

		<b>Universitas Negeri Surabaya</b> <b>Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan</b> <b>Program Studi S1 Ilmu Keolahragaan</b>					<b>Kode Dokumen</b>																																												
<b>RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER</b>																																																			
<b>MATA KULIAH (MK)</b>		<b>KODE</b>	<b>Rumpun MK</b>	<b>BOBOT (sks)</b>			<b>SEMESTER</b>	<b>Tgl Penyusunan</b>																																											
Biomikanika Olahraga		8920104024		T=4	P=2	ECTS=9.54	2	6 Desember 2025																																											
<b>OTORISASI</b>		<b>Pengembang RPS</b>		<b>Koordinator RMK</b>			<b>Koordinator Program Studi</b>																																												
		.....		.....			HERI WAHYUDI																																												
<b>Model Pembelajaran</b>	Case Study																																																		
<b>Capaian Pembelajaran (CP)</b>	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK																																																		
	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)																																																		
	Matrik CPL - CPMK																																																		
		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">CPMK</div>																																																	
	Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)																																																		
		<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr> <th style="width: 10%;">CPMK</th> <th colspan="16">Minggu Ke</th> </tr> <tr> <td></td> <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> </table>																CPMK	Minggu Ke																	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
CPMK	Minggu Ke																																																		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16																																			
<b>Deskripsi Singkat MK</b>	Pembahasan tentang hukum-hukum mekanika gerak kinetika dan kinematika baik gerak linear maupun gerak angular atau campuran dalam hubungannya dengan aktivitas olahraga, sehingga dapat melakukan analisis gerak dengan software Dartfish, untuk memperbaiki performa dan mencegah terjadinya cedera																																																		
<b>Pustaka</b>	<b>Utama :</b>																																																		
	1. Bartlett, Roger. 2003. Introduction to Sports Biomechanics . Oxford: Alden Press. 2. Ellen Kreighbaum, Katharine Barthels M. 1990. Biomechanics A Qualitative Approach For Studying Human Movemen t. Canada: Macmillan Pub.Co. 3. Giancoli Douglas C. 1998. Physics Principle with Application. USA: Prentice Hall Inc. 4. McGinnis Peter M., 2005, Biomechanics of Sport And Exercise. USA: Human Kinetics.																																																		
	<b>Pendukung :</b>																																																		
<b>Dosen Pengampu</b>	Dr. Achmad Widodo, M.Kes. Dr. Joesoef Roepajadi, M.Pd. Dr. Abdul Aziz Hakim, S.Or., M.Or. Awang Firmansyah, S.Or., M.Kes. Nur Luthfiatus Solikah, S.Pd., M.Or.																																																		
<b>Mg Ke-</b>	<b>Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)</b>	<b>Penilaian</b>		<b>Bantuan 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	Hakikat dan ruang lingkup Biomekanika Olahraga Dasar	Mahasiswa mampu memahami, menguasai dan menjelaskan Hakikat dan ruang lingkup Biomekanika Olahraga Dasar	<b>Kriteria:</b> Penilaian tertulis	Ceramah, diskusi dan tanya jawab 4 X 50			0%
2	Memahami Kinetika Linier	Mahasiswa mampu memahami, menguasai dan menjelaskan Kinetika Linier	<b>Kriteria:</b> Penilaian tertulis	Ceramah, diskusi dan tanya jawab 4 X 50			0%
3	Memahami Kinetika Linier	Mahasiswa mampu memahami, menguasai dan menjelaskan Kinetika Linier	<b>Kriteria:</b> Penilaian tertulis	Ceramah, diskusi dan tanya jawab 4 X 50			0%
4	Kinetika Angular Gerak Manusia	Mahasiswa mampu memahami, menguasai dan menjelaskan Kinetika Angular Gerak Manusia	<b>Kriteria:</b> Penilaian tertulis	Ceramah, diskusi dan tanya jawab 4 X 50			0%
5	Memahami tentang Kinetika Angular Gerak Manusia	Mahasiswa mampu memahami, menguasai dan menjelaskan Kinetika Angular Gerak Manusia	<b>Kriteria:</b> : Penilaian tertulis	Ceramah, diskusi dan tanya jawab 4 X 50			0%
6	Memahami tentang Kinematika Linier	Mahasiswa mampu memahami, menguasai dan menjelaskan konsep Kinematika Linier	<b>Kriteria:</b> Penilaian tertulis	Ceramah, diskusi dan tanya jawab 4 X 50			0%
7	Memahami tentang Kinematika Linier (lanjutan)	Mahasiswa mampu memahami, menguasai dan menjelaskan kembali konsep Kinematika Linier (lanjutan)	<b>Kriteria:</b> Penilaian tertulis	Ceramah, diskusi dan tanya jawab 4 X 50			0%
8	Memahami tentang Kinematika Linier (lanjutan)	Mahasiswa mampu memahami, menguasai dan menjelaskan konsep Kinematika Linier (lanjutan)	<b>Kriteria:</b> Penilaian tertulis	Ceramah, diskusi dan tanya jawab 4 X 50			0%
9	UTS	UTS		4 X 50			0%
10	Memahami proses Kinematika Anguler	Mahasiswa mampu memahami, menguasai dan menjelaskan konsep Kinematika Anguler	<b>Kriteria:</b> Penilaian tertulis	Ceramah, diskusi, dan latihan soal 4 X 50			0%

11	Memahami proses Biomekanika Olahraga Air	Mahasiswa mampu memahami, menguasai dan menjelaskan konsep Biomekanika Olahraga Air	<b>Kriteria:</b> Penilaian tertulis	Ceramah, diskusi dan tanya jawab 4 X 50			0%
12	Memahami proses Biomekanika Olahraga Air (lanjutan)	Mahasiswa mampu memahami, menguasai dan menjelaskan konsep Biomekanika Olahraga Air (lanjutan)	<b>Kriteria:</b> Penilaian tertulis	Ceramah, diskusi dan tanya jawab 4 X 50			0%
13	Memahami proses Anatomis dan Fisiologis dalam Gerak Manusia	Mahasiswa mampu memahami, menguasai dan menjelaskan kembali konsep Anatomis dan Fisiologis dalam Gerak Manusia	<b>Kriteria:</b> Penilaian tertulis	Ceramah, diskusi dan tanya jawab 4 X 50			0%
14	Memahami Proses Kinesiologi Olahraga	Mahasiswa mampu memahami, menguasai dan menjelaskan kembali konsep Proses Kinesiologi Olahraga	<b>Kriteria:</b> Penilaian tertulis	Ceramah, diskusi dan tanya jawab 4 X 50			0%
15	Memahami Proses Kinesiologi Olahraga	Mampu memahami, menguasai dan menjelaskan kembali Konsep Proses Kinesiologi Olahraga (lanjutan)	<b>Kriteria:</b> Penilaian tertulis	Ceramah, diskusi dan tanya jawab 4 X 50			0%
16	UAS	UAS		4 X 50			0%

#### Rekap Persentase Evaluasi : Case Study

No	Evaluasi	Persentase
		0%

#### 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. **Kriteria Penilaian** adalah patokan yang digunakan sebagai ukuran atau tolok ukur ketercapaian pembelajaran dalam penilaian berdasarkan indikator-indikator yang telah ditetapkan. Kriteria penilaian merupakan pedoman bagi penilai agar penilaian konsisten dan tidak bias. Kriteria 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.