



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

Kode Dokumen

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

MATA KULIAH (MK)	KODE	Rumpun MK	BOBOT (sks)			SEMESTER	Tgl Penyusunan																																																	
Ilmu Gizi Olahraga	8520202079	Mata Kuliah Wajib Program Studi	T=2	P=0	ECTS=3.18	4	1 Agustus 2023																																																	
OTORISASI	Pengembang RPS		Koordinator RMK			Koordinator Program Studi																																																		
	Raymond Ivano Avandi, S.Pd., M.Kes.		Raymond Ivano Avandi, S.Pd., M.Kes.			Dr. Or. Muhammad, S.Pd., M.Pd.																																																		
Model Pembelajaran	Project Based Learning																																																							
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK																																																							
	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)																																																							
	CPMK - 1	Mahasiswa dapat memahami Pola Gizi Seimbang bagi atlet dan manusia pada umumnya serta dapat menguasai konsep teoritis tentang Gizi Olahraga.																																																						
	Matrik CPL - CPMK																																																							
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 15%;">CPMK</td> <td colspan="15"></td> </tr> <tr> <td>CPMK-1</td> <td colspan="15"></td> </tr> </table>							CPMK																CPMK-1																																
CPMK																																																								
CPMK-1																																																								
Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)																																																								
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr> <td rowspan="2" style="width: 15%;">CPMK</td> <td colspan="16">Minggu Ke</td> </tr> <tr> <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> <tr> <td>CPMK-1</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> </table>							CPMK	Minggu Ke																1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	CPMK-1																
CPMK	Minggu Ke																																																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16																																								
CPMK-1																																																								
Deskripsi Singkat MK	Mata kuliah ini membahas tentang makanan dalam hubungannya dengan kesehatan dan olahraga. Membahas zat-zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh, makanan dan kandungan zat gizi serta fungsinya. Metabolisme zat gizi, energi dalam tubuh, kebutuhan zat gizi atlet, serta perhitungan kebutuhan dan perencanaan kecukupan zat gizi yang dianjurkan untuk aktivitas fisik olahragawan sebelum, saat dan setelah pertandingan melalui kegiatan ceramah dan diskusi.																																																							
Pustaka	Utama :																																																							
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Irianto, Djoko Pekik. 2007. Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan . Yogyakarta: Penerbit Andi Offset 2. Almatzier, Sunita. 2001. Prinsip Dasar Ilmu Gizi . Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama. 3. Bean A. 2009. Sports Nutrition . London: A & C Black Publishers Ltd. 4. Clark, Nancy. 1996. Sport Nutrition Guide-Book . USA: Brookline 830 Boylston St. Brookline. MA 02167. 5. Moehji, Sjahmien. 2003. Ilmu Gizi . Jilid 1 dan 2. Jakarta : PT. Bhratarana Niaga Media. 6. Mughtadi D. 2008. Pengantar Ilmu Gizi . Bandung: Penerbit Alfabeta. 7. Suharjo-Clara M. 1992. Prinsip-Prinsip Ilmu Gizi . Yogyakarta : Kanisius 8. Anna Noordia, Agus Hariyanto, Raymond Ivano Avandi. 2020. ILMU GIZI OLAHRAGA Dasar-Dasar Pengukuran Dan Perhitungan Bagi Praktisi Olahraga. Sidoarjo : Zifatama Jawaara. 																																																							
	Pendukung :																																																							
<ol style="list-style-type: none"> 1. Jurnal Penelitian dan Artikel yang memenuhi persyaratan keilmuan 																																																								
Dosen Pengampu	Prof. Dr. Agus Hariyanto, M.Kes. dr. Azizati Rochmania, Sp.KFR. Raymond Ivano Avandi, S.Pd., M.Kes. Dr. Or. Muhammad, S.Pd., M.Pd. dr. Ariesia Dewi Ciptorini, Sp.N. I Dewa Made Aryananda Wijaya Kusuma, S.Pd., M.Or. Yanuar Alfian Triardhana, S.Or., 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	Memahami konsep ilmu gizi olahraga,	1.Mampu	Kriteria: Memahami	ceramah, diskusi	Ceramah, diskusi, dan Tanya jawab	Materi: Memahami	5%																																																	

zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi

menjelaskan konsep dan prinsip-prinsip umum dari gizi olahraga
2. Mampu menyebutkan klasifikasi zat gizi
3. Mampu menentukan fungsi dan sumber zat gizi bagi olahragawan
4. Mampu menentukan jumlah kecukupan zat gizi yang dianjurkan

konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi

Bentuk Penilaian :
Aktifitas
Partisipasif,
Penilaian Portofolio

3 X 50

konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi
Pustaka:
Irianto, Djoko Pekik. 2007. Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan . Yogyakarta: Penerbit Andi Offset

Materi:
Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi

Pustaka:
Almatzier, Sunita. 2001. Prinsip Dasar Ilmu Gizi . Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.

Materi:
Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi

Pustaka:
Bean A. 2009. Sports Nutrition . London: A & C Black Publishers Ltd.

Materi:
Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi

Pustaka:
Clark, Nancy. 1996. Sport Nutrition Guide-Book . USA: Brookline 830 Boylston St. Brookline. MA 02167.

Materi:
Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi

Pustaka:
Moehji, Sjahmien. 2003. Ilmu Gizi . Jilid 1 dan 2. Jakarta : PT. Bhratara Niaga Media.

Materi:

					<p>Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi</p> <p>Pustaka: Muchtadi D. 2008. Pengantar Ilmu Gizi . Bandung: Penerbit Alfabeta.</p> <p>Materi: Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi</p> <p>Pustaka: Suharjo-Clara M. 1992. Prinsip-Prinsip Ilmu Gizi . Yogyakarta : Kanisius</p> <p>Materi: Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi</p> <p>Pustaka: Anna Noordia, Agus Hariyanto, Raymond Ivano Avandi. 2020. ILMU GIZI OLAHRAGA Dasar-Dasar Pengukuran Dan Perhitungan Bagi Praktisi Olahraga. Sidoarjo : Zifatama Jawa.</p>	
2	Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi	<ol style="list-style-type: none"> 1.Mampu menjelaskan konsep dan prinsip-prinsip umum dari gizi olahraga 2.Mampu menyebutkan klasifikasi zat gizi 3.Mampu menentukan fungsi dan sumber zat gizi bagi olahragawan 4.Mampu menentukan jumlah kecukupan zat gizi yang dianjurkan 	<p>Kriteria: Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi</p> <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio</p>	Ceramah, diskusi, dan Tanya jawab 3 X 50	<p>Materi: Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi</p> <p>Pustaka: Irianto, Djoko Pekik. 2007. Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan . Yogyakarta: Penerbit Andi Offset</p> <p>Materi: Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi</p> <p>Pustaka:</p>	5%

3	Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi	<ol style="list-style-type: none"> 1.Mampu menjelaskan konsep dan prinsip-prinsip umum dari gizi olahraga 2.Mampu menyebutkan klasifikasi zat gizi 3.Mampu menentukan fungsi dan sumber zat gizi bagi olahragawan 4.Mampu menentukan jumlah kecukupan zat gizi yang dianjurkan 	<p>Kriteria: Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi</p> <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif</p>	Ceramah, diskusi, dan Tanya jawab 3 X 50		<p>Materi: konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi</p> <p>Pustaka: <i>Irianto, Djoko Pekik. 2007. Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan . Yogyakarta: Penerbit Andi Offset</i></p>	5%
4	Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi	<ol style="list-style-type: none"> 1.Mampu menjelaskan konsep dan prinsip-prinsip umum dari gizi olahraga 2.Mampu menyebutkan klasifikasi zat gizi 3.Mampu menentukan fungsi dan sumber zat gizi bagi olahragawan 4.Mampu menentukan jumlah kecukupan zat gizi yang dianjurkan 	<p>Kriteria: Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi</p> <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif</p>	Ceramah, diskusi, dan Tanya jawab 3 X 50		<p>Materi: konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi</p> <p>Pustaka: <i>Irianto, Djoko Pekik. 2007. Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan . Yogyakarta: Penerbit Andi Offset</i></p>	5%
5	Memahami konsep metabolisme	<ol style="list-style-type: none"> 1.Mampu menjelaskan konsep metabolisme 2.Mampu menjelaskan konsep metabolisme basal 3.Mampu merinci faktor-faktor yang mempengaruhi angka metabolisme basal 4.Mampu menggunakan rumus Haris-Benedict 5.Mampu menghitung angka metabolisme basal berdasar rumus Haris-Benedict 6.Mampu menggambar kan dan menjelaskan proses metabolisme karbohidrat, protein dan lemak 	<p>Kriteria: Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi</p> <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif</p>	CeramahDiskusiTanya jawab 3 X 50		<p>Materi: Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi</p> <p>Pustaka: <i>Bean A. 2009. Sports Nutrition . London: A & C Black Publishers Ltd.</i></p>	5%

6	Memahami cara menghitung kebutuhan energi berdasarkan nilai SDA dan aktivitas fisik	<ol style="list-style-type: none"> 1.Mampu menjelaskan Specific Dinamic Action (SDA) 2.Mampu menjelaskan tentang aktivitas fisik dan kriterianya 3.Mampu menentukan nilai aktivitas fisik 4.Mampu menganalisa kebutuhan energi per hari dan energi total 5.Mampu menghitung kebutuhan energi berdasarkan aktivitas fisik, SDA dan BMR 	<p>Kriteria: Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi</p> <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif</p>	CeramahDiskusiTanya jawabLatihan 3 X 50		<p>Materi: Konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi</p> <p>Pustaka: <i>Moehji, Sjahmien. 2003. Ilmu Gizi . Jilid 1 dan 2. Jakarta : PT. Bhratara Niaga Media.</i></p>	5%
7	Memahami cara menghitung kebutuhan energi berdasarkan nilai SDA dan aktivitas fisik	<ol style="list-style-type: none"> 1.Mampu menjelaskan Spesific Dinamic Action (SDA) 2.Mampu menjelaskan tentang aktivitas fisik dan kriterianya 3.Mampu menentukan nilai aktivitas fisik 4.Mampu menganalisa kebutuhan energi per hari dan energi total 5.Mampu menghitung kebutuhan energi berdasarkan aktivitas fisik, SDA dan BMR 	<p>Kriteria: Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi</p> <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif</p>	CeramahDiskusiTanya jawabLatihan 3 X 50		<p>Materi: Konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi</p> <p>Pustaka: <i>Muchtadi D. 2008. Pengantar Ilmu Gizi . Bandung: Penerbit Alfabeta.</i></p>	5%
8	UTS	Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi	<p>Kriteria: Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi</p> <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Tes</p>	UTS 3 X 50		<p>Materi: Konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi</p> <p>Pustaka: <i>Irianto, Djoko Pekik. 2007. Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan . Yogyakarta: Penerbit Andi Offset</i></p>	10%
9	Memahami konsep energi dan keseimbangan energi	<ol style="list-style-type: none"> 1.Mampu menjelaskan konsep energi 2.Mampu menghitung kandungan energi dari makanan 3.Mampu menerangkan tentang keseimbangan energi 	<p>Kriteria: Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi</p> <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif</p>	CeramahDiskusiTanya jawabLatihan 3 X 50		<p>Materi: Konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi</p> <p>Pustaka: <i>Muchtadi D. 2008. Pengantar Ilmu Gizi . Bandung: Penerbit Alfabeta.</i></p>	5%

10	Memahami perhitungan nilai kalori makanan dengan metode 24 Hours Dietary Recall dan Daftar Komposisi Bahan Makanan dan Ukuran Rumah Tangga	<ol style="list-style-type: none"> 1.Mampu menjelaskan nilai kalori makanan 2.Mampu menghitung nilai kalori makanan 3.Mampu melakukan analisa metode 24 Hours Dietary Recall 4.Mampu menghitung nilai kalori makanan metode 24 Hours Dietary Recall 5.Mampu menggunakan Daftar Komposisi Bahan Makanan dan Ukuran Rumah Tangga 6.Mampu menganalisa kebutuhan energi dengan asupan makanan 	Kriteria: Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	Ceramah DiskusiLatihan penggunaan URT, DKBM Metode 24 Hours Dietary Recall 3 X 50		Materi: Konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi Pustaka: <i>Muchtadi D. 2008. Pengantar Ilmu Gizi . Bandung: Penerbit Alfabeta.</i>	5%
11	Memahami hubungan antara nutrisi, energi dan performa atlet	Mampu menjelaskan hubungan antara nutrisi, energi dan performa atlet	Kriteria: partisipasi aktif Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	CeramahDiskusiTanya jawab 3 X 50		Materi: Konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi Pustaka: <i>Irianto, Djoko Pekik. 2007. Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan . Yogyakarta: Penerbit Andi Offset</i>	5%
12	Memahami hubungan antara nutrisi, energi dan performa atlet	Mampu menjelaskan hubungan antara nutrisi, energi dan performa atlet	Kriteria: partisipasi aktif Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	CeramahDiskusiTanya jawab 3 X 50		Materi: Konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi Pustaka: <i>Irianto, Djoko Pekik. 2007. Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan . Yogyakarta: Penerbit Andi Offset</i>	5%

13	Memahami konsep pengaturan gizi untuk prestasi	<ol style="list-style-type: none"> 1.Mampu menjelaskan konsep pengaturan gizi untuk prestasi 2.Mampu menguraikan prinsip pengaturan makan 3.Mampu menjelaskan pengaturan makan sebelum pertandingan, saat pertandingan dan sesudah pertandingan 4.Mampu mengevaluasi pemilihan makanan waktu di negara asing 	Kriteria: partisipasi aktif Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	CeramahDiskusiTanya jawab 3 X 50		Materi: Konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi Pustaka: Bean A. 2009. <i>Sports Nutrition</i> . London: A & C Black Publishers Ltd.	5%
14	Memahami science sports nutrition melalui presentasi problematik	Mampu mempresentasikan science sports nutrition melalui presentasi problematik	Kriteria: Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	DiskusiPresentasiTanya jawab 3 X 50		Materi: Konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi Pustaka: Moehji, Sjahmien. 2003. <i>Ilmu Gizi . Jilid 1 dan 2</i> . Jakarta : PT. Bhratara Niaga Media.	5%
15	Memahami science sports nutrition melalui presentasi problematik	Mampu mempresentasikan science sports nutrition melalui presentasi problematik	Kriteria: Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	DiskusiPresentasiTanya jawab 3 X 50		Materi: konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi Pustaka: Bean A. 2009. <i>Sports Nutrition</i> . London: A & C Black Publishers Ltd.	5%
16	UAS	Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi	Kriteria: Memahami konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Tes	3 X 50		Materi: Konsep ilmu gizi olahraga, zat gizi, fungsi dan sumber zat gizi serta jumlah dan kecukupan zat gizi Pustaka: Bean A. 2009. <i>Sports Nutrition</i> . London: A & C Black Publishers Ltd.	20%

Rekap Persentase Evaluasi : Project Based Learning

No	Evaluasi	Persentase
1.	Aktifitas Partisipasif	76.67%
2.	Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	6.67%
3.	Penilaian Portofolio	5%
4.	Tes	11.67%
		100%

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 prodinya 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.