

		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																																																										
KEPELATIHAN CABANG OLAHRAGA GULAT		8520204558	Mata Kuliah Wajib Program Studi		T=1 P=3 ECTS=6.36	3		1 Januari 2024																																																										
OTORISASI		Pengembang RPS		Koordinator RMK		Koordinator Program Studi																																																												
		Muhammad Kharis Fajar, S.Pd., M.Pd.		Muhammad Kharis Fajar, S.Pd., M.Pd.		MUHAMMAD																																																												
Model Pembelajaran	Case Study																																																																	
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK																																																																	
	CPL-1	Mampu menunjukkan nilai-nilai agama, kebangsaan dan budaya nasional, serta etika akademik dalam melaksanakan tugasnya																																																																
	CPL-2	Menunjukkan karakter tangguh, kolaboratif, adaptif, inovatif, inklusif, belajar sepanjang hayat, dan berjiwa kewirausahaan																																																																
	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																																																																
	CPL-4	Mengembangkan diri secara berkelanjutan dan berkolaborasi.																																																																
	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)																																																																	
	CPMK - 1	Mampu menguasai konsep dan teori latihan dan pertandingan gulat dalam dunia kepelatihan olahraga																																																																
	Matrik CPL - CPMK																																																																	
		<table border="1"> <tr> <td>CPMK</td> <td>CPL-1</td> <td>CPL-2</td> <td>CPL-3</td> <td>CPL-4</td> </tr> <tr> <td>CPMK-1</td> <td>✓</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>							CPMK	CPL-1	CPL-2	CPL-3	CPL-4	CPMK-1	✓																																																			
	CPMK	CPL-1	CPL-2	CPL-3	CPL-4																																																													
CPMK-1	✓																																																																	
Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)																																																																		
	<table border="1"> <tr> <th rowspan="2">CPMK</th> <th colspan="16">Minggu Ke</th> </tr> <tr> <th>1</th><th>2</th><th>3</th><th>4</th><th>5</th><th>6</th><th>7</th><th>8</th><th>9</th><th>10</th><th>11</th><th>12</th><th>13</th><th>14</th><th>15</th><th>16</th> </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 pengenalan dan pemahaman Gulat sebagai olahraga prestasi untuk membela diri sendiri, meningkatkan kebugaran, pengembangan kepribadian, kedisiplinan dan Prestasi																																																																	
Pustaka	Utama :																																																																	
	1. International Wrestling Rules Greco-Roman Federal International des Lutles Association. 2. http://www.fila.wrestling.com/index.php?option=com_content&task=view&id=18&Itemid=36 3. International Wrestling Rules FreeStyle. Federal International des Lutlesb Association. 4. http://www.fila.wrestling.com/index.php?option=com_content&task=view&id=33&Itemid=75 5. Sunaryadi, Yadi, Drs.,M.Pd. Wrestling (Gulat) Biomekanika Dasar Untuk Pelatih Gulat. 6. http://www.google.com/search?q=TEKNIK DASAR GULAT&hl=en&ei=9CikTMHqDsWzrAeZxahZDQ&start=10&sa=N 7. Panduan Teknis Cabor Gulat PON XVII Kaltim. www.tandingpon.com 8. 5. PB. PON. 2016 Technical Handbook Cabang Olahraga Gulat. PB PON. Bandung																																																																	
	Pendukung :																																																																	
Dosen Pengampu	Shery Iris Zalillah, S.Pd..M.Kes. Afif Dwi Nugraha, M.Pd. Muhamad Fauzi Antoni, S.Pd., M.Kes. Dr. Muhamad Ichsan Sabillah, S.Or., M.Or.																																																																	
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 mengidentifikasi dan interpretasikan teknik dasar Gulat, posisi bermain, tehnik dasar kaki	· Posisi bermain gulat · Tehnik dasar kaki	Kriteria: posisi kakikeseimbangangerakaan lanjutan Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif	Ceramahpraktik diskusi uji petik kerja 4 X 50		Materi: Teknik dasar Pustaka: <i>International Wrestling Rules Greco-Roman Federal International des Lutles Association.</i>	5%																																																											

2	Mahasiswa mampu mengidentifikasi dan interpretasikan teknik dasar Gulat, posisi bermain, tehnik dasar kaki	· Posisi bermain gulat · Tehnik dasar kaki	Kriteria: posisi kakikeseimbangangerakaan lanjutan Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	Ceramahpraktik diskusi uji petik kerja 4 X 50		Materi: Teknik dasar Pustaka: http://www.fila.wrestling.com/...	5%
3	Mahasiswa mampu mengidentifikasi dan interpretasikan teknik dasar Gulat, posisi bermain, tehnik dasar kaki	· Posisi bermain gulat · Tehnik dasar kaki	Kriteria: posisi kakikeseimbangangerakaan lanjutan Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	Ceramahpraktik diskusi uji petik kerja 4 X 50		Materi: Teknik dasar Pustaka: http://www.fila.wrestling.com/...	5%
4	Mahasiswa mampu mengidentifikasi dan interpretasikan Teknik dasar pegangan dan kuncian	· Tehnik pegangan · Tehnik kuncian	Kriteria: 1.hasil pegangan 2.posisi kuncian Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	ceramahpraktikdiskusi 4 X 50		Materi: Teknik dasar pegangan dan kuncian Pustaka: Sunaryadi, Yadi, Drs.,M.Pd. Wrestling (Gulat) Biomekanika Dasar Untuk Pelatih Gulat.	5%
5	Mahasiswa mampu mengidentifikasi dan interpretasikan Teknik dasar pegangan dan kuncian	· Tehnik pegangan · Tehnik kuncian	Kriteria: 1.hasil pegangan 2.posisi kuncian Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	ceramahpraktikdiskusi 4 X 50		Materi: Teknik dasar pegangan dan kuncian Pustaka: Sunaryadi, Yadi, Drs.,M.Pd. Wrestling (Gulat) Biomekanika Dasar Untuk Pelatih Gulat.	5%
6	Mahasiswa mampu mengidentifikasi dan interpretasikan Teknik dasar pegangan dan kuncian	· Tehnik pegangan · Tehnik kuncian	Kriteria: 1.hasil pegangan 2.posisi kuncian Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	ceramahpraktikdiskusi 4 X 50		Materi: Teknik dasar pegangan dan kuncian Pustaka: Sunaryadi, Yadi, Drs.,M.Pd. Wrestling (Gulat) Biomekanika Dasar Untuk Pelatih Gulat.	5%
7	Mahasiswa mampu mengidentifikasi dan interpretasikan Teknik dasar pegangan dan kuncian	· Tehnik pegangan · Tehnik kuncian	Kriteria: 1.hasil pegangan 2.posisi kuncian Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	ceramahpraktikdiskusi 4 X 50		Materi: Teknik dasar pegangan dan kuncian Pustaka: Sunaryadi, Yadi, Drs.,M.Pd. Wrestling (Gulat) Biomekanika Dasar Untuk Pelatih Gulat.	5%
8	UTS	Teknik dasar Kaki, pegangan dan kuncian	Kriteria: Gerakan KakiGerakan Graplinggerakan dan hasil kuncian Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	Ujian Tengah Semester 4 X 50		Materi: UTS Pustaka: http://www.fila.wrestling.com/...	10%
9	Mahasiswa mampu mengidentifikasi dan interpretasikan Teknik dasar Jatuhan	· Tehnik Jatuhan	Kriteria: hasil jatuhan Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	ceramahpraktikdiskusi 4 X 50		Materi: Teknik dasar Jatuhan Pustaka: International Wrestling Rules Greco-Roman Federal International des Lutles Association.	5%
10	Mahasiswa mampu mengidentifikasi dan interpretasikan Teknik dasar Jatuhan	· Tehnik Jatuhan	Kriteria: hasil jatuhan Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	ceramahpraktikdiskusi 4 X 50		Materi: Teknik dasar Jatuhan Pustaka: International Wrestling Rules Greco-Roman Federal International des Lutles Association.	5%
11	Mahasiswa mampu mengidentifikasi dan interpretasikan Teknik dasar Gulungan	Teknik dasar Gulungan	Kriteria: Hasil Gulunganjenis Gulungan Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	ceramahpraktikdiskusi 4 X 50		Materi: Teknik dasar Gulungan Pustaka: Panduan Teknis Cabor Gulat PON XVII Kaltim. www.tandingpon.com	5%
12	Mahasiswa mampu mengidentifikasi dan interpretasikan Teknik dasar Gulungan	Teknik dasar Gulungan	Kriteria: Hasil Gulunganjenis Gulungan Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	ceramahpraktikdiskusi 4 X 50		Materi: Teknik dasar Gulungan Pustaka: Panduan Teknis Cabor Gulat PON XVII Kaltim. www.tandingpon.com	5%
13	Mahasiswa mampu mengidentifikasi dan interpretasikan Teknik dasar Gulungan	Teknik dasar Gulungan	Kriteria: Hasil Gulunganjenis Gulungan Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	ceramahpraktikdiskusi 4 X 50		Materi: Teknik dasar Gulungan Pustaka: Panduan Teknis Cabor Gulat PON XVII Kaltim. www.tandingpon.com	5%
14	Mahasiswa mampu mengidentifikasi dan interpretasikan Teknik dasar Gulungan	Teknik dasar Gulungan	Kriteria: Hasil Gulunganjenis Gulungan Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	ceramahpraktikdiskusi 4 X 50		Materi: Teknik dasar Gulungan Pustaka: Panduan Teknis Cabor Gulat PON XVII Kaltim. www.tandingpon.com	5%
15	Mahasiswa mampu mengidentifikasi dan interpretasikan Teknik dasar Gulungan	Teknik dasar Gulungan	Kriteria: Hasil Gulunganjenis Gulungan Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	ceramahpraktikdiskusi 4 X 50		Materi: Teknik dasar Gulungan Pustaka: Panduan Teknis Cabor Gulat PON XVII Kaltim. www.tandingpon.com	5%
16	UAS	UAS	Kriteria: UAS Bentuk Penilaian : Praktik / Unjuk Kerja, Tes	UAS		Materi: UAs Pustaka: http://www.fila.wrestling.com/...	20%

Rekap Persentase Evaluasi : Case Study

No	Evaluasi	Persentase
1.	Aktifitas Partisipatif	80%
2.	Praktik / Unjuk Kerja	10%
3.	Tes	10%
		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 2 September 2024

Koordinator Program Studi S1
Pendidikan Keperawatan Olahraga



MUHAMMAD
NIDN 0010097903

UPM Program Studi S1 Pendidikan
Keperawatan Olahraga



NIDN 0015018105

File PDF ini digenerate pada tanggal 25 Maret 2026 Jam 05:36 menggunakan aplikasi RPS-OBE SiDia Unesa

