

## SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode / Nama Mata Kuliah : OK300 / Psikologi Olahraga  
 Topik Bahasan : Konsep Dasar Psikologi Olahraga  
 Tujuan Pembelajaran Umum : Mahasiswa memahami pengertian, ruang lingkup, model pendekatan, dan manfaat psikologi olahraga  
 Jumlah Pertemuan : 2 (dua) kali pertemuan

Per-temuan	Tujuan Pembelajaran Khusus (Performasi/indikator)	Sub pokok bahasan dan Rincian Materi	Proses pembelajaran (Kegiatan Mahasiswa)	Tugas dan Evaluasi	Media dan Buku sumber
1 dan 2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mahasiswa dapat menjelaskan pengertian psikologi, olahraga, dan psikologi olahraga;</li> <li>2. Mahasiswa dapat menjelaskan ruang lingkup psikologi olahraga;</li> <li>3. Mahasiswa dapat menjelaskan empat pendekatan dalam psikologi olahraga, perbedaan antara pendekatan individual dengan pendekatan sosiologik interaktif, serta memberikan contoh penerapan model pendekatan individual dan sosial interaktif dalam pembelajaran pendidikan jasmani;</li> <li>4. Mahasiswa dapat menguraikan 3 manfaat psikologi olahraga bagi guru pendidikan jasmani</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Pengertian psikologi;</li> <li>1.2. Pengertian olahraga;</li> <li>1.3. Pengertian psikologi olahraga.</li> </ol> <p>Ruang lingkup psikologi olahraga: Klinis dan pendidikan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3.1. Empat pendekatan psikologi olahraga</li> <li>3.2. Perbedaan pendekatan individual dengan sosio interaktif</li> <li>3.3. Contoh-contoh penerapan pendekatan dalam psikologi olahraga</li> </ol> <p>3 manfaat pokok psikologi olahraga bagi guru pendidikan jasmani.</p>	Pembelajaran berbasis aktivitas, ceramah, diskusi kelas, tugas.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tugas Membaca, diskusi kelas, dan membuat catatan kecil tentang hal-hal penting;</li> <li>2. Keaktifan dan tes formatif</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sudibyo Setyobroto. 1989, 1993;</li> <li>2. Cox, H.R, 2002;</li> <li>3. LCD / OHP</li> </ol>

## SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode / Nama Mata Kuliah : OK300 / Psikologi Olahraga  
 Topik Bahasan : Sikap dan motivasi dalam pembinaan pendidikan jasmani  
 Tujuan Pembelajaran Umum : Mahasiswa memiliki pemahaman tentang hakekat sikap dan motivasi dalam pembinaan pendidikan jasmani  
 Jumlah Pertemuan : 2 (dua) kali pertemuan.

Per-temuan	Tujuan Pembelajaran Khusus (Performasi/indikator)	Sub pokok bahasan dan Rincian Materi	Proses pembelajaran (Kegiatan Mahasiswa)	Tugas dan Evaluasi	Media dan Buku sumber
3 dan 4	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mahasiswa dapat menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi aktivitas fisik siswa;</li> <li>2. Mahasiswa dapat menjelaskan pengertian sikap dan perubahan sikap siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani;</li> <li>3. Mahasiswa dapat menjelaskan pengertian, jenis, dan teori motivasi, serta peranannya dalam pembelajaran pendidikan jasmani;</li> <li>4. Mahasiswa dapat menguraikan 5 teknik meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani.</li> </ol>	<p>Faktor-faktor yang mempengaruhi aktivitas fisik siswa</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2.1. Pengertian sikap</li> <li>2.2. Perubahan sikap</li> <li>3.1. Pengertian motivasi;</li> <li>3.2. Jenis motivasi;</li> <li>3.3. Teori motivasi;</li> <li>3.4. Peranan motivasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani</li> </ol> <p>5 teknik meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani.</p>	Menyimak penjelasan dosen, tanya jawab, diskusi kelas, dan tugas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tugas Membaca, diskusi kelas, dan membuat catatan kecil tentang hal-hal penting;</li> <li>2. Keaktifan dan tes formatif</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Auweele, V. Yues, et .al (1999);</li> <li>2. Sudibyo Setyobroto. 1989, 1993;</li> <li>3. Cox, H.R, 2002;</li> <li>4. Gunarsa, S. (1989; 2004)</li> <li>5. LCD / OHP</li> <li>6. Apruebo (2005)</li> </ol>

## SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode / Nama Mata Kuliah : OK300 / Psikologi Olahraga  
 Topik Bahasan : Pengembangan konsep diri dalam pendidikan jasmani  
 Tujuan Pembelajaran Umum : Mahasiswa memiliki pemahaman tentang hubungan antara aktivitas fisik dalam Pembelajaran pendidikan jasmani dengan pengembangan konsep diri siswa  
 Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali pertemuan.

Per-temuan	Tujuan Pembelajaran Khusus (Performasi/indikator)	Sub pokok bahasan dan Rincian Materi	Proses pembelajaran (Kegiatan Mahasiswa)	Tugas dan Evaluasi	Media dan Buku sumber
5	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mahasiswa dapat menjelaskan konsep dasar tentang diri dan konsep diri;</li> <li>2. Mahasiswa dapat membedakan antara konsep diri positif dan negatif;</li> <li>3. Mahasiswa dapat mendeskripsikan keuntungan dan kerugian memiliki konsep diri positif dan atau negatif;</li> <li>4. Mahasiswa dapat menjelaskan beberapa petunjuk praktis pengembangan konsep diri siswa melalui pembelajaran pendidikan jasmani.</li> </ol>	<p>Konsep dasar tentang diri dan konsep diri</p> <p>Perbedaan antara konsep diri positif dan negatif</p> <p>Keuntungan dan kerugian memiliki konsep diri positif dan atau negatif</p> <p>Petunjuk praktis pengembangan konsep diri siswa melalui pembelajaran pendidikan jasmani.</p>	Menyimak penjelasan dosen, tanya jawab, diskusi kelas, dan tugas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tugas Membaca, diskusi kelas, dan membuat catatan kecil tentang hal-hal penting;</li> <li>2. Keaktifan dan tes formatif</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Auweele, V. Yues, et. al (1999);</li> <li>2. Sudibyo Setyobroto. 1989, 1993;</li> <li>3. LCD / OHP</li> <li>4. Rusli Lutan (2001)</li> </ol>

## SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode / Nama Mata Kuliah : OK300 / Psikologi Olahraga  
 Topik Bahasan : Pengembangan fungsi kognitif melalui pendidikan jasmani  
 Tujuan Pembelajaran Umum : Mahasiswa memiliki pemahaman tentang hubungan antara aktivitas jasmani dengan pengembangan fungsi kognitif siswa.  
 Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali pertemuan.

Per-temuan	Tujuan Pembelajaran Khusus (Performasi/indikator)	Sub pokok bahasan dan Rincian Materi	Proses pembelajaran (Kegiatan Mahasiswa)	Tugas dan Evaluasi	Media dan Buku sumber
6	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mahasiswa dapat menjelaskan hakekat fungsi kognitif;</li> <li>2. Mahasiswa dapat menguraikan pengaruh aktivitas jasmani terhadap pengembangan fungsi kognitif;</li> <li>3. Mahasiswa dapat menyebutkan 3 petunjuk praktis pengembangan fungsi kognitif melalui pendidikan jasmani;</li> </ol>	<p>Hakekat fungsi kognitif :                      Pengertian dan bentuk fungsi kognitif</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2.1. Hubungan antara aktivitas jasmani dengan fungsi kognitif;</li> <li>2.2. Pengaruh aktivitas jasmani terhadap konsentrasi dan perhatian, pemecahan masalah, dan reaksi waktu;</li> </ol> <p>3 petunjuk praktis pengembangan fungsi kognitif dalam pendidikan jasmani</p>	Menyimak penjelasan dosen, tanya jawab, diskusi kelas, dan tugas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tugas Membaca, diskusi kelas, dan membuat catatan kecil tentang hal-hal penting;</li> <li>2. Keaktifan dan tes formatif</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Auweele, V. Yues, 3t al., (1999);</li> <li>2. Ibrahim, R. (2001)</li> <li>3. LCD / OHP</li> <li>4. Hidayat (2009)</li> </ol>

## SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode / Nama Mata Kuliah : OK300 / Psikologi Olahraga

Topik Bahasan : Pengembangan aspek sosial melalui pendidikan jasmani

Tujuan Pembelajaran Umum : Mahasiswa memahami dan menyadari dampak positif pembelajaran pendidikan jasmani terhadap pengembangan kesadaran sosial, tanggung jawab sosial dan emosional siswa

Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali pertemuan.

Per-temuan	Tujuan Pembelajaran Khusus (Performasi/indikator)	Sub pokok bahasan dan Rincian Materi	Proses pembelajaran (Kegiatan Mahasiswa)	Tugas dan Evaluasi	Media dan Buku sumber
7	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mahasiswa dapat menjelaskan peranan pembelajaran pendidikan jasmani dalam pengembangan keterampilan kesadaran sosial;</li> <li>2. Mahasiswa dapat mendeskripsikan hubungan antara kesadaran sosial dengan perkembangan kognitif anak;</li> <li>3. Mahasiswa dapat menganalisis tahap-tahap perkembangan tanggung jawab sosial;</li> <li>4. Mahasiswa dapat menguraikan peranan pembelajaran pendidikan jasmani terhadap pengembangan empati dan tanggung jawab emosional anak;</li> </ol>	<p>Pengertian kesadaran sosial dan Sumber munculnya kesadaran sosial</p> <p>Kesadaran sosial dan tahap perkembangan kognitif; gerak sensoris, operasi awal, kongkrit, dan formal.</p> <p>Tahapan perkembangan tanggung jawab sosial: Tahap 3-6 tahun, 6-8 tahun, 8-10 tahun, dan 10-12 tahun</p> <p>Pengertian empati, tanggung jawab emosional dan peranan pendidikan jasmani dalam pengembangan tanggung jawab emosional siswa</p>	Menyimak penjelasan dosen, tanya jawab, diskusi kelas, dan tugas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tugas Membaca, diskusi kelas, dan membuat catatan kecil tentang hal-hal penting;</li> <li>2. Keaktifan dan tes formatif</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Auweele, V. Yues, et al., (1999);</li> <li>2. Ibrahim, R. (2001)</li> <li>3. LCD / OHP</li> <li>4. Hoedaya (2007)</li> </ol>

## SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode / Nama Mata Kuliah	: OK300 / Psikologi Olahraga
Topik Bahasan	: UTS (Konsep dasar psikologi olahraga, pengembangan konsep diri, fungsi kognitif, dan aspek sosial melalui pendidikan jasmani)
Tujuan Pembelajaran Umum	: Mahasiswa memahami tentang Konsep dasar psikologi olahraga, pengembangan konsep diri, fungsi kognitif, dan perkembangan aspek moral melalui pendidikan jasmani.
Jumlah Pertemuan	: 1 (satu) kali pertemuan.

Per-temuan	Tujuan Pembelajaran Khusus (Performasi/indikator)	Sub pokok bahasan dan Rincian Materi	Proses pembelajaran (Kegiatan Mahasiswa)	Tugas dan Evaluasi	Media dan Buku sumber
8	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mahasiswa dapat menguraikan konsep dasar psikologi olahraga;</li> <li>2. Mahasiswa dapat mendeskripsikan pengaruh pendidikan jasmani dalam pembinaan konsep diri siswa;</li> <li>3. Mahasiswa dapat menganalisis hubungan antara pendidikan jasmani dengan fungsi kognitif siswa</li> <li>4. Mahasiswa dapat menjelaskan hubungan antara pendidikan jasmani dengan pengembangan aspek sosial siswa;</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konsep dasar psikologi olahraga;</li> <li>2. Pembinaan konsep diri melalui pendidikan jasmani;</li> <li>3. Pengembangan fungsi kognitif melalui pendidikan jasmani;</li> <li>4. Pengembangan aspek sosial melalui pendidikan jasmani</li> </ol>	Ujian Tengah Semester dalam bentuk tertulis	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengerjakan UTS</li> <li>2. Tertulis : Pilihan ganda dan esai</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Auweele, V. Yues, et al., (1999);</li> <li>2. Ibrahim, R. (2001)</li> <li>3. Sudibyo Setyobroto. 1989, 1993;</li> <li>4. Cox, H.R, 2002;</li> <li>5. Hoedaya (2007);</li> <li>6. Hidayat (2009)</li> </ol>

## SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode / Nama Mata Kuliah : OK300 / Psikologi Olahraga  
 Topik Bahasan : Pengembangan aspek moral melalui pendidikan jasmani  
 Tujuan Pembelajaran Umum : Mahasiswa memahami tentang konsep dasar perkembangan moral dan pengaruh pendidikan jasmani terhadap perkembangan moral siswa  
 Jumlah Pertemuan : 2 (dua) kali pertemuan.

Per-temuan	Tujuan Pembelajaran Khusus (Performasi/indikator)	Sub pokok bahasan dan Rincian Materi	Proses pembelajaran (Kegiatan Mahasiswa)	Tugas dan Evaluasi	Media dan Buku sumber
9 dan 10	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mahasiswa dapat menjelaskan pengertian dan tahap-taap perkembangan moral ;</li> <li>2. Mahasiswa dapat menganalisis pentingnya pendidikan jasmani dalam perkembangan moral</li> <li>3. Mahasiswa dapat menjelaskan pentingnya interaksi sosial dalam pendidikan jasmani untuk perkembangan moral;</li> <li>4. Mahasiswa dapat menjelaskan peranan guru pendidikan jasmani dalam perkembangan moral</li> <li>5. Mahasiswa dapat mendeskripsikan beberapa petunjuk praktis untuk pengembangan aspek moral dalam pendidikan jasmani</li> </ol>	<p>Pengertian dan tahap-tahap perkembangan moral menurut Kohlberg</p> <p>Pentingnya pendidikan jasmani dalam perkembangan moral</p> <p>Pentingnya interaksi sosial dalam pendidikan jasmani untuk perkembangan moral</p> <p>Peranan guru pendidikan jasmani dalam perkembangan moral</p> <p>Petunjuk praktis untuk pengembangan aspek moral dalam pendidikan jasmani;</p>	Menyimak penjelasan dosen, tanya jawab, diskusi kelas, dan tugas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tugas Membaca, diskusi kelas, dan membuat catatan kecil tentang hal-hal penting;</li> <li>2. Keaktifan dan tes formatif</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Auweele, V. Yues, et al., (1999);</li> <li>2. Ibrahim, R. (2001)</li> <li>3. LCD / OHP</li> <li>4. Hoedaya (2007)</li> </ol>

## SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode / Nama Mata Kuliah : OK300 / Psikologi Olahraga  
 Topik Bahasan : Pembinaan kelompok melalui pendidikan jasmani  
 Tujuan Pembelajaran Umum : Mahasiswa memiliki pemahaman tentang konsep dasar interaksi sosial dan pembinaan kerjasama dan kompetisi melalui pembelajaran pendidikan jasmani.  
 Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali pertemuan.

Per-temuan	Tujuan Pembelajaran Khusus (Performasi/indikator)	Sub pokok bahasan dan Rincian Materi	Proses pembelajaran (Kegiatan Mahasiswa)	Tugas dan Evaluasi	Media dan Buku sumber
11	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mahasiswa dapat mendeskripsikan pengertian dan jenis interaksi sosial dalam pembelajaran penjas;</li> <li>2. Mahasiswa dapat menyebutkan 3 bentuk komunikasi dalam pembel-ajaran pendidikan jasmani;</li> <li>3. Mahasiswa dapat menjelaskan pengertian kerjasama dan kompetisi dalam pendidikan jasmani;</li> <li>4. Mahasiswa dapat menjelaskan dua petunjuk praktis pembinaan kerjasama dan kompetisi dalam pembel-ajaran pendidikan jasmani;</li> <li>5. Mahasiswa dapat memberikan dua contoh aktivitas dalam penjas yang ditujukan untuk mengembangkan kerjasama dan kompetisi</li> </ol>	<p>Pengertian dan jenis interaksi dalam pembelajaran penjas.</p> <p>Bentuk-bentuk komunikasi dalam pembelajaran penjas</p> <p>Pengertian kerjasama dan kompetisi dalam pembelajaran penjas</p> <p>Petunjuk praktis pembinaan kerjasama dan kompetisi</p> <p>Contoh aktivitas penjas untuk mengembangkan kerjasama dan kompetisi</p>	Menyimak penjelasan dosen, tanya jawab, diskusi kelas, dan tugas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tugas Membaca, diskusi kelas, dan membuat catatan kecil tentang hal-hal penting;</li> <li>2. Keaktifan dan tes formatif</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Auweele, V. Yues, Et al., (1999);</li> <li>2. Ibrahim, R. (2001)</li> <li>3. Apruebo (2005)</li> </ol>

## SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode / Nama Mata Kuliah : OK300 / Psikologi Olahraga  
 Topik Bahasan : Metode dan Latihan Keterampilan Psikologis (manajemen kecemasan)  
 Tujuan Pembelajaran Umum : Mahasiswa memiliki pemahaman tentang metode latihan keterampilan psikologis dan penerapan metode manajemen kecemasan dalam kaitannya dengan aktivitas olahraga.  
 Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali pertemuan.

Per-temuan	Tujuan Pembelajaran Khusus (Performasi/indikator)	Sub pokok bahasan dan Rincian Materi	Proses pembelajaran (Kegiatan Mahasiswa)	Tugas dan Evaluasi	Media dan Buku sumber
12	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mahasiswa dapat menjelaskan pengertian, manfaat, dan jenis metode latihan keterampilan psikologis;</li> <li>2. Mahasiswa dapat menjelaskan pengertian dan sumber munculnya kecemasan;</li> <li>3. Mahasiswa dapat menganalisis perbedaan antara kecemasan dengan ketegangan;</li> <li>4. Mahasiswa dapat menguraikan hubungan antara kesiagaan dengan penampilan olahraga;</li> <li>5. Mahasiswa dapat menjelaskan 2 strategi intervensi untuk mengendalikan kecemasan;</li> <li>6. Mahasiswa dapat melakukan satu strategi intervensi dalam mengendalikan kecemasan</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Pengertian MLKP;</li> <li>1.2. Manfaat MLKP;</li> <li>1.3. Jenis Metode MLKP;</li> <li>2.1. Pengertian kecemasan;</li> <li>2.2. Sumber munculnya kecemasan</li> <li>3.1. Perbedaan kecemasan dengan ketegangan</li> <li>4.1. Hubungan kesiagaan dengan hasil belajar gerak (teori U-Terbalik)</li> <li>5.1. Strategi intervensi: strategi rileksasi dan kognitif</li> <li>6.1. Praktek MLKP pengndalian kecemasan</li> </ol>	Menyimak penjelasan dosen, tanya jawab, diskusi kelas, dan tugas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tugas Membaca, diskusi kelas, dan membuat catatan kecil tentang hal-hal penting;</li> <li>2. Keaktifan dan tes formatif</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Auweele, V. Yues, et al., 1999;</li> <li>3. Morris, T. &amp; Summers. J., 1995.</li> <li>3. Gunarsa, S., 1989, 2004;</li> <li>4. Cox, H.R, 2002;</li> </ol>

## SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode / Nama Mata Kuliah : OK300 / Psikologi Olahraga  
 Topik Bahasan : Metode dan Latihan Keterampilan Psikologis (Imajeri mental)  
 Tujuan Pembelajaran Umum : Mahasiswa memiliki pemahaman tentang MLKP imajeri mental dan menerapkannya dalam aktivitas pembelajaran penjas  
 Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali pertemuan.

Per-temuan	Tujuan Pembelajaran Khusus (Performasi/indikator)	Sub pokok bahasan dan Rincian Materi	Proses pembelajaran (Kegiatan Mahasiswa)	Tugas dan Evaluasi	Media dan Buku sumber
13	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mahasiswa dapat menjelaskan pengertian, jenis, dan dimensi konstruk MLKP imajeri mental;</li> <li>2. Mahasiswa dapat menjelaskan signifikansi MLKP imajeri mental dalam pembelajaran penjas;</li> <li>3. Mahasiswa dapat menganalisis tahap-tahap program intervensi MLKP imajeri mental</li> <li>4. Mahasiswa dapat menerapkan MLKP imajeri mental dalam pembelajaran pendidikan jasmani.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Pengertian MLKP imajeri mental;</li> <li>1.2. Jenis dan dimensi konstruk MLKP imajeri mental.</li> </ol> <p>4 signifikansi MLKP imajeri mental: latihan suplemen, fungsi kognitif, proposisi stimulus respon, dan aspek psikologis.</p> <p>Tahap-tahap program:                      Tahap pemahaman;                      Tahap pengukuran;                      Tahap latihan dasar;                      Tahap latihan sebenarnya;</p> <p>Praktek menerapkan MLKP imajeri mental.</p>	Menyimak penjelasan dosen, tanya jawab, diskusi kelas, dan tugas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tugas Membaca, diskusi kelas, dan membuat catatan kecil tentang hal-hal penting;</li> <li>2. Keaktifan dan tes formatif</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Auweele, V. Yues, et al., 1999;</li> <li>2. Morris, T. &amp; Summers. J., 1995.</li> <li>3. Gunarsa, S., 1989, 2004;</li> <li>4. Cox, H.R, 2002;</li> </ol>

## SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode / Nama Mata Kuliah : OK300 / Psikologi Olahraga  
 Topik Bahasan : Metode dan Latihan Keterampilan Psikologis (Konsentrasi)  
 Tujuan Pembelajaran Umum : Mahasiswa memiliki pemahaman tentang MLKP konsentrasi dan menerapkannya dalam aktivitas pembelajaran penjas  
 Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali pertemuan.

Per-temuan	Tujuan Pembelajaran Khusus (Performasi/indikator)	Sub pokok bahasan dan Rincian Materi	Proses pembelajaran (Kegiatan Mahasiswa)	Tugas dan Evaluasi	Media dan Buku sumber
14	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mahasiswa dapat menjelaskan pengertian, urgensi, jenis, dan model MLKP konsentrasi;</li> <li>2. Mahasiswa dapat mendeskripsikan tahapan MLKP konsentrasi;</li> <li>3. Mahasiswa dapat menerapkan MLKP konsentrasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani;</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Pengertian konsentrasi</li> <li>1.2. Urgensi konsentrasi</li> <li>1.3. Jenis konsentrasi</li> <li>1.4. Model konsentrasi</li> </ol> <p>Tahapan MLKP konsentrasi:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2.1. Tahap persiapan</li> <li>2.2. Tahap pelaksanaan</li> </ol> <p>Praktek penerapan MLKP konsentrasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani</p>	Menyimak penjelasan dosen, tanya jawab, diskusi kelas, dan tugas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tugas Membaca, diskusi kelas, dan membuat catatan kecil tentang hal-hal penting;</li> <li>2. Keaktifan dan tes formatif</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Auweele, V. Yues, Et al., 1999;</li> <li>2. Morris, T. &amp; Summers. J., 1995.</li> <li>3. Gunarsa, S., 1989, 2004;</li> <li>4. Cox, H.R, 2002;</li> </ol>

## SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode / Nama Mata Kuliah : OK300 / Psikologi Olahraga  
 Topik Bahasan : Reviu semua materi perkuliahan mulai pertemuan 1 - 14  
 Tujuan Pembelajaran Umum : Mahasiswa memiliki pengetahuan, pemahaman, dan daya analisis secara komprehensif tentang konsep, teori, dan gejala-gejala psikologis dalam penampilan olahraga serta mengimplementasikannya dalam kegiatan olahraga, terutama dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah.  
 Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali pertemuan.

<b>Per-temuan</b>	<b>Tujuan Pembelajaran Khusus (Performasi/indikator)</b>	<b>Sub pokok bahasan dan Rincian Materi</b>	<b>Proses pembelajaran (Kegiatan Mahasiswa)</b>	<b>Tugas dan Evaluasi</b>	<b>Media dan Buku sumber</b>
15	Mahasiswa dapat menyebutkan, menjelaskan, menganalisis, dan menerapkan konsep, teori, dan gejala-gejala psikologis dalam kekgiatan olahraga, khususnya dalam pembelajaran pendidikan jasmani.;	Semua materi mulai pertemuan pertama sampai pertemuan ke-15.	Menyimak penjelasan dosen, tanya jawab, diskusi kelas, dan tugas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tugas Membaca, diskusi kelas, dan membuat catatan kecil tentang hal-hal penting;</li> <li>2. Keaktifan dan tes formatif</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Auweele, V. Yues, et al., 1999;</li> <li>2. Morris, T. &amp; Summers. J., 1995.</li> <li>3. Gunarsa, S., 1989, 2004;</li> <li>4. Cox, H.R, 2002;</li> <li>5. Ibrahim, R. 2001</li> </ol>

## SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode / Nama Mata Kuliah : OK300 / Psikologi Olahraga  
 Topik Bahasan : Ujian Akhir Semester (Semua materi Kuliah)  
 Tujuan Pembelajaran Umum : Mahasiswa mampu menganalisis dan mengevaluasi konsep, teori, dan gejala-gejala psikologis dalam penampilan olahraga serta mengimplementasikannya dalam kegiatan olahraga, terutama dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah.  
 Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali pertemuan.

Per-temuan	Tujuan Pembelajaran Khusus (Performasi/indikator)	Sub pokok bahasan dan Rincian Materi	Proses pembelajaran (Kegiatan Mahasiswa)	Tugas dan Evaluasi	Media dan Buku sumber
16	Mahasiswa dapat menyebutkan, menjelaskan, menganalisis, dan menerapkan konsep, teori, dan gejala psikologis dalam penampilan olahraga serta mengimplementasikannya dalam kegiatan olahraga, terutama dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah	Semua pokok bahasan mulai perkuliahan pertama sampai pertemuan ke15.	Ujian Akhir Semester dalam bentuk tertlis	3. Mengerjakan UAS; 4. Tertulis : Pilihan ganda dan esai	1. Auweele, V. Yues, et al., 1999; 2. Ibrahim, R. 2001 3. Sudibyo Setyobroto. 1989, 1993; 4. Cox, H.R, 2002; 5. Morris, T. & Summers. J., 1995. 6. Gunarsa, S., 1989, 2004;

# **SATUAN ACARA PERKULIAHAN**

## **PSIKOLOGI OLAHRAGA**

**(OK 300 / 2 sks)**



Oleh:

Prof. Danu Hoedaya, Ph.D.  
Prof. DR. J.S . Husdarta, M.Pd  
Yusup Hidayat, S.Pd., M.Si.  
Nuryadi, S.Pd., M.Pd.  
Didin Budiman, S.Pd, M.Pd

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN, DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
2010