	2	1	3	Anatomi
Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar kebutuhan gizi untuk olahraga	- Prinsip dasar kebutuhan gizi untuk olahraga - Pengaturan diet untuk olahraga: <i>pre-during-post-exercise</i>		3	3			Gizi
Mahasiswa mampu memahami prinsip dasar psikologi dalam kedokteran olahraga	Pendekatan psikologis dan perilaku manusia dalam situasi olahraga (Teori psikologi yang dapat diterapkan dalam situasi olahraga, yaitu stress dan agresifitas, diharapkan akan lebih peka terhadap masalah psikologi yang dialami atlet)		3	3			Psikologi
Mahasiswa mampu menganalisis penerapan ilmu kedokteran olahraga pada studi kasus	Prinsip umum rehabilitasi pada cedera olahraga, termasuk penatalaksanaan rehabilitasi medik pada cedera olahraga (modalitas terapi dan exercise) dan rehabilitasi medik pasca cedera olahraga.		1	2	1	3	Rehabilitasi Medik
JUMLAH			35	37	2	6	80

BOBOT NILAI : 60 % x Ujian Blok + 20% x Case Method (Penugasan Individu) + 20% x Responsi

