

	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																				
Tinju	8520102198	Mata Kuliah Pilihan Program Studi	T=2	P=0	ECTS=3.18	8	10 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																										
	CPL-2	Menunjukkan karakter tangguh, kolaboratif, adaptif, inovatif, inklusif, belajar sepanjang hayat, dan berjiwa kewirausahaan																									
	CPL-4	Mengembangkan diri secara berkelanjutan dan berkolaborasi.																									
	CPL-9	KK2. Mampu menyelesaikan masalah pendidikan olahraga dan mengambil keputusan berdasarkan ilmu pengetahuan.																									
	CPL-10	Menguasai konsep teoritis bidang pengetahuan dan konsep teoritis pendidikan jasmani secara mendalam, serta mampu memformulasikan penyelesaian masalah secara procedural																									
	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)																										
	CPMK - 1	Mahasiswa mampu menjelaskan sejarah, filosofi, peraturan pertandingan, dan prinsip dasar teknik tinju secara tepat sesuai dengan standar nasional dan internasional.																									
	CPMK - 2	Mahasiswa mampu memperagakan teknik dasar tinju (stance, footwork, jab, cross, hook, uppercut, dan guard) serta mengaplikasikan kombinasi teknik secara tepat dan aman dalam latihan.																									
	CPMK - 3	Mahasiswa mampu menganalisis teknik, taktik, serta strategi dalam pertandingan tinju berdasarkan pengamatan video dan praktik simulasi.																									
	CPMK - 4	Mahasiswa mampu merancang dan mengimplementasikan program latihan dasar tinju yang edukatif dan aplikatif untuk pembelajaran PJOK dan/atau kegiatan ekstrakurikuler.																									
	Matrik CPL - CPMK																										
		<table border="1"> <tr> <th>CPMK</th> <th>CPL-2</th> <th>CPL-4</th> <th>CPL-9</th> <th>CPL-10</th> </tr> <tr> <td>CPMK-1</td> <td></td> <td>✓</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>CPMK-2</td> <td>✓</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>CPMK-3</td> <td></td> <td></td> <td>✓</td> <td></td> </tr> <tr> <td>CPMK-4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>✓</td> </tr> </table>	CPMK	CPL-2	CPL-4	CPL-9	CPL-10	CPMK-1		✓			CPMK-2	✓				CPMK-3			✓		CPMK-4				✓
	CPMK	CPL-2	CPL-4	CPL-9	CPL-10																						
	CPMK-1		✓																								
	CPMK-2	✓																									
CPMK-3			✓																								
CPMK-4				✓																							
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></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	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									✓				✓	✓		✓																																																																																							
Deskripsi Singkat MK	Penelaahan teoritik dan penerapan praktik tentang sejarah tinju, peraturan permainan dan fundamental tinju meliputi konsep teknik dasar pukulan dan sikap, meliputi posisi tubuh, pergerakan tubuh dengan maju mundur samping kiri kanan dan putar, koordinasi tubuh, dan konsentrasi. pembelajaran dilakukan dengan strategi kolaboratif dengan aktivitas bekerjasama (kooperatif), aktivitas koordinasi dan organisasi pengalaman belajar. Kegiatan perkuliahan diakhiri dengan latihan mempraktikkan tehnik dasar tinju dan evaluasi keterampilan bertinju.																																																																																																						
Pustaka	Utama :																																																																																																						
			1. Saleh Basarah. 1989. Olahraga Tinju di Indonesia Peranan, Tenik, Sejarah dan Perkembangannya 2. Jan Oudshorn. 1988. Tinju Latihan-Teknik-Taktik. PT. Rosda Jayaputra Offset. Jakarta 3. Drs. Mayun Narendra,IGAR. 2000. Seni Olahraga Tinju. Jakarta 4. Rashid. 2002. Buku Panduan untuk Olahraga Tinju dengan Metode Ilmiah. Jakarta																																																																																																				
	Pendukung :																																																																																																						
Dosen Pengampu	Dr. Wijono, M.Pd. Muchamad Arif Al Ardha, S.Pd., M.Ed., Ph.D.																																																																																																						
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			Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif					5%																																																																																															
2			Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif					5%																																																																																															
3			Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif					5%																																																																																															
4			Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif					5%																																																																																															
5		Praktik Teknik Dasar Tinju	Kriteria: Praktik Teknik Dasar Tinju Bentuk Penilaian : Praktik / Unjuk Kerja					5%																																																																																															
6		Praktik Teknik Dasar Tinju	Kriteria: Praktik Teknik Dasar Tinju Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif					5%																																																																																															

7		Praktik Teknik Dasar Tinju	Kriteria: Praktik Teknik Dasar Tinju Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif				5%
8			Bentuk Penilaian : Praktik / Unjuk Kerja				10%
9			Bentuk Penilaian : Praktik / Unjuk Kerja				5%
10			Bentuk Penilaian : Praktik / Unjuk Kerja				5%
11			Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk				5%
12			Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk				5%
13			Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk				5%
14			Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk				5%
15			Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk				5%
16			Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk				20%

Rekap Persentase Evaluasi : Case Study

No	Evaluasi	Persentase
1.	Aktifitas Partisipasif	30%
2.	Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	45%
3.	Praktik / Unjuk Kerja	25%
		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 studinya 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.