



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
Metode Melatih Fisik, Teknik, Taktik & Mental Cabor Futsal	8520204501		T=1	P=0	ECTS=1.59	3	1 Januari 2025
OTORISASI	Pengembang RPS		Koordinator RMK			Koordinator Program Studi	
	Dr. Or. Muhammad, S.Pd., M.Pd.		Dr. Or. Muhammad, 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-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.
	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	
	CPMK - 1	Mampu memahami coaching method dan coaching process dalam melatih
	CPMK - 2	Mampu memahami dan menguasai metode melatih ball feeling dengan benar
	CPMK - 3	Mampu memahami dan menguasai metode melatih passing, wall passing dan ball control dengan benar
	CPMK - 4	Mampu memahami dan menguasai metode melatih body Shielding dan turning dengan benar
	CPMK - 5	Mampu memahami dan menguasai metode melatih dribbling dan running with the ball dengan benar
	CPMK - 6	Mampu memahami dan menguasai metode melatih feinting dan shooting dengan benar
	CPMK - 7	Mampu memahami dan menguasai metode melatih goal keeping dengan benar
	CPMK - 8	UTS
	CPMK - 9	Mampu memahami dan menguasai metode melatih Taktik Attacking, defending, dan transisi. dengan benar
	CPMK - 10	Mampu memahami dan menguasai metode melatih Daya Tahan
	CPMK - 11	Mampu memahami dan menguasai metode melatih Kekuatan dengan benar
	CPMK - 12	Mampu memahami dan menguasai metode melatih Kecepatan dengan benar
	CPMK - 13	Mampu memahami dan menguasai metode melatih Kelincahan dengan benar
	CPMK - 14	Mampu memahami dan menguasai metode melatih mental dengan benar
	CPMK - 15	UAS
	Matrik CPL - CPMK	

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	Mampu memahami coaching method dan coaching process dalam melatih.	Memahami coaching method dan coaching process dalam melatih teknik dasar futsal dengan benar	Kriteria: Nilai penuh jika dapat menjelaskan coaching method dan coaching proses dengan baik Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Tes	- Ceramah - Diskusi - Praktik 4 X 50	Penugasan online memungkinkan. Jenis penugasan: Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Materi: Pengenalan coaching method, Penerapan coaching process dalam latihan, Studi kasus coaching method sukses Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i>	5%
2	Mampu memahami dan menguasai metode melatih ball feeling dengan benar.	Melakukan praktik melatih ball feeling dengan benar.	Kriteria: Nilai penuh jika dapat mempraktekkan metode melatih ball feeling dengan baik Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja	- Ceramah - Diskusi - Praktik 4 X 50		Materi: Pengenalan konsep ball feeling, Teknik dasar latihan ball feeling, Penerapan ball feeling dalam situasi permainan Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i>	5%
3	Mampu memahami dan menguasai metode melatih passing, wall passing dan ball control dengan benar.	Melakukan praktik melatih passing, wall passing dan ball control dengan benar.	Kriteria: tugas dan praktek Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Praktik / Unjuk Kerja	- Ceramah - Diskusi - Praktik 4 X 50	Diskusi Online tentang Penerapan Teknik Dasar Passing dalam Situasi Permainan	Materi: Teknik Dasar Passing, Teknik Wall Passing, Teknik Ball Control Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i>	5%
4	Mampu memahami dan menguasai metode melatih body Shielding dan turning dengan benar.	Melakukan praktik melatih body Shielding dan turning dengan benar.	Kriteria: Nilai penuh jika dapat mempraktekkan metode melatih body shielding dan turning dengan baik Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja	- Ceramah - Diskusi - Praktik 4 X 50		Materi: body shielding, turning Pustaka: <i>Irawan A. 2009. Teknik Dasar Modern Futsal . Jakarta Pusat: Penerbit Pena Pundi Asmara.</i>	5%

5	Mampu memahami dan menguasai metode melatih dribbling dan running with the ball dengan benar.	Melakukan praktik melatih, dribbling dan running with the ball dengan benar.	Kriteria: Nilai penuh jika dapat mempraktekkan metode melatih dribbling dan running with the ball dengan baik Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja	- Ceramah - Diskusi - Praktik 4 X 50		Materi: dribbling Pustaka: Murhananto. 2006. <i>Dasar-dasar permainan futsal (sesuai dengan peraturan FIFA)</i> . PT Kawan Pustaka. Jakarta Materi: running with the ball Pustaka: Irawan A. 2009. <i>Teknik Dasar Modern Futsal</i> . Jakarta Pusat: Penerbit Pena Pundi Asmara.	5%
6	Mampu memahami dan menguasai metode melatih feinting dan shooting dengan benar.	Melakukan praktik melatih feinting dan shooting dengan benar	Kriteria: Nilai penuh jika dapat mempraktekkan metode melatih feinting dna shooting dengan baik Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Tes	- Ceramah - Diskusi - Praktik 4 X 50	Diskusi daring tentang penerapan feinting dan shooting dalam situasi permainan futsal	Materi: Teknik Dasar Feinting, Teknik Dasar Shooting, Metode Latihan Feinting dan Shooting Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i>	5%
7	Mampu memahami dan menguasai metode melatih goal keeping dengan benar.	Melakukan praktik melatih goal keeping dengan benar.	Kriteria: Nilai penuh jika dapat mempraktekkan metode melatih goal keeping dengan baik Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	- Ceramah - Diskusi - Praktik 4 X 50		Materi: Teknik Dasar Goal Keeping, Taktik dalam Melatih Goal Keeping, Analisis Latihan Goal Keeping Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i>	5%

8	UJIAN TENGAH SEMESTER	1. Mampu menjawab semua pertanyaan dengan benar 2. Mempraktekkan metode melatih dengan baik dan benar	Kriteria: 1. Nilai penuh jika dapat mempraktekkan metode melatih dengan baik 2. Nilai penuh jika dapat menjawab seluruh pertanyaan dengan benar Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Tes	tes tertulis, praktek 4 X 50		Materi: teknik dasar futsal Pustaka: <i>Irawan A. 2009. Teknik Dasar Modern Futsal . Jakarta Pusat: Penerbit Pena Pundi Asmara.</i> Materi: teknik dasar futsal Pustaka: <i>Murhananto. 2006. Dasar-dasar permainan futsal (sesuai dengan peraturan FIFA) . PT Kawan Pustaka. Jakarta</i> Materi: coaching method Pustaka: AFC. 2014. level one license coaching course. Asean Football Confederation.	20%
9	Mampu memahami dan menguasai metode melatih Taktik Attacking, defending, dan transisi. dengan benar.	Melakukan praktik melatih Taktik Attacking, defending, dan transisi. dengan benar.	Kriteria: Nilai penuh jika dapat mempraktekkan metode melatih taktik attacking, defending dan transisi dengan baik Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	- Ceramah - Diskusi - Praktik 4 X 50	Penugasan online memungkinkan. Jenis penugasan yang cocok adalah Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Materi: Konsep taktik attacking, Strategi taktik defending, Transisi serangan bertahan Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i>	5%
10	Mampu memahami dan menguasai metode melatih Taktik Attacking, defending, dan transisi. dengan benar.	Melakukan praktik melatih Taktik Attacking, defending, dan transisi. dengan benar.	Kriteria: Nilai penuh jika dapat mempraktekkan metode melatih taktik attacking, defending dan transisi dengan baik Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	- Ceramah - Diskusi - Praktik 4 X 50	Penugasan online memungkinkan. Jenis penugasan yang cocok adalah Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Materi: Konsep taktik attacking, Strategi taktik defending, Transisi serangan bertahan Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i>	5%
11	Mampu memahami dan menguasai metode melatih Daya Tahan dengan benar.	Melakukan praktik melatih Daya Tahan dengan benar	Kriteria: Nilai penuh jika dapat mempraktekkan metode melatih daya tahan dengan benar Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	- Ceramah - Diskusi - Praktik 4 X 50		Materi: Konsep dasar daya tahan, Metode latihan daya tahan dalam futsal, Strategi pengembangan daya tahan atlet futsal Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i>	5%

12	Mampu memahami dan menguasai metode melatih Kekuatan dengan benar.	Melakukan praktik melatih Kekuatan dengan benar.	Kriteria: Nilai penuh jika dapat mempraktekkan metode melatih kekuatan dengan benar Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	- Ceramah - Diskusi - Praktik 4 X 50		Materi: latihan kekuatan Pustaka: <i>Harsono. 2018. Latihan Kondisi Fisik, Bandung. PT Remaja Rosdakarya.</i>	5%
13	Mampu memahami dan menguasai metode melatih Kecepatan dengan benar.	Melakukan praktik melatih Kecepatan dengan benar.	Kriteria: Nilai penuh jika dapat mempraktekkan metode melatih kecepatan dengan baik Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	- Ceramah - Diskusi - Praktik 4 X 50		Materi: latihan kecepatan Pustaka: <i>Harsono. 2018. Latihan Kondisi Fisik, Bandung. PT Remaja Rosdakarya.</i>	1%
14	Mampu memahami dan menguasai metode melatih Kelincahan dengan benar.	Melakukan praktik melatih Kelincahan dengan benar	Kriteria: Nilai penuh jika dapat mempraktekkan metode melatih kelincahan dengan benar Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	- Ceramah - Diskusi - Praktik 4 X 50		Materi: latihan kelincahan Pustaka: <i>Harsono. 2018. Latihan Kondisi Fisik, Bandung. PT Remaja Rosdakarya.</i>	1%
15	Mampu memahami dan menguasai metode melatih Daya Tahan dengan benar.	Memahami & mempraktikkan latihan mental dalam permainan sesungguhnya	Kriteria: Nilai penuh jika dapat mempraktekkan metode melatih mental dengan benar Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	- Ceramah - Diskusi - Praktik 4 X 50		Materi: mental Pustaka: <i>Tim Burn, Holistic Futsal,</i>	3%
16	UJIAN AKHIR SEMESTER	1.Mampu menjawab semua pertanyaan dengan benar 2. Mempraktekkan metode melatih dengan baik dan benar	Kriteria: 1.Nilai penuh jika dapat mempraktekkan metode melatih dengan baik 2.Nilai penuh jika dapat menjawab seluruh pertanyaan dengan benar Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	tes tertulis, tes praktek 4 X 50		Materi: tactical and technical futsal Pustaka: <i>Lhaksana, Justinus. 2014. Taktik dan Strategi Futsal Modern . Be Champion (Penebar Swadaya Group). Jakarta:</i>	20%

Rekap Persentase Evaluasi : Case Study

No	Evaluasi	Persentase
1.	Aktifitas Partisipasif	13.12%
2.	Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	57.87%
3.	Penilaian Portofolio	3.08%
4.	Penilaian Praktikum	3.28%
5.	Praktik / Unjuk Kerja	10.2%
6.	Tes	12.45%
		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 24 Desember 2024

Koordinator Program Studi S1
Pendidikan Kepelatihan
Olahraga



MUHAMMAD
NIDN 0010097903

UPM Program Studi S1
Pendidikan Kepelatihan
Olahraga



NIDN 0010097903

File PDF ini digenerate pada tanggal 23 Januari 2026 Jam 22:49 menggunakan aplikasi RPS-OBE SiDia Unesa

