



Universitas Negeri Surabaya
Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan
Program Studi S1 Pendidikan Keahlian Olahraga

Kode Dokumen

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

| MATA KULIAH (MK) | KODE | Rumpun MK | BOBOT (sks) | SEMESTER | Tgl Penyusunan | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|---|--|---|--|----------------------------------|--|--|--------------------|--|----|-----------|----|----|----|----|----|--|--|------|---|---|---|---|---|---|---|------|---|----|----|----|----|----|----|----|---|----|----|----|----|----|----|
| Biomekanika | 8520202029 | | T=2 P=0 ECTS=3.18 | 8 | 29 September 2024 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| OTORISASI | Pengembang RPS | | Koordinator RMK | | Koordinator Program Studi | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | Dr. Or. Muhammad, S.Pd., M.Pd. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Model Pembelajaran | Case Study | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Capaian Pembelajaran (CP) | CPL-PRODI yang dibebankan pada MK | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Matrik CPL - CPMK | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | CPMK | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Deskripsi Singkat MK | Matakuliah ini membahas dasar- dasar biomekanika dalam gerakan yang terdiri dari titik berat, kesetimbangan, gerak, gaya, kekuatan, kecepatan, percepatan, kecepatan angular, asas-asas gaya, tahanan, moment, dan tua. Perkuliahan dilaksanakan dengan presentasi, diskusi, dan ceramah. Penilaian meliputi tes tulis, tugas, dan praktek. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)</td> </tr> <tr> <td style="width: 20%;"></td> <td style="text-align: center;"> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%;"></td> <td colspan="16" style="text-align: center;">Minggu Ke</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">CPMK</td> <td style="text-align: center;">1</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">3</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">5</td> <td style="text-align: center;">6</td> <td style="text-align: center;">7</td> <td style="text-align: center;">8</td> <td style="text-align: center;">9</td> <td style="text-align: center;">10</td> <td style="text-align: center;">11</td> <td style="text-align: center;">12</td> <td style="text-align: center;">13</td> <td style="text-align: center;">14</td> <td style="text-align: center;">15</td> <td style="text-align: center;">16</td> </tr> </table> </td> </tr> </table> | | | | | Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK) | | | <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%;"></td> <td colspan="16" style="text-align: center;">Minggu Ke</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">CPMK</td> <td style="text-align: center;">1</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">3</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">5</td> <td style="text-align: center;">6</td> <td style="text-align: center;">7</td> <td style="text-align: center;">8</td> <td style="text-align: center;">9</td> <td style="text-align: center;">10</td> <td style="text-align: center;">11</td> <td style="text-align: center;">12</td> <td style="text-align: center;">13</td> <td style="text-align: center;">14</td> <td style="text-align: center;">15</td> <td style="text-align: center;">16</td> </tr> </table> | | Minggu Ke | | | | | | | | | | | | | | | | CPMK | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 10%;"></td> <td colspan="16" style="text-align: center;">Minggu Ke</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">CPMK</td> <td style="text-align: center;">1</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">3</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">5</td> <td style="text-align: center;">6</td> <td style="text-align: center;">7</td> <td style="text-align: center;">8</td> <td style="text-align: center;">9</td> <td style="text-align: center;">10</td> <td style="text-align: center;">11</td> <td style="text-align: center;">12</td> <td style="text-align: center;">13</td> <td style="text-align: center;">14</td> <td style="text-align: center;">15</td> <td style="text-align: center;">16</td> </tr> </table> | | Minggu Ke | | | | | | | | | | | | | | | | CPMK | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | | | | | | | |
| | Minggu Ke | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| CPMK | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Pustaka | <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20%;">Utama :</td> <td> <ol style="list-style-type: none"> 1. Albernety, Bruce, et.al. 1997. The Biophysical Foundations of Human Movement , Australia : Human Kinetics. 2. Bartlett, Roger. 1997. Introduction to Sports Biomechanics , London: E & FN: Spon, An Imprint of Chapman & Hall 3. Carr, Gerry. 1997. Mechanics of sport, A Practioner 19s Guide . America: Human Kinetics. 4. Hidayat, Imam. 1997. Biomekanika , Diktat, FPOK-IKIP Bandung. </td> </tr> <tr> <td>Pendukung :</td> <td></td> </tr> </table> | | | | | Utama : | <ol style="list-style-type: none"> 1. Albernety, Bruce, et.al. 1997. The Biophysical Foundations of Human Movement , Australia : Human Kinetics. 2. Bartlett, Roger. 1997. Introduction to Sports Biomechanics , London: E & FN: Spon, An Imprint of Chapman & Hall 3. Carr, Gerry. 1997. Mechanics of sport, A Practioner 19s Guide . America: Human Kinetics. 4. Hidayat, Imam. 1997. Biomekanika , Diktat, FPOK-IKIP Bandung. | Pendukung : | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Utama : | <ol style="list-style-type: none"> 1. Albernety, Bruce, et.al. 1997. The Biophysical Foundations of Human Movement , Australia : Human Kinetics. 2. Bartlett, Roger. 1997. Introduction to Sports Biomechanics , London: E & FN: Spon, An Imprint of Chapman & Hall 3. Carr, Gerry. 1997. Mechanics of sport, A Practioner 19s Guide . America: Human Kinetics. 4. Hidayat, Imam. 1997. Biomekanika , Diktat, FPOK-IKIP Bandung. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Pendukung : | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Dosen Pengampu | YONNY HERDYANTO Dr. I Dewa Made Aryananda Wijaya Kusuma, S.Pd., M.Or. Dr. Donny Ardy Kusuma, S.Pd., M.Kes. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 | Mampu memahami peranan biomekanika dalam olahraga | Menjelaskan dan menguasai peranan biomekanika dalam olahraga | Kriteria: Nilai penuh diperoleh apabila mengerjakan semua soal dengan benar | Ceramah, Diskusi, Persentasi dan Tanya Jawab 3 X 50 | | | 0% | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|----|--|--|---|--|--|--|----|
| 2 | Mampu memahami prinsip dan hukum titik berat dan kesetimbangan | Menjelaskan dan mengidentifikasi konsep titik berat dan kesetimbangan. | | Ceramah, Diskusi, Persentasi dan Tanya Jawab 3 X 50 | | | 0% |
| 3 | Mampu memahami definisi gerak dalam olahraga | Menjelaskan dan menguasai definisi gerak dalam olahraga | Kriteria: Kelengkapan tugas disertai video dengan menyertakan referensi | Ceramah, Diskusi, Persentasi dan Tanya Jawab 3 X 50 | | | 0% |
| 4 | Mampu memahami definisi gerak dalam olahraga | Menjelaskan dan menguasai definisi gerak dalam olahraga | Kriteria: Kelengkapan tugas disertai video dengan menyertakan referensi | Ceramah, Diskusi, Persentasi dan Tanya Jawab 3 X 50 | | | 0% |
| 5 | Mampu memahami definisi gaya | Menjelaskan dan menguasai definisi gaya | | Ceramah, Diskusi, Persentasi dan Tanya Jawab 3 X 50 | | | 0% |
| 6 | Mampu memahami definisi gaya | Menjelaskan dan menguasai definisi gaya | | Ceramah, Diskusi, Persentasi dan Tanya Jawab 3 X 50 | | | 0% |
| 7 | Mampu memahami definisi kekuatan | Menjelaskan dan menguasai definisi kekuatan | | Ceramah, Diskusi, Persentasi dan Tanya Jawab 3 X 50 | | | 0% |
| 8 | Ujian Tengah Semester | | Kriteria: Nilai penuh diperoleh apabila mengerjakan semua soal dengan benar | 3 X 50 | | | 0% |
| 9 | Mampu memahami kecepatan dan percepatan | Menjelaskan dan menguasai kecepatan dan percepatan | | Ceramah, Diskusi, Persentasi dan Tanya Jawab 3 X 50 | | | 0% |
| 10 | Mampu memahami kecepatan dan percepatan | Menjelaskan dan menguasai kecepatan dan percepatan | | Ceramah, Diskusi, Persentasi dan Tanya Jawab 3 X 50 | | | 0% |
| 11 | Mampu memahami definisi angular | Menjelaskan dan menguasai kecepatan angular | | Ceramah, Diskusi, Persentasi dan Tanya Jawab 3 X 50 | | | 0% |
| 12 | Mampu memahami definisi angular | Menjelaskan dan menguasai kecepatan angular | | Ceramah, Diskusi, Persentasi dan Tanya Jawab 3 X 50 | | | 0% |

| | | | | | | | |
|----|---|---|--|---|--|--|----|
| 13 | Mampu memahami asas-asas gaya gerak cabang olahraga | Menjelaskan dan menguasai asas-asas gaya pada gerak cabang olahraga | | Ceramah, Diskusi, Persentasi dan Tanya Jawab 3 X 50 | | | 0% |
| 14 | Mampu memahami definisi tahanan | Menjelaskan dan menguasai tahanan | | Ceramah, Diskusi, Persentasi dan Tanya Jawab 3 X 50 | | | 0% |
| 15 | Mampu memahami momen dan tuas | Menjelaskan dan menguasai momen dan tuas | | Ceramah, Diskusi, Persentasi dan Tanya Jawab 3 X 50 | | | 0% |
| 16 | | | | | | | 0% |

Rekap Persentase Evaluasi : Case Study

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

Catatan

- 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 prodinya yang diperoleh melalui proses pembelajaran.
- 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.
- 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.
- 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.
- 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.
- 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.
- Bentuk penilaian:** tes dan non-tes.
- 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.
- 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.
- Materi Pembelajaran** adalah rincian atau uraian dari bahan kajian yg dapat disajikan dalam bentuk beberapa pokok dan sub-pokok bahasan.
- Bobot penilaian** adalah prosentasi penilaian terhadap setiap pencapaian sub-CPMK yang besarnya proposional dengan tingkat kesulitan pencapaian sub-CPMK tsb., dan totalnya 100%.
- TM=Tatap Muka, PT=Penugasan terstruktur, BM=Belajar mandiri.