



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

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>										
Biomekanika Olahraga	8520202031		T=2	P=0	ECTS=3.18	4	23 November 2024										
<b>OTORISASI</b>	<b>Pengembang RPS</b>		<b>Koordinator RMK</b>			<b>Koordinator Program Studi</b>											
	.....		.....			Dr. Or. Muhammad, S.Pd., M.Pd.											
<b>Model Pembelajaran</b>	Case Study																
<b>Capaian Pembelajaran (CP)</b>	<b>CPL-PRODI yang dibebankan pada MK</b>																
	<b>CPL-5</b>	Mampu merancang program latihan yang efektif dan inovatif berdasarkan prinsip-prinsip keilmuan dan penelitian terbaru di berbagai cabang olahraga.															
	<b>CPL-8</b>	Mampu merancang dan melaksanakan penelitian yang berkualitas tinggi dalam bidang keolahragaan, serta mempublikasikan hasil penelitian di jurnal ilmiah bereputasi.															
	<b>Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)</b>																
	<b>Matrik CPL - CPMK</b>																
		<table border="1" style="margin: auto;"> <tr> <td style="width: 33%;">CPMK</td> <td style="width: 33%;">CPL-5</td> <td style="width: 33%;">CPL-8</td> </tr> </table>			CPMK	CPL-5	CPL-8										
CPMK	CPL-5	CPL-8															
	<b>Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)</b>																
	CPMK	Minggu Ke															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
<b>Deskripsi Singkat MK</b>	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.																
<b>Pustaka</b>	<b>Utama :</b>																
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Albernety, Bruce, et.al. 1997. The Biophysical Foundations of Human Movement , Australia : Human Kinetics.</li> <li>2. Bartlett, Roger. 1997. Introduction to Sports Biomechanics , London: E &amp; FN: Spon, An Imprint of Chapman &amp; Hall</li> <li>3. Carr, Gerry. 1997. Mechanics of sport, A Practioner 19s Guide . America: Human Kinetics.</li> <li>4. Hidayat, Imam. 1997. Biomekanika , Diktat, FPOK-IKIP Bandung.</li> </ol>																
	<b>Pendukung :</b>																
<b>Dosen Pengampu</b>	YONNY HERDYANTO Tutut Nurita, S.Pd., M.Pd. Dr. I Dewa Made Aryananda Wijaya Kusuma, S.Pd., M.Or. Dr. Donny Ardy Kusuma, S.Pd., M.Kes.																
<b>Mg Ke-</b>	<b>Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)</b>	<b>Penilaian</b>		<b>Bantuk Pembelajaran, Metode Pembelajaran, Penugasan Mahasiswa, [ Estimasi Waktu ]</b>		<b>Materi Pembelajaran [ Pustaka ]</b>	<b>Bobot Penilaian (%)</b>										
		<b>Indikator</b>	<b>Kriteria &amp; Bentuk</b>	<b>Luring (offline)</b>	<b>Daring (online)</b>												
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)										

1	Mampu memahami peranan biomekanika dalam olahraga	Menjelaskan dan menguasai peranan biomekanika dalam olahraga	<b>Kriteria:</b> 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	<b>Kriteria:</b> 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	<b>Kriteria:</b> 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		<b>Kriteria:</b> 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.

