Lembar Hasil Evaluasi Perkuliahan Berbasis O.B.E

Periode : 2025/2026 Gasal
Mata Kuliah : Fisiologi Olahraga
Program Studi : S1 Ilmu Keolahragaan
Kelas : 2024A
Model Pembelajaran : Project Based Learning

Bentuk Penilaian setiap sub CPMK

No	Kode-CPL	CPMK	Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)
1	CPL-7	CPMK-2	Memahami sistem energi dan hormon
2	CPL-5	CPMK-1	Memahami struktur dan fungsi otot skelet
3	CPL-5	CPMK-1	Memahami Kontrol Saraf atas Otot
4	CPL-7	CPMK-2	Memahami tentang penyediaan energi dan kelelahan
5	CPL-7	CPMK-2	Memahami sistem kardiovaskular
6	CPL-9	CPMK-3	Memahami sistem respirasi
7	CPL-9	CPMK-3	Memahami prinsip-prinsip latihan
8	CPL-7	CPMK-2	UJIAN TENGAH SEMESTER
9	CPL-9	CPMK-3	Memahami adaptasi latihan aerobik dan anaerobik
10	CPL-9	CPMK-4	Memahami latihan di lingkungan panas dan dingin
11	CPL-9	CPMK-4	Memahami pelatihan olahraga
12	CPL-9	CPMK-4	Memahami komposisi tubuh dan nutrisi untuk olahraga
13	CPL-13	CPMK-5	Memahami tentang ergogenik dan olahraga
14	CPL-13	CPMK-5	Memahami tentang anak, remaja dan olahraga
15	CPL-13	CPMK-5	Memahami proses penuaan dan olahraga
16	CPL-13	CPMK-5	UJIAN AKHIR SEMESTER

CPL yang dibebankan pada matakuliah ini

No	ID-CPL	Kode-CPL	Deskripsi

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)
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)
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)
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)

Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)

No	Kode CPL	Kode CPMK	Deskripsi	
1	CPL-5	CPMK-1	→	Mampu memahami dan menguasai tentang fisiologi manusia yang mencakup struktur dan fungsi otot skelet serta hubungannya dengan olahraga
2	CPL-7	CPMK-2	→	Mampu memahami dan menjelaskan tentang sistem energi dan hormon, kontrol saraf atas otot, penyediaan energi dan kelelahan, sistem kardiovaskular serta hubungannya dengan olahraga
3	CPL-9	CPMK-3	→	Mampu memahami dan menjelaskan sistem respirasi, respon kardiovaskular, prinsip latihan, adaptasi terhadap latihan aerobik dan anaerobik dalam olahraga

4	CPL-9	CPMK-4	→	Mampu memahami dan menjelaskan latihan di lingkungan panas dan dingin, olahraga di dataran tinggi, pelatihan olahraga, komposisi tubuh
5	CPL-13	CPMK-5	→	Mampu memahami dan menjelaskan nutrisi untuk olahraga, ergogenik dan olahraga, olahraga pada anak dan remaja, proses penuaan dan olahraga

Bentuk Penilaian	Bobot	Keterangan	Nilai rata2
Aktifitas Partisipasif, Tes	3.00%		76.30555556
Aktifitas Partisipasif, Tes	4.00%		87.125
Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	4.00%		79.18055556
Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	4.00%		87.01388889
Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	5.00%		84.94444444
Aktifitas Partisipasif, Tes	5.00%		85.16666667
Aktifitas Partisipasif, Tes	5.00%		87.44444444
Tes	15.00%		84.22222222
Aktifitas Partisipasif	5.00%		89.41944444
Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	5.00%		89.66666667
Aktifitas Partisipasif	5.00%		88
Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	5.00%		89.69444444
Aktifitas Partisipasif, Tes	5.00%		86.94444444
Aktifitas Partisipasif, Tes	5.00%		85.61111111
Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	5.00%		85.61111111
Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	20.00%		83.38888889
	100.00%	**Nilai rata2 akan muncul jika Nilai mahasiswa sudah di entry di sheet sebelah ya kak**	

Tingkat ketercapaian CPL

83.1527777777778%
83.1215277777778%
88.2319444444444%
85.3888888888889%

Tingkat Ketercapaian CPMK
83.1527777777778%
83.1215277777778%
87.3435185185185%

89.1203703703704%
85.3888888888889%

jaran