



**Universitas Negeri Surabaya**  
**Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan**  
**Program Studi S1 Ilmu Keolahragaan**

Kode Dokumen

## RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

| <b>MATA KULIAH (MK)</b>                     | <b>KODE</b>   | <b>Rumpun MK</b>  | <b>BOBOT (sks)</b>     |   |                 | <b>SEMESTER</b>                  | <b>Tgl Penyusunan</b> |      |           |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
|---|---|---|------------------------|---|-----------------|----------------------------------|-----------------------|------|-----------|----|----|----|----|----|----|----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|
| Pengembangan olahraga rekreasi berbasis Air | 8920103315  |   | T=2                    | P=1   | ECTS=4.77       | 6                                | 29 September 2024     |      |           |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
| <b>OTORISASI</b>                            | <b>Pengembang RPS</b>   |   | <b>Koordinator RMK</b> |   |                 | <b>Koordinator Program Studi</b> |                       |      |           |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
|   | .....   |   | .....                  |   |                 | Dr. Heri Wahyudi, S.Or., M.Pd.   |                       |      |           |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
| <b>Model Pembelajaran</b>                   | Project Based Learning  |   |                        |   |                 |                                  |                       |      |           |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
| <b>Capaian Pembelajaran (CP)</b>            | CPL-PRODI yang dibebankan pada MK   |   |                        |   |                 |                                  |                       |      |           |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
|   | Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)   |   |                        |   |                 |                                  |                       |      |           |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
|   | Matrik CPL - CPMK   |   |                        |   |                 |                                  |                       |      |           |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
|   |   | CPMK  |                        |   |                 |                                  |                       |      |           |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
| <b>Deskripsi Singkat MK</b>                 | Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)  |   |                        |   |                 |                                  |                       |      |           |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
|   |   | <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%;">CPMK</td> <td colspan="16" style="text-align: center;">Minggu Ke</td> </tr> <tr> <td></td> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td> </tr> </table> |                        |   |                 |                                  |                       | CPMK | Minggu Ke |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| CPMK  | Minggu Ke   |   |                        |   |                 |                                  |                       |      |           |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
|   | 1   | 2   | 3                      | 4   | 5               | 6                                | 7                     | 8    | 9         | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
| <b>Pustaka</b>                              | <b>Utama :</b>  |   |                        |   |                 |                                  |                       |      |           |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
|   | <b>Pendukung :</b>  |   |                        |   |                 |                                  |                       |      |           |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
| <b>Dosen Pengampu</b>                       | Dr. Andun Sudijandoko, M.Kes.<br>Indra Himawan Susanto, S.Or., M.Kes.<br>Hijrin Fithroni, S.Or., M.Pd.<br>Muhammad Dzul Fikri, S.Or., M.Pd. |   |                        |   |                 |                                  |                       |      |           |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
| Mg Ke-                                      | Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)   | Penilaian   |                        | Bantuk Pembelajaran, Metode Pembelajaran, Penugasan Mahasiswa, [Estimasi Waktu] |                 | Materi Pembelajaran [Pustaka]    | Bobot Penilaian (%)   |      |           |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
|   |   | Indikator   | Kriteria & Bentuk      | Luring (offline)  | Daring (online) |                                  |                       |      |           |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
| (1)   | (2)   | (3)   | (4)                    | (5)   | (6)             | (7)                              | (8)                   |      |           |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |

|   |  |  |  |  |  |  |    |
|---|--|--|--|--|--|--|----|
| 1 | <p>1.Pengenalan mata kuliah, tujuan pembelajaran, dan tata tertib.</p> <p>2.Konsep dasar dalam olahraga rekreasi berbasis air.</p> <p>3.Diskusi tentang pentingnya keselamatan dan konservasi lingkungan dalam olahraga air.</p> |  |  | ceramah, mendemostrasikan ,dan praktek |  |  | 0% |
| 2 | <p>1.Pemahaman tentang prinsip aerodinamika dan hidrolika dalam olahraga air.</p> <p>2.Analisis studi kasus tentang keselamatan dalam olahraga selancar.</p>   |  |  | ceramah, mendemostrasikan ,dan praktek |  |  | 0% |
| 3 | <p>1.Pengenalan tentang selancar: sejarah, peralatan, teknik dasar selancar.</p> <p>2.Demonstrasi teknik dasar selancar oleh instruktur.</p>   |  |  | ceramah, mendemostrasikan ,dan praktek |  |  | 0% |
| 4 | <p>1.Prinsip dasar keselamatan dalam olahraga menyelam.</p> <p>2.Studi kasus tentang kecelakaan menyelam dan analisis penyebabnya.</p>   |  |  | ceramah, mendemostrasikan ,dan praktek |  |  | 0% |
| 5 | <p>1.Proses persiapan sebelum menyelam, penggunaan peralatan, dan teknik menyelam.</p> <p>2.Praktik simulasi penyelaman di kolam renang.</p>   |  |  | ceramah, mendemostrasikan ,dan praktek |  |  | 0% |
| 6 | <p>1.Pengenalan tentang ski air: jenis ski air, peralatan, teknik dasar ski air.</p> <p>2.Demonstrasi teknik dasar ski air oleh instruktur.</p>  |  |  | ceramah, mendemostrasikan ,dan praktek |  |  | 0% |
| 7 | <p>1.Pengidentifikasian risiko dalam olahraga berbasis air.</p> <p>2.Diskusi tentang strategi mitigasi risiko dan tindakan pencegahan.</p>   |  |  | ceramah, mendemostrasikan ,dan praktek |  |  | 0% |

|    |   |  |  |                              |  |  |    |
|----|---|--|--|------------------------------|--|--|----|
| 8  | <p>1. Etika dan tanggung jawab lingkungan dalam olahraga rekreasi berbasis air.</p> <p>2. Diskusi tentang dampak lingkungan dan upaya konservasi dalam olahraga air.</p>  |  |  | ceramah dan mendemostrasikan |  |  | 0% |
| 9  | <p>1. Pembentukan kelompok proyek.</p> <p>2. Diskusi dan perencanaan proyek pengembangan olahraga rekreasi berbasis air.</p>  |  |  | ceramah dan mendemostrasikan |  |  | 0% |
| 10 | Ujian Tengah Semester   |  |  | ceramah dan mendemostrasikan |  |  | 0% |
| 11 | <p>1. Presentasi proyek oleh setiap kelompok.</p> <p>2. Diskusi dan umpan balik dari dosen dan sesama mahasiswa.</p>  |  |  | ceramah dan mendemostrasikan |  |  | 0% |
| 12 | <p>1. Pengembangan kemampuan dalam mengidentifikasi dan mengevaluasi risiko lanjutan.</p> <p>2. Studi kasus tentang pengelolaan risiko dalam olahraga air yang ekstrem.</p>   |  |  | ceramah dan mendemostrasikan |  |  | 0% |
| 13 | <p>1. Diskusi tentang pentingnya kesiapan fisik dan mental dalam olahraga air.</p> <p>2. Latihan pernafasan dan relaksasi untuk kesiapan menyelam.</p>  |  |  | ceramah dan mendemostrasikan |  |  | 0% |
| 14 | <p>1. Instruksi praktis tentang persiapan untuk praktikum lapangan di perairan.</p> <p>2. Pemeriksaan peralatan dan keamanan sebelum praktikum lapangan.</p>  |  |  | ceramah dan mendemostrasikan |  |  | 0% |
| 15 | <p>1. Pelaksanaan praktikum lapangan: selancar di pantai, menyelam di lokasi penyelaman, atau ski air di danau (tergantung ketersediaan fasilitas dan izin).</p> <p>2. Evaluasi dan refleksi terhadap pengalaman praktikum.</p> |  |  | ceramah dan mendemostrasikan |  |  | 0% |

|    |  |  |  |  |  |  |    |
|----|--|--|--|--|--|--|----|
| 16 |  |  |  |  |  |  | 0% |
|----|--|--|--|--|--|--|----|

#### Rekap Persentase Evaluasi : Project Based Learning

| No | Evaluasi | Persentase |
|----|----------|------------|
|    |          | 0%         |

#### Catatan

1. **Capaian Pembelajaran Lulusan Prodi (CPL - Prodi)** adalah kemampuan yang dimiliki oleh setiap lulusan prodi yang merupakan internalisasi dari sikap, penguasaan pengetahuan dan ketrampilan sesuai dengan jenjang studinya yang diperoleh melalui proses pembelajaran.
2. **CPL yang dibebankan pada mata kuliah** adalah beberapa capaian pembelajaran lulusan program studi (CPL-Prodi) yang digunakan untuk pembentukan/pengembangan sebuah mata kuliah yang terdiri dari aspek sikap, ketrampilan umum, ketrampilan khusus dan pengetahuan.
3. **CP Mata kuliah (CPMK)** adalah kemampuan yang dijabarkan secara spesifik dari CPL yang dibebankan pada mata kuliah, dan bersifat spesifik terhadap bahan kajian atau materi pembelajaran mata kuliah tersebut.
4. **Sub-CPMK Mata kuliah (Sub-CPMK)** adalah kemampuan yang dijabarkan secara spesifik dari CPMK yang dapat diukur atau diamati dan merupakan kemampuan akhir yang direncanakan pada tiap tahap pembelajaran, dan bersifat spesifik terhadap materi pembelajaran mata kuliah tersebut.
5. **Indikator penilaian** kemampuan dalam proses maupun hasil belajar mahasiswa adalah pernyataan spesifik dan terukur yang mengidentifikasi kemampuan atau kinerja hasil belajar mahasiswa yang disertai bukti-bukti.
6. **Kreteria Penilaian** adalah patokan yang digunakan sebagai ukuran atau tolok ukur ketercapaian pembelajaran dalam penilaian berdasarkan indikator-indikator yang telah ditetapkan. Kreteria penilaian merupakan pedoman bagi penilai agar penilaian konsisten dan tidak bias. Kreteria dapat berupa kuantitatif ataupun kualitatif.
7. **Bentuk penilaian:** tes dan non-tes.
8. **Bentuk pembelajaran:** Kuliah, Responsi, Tutorial, Seminar atau yang setara, Praktikum, Praktik Studio, Praktik Bengkel, Praktik Lapangan, Penelitian, Pengabdian Kepada Masyarakat dan/atau bentuk pembelajaran lain yang setara.
9. **Metode Pembelajaran:** Small Group Discussion, Role-Play & Simulation, Discovery Learning, Self-Directed Learning, Cooperative Learning, Collaborative Learning, Contextual Learning, Project Based Learning, dan metode lainnya yg setara.
10. **Materi Pembelajaran** adalah rincian atau uraian dari bahan kajian yg dapat disajikan dalam bentuk beberapa pokok dan sub-pokok bahasan.
11. **Bobot penilaian** adalah prosentasi penilaian terhadap setiap pencapaian sub-CPMK yang besarnya proposional dengan tingkat kesulitan pencapaian sub-CPMK tsb., dan totalnya 100%.
12. TM=Tatap Muka, PT=Penugasan terstruktur, BM=Belajar mandiri.