Lembar Hasil Evaluasi Perkuliahan Berbasis O.B.E

Periode : 2025/2026 Gasal
Mata Kuliah : FAAL LINGKUNGAN DAN METODE LATIHAN
Program Studi : S1 Ilmu Keolahragaan
Kelas : 2022D
Model Pembelajaran : Project Based Learning

Bentuk Penilaian setiap sub CPMK

No	Kode-CPL	CPMK	Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)	Bentuk Penilaian	Bobot	Keterangan	Nilai rata2
1	CPL-5	CPMK-1	Mampu menganalisis Kronobiologi	Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Tes	3,00%		85
2	CPL-5	CPMK-1	Mampu menganalisis Kronobiologi	Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Tes	5,00%		86,93103448
3	CPL-5	CPMK-1	Mampu menganalisis Kronobiologi	Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Tes	5,00%		81,37931034
4	CPL-5	CPMK-2	Mampu menjelaskan konsep dasar Thermoregulasi	Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	5,00%		81,20689655
5	CPL-7	CPMK-3	Mampu menganalisis adaptasi panas dan terapi panas serta Strategi hidrasi untuk latihan	Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	5,00%		76,4137931
6	CPL-9	CPMK-4	Mampu menganalisis adaptasi silang	Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio	5,00%		86,93103448
7	CPL-13	CPMK-5	Mampu menganalisis Variabilitas Individu: Jenis Kelamin dan Usia	Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio	5,00%		87,51724138
8	CPL-13	CPMK-5	Ujian Tengah Semester	Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	15,00%		84,72413793
9	CPL-7	CPMK-6	Mampu menganalisis paparan udara dingin	Aktifitas Partisipasif, Tes	5,00%		84,51724138
10	CPL-7	CPMK-7	Mahasiswa mampu menjelaskan tentang reaksi perendaman air dingin (Cold Water Immersion)	Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja	5,00%		86,51724138
11	CPL-13	CPMK-8	Mahasiswa diharapkan mampu menjelaskan penyelamat tahan nafas (apnea) dan	Penilaian Portofolio, Tes	5,00%		81,03448276
12	CPL-13	CPMK-9	Mampu menjelaskan penyesuaian fisiologis terhadap hipoksia akut	Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	3,00%		81,13793103
13	CPL-13	CPMK-10	Mahasiswa dapat menerapkan pendekatan multidisiplin dalam analisis dan solusi masalah keolahragaan yang kompleks.	Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio	4,00%		76,82758621
14	CPL-13	CPMK-10	Mahasiswa dapat menjelaskan latihan dan performa ketinggian	Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio	5,00%		87,13793103
15	CPL-9	CPMK-11	Mahasiswa mampu menganalisis Latihan di Lingkungan yang Tercemar	Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	5,00%		87,5862069
16	CPL-13	CPMK-10	UJIAN AKHIR SEMESTER	Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	20,00%		76,65517241
					100,00%	**Nilai rata2 akan muncul jika Nilai mahasiswa sudah di entry di sheet sebelah ya kak**	

CPL yang dibebankan pada matakuliah ini

No	ID-CPL	Kode-CPL	Deskripsi	Tingkat ketercapaian CPL
1	343	CPL-5	→ mampu melakukan analisis teoretis tentang hubungan antara anatomi manusia dan implementasi fungsi manusia dalam aktivitas fisik dan olahraga, khususnya dalam bidang kajian ilmu keolahragaan.". (PLO-4)	83,6293103448276%
2	346	CPL-7	→ Mampu memahami, menganalisis dan mengevaluasi serta menerapkan teori keilmuan khususnya kebugaran fisik, kesehatan mental, dan sosial di bidang ilmu keolahragaan. (PLO-7)	82,48275862068 97%
3	348	CPL-9	→ Mampu mengembangkan diri dan memiliki konsep teori keilmuan khususnya di bidang ilmu keolahragaan yang didasari sikap cerdas, jujur, dan bertanggungjawab. (PLO-9)	87,25862068965 52%
4	352	CPL-13	→ Mampu melakukan penelitian ilmiah yang dapat digunakan dalam memberikan berbagai alternatif penyelesaian masalah di bidang ilmu keolahragaan untuk mengembangkan dan mengoptimalisasi pembinaan aktifitas fisik dan permainan olahraga tradisional serta olahraga prestasi dalam rangkaian upaya meningkatkan kesehatan dan kebugaran bagi masyarakat, komunitas olahraga dan olahragawan.(PLO-3)	82,14778325123 15%

Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)

No	Kode CPL	Kode CPMK	Deskripsi	Tingkat Ketercapaian CPMK
1	CPL-5	CPMK-1	→ Mahasiswa mampu menganalisis konsep Kronobiologi: Ritme sirkardian dan Siklus Tidur-Bangun, Identifikasi chronotype	84,43678160919 54%
2	CPL-5	CPMK-2	→ Mahasiswa mampu menjelaskan konsep dasar Thermoregulasi	81,20689655172 41%
3	CPL-7	CPMK-3	→ Mahasiswa mampu menganalisis Adaptasi panas dan terapi panas dan Strategi hidrasi untuk latihan	76,41379310344 83%
4	CPL-9	CPMK-4	→ Mahasiswa mampu menjelaskan adaptasi silang	86,93103448275 86%
5	CPL-13	CPMK-5	→ Mahasiswa mampu menajelaskan variabilitas individu: : Jenis Kelamin dan Usia	86,12068965517 24%
6	CPL-7	CPMK-6	→ Mahasiswa mampu menjelaskan paparan udara dingin	84,51724137931 03%
7	CPL-7	CPMK-7	→ Mahasiswa mampu menjelaskan Reaksi perendaman air dingin (Cold Water Immersion)	86,51724137931 03%
8	CPL-13	CPMK-8	→ Mahasiswa mampu menganalisis Penyelaman tahan nafas (apnea) dan fisiologi hiperbarik	81,03448275862 07%
9	CPL-13	CPMK-9	→ Mahasiswa mampu menganalisis Penyesuaian fisiologis terhadap hipoksia akut	81,13793103448 28%
10	CPL-13	CPMK-10	→ Mahasiswa mampu menjelaskan Fisiologi di daerah Ketinggian, Latihan dan performa Ketinggian	80,20689655172 41%
11	CPL-9	CPMK-11	→ Mahasiswa mampu menjelaskan Latihan di Lingkungan yang Tercemar	87,58620689655 17%