

PO224

SILABUS

PENCEGAHAN DAN PERAWATAN CEDERA OLAH RAGA (MKPP)

Silabus Mata Kuliah

1. Identitas Mata Kuliah

Nama Mata Kuliah : Pencegahan dan Perawatan Cedera

Nomor Kode/ Jumlah SKS : PO224

Jumlah SKS : 2 SKS

Program Studi/ Program : PJKR S1

Status Mata Kuliah : Mata Kuliah Wajib

Prasyarat : -

Nama Dosen/ Asisten :

1. Dra. Lilis Komariyah, M.Pd
2. dr. Lucky Angkawidjaya R.
3. dr. Iqbal Gentar Alam
4. dr. Kurnia

2. Tujuan Pembelajaran Umum :

Selesai mengikuti perkuliahan, mahasiswa diharapkan mampu menjelaskan model-model : konseptual, desain, implementasi dan evaluasi mengenai pencegahan dan perawatan cedera; model-model yang diterapkan dan permasalahan yang dihadapi dalam pelaksanaan model-model tersebut di Indonesia saat ini.

3. Deskripsi isi :

Dalam perkuliahan ini dibahas model-model konsep transmisi, transaksi, dan transformasi, paradigma perennial, model-model pengorganisasian, pengajaran/pembelajaran, pengembangan, implementasi dan evaluasi pencegahan dan perawatan cedera, juga mengkaji isu-isu dan masalah-masalah yang dihadapi dalam penerapan macam-macam model pencegahan dan perawatan cedera.

4. Pendekatan dan Metode Pembelajaran

Metode : ceramah, tanya jawab, diskusi dan pemecahan masalah

Tugas : laporan buku & makalah, penyajian dan diskusi

Media : OHP, Peraga

5. Evaluasi

- Kehadiran
- Laporan buku
- Makalah
- Penyajian dan diskusi
- UTS
- UAS

6. Media Pembelajaran

Media yang digunakan adalah Overhead Projector (OHP), hand out, makalah, alat peraga, papan, dan alat tulis.

7. Tugas dan Latihan

Tugas dan latihan berupa laporan buku/artikel internet, makalah, kliping dan diskusi

8. Evaluasi

- Kehadiran
- Laporan buku/internet
- Laporan makalah
- Laporan praktek
- Penyajian, UTS, dan UAS

9. Rincian

- Pertemuan 1 : Pendahuluan -Perkenalan
-Tata Tertib
- Pertemuan 2 : Menjelaskan tujuan mata kuliah pencegahan dan perawatan cedera
- Pertemuan 3 : Kemungkinan terjadi cedera pada tiap jenis olahraga
- Pertemuan 4 : Kemungkinan terjadi cedera, pencegahan dan perawatannya terhadap orangnya, dan fasilitas pada olahraga masyarakat.
- Pertemuan 5 : Senam aerobik untuk remaja, dewasa, dan orang tua
- Pertemuan 6 : Olahraga jantung sehat, orang yang beresiko terhadap olahraga
- Pertemuan 7 : fitness center, untuk anak, remaja , dewasa, orang tua untuk pria maupun wanita
- Pertemuan 8 : UTS
- Pertemuan 9 : Olahraga di alam bebas (Camping, hiking, olahraga di pantai)
- Pertemuan 10 : Kemungkinan terjadi cedera, pencegahan dan perawatan terhadap siswa dan fasilitas yang digunakan di sekolah
- Pertemuan 11 : Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P 3 K)
- Pertemuan 12 : Praktek P 3 K
- Pertemuan 13 : Praktek P 3 K
- Pertemuan 14 : Praktek Pertolongan Pada Penyakit
- Pertemuan 15 : Praktek P 3 P
- Pertemuan 16 : UAS

Daftar Buku

- Utama : Dra. Lilis Komariyah, M.Pd, *Modul Pencegahan dan Perawatan Olahraga*. 2010.
- Rujukan : -Pertolongan Penderita Gawat Darurat dan Penanganan Korban Masa, 2002, Perhimpunan Kedokteran Gawat Darurat Indonesia Wilayah Jawa Barat.
-Adun Sudhijandoko, Perawatan dan Pencegahan Cedera, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah, Bagian Proyek Penataran Guru SLTP setara D-111 TAHUN 1999/2000.