

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

MATA KULIAH (MK)		KODE	Rumpun MK	BOBOT (sks)			SEMESTER	Tgl Penyusunan																																																		
MANAJEMEN PENYELENGGARAAN DAN PERWASITAN CABOR ANGKAT BERAT		8520204666	Mata Kuliah Wajib Program Studi	T=1	P=3	ECTS=6.36	6	25 Januari 2026																																																		
OTORISASI		Pengembang RPS		Koordinator RMK			Koordinator Program Studi																																																			
				Tutur Jatmiko, S.Pd., M.Kes			MUHAMMAD																																																			
Model Pembelajaran	Project Based Learning																																																									
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.																																																								
	CPL-5	Mampu merancang program latihan yang efektif dan inovatif berdasarkan prinsip-prinsip keilmuan dan penelitian terbaru di berbagai cabang olahraga.																																																								
	CPL-6	Mampu merancang, melaksanakan dan mengevaluasi proses pembelajaran olahraga yang inovatif dan efektif.																																																								
	CPL-7	Mampu mengidentifikasi dan mengevaluasi peluang bisnis dalam industri olahraga, serta mengembangkan ide-ide bisnis yang inovatif.																																																								
	CPL-8	Mampu merancang dan melaksanakan penelitian yang berkualitas tinggi dalam bidang keolahragaan, serta mempublikasikan hasil penelitian di jurnal ilmiah bereputasi.																																																								
	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)																																																									
CPMK - 1	Menganalisis dan mengevaluasi																																																									
Matrik CPL - CPMK																																																										
	<table><tr><td>CPMK</td><td>CPL-1</td><td>CPL-2</td><td>CPL-3</td><td>CPL-4</td><td>CPL-5</td><td>CPL-6</td><td>CPL-7</td><td>CPL-8</td></tr><tr><td>CPMK-1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>								CPMK	CPL-1	CPL-2	CPL-3	CPL-4	CPL-5	CPL-6	CPL-7	CPL-8	CPMK-1																																								
CPMK	CPL-1	CPL-2	CPL-3	CPL-4	CPL-5	CPL-6	CPL-7	CPL-8																																																		
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	Pemahaman konsep dan aplikasi Manajemen Penyelenggaraan dan Perwasitan Cabang Olahraga Angkat Berat. Matakuliah ini mengkaji tentang manajemen penyelenggaraan dan perwasitan angkat berat.																																																									
Pustaka	Utama :																																																									
	1. Bempa. 2015. Total Training for Young Champions. Australia: Human Kinetics 2. 8. Bempa, Tudor O. 2015. Periodization Training For Sports 3rd Edition. USA. Human Kinetics 3. 18. Joyce, David & Daniel Lewindon. 2014. High-Performance Training for Sports. USA. Human Kinetic 4. 2. Bempa, Tudor O & Gregory Haff . 2000. Periodization Theory and Methodology of Training. 5rd Edition. USA. Human Kinetics 5. IWF TECHNICAL AND COMPETITION RULES & REGULATIONS 2022																																																									

		Pendukung :					
Dosen Pengampu		Dr. Tuter Jatmiko, S.Pd., M.Kes.					
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	Memahami kontrak kuliah Pengertian tentang Penyelenggaraan Pertandingan Angkat Berat	1.Mampu memahami kontrak kuliah 2.Mampu menjelaskan pengertian latihan dan ruang lingkungannya 3.Mampu menjelaskan obyektifitas latihan 4.Mampu mengelompokkan jenis-jenis ketrampilan 5.Mampu menjelaskan proses adaptasi tubuh terhadap latihan kekuatan 6.Mampu menunjukkan dampak dari latihan terhadap perkembangan fisik	Kriteria: Rubrik penilaian Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	Ceramah dan diskusi 4 X 50		Materi: Mahasiswa memahami tujuan Pustaka: Bomp. 2015. <i>Total Training for Young Champions.</i> Australia: <i>Human Kinetics</i>	5%
2	Memahami tentang Penyelenggaraan Pertandingan Angkat Berat	1.Mampu menjelaskan manajemen penyelenggaraan pertandingan 2.Mampu menjelaskan kepanitiaan pertandingan 3.Mampu mengelompokkan tugas panitia pertandingan 4.Mampu menjelaskan kebutuhan peralatan pertandingan	Kriteria: Rubrik penilaian Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	Ceramah dan diskusi 4 X 50		Materi: Mahasiswa memahami tujuan Pustaka: Bomp. 2015. <i>Total Training for Young Champions.</i> Australia: <i>Human Kinetics</i>	5%
3	Memahami tentang Penyelenggaraan Pertandingan Angkat Berat	1.Mampu menjelaskan manajemen penyelenggaraan pertandingan 2.Mampu menjelaskan kepanitiaan pertandingan 3.Mampu mengelompokkan tugas panitia pertandingan 4.Mampu menjelaskan kebutuhan peralatan pertandingan	Kriteria: Rubrik penilaian Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	Ceramah dan diskusi 4 X 50		Materi: Mahasiswa memahami tujuan Pustaka: Bomp. 2015. <i>Total Training for Young Champions.</i> Australia: <i>Human Kinetics</i>	5%

4	Memahami tentang Penyelenggaraan Pertandingan Angkat Berat	1.Mampu menjelaskan manajemen penyelenggaraan pertandingan 2.Mampu menjelaskan kepanitiaan pertandingan 3.Mampu mengelompokkan tugas panitia pertandingan 4.Mampu menjelaskan kebutuhan peralatan pertandingan	Kriteria: Rubrik penilaian Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif	Ceramah dan diskusi 4 X 50		Materi: Mahasiswa memahami tujuan Pustaka: <i>Bompa. 2015. Total Training for Young Champions. Australia: Human Kinetics</i>	5%
5	Memahami tentang Penyelenggaraan Pertandingan Angkat Berat	1.Mampu menjelaskan manajemen penyelenggaraan pertandingan 2.Mampu menjelaskan kepanitiaan pertandingan 3.Mampu mengelompokkan tugas panitia pertandingan 4.Mampu menjelaskan kebutuhan peralatan pertandingan	Kriteria: Rubrik penilaian Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif	Ceramah dan diskusi 4 X 50		Materi: Mahasiswa memahami tujuan Pustaka: <i>Bompa. 2015. Total Training for Young Champions. Australia: Human Kinetics</i>	5%
6	Memahami tentang Penyelenggaraan Pertandingan Angkat Berat	1.Mampu menjelaskan manajemen penyelenggaraan pertandingan 2.Mampu menjelaskan kepanitiaan pertandingan 3.Mampu mengelompokkan tugas panitia pertandingan 4.Mampu menjelaskan kebutuhan peralatan pertandingan	Kriteria: Rubrik penilaian Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif	Ceramah dan diskusi 4 X 50		Materi: Mahasiswa memahami tujuan Pustaka: <i>Bompa. 2015. Total Training for Young Champions. Australia: Human Kinetics</i>	5%
7	Memahami tentang Penyelenggaraan Pertandingan Angkat Berat	1.Mampu menjelaskan manajemen penyelenggaraan pertandingan 2.Mampu menjelaskan kepanitiaan pertandingan 3.Mampu mengelompokkan tugas panitia pertandingan 4.Mampu menjelaskan kebutuhan peralatan pertandingan	Kriteria: Rubrik penilaian Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif	Ceramah dan diskusi 4 X 50		Materi: Mahasiswa memahami tujuan Pustaka: 8. <i>Bompa, Tudor O. 2015. Periodization Training For Sports 3rd Edition. USA. Human Kinetics</i>	5%

8	UTS	UTS	Kriteria: UTS Bentuk Penilaian : Penilaian Portofolio	UTS 4 X 50		Materi: Mahasiswa memahami tujuan Pustaka: 8. Bompa, Tudor O. 2015. <i>Periodization Training For Sports 3rd Edition. USA. Human Kinetics</i>	15%
9	Memahami tentang perwasitan angkat berat	1. Tugas dan peran wasit dalam persiapan pertandingan 2. Tugas dan peran wasit dalam Pertandingan 3. Tugas dan Peran Technical Delegate 4. Tugas dan Peran dewan Hakim	Kriteria: Rubrik Penilaian Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	Ceramah dan diskusi 4 X 50		Materi: Mahasiswa memahami tujuan Pustaka: 8. Bompa, Tudor O. 2015. <i>Periodization Training For Sports 3rd Edition. USA. Human Kinetics</i>	1%
10	Memahami tentang perwasitan angkat berat	1. Tugas dan peran wasit dalam persiapan pertandingan 2. Tugas dan peran wasit dalam Pertandingan 3. Tugas dan Peran Technical Delegate 4. Tugas dan Peran dewan Hakim	Kriteria: Rubrik Penilaian Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	Ceramah dan diskusi 4 X 50		Materi: Mahasiswa memahami tujuan Pustaka: Bompa. 2015. <i>Total Training for Young Champions. Australia: Human Kinetics</i>	4%
11	Memahami tentang perwasitan angkat berat	1. Tugas dan peran wasit dalam persiapan pertandingan 2. Tugas dan peran wasit dalam Pertandingan 3. Tugas dan Peran Technical Delegate 4. Tugas dan Peran dewan Hakim	Kriteria: Rubrik Penilaian Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	Ceramah dan diskusi 4 X 50		Materi: Mahasiswa memahami tujuan Pustaka: 18. Joyce, David & Daniel Lewindon. 2014. <i>High-Performance Training for Sports. USA. Human Kinetic</i>	5%
12	Memahami tentang perwasitan angkat berat	1. Tugas dan peran wasit dalam persiapan pertandingan 2. Tugas dan peran wasit dalam Pertandingan 3. Tugas dan Peran Technical Delegate 4. Tugas dan Peran dewan Hakim	Kriteria: Rubrik Penilaian Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	Ceramah dan diskusi 4 X 50		Materi: Mahasiswa memahami tujuan Pustaka: 8. Bompa, Tudor O. 2015. <i>Periodization Training For Sports 3rd Edition. USA. Human Kinetics</i>	5%

13	Memahami tentang perwasitan angkat berat	1. Tugas dan peran wasit dalam persiapan pertandingan 2. Tugas dan peran wasit dalam Pertandingan 3. Tugas dan Peran Technical Delegate 4. Tugas dan Peran dewan Hakim	Kriteria: Rubrik Penilaian Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	Ceramah dan diskusi 4 X 50		Materi: Mahasiswa memahami tujuan Pustaka: <i>Bompa. 2015. Total Training for Young Champions. Australia: Human Kinetics</i>	5%
14	Memahami tentang perwasitan angkat berat	1. Tugas dan peran wasit dalam persiapan pertandingan 2. Tugas dan peran wasit dalam Pertandingan 3. Tugas dan Peran Technical Delegate 4. Tugas dan Peran dewan Hakim	Kriteria: Rubrik Penilaian Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	Ceramah dan diskusi 4 X 50		Materi: Mahasiswa memahami tujuan Pustaka: 18. <i>Joyce, David & Daniel Lewindon. 2014. High-Performance Training for Sports. USA. Human Kinetic</i>	5%
15	Memahami tentang perwasitan angkat berat	1. Tugas dan peran wasit dalam persiapan pertandingan 2. Tugas dan peran wasit dalam Pertandingan 3. Tugas dan Peran Technical Delegate 4. Tugas dan Peran dewan Hakim	Kriteria: Rubrik Penilaian Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	Ceramah dan diskusi 4 X 50		Materi: Mahasiswa memahami tujuan Pustaka: <i>Bompa. 2015. Total Training for Young Champions. Australia: Human Kinetics</i>	5%
16	UAS	UAS	Kriteria: UAS Bentuk Penilaian : Penilaian Portofolio, Praktik / Unjuk Kerja	UAS 4 X 50		Materi: Mahasiswa memahami tujuan Pustaka: <i>Bompa. 2015. Total Training for Young Champions. Australia: Human Kinetics</i>	20%

Rekap Persentase Evaluasi : Project Based Learning

No	Evaluasi	Persentase
1.	Aktifitas Partisipasif	65%
2.	Penilaian Portofolio	25%
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 Keperawatan
Olahraga



MUHAMMAD
NIDN 0010097903

UPM Program Studi S1
Pendidikan Keperawatan
Olahraga



NIDN 0022019502

File PDF ini digenerate pada tanggal 25 Januari 2026 Jam 00:45 menggunakan aplikasi RPS-OBE SiDia Unesa

