



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
Perencanaan Program Latihan Cabang Olahraga Sepakbola	8520204389		T=1	P=1	ECTS=3.18	5	1 Januari 2025
OTORISASI	Pengembang RPS		Koordinator RMK			Koordinator Program Studi	
	Dr. I Dewa Made Aryananda Wijaya Kusuma, S.Pd., M.Or.		Prof. Dr. Imam Syafii, S.Pd., M.Kes.			MUHAMMAD	

Model Pembelajaran	Project Based Learning																																																						
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK																																																						
	CPL-5	Mampu merancang program latihan yang efektif dan inovatif berdasarkan prinsip-prinsip keilmuan dan penelitian terbaru di berbagai cabang olahraga.																																																					
	CPL-9	Bertanggung jawab secara profesional terhadap kinerja individu dan kelompok																																																					
	CPL-10	Mampu mengambil keputusan secara tepat dalam konteks penyelesaian masalah di bidang keahliannya, berdasarkan hasil analisis informasi dan data																																																					
	CPL-11	Menguasai konsep, teoritis dan praktis bidang kepelatihan dan kependidikan olahraga																																																					
	CPL-12	Mampu menganalisis penampilan atlet dalam bidang olahraga																																																					
	CPL-13	Mampu melatih teknik, fisik, taktik, dan mental dalam bidang olahraga																																																					
	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)																																																						
	CPMK - 1	Menganalisis dan mengevaluasi																																																					
	CPMK - 2	Menunjukkan sikap profesional dalam bekerja secara individu maupun kelompok dalam penyusunan program latihan																																																					
	CPMK - 3	Mengadaptasi program latihan berdasarkan situasi nyata di lapangan seperti kalender kompetisi, cedera, atau kondisi cuaca																																																					
	CPMK - 4	Menjelaskan prinsip-prinsip dasar penyusunan program latihan sepakbola yang sesuai dengan teori kepelatihan olahraga																																																					
	CPMK - 5	Menganalisis kebutuhan fisik, teknis, dan taktis pemain sepakbola berdasarkan kategori usia dan tingkat performa																																																					
	CPMK - 6	Mengevaluasi efektivitas program latihan berdasarkan hasil pengamatan atau data performa atlet																																																					
	Matrik CPL - CPMK																																																						
		<table><tr><td>CPMK</td><td>CPL-5</td><td>CPL-9</td><td>CPL-10</td><td>CPL-11</td><td>CPL-12</td><td>CPL-13</td></tr><tr><td>CPMK-1</td><td></td><td></td><td></td><td>✓</td><td></td><td></td></tr><tr><td>CPMK-2</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>✓</td><td></td></tr><tr><td>CPMK-3</td><td>✓</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>CPMK-4</td><td></td><td></td><td>✓</td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>CPMK-5</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>✓</td></tr><tr><td>CPMK-6</td><td></td><td>✓</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>						CPMK	CPL-5	CPL-9	CPL-10	CPL-11	CPL-12	CPL-13	CPMK-1				✓			CPMK-2					✓		CPMK-3	✓						CPMK-4			✓				CPMK-5						✓	CPMK-6		✓			
CPMK	CPL-5	CPL-9	CPL-10	CPL-11	CPL-12	CPL-13																																																	
CPMK-1				✓																																																			
CPMK-2					✓																																																		
CPMK-3	✓																																																						
CPMK-4			✓																																																				
CPMK-5						✓																																																	
CPMK-6		✓																																																					
Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)																																																							

		<table><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><tr><td>CPMK-2</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><tr><td>CPMK-3</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><tr><td>CPMK-4</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><tr><td>CPMK-5</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><tr><td>CPMK-6</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-2			✓	✓	✓												CPMK-3						✓	✓	✓									CPMK-4									✓	✓	✓						CPMK-5												✓	✓	✓			CPMK-6															✓	✓
CPMK	Minggu Ke																																																																																																																																								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16																																																																																																																									
CPMK-1	✓	✓																																																																																																																																							
CPMK-2			✓	✓	✓																																																																																																																																				
CPMK-3						✓	✓	✓																																																																																																																																	
CPMK-4									✓	✓	✓																																																																																																																														
CPMK-5												✓	✓	✓																																																																																																																											
CPMK-6															✓	✓																																																																																																																									
Deskripsi Singkat MK	Mata kuliah ini membahas prinsip dan tahapan dalam merancang program latihan sepakbola secara terstruktur, mencakup penyusunan periodisasi, pengembangan kondisi fisik, teknik, dan taktik, serta penyesuaian latihan berdasarkan usia dan tingkat kemampuan pemain. Mahasiswa dibekali kemampuan menyusun rencana latihan harian hingga tahunan sesuai kebutuhan tim.																																																																																																																																								
Pustaka	Utama :																																																																																																																																								
	1. Cawley, P. (2001). The Evaluation of Physical Education Teaching. London: Routledge.																																																																																																																																								
	Pendukung :																																																																																																																																								
	1. Cawley, P. (2001). The Evaluation of Physical Education Teaching. London: Routledge.																																																																																																																																								
Dosen Pengampu	Prof. Dr. Imam Syafii, M.Kes. Dr. Drs. Arif Bulqini, M.Kes. Dr. Or. Muhammad, S.Pd., M.Pd. Dr. David Agus Prianto, S.Pd., M.Pd. Bayu Agung Pramono, S.Pd., M.Kes. Dr. 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	mahasiswa mampu menjelaskan materi	Menyebutkan dan menjelaskan minimal 4 prinsip latihan dan fase periodisasi dengan benar	Kriteria: tugas dan praktek Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	Ceramah interaktif, diskusi, studi kasus 170		Materi: Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran Pustaka: Cawley, P. (2001). The Evaluation of Physical Education Teaching. London: Routledge.	5%																																																																																																																																		
2	mahasiswa mampu menjelaskan materi	Menyebutkan dan menjelaskan minimal 4 prinsip latihan dan fase periodisasi dengan benar	Kriteria: tugas dan praktek Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	Ceramah interaktif, diskusi, studi kasus 170		Materi: Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran Pustaka: Cawley, P. (2001). The Evaluation of Physical Education Teaching. London: Routledge.	5%																																																																																																																																		

3	Mahasiswa mampu menganalisis kebutuhan berdasarkan usia dan level pemain	Analisis mencakup fisik, teknik, taktik, dan konteks usia	Kriteria: tugas dan praktek Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	Diskusi kelompok, studi video, ceramah	ceramah dna praktek	Materi: Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran Pustaka: Cawley, P. (2001). <i>The Evaluation of Physical Education Teaching</i> . London: Routledge.	5%
4	Mahasiswa mampu menganalisis kebutuhan berdasarkan usia dan level pemain	Analisis mencakup fisik, teknik, taktik, dan konteks usia	Kriteria: tugas dan praktek Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	Diskusi kelompok, studi video, ceramah	ceramah dna praktek	Materi: Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran Pustaka: Cawley, P. (2001). <i>The Evaluation of Physical Education Teaching</i> . London: Routledge.	5%
5	Mahasiswa mampu menganalisis kebutuhan berdasarkan usia dan level pemain	Analisis mencakup fisik, teknik, taktik, dan konteks usia	Kriteria: tugas dan praktek Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	Diskusi kelompok, studi video, ceramah	ceramah dna praktek	Materi: Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran Pustaka: Cawley, P. (2001). <i>The Evaluation of Physical Education Teaching</i> . London: Routledge.	5%
6	Mahasiswa menyusun program tahunan, bulanan, harian yang logis dan terstruktur	mahasiswa mampu menjelaskan materi	Kriteria: tugas dan praktek Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	Materi: Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran Pustaka: Cawley, P. (2001). <i>The Evaluation of Physical Education Teaching</i> . London: Routledge.	5%
7	Mahasiswa menyusun program tahunan, bulanan, harian yang logis dan terstruktur	mahasiswa mampu menjelaskan materi	Kriteria: tugas dan praktek Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	Materi: Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran Pustaka: Cawley, P. (2001). <i>The Evaluation of Physical Education Teaching</i> . London: Routledge.	5%

8	Mahasiswa menyusun program tahunan, bulanan, harian yang logis dan terstruktur	mahasiswa mampu menjelaskan materi	Kriteria: tugas dan praktek Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	Materi: Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran Pustaka: Cawley, P. (2001). <i>The Evaluation of Physical Education Teaching</i> . London: Routledge.	15%
9	Menyesuaikan rencana latihan dengan kalender kompetisi dan kondisi pemain	mahasiswa mampu menjelaskan materi	Kriteria: tugas dan praktek Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	Materi: Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran Pustaka: Cawley, P. (2001). <i>The Evaluation of Physical Education Teaching</i> . London: Routledge.	5%
10	Menyesuaikan rencana latihan dengan kalender kompetisi dan kondisi pemain	mahasiswa mampu menjelaskan materi	Kriteria: tugas dan praktek Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	Materi: Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran Pustaka: Cawley, P. (2001). <i>The Evaluation of Physical Education Teaching</i> . London: Routledge.	5%
11	Menyesuaikan rencana latihan dengan kalender kompetisi dan kondisi pemain	mahasiswa mampu menjelaskan materi	Kriteria: tugas dan praktek Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	Materi: Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran Pustaka: Cawley, P. (2001). <i>The Evaluation of Physical Education Teaching</i> . London: Routledge.	5%
12	Mahasiswa mengevaluasi dan merevisi program yang dibuat	mahasiswa mampu menjelaskan materi	Kriteria: tugas dan praktek Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	ceramah dna praktek	ceramah dna praktek	Materi: Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran Pustaka: Cawley, P. (2001). <i>The Evaluation of Physical Education Teaching</i> . London: Routledge.	5%

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

Rekap Persentase Evaluasi : Project Based Learning

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%

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.

RPS ini telah divalidasi pada tanggal 2 Januari 2025

Koordinator Program Studi
S1 Pendidikan Keperawatan
Olahraga



MUHAMMAD
NIDN 0010097903

UPM Program Studi S1
Pendidikan Keperawatan
Olahraga



NIDN 0022019502

File PDF ini digenerate pada tanggal 27 Desember 2025 Jam 07:02 menggunakan aplikasi RPS-OBE SiDia Unesa

