



**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																																																	
Pembelajaran Senam dan Aktivitas Ritmik		8520102246	Mata Kuliah Wajib Program Studi	T=2	P=0	ECTS=3.18	4	21 Mei 2023																																																	
OTORISASI		Pengembang RPS		Koordinator RMK			Koordinator Program Studi																																																		
		Irma Febriyanti, S.Or., M.Kes.		Prof. Dr. Abdul Rachman Syam Tuasikal, M.Pd.			MOCHAMAD RIDWAN																																																		
Model Pembelajaran	Project Based Learning																																																								
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK																																																								
	CPL-3	Mengembangkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan kreatif dalam melakukan pekerjaan yang spesifik di bidang keahliannya serta sesuai dengan standar kompetensi kerja bidang yang bersangkutan																																																							
	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)																																																								
	CPMK - 1	Mahasiswa dapat memahami, menganalisa serta berani mencoba melakukan gerak lanjutan senam alat dan aktivitas ritmik serta mempraktekkan dalam bentuk rangkaian sederhana dengan mempersiapkan berbagai sarana keselamatan.																																																							
	Matrik CPL - CPMK																																																								
		<table><tr><td>CPMK</td><td>CPL-3</td></tr><tr><td>CPMK-1</td><td></td></tr></table>							CPMK	CPL-3	CPMK-1																																														
	CPMK	CPL-3																																																							
	CPMK-1																																																								
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></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 konsep teknik lanjutan senam artistik dan gerakan dasar senam ritmik, serta aktivitas ritmik, penguasaan keterampilan senam artistik dan ritmik, penjurian ( officiating ), serta organisasi dengan penerapannya dan penguasaan materi dalam proses pembelajaran.																																																								
Pustaka	Utama :																																																								
	<div>1. FIG, 2017. <i>Code Of Points de Gymnastics Artistic</i> . Available from : <a href="http://www.fig-gymnastics.com/site/index.php">http://www.fig-gymnastics.com/site/index.php</a></div> <div>2. Internet website : <i>Safety First for Gymnast in Gymnasium</i> .</div> <div>3. Mahendra, 2000. <i>Senam</i> . Direktorat jenderal pendidikan dasar dan menengah bagian proyek penataran guru SLTP setara D-III. DEPDIKBUD</div> <div>4. Sholeh, 1992. <i>Olahraga Pilihan Senam</i> . Direktorat jenderal pendidikan tinggi proyek pembinaan tenaga kependidikan. DEPDIKBUD</div> <div>5. Soewandi, 1998. <i>Perkembangan Senam Dasar</i> . Unipress Unesa</div>																																																								
	Pendukung :																																																								
<div>1. Ulfah, A. A., Dimiyati, D., &amp; Putra, A. J. A. (2021). Analisis Penerapan Senam Irama dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini. <i>Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini</i>, 5(2), 1844-1852.</div> <div>2. Sahabuddin, S., Hakim, H., &amp; Syahrudin, S. (2020). Kontribusi motor educability terhadap kemampuan senam ritmik alat simpai pada siswa sekolah dasar. <i>Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran</i>, 6(2), 449-465.</div> <div>3. Sriwahyuniati, C. F. (2019). Senam Ritmik Dalam Paradigma Era Globalisasi. <i>Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)</i>, 15(2), 67-71.</div> <div>4. Larasati, D. P., Lesmana, R., Pratiwi, Y. S., &amp; Lubis, V. M. T. (2021). Profil Daya Tahan Otot, Kekuatan Otot, Daya Ledak Otot, dan Kelenturan pada Atlet Senam Ritmik Kota Bandung Menurut Standar Koni Pusat. <i>Jurnal Ilmu Faal Olahraga Indonesia</i>, 1(1), 32-40.</div>																																																									
Dosen Pengampu	Irma Febriyanti, 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 dapat menjelaskan tentang macam/jenis, serta sarana dan prasarana dalam senam	- Mahasiswa dapat menjelaskan senam secara umum - Mahasiswa dapat mengidentifikasi macam/jenis, serta sarana dan prasarana dalam senam	<b>Kriteria:</b> Mahasiswa dapat menjelaskan tentang macam/jenis, serta sarana dan prasarana dalam senam  <b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipatif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	- Mendengarkan penjelasan dari dosen tentang macam/jenis, serta sarana dan prasarana dalam senam - Mendiskusikan tentang macam/jenis, serta sarana dan prasarana dalam senam 2 X 50	<b>Materi:</b> Mahasiswa dapat mengidentifikasi macam/jenis, serta sarana dan prasarana dalam senam <b>Pustaka:</b> Soewandi, 1998. <i>Perkembangan Senam Dasar</i> . Unipress Unesa	6%
2	Mahasiswa dapat menjelaskan peraturan peralatan dan sistem penilaian sesuai COP	- Mahasiswa dapat menjelaskan peraturan alat palang bertingkat - Mahasiswa dapat mengidentifikasi gerakan senam sesuai simbol dasar senam	<b>Kriteria:</b> Mahasiswa dapat menjelaskan peraturan peralatan dan sistem penilaian sesuai COP  <b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipatif	- Mendengarkan penjelasan dari dosen tentang materi peraturan alat palang bertingkat (uneven bars) - Mendiskusikan tentang materi gerakan senam sesuai simbol dasar senam serta penilaiannya sesuai COP 2 X 50	<b>Materi:</b> Mahasiswa dapat mengidentifikasi gerakan senam sesuai simbol dasar senam pada alat palang bertingkat <b>Pustaka:</b> FIG, 2017. <i>Code Of Points de Gymnastics Artistic</i> . Available from : <a href="http://www.fig-gymnastics.com/...">http://www.fig-gymnastics.com/...</a>	8%
3	Mahasiswa dapat menjelaskan peraturan peralatan dan sistem penilaian sesuai COP	- Mahasiswa dapat menjelaskan peraturan alat palang bertingkat - Mahasiswa dapat mengidentifikasi gerakan senam sesuai simbol dasar senam	<b>Kriteria:</b> Mahasiswa dapat menjelaskan peraturan peralatan dan sistem penilaian sesuai COP  <b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipatif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	- Mendengarkan penjelasan dari dosen tentang materi peraturan alat balok keseimbangan (balance beam) - Mendiskusikan tentang materi gerakan senam sesuai simbol dasar senam serta penilaiannya sesuai COP 2 X 50	<b>Materi:</b> Mahasiswa dapat mengidentifikasi gerakan senam sesuai simbol dasar senam pada alat balok keseimbangan <b>Pustaka:</b> FIG, 2017. <i>Code Of Points de Gymnastics Artistic</i> . Available from : <a href="http://www.fig-gymnastics.com/...">http://www.fig-gymnastics.com/...</a>	6%
4	Mahasiswa dapat menjelaskan peraturan peralatan dan sistem penilaian sesuai COP	- Mahasiswa dapat menjelaskan peraturan alat palang bertingkat - Mahasiswa dapat mengidentifikasi gerakan senam sesuai simbol dasar senam	<b>Kriteria:</b> Mahasiswa dapat menjelaskan peraturan peralatan dan sistem penilaian sesuai COP  <b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio	- Mendengarkan penjelasan dari dosen tentang materi peraturan alat lantai (floor exercise) - Mendiskusikan tentang materi gerakan senam sesuai simbol dasar senam serta penilaiannya sesuai COP 2 X 50	<b>Materi:</b> Mahasiswa dapat mengidentifikasi gerakan senam sesuai simbol dasar senam pada alat lantai <b>Pustaka:</b> FIG, 2017. <i>Code Of Points de Gymnastics Artistic</i> . Available from : <a href="http://www.fig-gymnastics.com/...">http://www.fig-gymnastics.com/...</a>	6%
5	Mahasiswa dapat menjelaskan peraturan peralatan dan sistem penilaian sesuai COP	- Mahasiswa dapat menjelaskan peraturan alat palang bertingkat - Mahasiswa dapat mengidentifikasi gerakan senam sesuai simbol dasar senam	<b>Kriteria:</b> Mahasiswa dapat menjelaskan peraturan peralatan dan sistem penilaian sesuai COP  <b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio	- Mendengarkan penjelasan dari dosen tentang materi peraturan alat meja lompat (vaulting table) - Mendiskusikan tentang materi gerakan senam sesuai simbol dasar senam serta penilaiannya sesuai COP 2 X 50	<b>Materi:</b> - Mahasiswa dapat mengidentifikasi gerakan senam sesuai simbol dasar senam pada alat meja lompat <b>Pustaka:</b> FIG, 2017. <i>Code Of Points de Gymnastics Artistic</i> . Available from : <a href="http://www.fig-gymnastics.com/...">http://www.fig-gymnastics.com/...</a>	6%

6	Mahasiswa dapat melakukan teknik dasar dan menjelaskan gerakan foward roll dan roll kip dialat peti lompat	- Mahasiswa dapat menguraikan tentang tahapan gerakan foward roll dan roll kip dialat peti lompat - Mahasiswa dapat mempraktekkan gerakan foward roll dan roll kip dialat peti lompat - Mahasiswa memperbaiki gerakan foward roll dan roll kip dialat peti lompat	<b>Kriteria:</b> Mahasiswa dapat melakukan teknik dasar dan menjelaskan gerakan foward roll dan roll kip dialat peti lompat  <b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	- Mendengarkan penjelasan dari dosen tentang teknik dasar gerakan foward roll dan roll kip dialat peti lompat - Mempraktekkan teknik dasar gerakan foward roll dan roll kip dialat peti lompat - Mendiskusikan tentang teknik dasar gerakan foward roll dan roll kip dialat peti lompat berdasarkan referensi buku 2 X 50		<b>Materi:</b> Mahasiswa dapat mempraktekkan gerakan foward roll dan roll kip dialat peti lompat <b>Pustaka:</b> <i>Mahendra, 2000. Senam . Direktorat jenderal pendidikan dasar dan menengah bagian proyek penataran guru SLTP setara D-III. DEPDIBUD</i>	6%
7	Mahasiswa dapat melakukan teknik dasar dan menjelaskan gerakan head kip dan handspring dialat peti lompat	- Mahasiswa dapat menguraikan tentang tahapan gerakan head kip dan handspring dialat peti lompat - Mahasiswa dapat mempraktekkan gerakan head kip dan handspring dialat peti lompat - Mahasiswa memperbaiki gerakan head kip dan handspring dialat peti lompat	<b>Kriteria:</b> Mahasiswa dapat melakukan teknik dasar dan menjelaskan gerakan head kip dan handspring dialat peti lompat  <b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	- Mendengarkan penjelasan dari dosen tentang teknik dasar gerakan head kip dan handspring dialat peti lompat - Mempraktekkan teknik dasar gerakan head kip dan handspring dialat peti lompat - Mendiskusikan tentang teknik dasar gerakan head kip dan handspring dialat peti lompat berdasarkan referensi buku 2 X 50		<b>Materi:</b> mempraktekkan gerakan head kip dan handspring dialat peti lompat <b>Pustaka:</b> <i>Sholeh, 1992. Olahraga Pilihan Senam . Direktorat jenderal pendidikan tinggi proyek pembinaan tenaga kependidikan. DEPDIBUD</i>	6%
8	UTS	- Mahasiswa dapat mempraktekkan gerakan foward roll dan roll kip dialat peti lompat- Mahasiswa dapat mempraktekkan gerakan head kip dan handspring dialat peti lompat	<b>Kriteria:</b> UTS  <b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Tes	- Mempraktekkan teknik dasar gerakan foward roll dan roll kip dialat peti lompat- Mempraktekkan teknik dasar gerakan head kip dan handspring dialat peti lompat 2 X 50		<b>Materi:</b> Mahasiswa dapat mempraktekkan gerakan dasar dialat peti lompat <b>Pustaka:</b> <i>Sholeh, 1992. Olahraga Pilihan Senam . Direktorat jenderal pendidikan tinggi proyek pembinaan tenaga kependidikan. DEPDIBUD</i>	6%
9	Mahasiswa dapat menjelaskan dan mempraktekkan gerakan senam berirama	- Mahasiswa dapat menguraikan gerak dasar gerakan kaki dan tangan - Mahasiswa mempraktekkan gerakan kaki dan tangan - Mahasiswa dapat mengkombinasikan dan mempraktekkan gerakan tangan dan kaki	<b>Kriteria:</b> Mahasiswa dapat menjelaskan dan mempraktekkan gerak dasar gerakan kaki dan tangan  <b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja	- Mempraktekkan gerak dasar gerakan kaki dan tangan - Mendiskusikan tentang gerak dasar gerakan kaki dan tangan berdasarkan referensi buku - Mengkombinasikan antara gerakan kaki dan tangan 2 X 50		<b>Materi:</b> Mempraktekkan teknik dasar gerakan kaki dan tangan dengan alat gada <b>Pustaka:</b> <i>Sahabuddin, S., Hakim, H., &amp; Syahrudin, S. (2020). Kontribusi motor educability terhadap kemampuan senam ritmik alat simpai pada siswa sekolah dasar. Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran, 6(2), 449-465.</i>	6%

10	Mahasiswa dapat menjelaskan dan melakukan macam-macam gerak dasar senam irama	- Mahasiswa dapat menguraikan gerak dasar dari gerakan berirama - Mahasiswa dapat mempraktekkan gerak dasar senam berirama - Mahasiswa Mendiskusikan dan mengkombinasikan gerak dasar senam berirama	<b>Kriteria:</b> Mahasiswa dapat menjelaskan dan melakukan macam-macam gerak dasar berirama  <b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja	- Mendengarkan penjelasan dari dosen tentang gerak dasar dari gerakan berirama - Mempraktekkan gerak dasar senam berirama - Mendiskusikan tentang gerak dasar dan mengkombinasikan senam berirama 2 X 50	<b>Materi:</b> Mahasiswa mempraktekkan gerakan keseimbangan (balance) , lompatan (jumping) dan putaran (pivot) <b>Pustaka:</b> <i>Sahabuddin, S., Hakim, H., &amp; Syahrudin, S. (2020). Kontribusi motor educability terhadap kemampuan senam ritmik alat simpai pada siswa sekolah dasar. Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran, 6(2), 449-465.</i>	6%
11	Mahasiswa dapat melakukan teknik dasar dan menjelaskan gerakan ritmik dengan menggunakan alat gada	- Mahasiswa dapat Mempraktekkan gerak dasar gerakan kaki dan tangan beserta iringan musik - Mahasiswa dapat mempraktekkan gerak dasar gerakan kaki dan tangan beserta iringan musik - Mahasiswa memperbaiki gerak dasar kaki dan tangan beserta iringan musik dan hitungan	<b>Kriteria:</b> Mahasiswa dapat melakukan tentang gerak dasar kaki dan tangan beserta iringan musik dan hitungan  <b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum	- Mendengarkan penjelasan dari dosen cara mengkombinasikan gerak dasar kaki dan tangan serta mendengarkan irama musik - Mempraktekkan gerak dasar gerakan kaki dan tangan beserta iringan musik - Mendiskusikan tentang gerak dasar kaki dan tangan beserta iringan musik dan hitungan 2 X 50	<b>Materi:</b> Mahasiswa melakukan teknik dasar dan menjelaskan gerakan ritmik dengan menggunakan alat gada <b>Pustaka:</b> <i>Sahabuddin, S., Hakim, H., &amp; Syahrudin, S. (2020). Kontribusi motor educability terhadap kemampuan senam ritmik alat simpai pada siswa sekolah dasar. Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran, 6(2), 449-465.</i>	6%
12	Evaluasi	- Mahasiswa dapat mempraktikkan gerak dasar kaki dan tangan beserta iringan musik dan hitungan	<b>Kriteria:</b> Mahasiswa dapat mempraktikkan gerak dasar kaki dan tangan beserta iringan musik dan hitungan  <b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja	- Mempraktekkan tentang gerak dasar kaki dan tangan beserta iringan musik dan hitungan 2 X 50	<b>Materi:</b> Mahasiswa melakukan gerak dasar senam ritmik dengan menggunakan alat gada dengan diiringi irama musik <b>Pustaka:</b> <i>Sriwahyuniati, C. F. (2019). Senam Ritmik Dalam Paradigma Era Globalisasi. Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi), 15(2), 67-71.</i>	6%
13	Mahasiswa Dapat Membuat serta Merangkaikan Gerakan senam berirama dengan Musik (aerobik)	- Mahasiswa menggabungkan rangkaian gerakan senam berirama dengan Musik (aerobik)	<b>Kriteria:</b> Mahasiswa dapat membuat dan merangkaikan gerakan dari perpaduan antara cabor beladiri dengan aktivitas ritmik dengan diiringi musik  <b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja	- Mendiskusikan tentang rangkaian gerakan senam berirama dengan Musik (aerobik) - Mempraktekkan rangkaian gerakan senam berirama dengan Musik (aerobik) 2 X 50	<b>Materi:</b> Membuat dan merangkaikan gerakan dari perpaduan antara cabor beladiri dengan aktivitas ritmik dengan diiringi musik <b>Pustaka:</b> <i>Sriwahyuniati, C. F. (2019). Senam Ritmik Dalam Paradigma Era Globalisasi. Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi), 15(2), 67-71.</i>	6%

14	Mahasiswa dapat melakukan Gerakan Dasar Aerobik	- Mahasiswa dapat menguraikan tentang tahapan gerak dasar aerobik - Mahasiswa dapat mempraktekkan gerak dasar aerobik - Mahasiswa memperbaiki gerak dasar aerobik - Mahasiswa dapat menggabungkan gerakan aerobik	<b>Kriteria:</b> Mahasiswa dapat melakukan dan menjelaskan gerakan aerobik  <b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum	- Mendengarkan penjelasan dari dosen tentang gerak dasar gerakan aerobik - Mempraktekkan gerak dasar gerakan aerobik - Mendiskusikan tentang gerak dasar gerakan aerobik berdasarkan referensi buku 2 X 50		<b>Materi:</b> Mahasiswa melakukan gerak dasar senam aerobik dan menjelaskan gerakan dasar aerobik  <b>Pustaka:</b> Ulfah, A. A., Dimiyati, D., & Putra, A. J. A. (2021). <i>Analisis Penerapan Senam Irama dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini. Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini</i> , 5(2), 1844-1852.	6%
15	Mahasiswa dapat merangkai dan melakukan aerobik dengan diiringi musik di hadapan teman sebaya	- Mahasiswa menggabungkan dari gerakan dasar aerobik yang telah diberikan - Mahasiswa membuat variasi dari gerakan dasar aerobik yang telah diberikan	<b>Kriteria:</b> Mahasiswa dapat membuat dan melakukan rangkaian gerakan dasar aerobik dengan diiringi musik  <b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	- Mendiskusikan tentang pembuatan rangkaian gerakan dasar aerobik dengan diiringi musik - Mempraktekkan tentang pembuatan rangkaian gerakan dasar aerobik dengan diiringi musik 2 X 50		<b>Materi:</b> Mahasiswa membuat dan melakukan rangkaian gerakan dasar aerobik dengan diiringi musik  <b>Pustaka:</b> Sriwahyuniati, C. F. (2019). <i>Senam Ritmik Dalam Paradigma Era Globalisasi. Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)</i> , 15(2), 67-71.	6%
16	UAS	Mahasiswa dapat membuat dan melakukan rangkaian gerakan dasar senam irama dengan diiringi musik	<b>Kriteria:</b> Mahasiswa dapat membuat dan melakukan rangkaian gerakan dasar senam irama dengan diiringi musik  <b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Tes	menggunakan metode Luring / Offline 2 X 50		<b>Materi:</b> Mahasiswa mempraktekkan variasi gerakan senam irama dan diiringi oleh musik  <b>Pustaka:</b> Ulfah, A. A., Dimiyati, D., & Putra, A. J. A. (2021). <i>Analisis Penerapan Senam Irama dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini. Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini</i> , 5(2), 1844-1852.	8%

#### Rekap Persentase Evaluasi : Project Based Learning

No	Evaluasi	Persentase
1.	Aktifitas Partisipasi	18.5%
2.	Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	50.5%
3.	Penilaian Portofolio	6%
4.	Penilaian Praktikum	7.5%
5.	Praktik / Unjuk Kerja	10.5%
6.	Tes	7%
		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.

RPS ini telah divalidasi pada tanggal 29 Februari 2024

Koordinator Program Studi S1  
Pendidikan Jasmani, Kesehatan &  
Rekreasi



MOCHAMAD RIDWAN  
NIDN 0017028703

UPM Program Studi S1  
Pendidikan Jasmani, Kesehatan &  
Rekreasi



NIDN 0007028105

File PDF ini digenerate pada tanggal 25 Januari 2026 Jam 02:57 menggunakan aplikasi RPS-OBE SiDia Unesa

