



| <b>Deskripsi Singkat MK</b> |                                                                          | Matakuliah ini membahas tentang pengetahuan, teknik dan strategi pelatihan skill permainan dalam Woodball yang terdiri dari melatih kemampuan memukul bola dan memasukkan bola ke gawang dan kemampuan menerapkan skill woodball dalam permainan serta penerapan peraturan permainan Woodball.                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                |                                                                                  |                             |                                                                                                                                                                     |                     |
|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| <b>Pustaka</b>              |                                                                          | <b>Utama :</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                |                                                                                  |                             |                                                                                                                                                                     |                     |
|                             |                                                                          | 1. IWBf. 2019. Rules of woodball and Beach Woodball. India. IWBf<br>2. Martens, R., & Vealey, R. S. (2023). Successful coaching. Human kinetics.<br>3. Kriswanto, E. S. (2016). Trend olahraga masa kini woodball olah raga ala golf. Yogyakarta: Pustaka Baru.<br>4. Chang, S. H., & Lee, J. (2017). Teaching striking skills in elementary physical education using woodball. Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 88(8), 21-27. |                                                                                                                                                |                                                                                  |                             |                                                                                                                                                                     |                     |
|                             |                                                                          | <b>Pendukung :</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                |                                                                                  |                             |                                                                                                                                                                     |                     |
| <b>Dosen Pengampu</b>       |                                                                          | Dr. Mohammad Faruk, S.Pd., M.Kes.<br>Dr. Adi Pranoto, 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 memahami konsep filosofi kepelatihan olahraga (cabor woodball) | mahasiswa memahami konsep filosofi kepelatihan olahraga (cabor woodball)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Kriteria:</b><br>pemahaman tentang konsep filosofi kepelatihan olahraga woodball<br><br><b>Bentuk Penilaian :</b><br>Aktifitas Partisipasif | ceramah, diskusi, tanya jawab 200 menit                                          | review literature 200 menit | <b>Materi:</b><br>fisiologi kepelatihan olahraga<br><b>Pustaka:</b><br>Martens, R., & Vealey, R. S. (2023). Successful coaching. Human kinetics.                    | 5%                  |
| 2                           | mahasiswa mampu merancang program latihan teknik bermain woodball        | mahasiswa mampu merancang program latihan teknik bermain woodball                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Kriteria:</b><br>program latihan teknik bermain woodball yang relevan<br><br><b>Bentuk Penilaian :</b><br>Aktifitas Partisipasif            | workshop 200 menit                                                               | review literature 200 menit | <b>Materi:</b> teknik dasar woodball<br><b>Pustaka:</b><br>Kriswanto, E. S. (2016). Trend olahraga masa kini woodball olah raga ala golf. Yogyakarta: Pustaka Baru. | 5%                  |
| 3                           | mahasiswa mampu merancang program latihan teknik bermain woodball        | mahasiswa mampu merancang program latihan teknik bermain woodball                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Kriteria:</b><br>program latihan teknik bermain woodball yang relevan<br><br><b>Bentuk Penilaian :</b><br>Aktifitas Partisipasif            | workshop 200 menit                                                               | review literature 200 menit | <b>Materi:</b> teknik dasar woodball<br><b>Pustaka:</b><br>Kriswanto, E. S. (2016). Trend olahraga masa kini woodball olah raga ala golf. Yogyakarta: Pustaka Baru. | 5%                  |
| 4                           | mahasiswa mampu merancang program latihan teknik bermain woodball        | mahasiswa mampu merancang program latihan teknik bermain woodball                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Kriteria:</b><br>program latihan teknik bermain woodball yang relevan<br><br><b>Bentuk Penilaian :</b><br>Aktifitas Partisipasif            | workshop 200 menit                                                               | review literature 200 menit | <b>Materi:</b> teknik dasar woodball<br><b>Pustaka:</b><br>Kriswanto, E. S. (2016). Trend olahraga masa kini woodball olah raga ala golf. Yogyakarta: Pustaka Baru. | 5%                  |

|   |                                                          |                                                          |                                                                                                                   |                       |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |    |
|---|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 5 | mahasiswa mampu merancang program latihan fisik woodball | mahasiswa mampu merancang program latihan fisik woodball | <b>Kriteria:</b><br>program latihan fisik yang relevan<br><br><b>Bentuk Penilaian :</b><br>Aktifitas Partisipasif | workshop<br>200 menit | review literature<br>200 menit | <b>Materi:</b> teknik dasar woodball<br><b>Pustaka:</b><br><i>Kriswanto, E. S. (2016). Trend olahraga masa kini woodball olah raga ala golf. Yogyakarta: Pustaka Baru.</i><br><hr/> <b>Materi:</b><br>chapter 4<br><b>Pustaka:</b><br><i>Martens, R., &amp; Vealey, R. S. (2023). Successful coaching. Human kinetics.</i> | 5% |
| 6 | mahasiswa mampu merancang program latihan fisik woodball | mahasiswa mampu merancang program latihan fisik woodball | <b>Kriteria:</b><br>program latihan fisik yang relevan<br><br><b>Bentuk Penilaian :</b><br>Aktifitas Partisipasif | workshop<br>200 menit | review literature<br>200 menit | <b>Materi:</b> teknik dasar woodball<br><b>Pustaka:</b><br><i>Kriswanto, E. S. (2016). Trend olahraga masa kini woodball olah raga ala golf. Yogyakarta: Pustaka Baru.</i><br><hr/> <b>Materi:</b><br>chapter 4<br><b>Pustaka:</b><br><i>Martens, R., &amp; Vealey, R. S. (2023). Successful coaching. Human kinetics.</i> | 5% |
| 7 | mahasiswa mampu merancang program latihan fisik woodball | mahasiswa mampu merancang program latihan fisik woodball | <b>Kriteria:</b><br>program latihan fisik yang relevan<br><br><b>Bentuk Penilaian :</b><br>Aktifitas Partisipasif | workshop<br>200 menit | review literature<br>200 menit | <b>Materi:</b> teknik dasar woodball<br><b>Pustaka:</b><br><i>Kriswanto, E. S. (2016). Trend olahraga masa kini woodball olah raga ala golf. Yogyakarta: Pustaka Baru.</i><br><hr/> <b>Materi:</b><br>chapter 4<br><b>Pustaka:</b><br><i>Martens, R., &amp; Vealey, R. S. (2023). Successful coaching. Human kinetics.</i> | 5% |

|    |                                                                                                                                                                         |                                                          |                                                                                                                                                                       |                               |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |     |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 8  | mahasiswa mampu merancang program latihan fisik woodball                                                                                                                | mahasiswa mampu merancang program latihan fisik woodball | <b>Kriteria:</b><br>program latihan fisik yang relevan<br><br><b>Bentuk Penilaian :</b><br>Aktifitas Partisipasif                                                     | workshop<br>200 menit         | review literature<br>200 menit | <b>Materi:</b> teknik dasar woodball<br><b>Pustaka:</b><br><i>Kriswanto, E. S. (2016). Trend olahraga masa kini woodball olah raga ala golf. Yogyakarta: Pustaka Baru.</i><br><br><b>Materi:</b><br>chapter 4<br><b>Pustaka:</b><br><i>Martens, R., &amp; Vealey, R. S. (2023). Successful coaching. Human kinetics.</i> | 15% |
| 9  | Mahasiswa diharapkan mampu merancang program latihan olahraga yang sesuai dengan karakteristik Woodball, memperhitungkan aspek fisik, teknik, taktik, dan mental atlet. | penerapan program latihan yang telah dibuat              | <b>Kriteria:</b><br>praktik melatih sesuai dengan program latihan yang telah dibuat<br><br><b>Bentuk Penilaian :</b><br>Aktifitas Partisipasif, Praktik / Unjuk Kerja | Praktik, diskusi<br>200 menit | literature review<br>200 menit | <b>Materi:</b><br>teaching<br><b>Pustaka:</b><br><i>Chang, S. H., &amp; Lee, J. (2017). Teaching striking skills in elementary physical education using woodball. Journal of Physical Education, Recreation &amp; Dance, 88(8), 21-27.</i>                                                                               | 5%  |
| 10 | penerapan program latihan yang telah dibuat                                                                                                                             | penerapan program latihan yang telah dibuat              | <b>Kriteria:</b><br>praktik melatih sesuai dengan program latihan yang telah dibuat<br><br><b>Bentuk Penilaian :</b><br>Aktifitas Partisipasif, Praktik / Unjuk Kerja | Praktik, diskusi<br>200 menit | literature review<br>200 menit | <b>Materi:</b><br>teaching<br><b>Pustaka:</b><br><i>Chang, S. H., &amp; Lee, J. (2017). Teaching striking skills in elementary physical education using woodball. Journal of Physical Education, Recreation &amp; Dance, 88(8), 21-27.</i>                                                                               | 5%  |

|    |                                                        |                                             |                                                                                                                                                                       |                                   |                             |                                                                                                                                                                                                                                        |    |
|----|--------------------------------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 11 | penerapan program latihan yang telah dibuat            | penerapan program latihan yang telah dibuat | <b>Kriteria:</b><br>praktik melatih sesuai dengan program latihan yang telah dibuat<br><br><b>Bentuk Penilaian :</b><br>Aktifitas Partisipasif, Praktik / Unjuk Kerja | Praktik, diskusi 200 menit        | literature review 200 menit | <b>Materi:</b><br>teaching<br><b>Pustaka:</b><br>Chang, S. H., & Lee, J. (2017). <i>Teaching striking skills in elementary physical education using woodball. Journal of Physical Education, Recreation &amp; Dance, 88(8), 21-27.</i> | 5% |
| 12 | penerapan program latihan yang telah dibuat            | penerapan program latihan yang telah dibuat | <b>Kriteria:</b><br>praktik melatih sesuai dengan program latihan yang telah dibuat<br><br><b>Bentuk Penilaian :</b><br>Aktifitas Partisipasif, Praktik / Unjuk Kerja | Praktik, diskusi 200 menit        | literature review 200 menit | <b>Materi:</b><br>teaching<br><b>Pustaka:</b><br>Chang, S. H., & Lee, J. (2017). <i>Teaching striking skills in elementary physical education using woodball. Journal of Physical Education, Recreation &amp; Dance, 88(8), 21-27.</i> | 5% |
| 13 | mahasiswa mampu mengevaluasi penerapan program latihan | mengimplementasi evaluasi program latihan   | <b>Kriteria:</b><br>Evaluasi program latihan<br><br><b>Bentuk Penilaian :</b><br>Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk                   | workshop, unjuk kinerja 200 menit | literatur review 200 menit  | <b>Materi:</b><br>evaluasi latihan<br><b>Pustaka:</b><br>IWF. 2019. <i>Rules of woodball and Beach Woodball. India. IWF</i>                                                                                                            | 5% |
| 14 | mahasiswa mampu mengevaluasi penerapan program latihan | mengimplementasi evaluasi program latihan   | <b>Kriteria:</b><br>Evaluasi program latihan<br><br><b>Bentuk Penilaian :</b><br>Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk                   | workshop, unjuk kinerja 200 menit | literatur review 200 menit  | <b>Materi:</b><br>evaluasi latihan<br><b>Pustaka:</b><br>IWF. 2019. <i>Rules of woodball and Beach Woodball. India. IWF</i>                                                                                                            | 5% |
| 15 | mahasiswa mampu mengevaluasi penerapan program latihan | mengimplementasi evaluasi program latihan   | <b>Kriteria:</b><br>Evaluasi program latihan<br><br><b>Bentuk Penilaian :</b><br>Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk                   | workshop, unjuk kinerja 200 menit | literatur review 200 menit  | <b>Materi:</b><br>evaluasi latihan<br><b>Pustaka:</b><br>IWF. 2019. <i>Rules of woodball and Beach Woodball. India. IWF</i>                                                                                                            | 5% |

|    |                                                        |                                           |                                                                                                                                                     |                                   |                            |                                                                                                                               |     |
|----|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 16 | mahasiswa mampu mengevaluasi penerapan program latihan | mengimplementasi evaluasi program latihan | <b>Kriteria:</b><br>Evaluasi program latihan<br><br><b>Bentuk Penilaian :</b><br>Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk | workshop, unjuk kinerja 200 menit | literatur review 200 menit | <b>Materi:</b><br>evaluasi latihan<br><b>Pustaka:</b><br>IWBF. 2019. <i>Rules of woodball and Beach Woodball. India. IWBF</i> | 15% |
|----|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|

#### Rekap Persentase Evaluasi : Project Based Learning

| No | Evaluasi                                   | Persentase |
|----|--------------------------------------------|------------|
| 1. | Aktifitas Partisipasif                     | 75%        |
| 2. | Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk | 15%        |
| 3. | Praktik / Unjuk Kerja                      | 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 20 November 2024

Koordinator Program Studi S1  
Pendidikan Kepeleatihan  
Olahraga



MUHAMMAD  
NIDN 0010097903

UPM Program Studi S1  
Pendidikan Kepeleatihan  
Olahraga



NIDN 0015018105

**VALID**

**VALID**