Lembar Hasil Evaluasi Perkuliahan Berbasis O.B.E

Periode : 2025/2026 Genap
Mata Kuliah : FAAL LINGKUNGAN DAN METODE LATIHAN
Program Studi : S1 Ilmu Keolahragaan
Kelas : 2024I
Model Pembelajaran : Project Based Learning

Bentuk Penilaian setiap sub CPMK

No	Kode-CPL	CPMK	Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)
1	CPL-5	CPMK-1	Mampu menganalisis konsep dasar Thermoregulasi
2	CPL-5	CPMK-2	Mampu menjelaskan adaptasi panas dan terapi panas
3	CPL-7	CPMK-3	Mampu menganalisis strategi hidrasi untuk latihan
4	CPL-7	CPMK-4	Mampu menganalisis paparan udara dingin
5	CPL-7	CPMK-4	Mampu memahami perendaman air dingin (Cold Water Immersion)
6	CPL-13	CPMK-5	Mampu menjelaskan penyelaman tahan nafas (apnea)
7	CPL-13	CPMK-5	Mampu menganalisis menyelam dan fisiologi hiperbarik
8	CPL-13	CPMK-5	Mampu menganalisis menyelam dan fisiologi hiperbarik
9	CPL-13	CPMK-6	Mampu menjelaskan penyesuaian fisiologis terhadap hipoksia akut
10	CPL-13	CPMK-7	Mahasiswa mampu menganalisis Fisiologi di daerah Ketinggian
11	CPL-13	CPMK-7	Mahasiswa mampu menjelaskan latihan dan performa Ketinggian
12	CPL-9	CPMK-8	Mahasiswa mampu menganalisis Latihan di Lingkungan yang Tercemar dan
13	CPL-5	CPMK-9	Mahasiswa mampu menganalisis Kronobiologi dan efek dalam kesehatan seseorang
14	CPL-9	CPMK-10	Mahasiswa mampu menganalisis adaptasi silang

15	CPL-13	CPMK-11	Mahasiswa mampu menganalisis Variabilitas Individu: Jenis Kelamin dan Usia
16			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.
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	→	Mahasiswa mampu menganalisis konsep dasar Thermoregulasi
2	CPL-5	CPMK-2	→	Mahasiswa mampu menjelaskan adaptasi panas dan terapi panas
3	CPL-7	CPMK-3	→	Mahasiswa mampu menganalisis strategi hidrasi untuk latihan
4	CPL-7	CPMK-4	→	Mahasiswa mampu menganalisis paparan udara dingin dan perendaman air dingin

5	CPL-13	CPMK-5	→	Mahasiswa mampu menjelaskan penyelaman tahan nafas (apnea) dan fisiologi hiperbarik
6	CPL-13	CPMK-6	→	Mahasiswa mampu menjelaskan penyesuaian fisiologis terhadap hipoksia akut
7	CPL-13	CPMK-7	→	Mahasiswa mampu menganalisis Fisiologi di daerah Ketinggian dan latihan dan performa Ketinggian
8	CPL-9	CPMK-8	→	Mahasiswa mampu menganalisis Latihan di Lingkungan yang Tercemar
9	CPL-5	CPMK-9	→	Mahasiswa mampu menganalisis Kronobiologi
10	CPL-9	CPMK-10	→	Mahasiswa mampu menganalisis adaptasi silang
11	CPL-13	CPMK-11	→	Mahasiswa mampu menganalisis Variabilitas Individu: Jenis Kelamin dan Usia

Bentuk Penilaian	Bobot	Keterangan	Nilai rata2
Aktifitas Partisipasif, Tes	3,00%		81,68965517
Aktifitas Partisipasif, Tes	5,00%		81,86206897
Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Tes	5,00%		81,55172414
Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	5,00%		82,55172414
Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	5,00%		82,13793103
Aktifitas Partisipasif, Tes	5,00%		81,93103448
Aktifitas Partisipasif, Tes	5,00%		82,34482759
Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Tes	15,00%		82,51724138
Aktifitas Partisipasif, Tes	5,00%		81,48275862
Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	5,00%		81,51724138
Praktik / Unjuk Kerja, Tes	5,00%		80,96551724
Praktik / Unjuk Kerja, Tes	5,00%		80,72413793
Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	5,00%		80,37931034
Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja	5,00%		78,06896552

Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja	5,00%		77,24137931
Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	17,00%		77,17241379
	100,00%	**Nilai rata2 akan muncul jika Nilai mahasiswa sudah di entry di sheet sebelah ya kak**	

Tingkat ketercapaian CPL
81.3103448275862%
82.0804597701149%
79.3965517241379%
81.1428571428571%

Tingkat Ketercapaian CPMK
81.6896551724138%
81.8620689655172%
81.551724137931%
82.3448275862069%

82.264367816092%
81.4827586206897%
81.2413793103448%
80.7241379310345%
80.3793103448276%
78.0689655172414%
77.2413793103448%

ıran