



## Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan RS Husada

Jl. Raya Mangga Besar 137-139, Jakarta Pusat 10730

Website : [www.stikesrshusada.ac.id](http://www.stikesrshusada.ac.id) (<http://www.stikesrshusada.ac.id>) email : [admission@stikesrshusada.ac.id](mailto:admission@stikesrshusada.ac.id) (<mailto:admission@stikesrshusada.ac.id>)

Telepon : 0216259984

### JURNAL PERKULIAHAN FISIOTERAPI 2025 GANJIL

MATA KULIAH : Fisiologi Latihan  
NAMA DOSEN : RATU CHAIRUNISA, S.Tr.Ft., M.K.M  
KREDIT/SKS : 2 SKS  
KELAS : F.302

TATAP MUKA KE	HARI/TANGGAL	MULAI	SELESAI	RUANG	STATUS	RENCANA MATERI	REALISASI MATERI	KEHADIRAN MHS	PENGAJAR	TANDA TANGAN
1	Selasa, 9 September 2025	07:30	09:10	402	Selesai	Bioenergetika dan Metabolisme Otot	Mahasiswa mampu memahami Bioenergetika & metabolisme otot: 1. Pengertian Fisiologi Latihan 2. Sejarah Fisiologi Latihan. 3. Hubungan antara Aktivitas fisik/Latihan dan Kesehatan tubuh 4. Penerapan Fisiologi Latihan dengan Fisioterapi 5. Konsep Bioenergetika & metabolisme otot 6. Bioenergetika & metabolisme otot pada latihan Bahan pembelajaran yang telah dibagikan adalah Pengantar Fisiologi : Bioenergetika & metabolisme otot	(21 / 23)	RATU CHAIRUNISA, S.Tr.Ft., M.K.M	
2	Selasa, 16 September 2025	07:30	09:10	402	Selesai	Respon kardiovaskuler serta sirkulasi terhadap latihan	Mahasiswa mampu memahami 1. Konsep Respon kardiovaskuler serta sirkulasi 2. Respon kardiovaskuler serta sirkulasi terhadap latihan Bahan pembelajaran yang telah dibagikan adalah Pengaruh Kardiovaskular Terhadap Latihan	(22 / 23)	RATU CHAIRUNISA, S.Tr.Ft., M.K.M	

Dicetak oleh: RATU CHAIRUNISA, S.Tr.Ft., M.K.M., pada 19 Januari 2026 08:47:30 WIB | [stikesrshusada.siakadcloud.com/siakad/rep\\_perkuliahan](http://stikesrshusada.siakadcloud.com/siakad/rep_perkuliahan)

3	Selasa, 23 September 2025	07:30	09:10	402	Selesai	Respon system respirasi terhadap latihan	Mahasiswa mampu memahami 1. Konsep Respon system respirasi 2. Respon system respirasi terhadap latihan Bahan pembelajaran yang telah dibagikan adalah Respon Sistem Respirasi Terhadap Latihan	(22 / 23)	RATU CHAIRUNISA, S.Tr.Ft., M.K.M	
4	Selasa, 30 September 2025	07:30	09:10	402	Selesai	Control neurologis terhadap gerak	Mahasiswa mampu memahami Konsep Control neurologis terhadap gerak Bahan pembelajaran yang telah dibagikan adalah Control Neurologis Terhadap Gerak	(22 / 23)	RATU CHAIRUNISA, S.Tr.Ft., M.K.M	
5	Selasa, 7 Oktober 2025	07:30	09:10	402	Selesai	Pengaruh Latihan Terhadap Hormone	Mahasiswa mampu memahami 1. Hormone 2. Pengaruh latihan terhadap hormone Bahan pembelajaran yang telah dibagikan adalah Pengaruh Latihan Terhadap Hormon	(21 / 23)	RATU CHAIRUNISA, S.Tr.Ft., M.K.M	
6	Selasa, 14 Oktober 2025	07:30	09:10	402	Selesai	Pengaruh Latihan Terhadap Otot	Mahasiswa mampu memahami: 1. Konsep daya tahan otot 2. Assesment kekuatan dan daya tahan otot 3. Exercise kekuatan dan daya tahan otot 4. Manfaat pemberian exercise kekuatan daya tahan otot 5. Hubungan exercise daya tahan otot dengan fisiologi manusia Bahan pembelajaran yang telah dibagikan adalah Pengaruh Latihan Terhadap Otot	(23 / 23)	RATU CHAIRUNISA, S.Tr.Ft., M.K.M	

7	Selasa, 21 Oktober 2025	07:30	09:10	402	Selesai	Latihan Beban	<p>Mahasiswa mampu memahami:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konsep Latihan beban</li> <li>2. Manfaat latihan beban</li> <li>3. Macam macam latihan beban</li> <li>4. Hubungan latihan beban dengan fisiologis manusia</li> </ol> <p>Bahan pembelajaran yang telah dibagikan adalah:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Latihan Beban</li> </ol>	(21 / 23)	RATU CHAIRUNISA, S.Tr.Ft., M.K.M	
8	Jumat, 31 Oktober 2025	14:30	15:30	204	Selesai	UTS	Hal-hal yang perlu dilaporkan selama UTS berlangsung : 1. UTS berjalan kondusif 2. Semua peserta membawa kartu ujian Demikian berita acara ini saya buat	(22 / 23)	RATU CHAIRUNISA, S.Tr.Ft., M.K.M	



## Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan RS Husada

Jl. Raya Mangga Besar 137-139, Jakarta Pusat 10730

Website : [www.stikesrshusada.ac.id](http://www.stikesrshusada.ac.id) (<http://www.stikesrshusada.ac.id>) email : [admission@stikesrshusada.ac.id](mailto:admission@stikesrshusada.ac.id) (<mailto:admission@stikesrshusada.ac.id>)

Telepon : 0216259984

### JURNAL PERKULIAHAN FISIOTERAPI 2025 GANJIL

MATA KULIAH : Fisiologi Latihan  
NAMA DOSEN : RATU CHAIRUNISA, S.Tr.Ft., M.K.M  
KREDIT/SKS : 2 SKS  
KELAS : F.302

TATAP MUKA KE	HARI/TANGGAL	MULAI	SELESAI	RUANG	STATUS	RENCANA MATERI	REALISASI MATERI	KEHADIRAN MHS	PENGAJAR	TANDA TANGAN
9	Selasa, 4 November 2025	07:30	09:10	402	Selesai	Latihan Endurance	<p>Mahasiswa mampu memahami</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konsep latihan endurance</li> <li>2. Manfaat latihan endurance</li> <li>3. Macam – macam latihan endurance hubungan latihan endurance dan fisiologi manusia</li> </ol> <p>Bahan pembelajaran yang telah dibagikan adalah:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Latihan Endurance</li> </ol>	(19 / 23)	RATU CHAIRUNISA, S.Tr.Ft., M.K.M	

10	Selasa, 11 November 2025	07:30	09:10	402	Selesai	Latihan Kompetisi	<p>Mahasiswa mampu memahami:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konsep latihan kompetisi</li> <li>2. Manfaat latihan kompetisi maca m- macam latihan kompetisi</li> </ol> <p>Bahan pembelajaran yang telah di bagikan adalah:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Latihan Kompetisi</li> </ol>	(21 / 23)	RATU CHAIRUNISA, S.Tr.Ft., M.K.M	
11	Selasa, 18 November 2025	07:30	09:10	402	Selesai	Komposisi Tubuh	<p>Mahasiswa mampu memahami:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konsep komposisi tubuh</li> <li>2. komposisi tubuh terhadap latihan</li> </ol> <p>Bahan pembelajaran yang telah di bagikan adalah:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Komposisi Tubuh</li> </ol> <p>Bahan pembelajaran yang telah di bagikan adalah:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Komposisi Tubuh</li> </ol>	(21 / 23)	RATU CHAIRUNISA, S.Tr.Ft., M.K.M	
12	Selasa, 25 November 2025	07:30	09:10	402	Selesai	Kebutuhan energy & fatigue	<p>Mahasiswa mampu memahami:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konsep Kebutuhan energy &amp; Fa tique</li> <li>2. Hubungan kebutuhanenergy &amp; fa tique terhadap latihan</li> </ol> <p>Bahan pembelajaran yang telah di bagikan adalah:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kebutuhan Energi &amp; Fatiqu e</li> </ol>	(22 / 23)	RATU CHAIRUNISA, S.Tr.Ft., M.K.M	

13	Selasa, 2 Desember 2025	07:30	09:10	402	Selesai	Prosedur & Jenis Tes	<p>Mahasiswa mampu memahami Pr osedur dan jenis tes dalam fisiologi latihan</p> <p>Bahan pembelajaran yang telah di bagikan adalah:</p> <p>1. Prosedur dan Jenis Tes</p> <p>Bahan pembelajaran yang telah di bagikan adalah:</p> <p>1. Prosedur dan Jenis Tes</p> <p>Bahan pembelajaran yang telah di bagikan adalah:</p> <p>1. Prosedur dan Jenis Tes</p>	(20 / 23)	RATU CHAIRUNISA, S.Tr.Ft., M.K.M	
----	-------------------------	-------	-------	-----	---------	----------------------	--	-----------	-------------------------------------	--

14	Selasa, 9 Desember 2025	07:30	09:10	402	Selesai	Latihan di lingkungan Dingin & Panas	<p>Mahasiswa mampu memahami:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Definisi Suhu panas dan Suhu Dingin</li> <li>2. Perbedaan antara Suhu panas dan Suhu Dingin</li> <li>3. Exercise Pada Suhu Panas dan Suhu Dingin</li> <li>4. Hubungan Exercise Suhu Panas dan Suhu dingin dengan Fisiologi Manusia</li> </ol> <p>Bahan pembelajaran yang telah dibagikan adalah:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Exercise pada Suhu Panas dan Dingin</li> </ol> <p>Bahan pembelajaran yang telah dibagikan adalah:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Exercise pada Suhu Panas dan Dingin</li> </ol>	(21 / 23)	RATU CHAIRUNISA, S.Tr.Ft., M.K.M	
----	-------------------------	-------	-------	-----	---------	--------------------------------------	--	-----------	-------------------------------------	--

15	Selasa, 16 Desember 2025	07:30	09:10	402	Selesai	Latihan pada lingkungan hipobarik, hiperbarik & pada ketinggian.	<p>Mahasiswa mampu memahami:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konsep Latihan pada lingkungan hipobarik, hiperbarik &amp; pada ketinggian</li> <li>2. Manfaat Latihan pada lingkungan hipobarik, hiperbarik &amp; pada ketinggian</li> <li>3. Jenis – jenis Latihan pada lingkungan hipobarik, hiperbarik &amp; pada ketinggian</li> </ol> <p>Bahan pembelajaran yang telah dibagikan adalah:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Latihan pada Lingkungan Hipobarik, Hiperbarik &amp; Ketinggian</li> </ol>	(21 / 23)	RATU CHAIRUNISA, S.Tr.Ft., M.K.M	
16	Selasa, 13 Januari 2026	11:00	12:00	402	Selesai	UAS	Hal-hal yang perlu dilaporkan selama UAS berlangsung : 1. UAS berjalan kondusif, 2. Semua peserta membawa kartu ujian. Demikian berita acara ini saya buat	(21 / 23)	RATU CHAIRUNISA, S.Tr.Ft., M.K.M	

Jakarta, 19 Januari 2026  
Ketua Prodi Fisioterapi

Ns. JEHAN PUSPASARI, M. Kep  
NIDN 0311108803

