



**Universitas Negeri Surabaya**  
**Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan**  
**Program Studi S1 Pendidikan Kepelatihan 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>																																																	
<b>PERENCANAAN PROGRAM LATIHAN CABANG OLARAHAGA SENAM AEROBIK</b>	8520204407		T=1	P=1	ECTS=3.18	5	1 Januari 2025																																																	
<b>OTORISASI</b>	<b>Pengembang RPS</b>		<b>Koordinator RMK</b>			<b>Koordinator Program Studi</b>																																																		
	Dr. Or. Muhammad, S.Pd., M.Pd.		Dr. Or. Muhammad, S.Pd., M.Pd.			Dr. Or. Muhammad, S.Pd., M.Pd.																																																		
<b>Model Pembelajaran</b>	<b>Case Study</b>																																																							
<b>Capaian Pembelajaran (CP)</b>	<b>CPL-PRODI yang dibebankan pada MK</b>																																																							
	<b>CPL-1</b>	Mampu menunjukkan nilai-nilai agama, kebangsaan dan budaya nasional, serta etika akademik dalam melaksanakan tugasnya																																																						
	<b>CPL-2</b>	Menunjukkan karakter tangguh, kolaboratif, adaptif, inovatif, inklusif, belajar sepanjang hayat, dan berjiwa kewirausahaan																																																						
	<b>CPL-3</b>	Mengembangkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan kreatif dalam melakukan pekerjaan yang spesifik di bidang keahliannya serta sesuai dengan standar kompetensi kerja bidang yang bersangkutan																																																						
	<b>CPL-4</b>	Mengembangkan diri secara berkelanjutan dan berkolaborasi.																																																						
	<b>Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)</b>																																																							
	<b>CPMK - 1</b>	Menganalisis dan mengevaluasi																																																						
	<b>Matrik CPL - CPMK</b>																																																							
		<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>CPMK</td> <td>CPL-1</td> <td>CPL-2</td> <td>CPL-3</td> <td>CPL-4</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>CPMK-1</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>						CPMK	CPL-1	CPL-2	CPL-3	CPL-4			CPMK-1																																									
	CPMK	CPL-1	CPL-2	CPL-3	CPL-4																																																			
CPMK-1																																																								
<b>Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)</b>																																																								
	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td rowspan="2">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																																																								
<b>Deskripsi Singkat MK</b>	Mengenal kondisi sisik, teknik, taktik, dan mental atlet																																																							
<b>Pustaka</b>	<b>Utama :</b>																																																							
		1. Cawley, P. (2001). The Evaluation of Physical Education Teaching. London: Routledge.																																																						
	<b>Pendukung :</b>																																																							
	1. Cawley, P. (2001). The Evaluation of Physical Education Teaching. London: Routledge.																																																							

Dosen Pengampu		Dra. Ika Jayadi, M.Kes. Shery Iris Zaillah, S.Pd..M.Kes. Laily Mita Andriana, S.Pd. M.Fis.					
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	mahasiswa mampu menjelaskan materi	mahasiswa mampu menjelaskan materi	<b>Kriteria:</b> tugas dan praktek  <b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	<b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> Cawley, P. (2001). <i>The Evaluation of Physical Education Teaching</i> . London: Routledge.	25%
2	mahasiswa mampu menjelaskan materi	mahasiswa mampu menjelaskan materi	<b>Kriteria:</b> tugas dan praktek  <b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	<b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> Cawley, P. (2001). <i>The Evaluation of Physical Education Teaching</i> . London: Routledge.	5%
3	mahasiswa mampu menjelaskan materi	mahasiswa mampu menjelaskan materi	<b>Kriteria:</b> tugas dan praktek  <b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	<b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> Cawley, P. (2001). <i>The Evaluation of Physical Education Teaching</i> . London: Routledge.	5%
4	mahasiswa mampu menjelaskan materi	mahasiswa mampu menjelaskan materi	<b>Kriteria:</b> tugas dan praktek  <b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	<b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> Cawley, P. (2001). <i>The Evaluation of Physical Education Teaching</i> . London: Routledge.	5%

5	mahasiswa mampu menjelaskan materi	mahasiswa mampu menjelaskan materi	<p><b>Kriteria:</b> tugas dan praktek</p> <p><b>Bentuk Penilaian</b> : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes</p>	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	<p><b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> <i>Cawley, P. (2001). The Evaluation of Physical Education Teaching. London: Routledge.</i></p>	5%
6	mahasiswa mampu menjelaskan materi	mahasiswa mampu menjelaskan materi	<p><b>Kriteria:</b> tugas dan praktek</p> <p><b>Bentuk Penilaian</b> : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes</p>	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	<p><b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> <i>Cawley, P. (2001). The Evaluation of Physical Education Teaching. London: Routledge.</i></p>	5%
7	mahasiswa mampu menjelaskan materi	mahasiswa mampu menjelaskan materi	<p><b>Kriteria:</b> tugas dan praktek</p> <p><b>Bentuk Penilaian</b> : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes</p>	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	<p><b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> <i>Cawley, P. (2001). The Evaluation of Physical Education Teaching. London: Routledge.</i></p>	5%
8	mahasiswa mampu menjelaskan materi	mahasiswa mampu menjelaskan materi	<p><b>Kriteria:</b> tugas dan praktek</p> <p><b>Bentuk Penilaian</b> : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes</p>	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	<p><b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> <i>Cawley, P. (2001). The Evaluation of Physical Education Teaching. London: Routledge.</i></p>	5%
9	mahasiswa mampu menjelaskan materi	mahasiswa mampu menjelaskan materi	<p><b>Kriteria:</b> tugas dan praktek</p> <p><b>Bentuk Penilaian</b> : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes</p>	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	<p><b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> <i>Cawley, P. (2001). The Evaluation of Physical Education Teaching. London: Routledge.</i></p>	5%

10	mahasiswa mampu menjelaskan materi	mahasiswa mampu menjelaskan materi	<p><b>Kriteria:</b> tugas dan praktek</p> <p><b>Bentuk Penilaian</b> : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes</p>	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	<p><b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> <i>Cawley, P. (2001). The Evaluation of Physical Education Teaching. London: Routledge.</i></p>	5%
11	mahasiswa mampu menjelaskan materi	mahasiswa mampu menjelaskan materi	<p><b>Kriteria:</b> tugas dan praktek</p> <p><b>Bentuk Penilaian</b> : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes</p>	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	<p><b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> <i>Cawley, P. (2001). The Evaluation of Physical Education Teaching. London: Routledge.</i></p>	5%
12	mahasiswa mampu menjelaskan materi	mahasiswa mampu menjelaskan materi	<p><b>Kriteria:</b> tugas dan praktek</p> <p><b>Bentuk Penilaian</b> : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes</p>	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	<p><b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> <i>Cawley, P. (2001). The Evaluation of Physical Education Teaching. London: Routledge.</i></p>	5%
13	mahasiswa mampu menjelaskan materi	mahasiswa mampu menjelaskan materi	<p><b>Kriteria:</b> tugas dan praktek</p> <p><b>Bentuk Penilaian</b> : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes</p>	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	<p><b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> <i>Cawley, P. (2001). The Evaluation of Physical Education Teaching. London: Routledge.</i></p>	5%
14	mahasiswa mampu menjelaskan materi	mahasiswa mampu menjelaskan materi	<p><b>Kriteria:</b> tugas dan praktek</p> <p><b>Bentuk Penilaian</b> : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes</p>	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	<p><b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> <i>Cawley, P. (2001). The Evaluation of Physical Education Teaching. London: Routledge.</i></p>	5%

15	mahasiswa mampu menjelaskan materi	mahasiswa mampu menjelaskan materi	<b>Kriteria:</b> tugas dan praktek  <b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	<b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> Cawley, P. (2001). <i>The Evaluation of Physical Education Teaching</i> . London: Routledge.	5%
16	mahasiswa mampu menjelaskan materi	mahasiswa mampu menjelaskan materi	<b>Kriteria:</b> tugas dan praktek  <b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	<b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> Cawley, P. (2001). <i>The Evaluation of Physical Education Teaching</i> . London: Routledge.	5%

#### Rekap Persentase Evaluasi : Case Study

No	Evaluasi	Persentase
1.	Aktifitas Partisipasif	16.62%
2.	Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	16.62%
3.	Penilaian Portofolio	16.62%
4.	Penilaian Praktikum	16.62%
5.	Praktik / Unjuk Kerja	16.62%
6.	Tes	16.62%
		99.72%

#### 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.

RPS ini telah divalidasi pada tanggal 2 Januari 2025

Koordinator Program Studi  
S1 Pendidikan Keperawatan  
Olahraga



Dr. Or. Muhammad, S.Pd.,  
M.Pd.  
NIDN 0010097903

**UPM** Program Studi S1  
Pendidikan Keperawatan  
Olahraga



Yanuar Alfian Triardhana,  
S.Or., M.Kes.  
NIDN 0022019502

File PDF ini digenerate pada tanggal 14 Maret 2025 Jam 23:26 menggunakan aplikasi RPS-OBE SiDia Unesa

