

		Universitas Negeri Surabaya Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan Program Studi S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan & Rekreasi						Kode Dokumen																																										
RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER																																																		
MATA KULIAH (MK)		KODE		Rumpun MK		BOBOT (sks)		SEMESTER	Tgl Penyusunan																																									
Gulat		8520102051				T=2 P=0 ECTS=3.18		8	8 Desember 2025																																									
OTORISASI		Pengembang RPS			Koordinator RMK			Koordinator Program Studi																																										
								MOCHAMAD RIDWAN																																										
Model Pembelajaran	Case Study																																																	
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK																																																	
	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)																																																	
	Matrik CPL - CPMK																																																	
		CPMK																																																
	Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)																																																	
		<table border="1"> <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> </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																																		
Deskripsi Singkat MK	Menumbuhkan kemampuan praktik tentang berbagai metode pelatihan karate untuk meningkatkan keterampilan melatih yang disertai dengan konsep prestasi dan konsep beladiri. Perkuliahan dilaksanakan dengan ceramah, praktik, tugas proyek dan refleksi.																																																	
Pustaka	Utama :																																																	
	1.		Perry Paul . 1992. <i>Bebas Cidera Karate</i> . Jakarta: Ghalia Indonesia. Sujito J.B . 2006. <i>Teknik Oyama Karate</i> . Jakarta: PT. Alex Media Komputindo. Prayitno Kwat dan P. Rahmadi Guruh . 2007. <i>Karate Kata</i> . Jombang: K-Media. Pardijono, dan Yulfadinata Afifan . (2014). <i>Buku Ajar Sarana dan Prasarana Olahraga Edisi 1</i> . Surabaya: Unesa University Press.																																															
	Pendukung :																																																	
Dosen Pengampu																																																		
Mg Ke-	Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)	Penilaian		Bantuan 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	Mampu mengetahui sejarah perkembangan, etika dan filosofi Karate	1.Mengetahui Sejarah karate Dunia 2.Mengetahui Sejarah karate Indonesia 3.Menerapkan Tata cara berpakaian 4.Menerapkan tata cara pemanggilanantar karate-ka 5.Menerapkan etika berlatih-melatihdi dojo		Ceramah, diskusi, dan tanya jawab 4 X 50			0%
2	Mampu memahami konsep dalam keterampilan dasar Karate	Memahami kebudayaan yang ada pada Karate Memahami teknik dasar Karate		Ceramah, diskusi, tanya jawab, penugasan 4 X 50			0%
3	Mampu mempraktikkanKihon (Gerakan Dasar) Pukulan	Menguasai teknik dasar kihon pukulan cudan tsuki		Praktik 4 X 50			0%
4	Mampu mempraktikkanKihon (Gerakan Dasar) Pukulan	Menguasai teknik dasar kihonpukulan (jodan tsuki)		Praktik 4 X 50			0%
5	Mampu mempraktikkanKihon (Gerakan Dasar) Tangkisan	Menguasai teknik dasar kihon tangkisan gedan barai, age uke, dan udi uke		Praktik 4 X 50			0%
6	Mampu mempraktikkanKihon (Gerakan Dasar) Tangkisan.	Menguasai teknik dasarkihontangkisan uci ukedan shuto uke		Praktik 4 X 50			0%
7	Mampu mempraktikkan Kihon (Gerakan Dasar) Tendangan	Menguasai teknik dasarkihontendangan mae geri, dan mawasi geri		Praktik 4 X 50			0%
8	Mampu mempraktikkanKihon (Gerakan Dasar) Tendangan	Menguasai teknik dasarkihontendangan kei kome, dan kei ange		Praktik 4 X 50			0%
9	UTS Mampu mempraktikkan Kihon (Gerakan Dasar) Tendangan	Menguasai teknik dasarkihontendangan mae geri, dan mawasi geri		Praktik 4 X 50			0%
10	Mampu mempraktikkan Kata dasar dan lanjutan	1.Menguasai teknik kata dasar Heian 2.Menguasai teknik kata lanjutan		praktik 4 X 50			0%
11	Mampu mempraktikkan Kata dasar dan lanjutan	1.Menguasai teknik kata dasar Heian 2.Menguasai teknik kata lanjutan		praktik 4 X 50			0%
12	Mampu mempraktikkan Kata dasar dan lanjutan	1.Menguasai teknik kata dasar Heian 2.Menguasai teknik kata lanjutan		praktik 4 X 50			0%
13	Mampu mempraktikkan Pertarungan dan aplikasi teknik dasar (Kihon Ippon Kumite)	Menguasai pertarungan dan aplikasi teknik dasar (Kihon Ippon Kumite)		Praktik 4 X 50			0%
14	Mampu mempraktikkan keseluruhan teknik dasar Kihon, Kata, Kumite	1.Menguasai teknik dasar pukulan, tangkisan, dan tendangan 2.Menguasai KataHeian dan kata lanjutan 3 3.Menguasai teknik dasar kihon ippon kumite		Praktik, pengumpulan tugas 4 X 50			0%

15	Mampu mempraktikkan keseluruhan teknik dasar Kihon, Kata, Kumite	1.Menguasai teknik dasar pukulan, tangkisan, dan tendangan 2.Menguasai KataHeian dan kata lanjutan 3 3.Menguasai teknik dasar kihon ippon kumite		Praktik, pengumpulan tugas 4 X 50			0%
16	Mampu memahami peraturan pertandingan Karate terbaru(WKF)	Memahami peraturan pertandingan Karate terbaru (WKF)		Ceramah, tanya jawab 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. **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.