



**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 (skls)			SEMESTER	Tgl Penyusunan								
Perencanaan Program Latihan Cabor Berkuda		8520204670	Mata Kuliah Pilihan Program Studi		T=1	P=3	ECTS=6.36	5	7 Desember 2025								
OTORISASI		Pengembang RPS		Koordinator RMK			Koordinator Program Studi										
		Dr. Mochamad Ridwan, S.Pd., M.Pd.		.....			MUHAMMAD										
Model Pembelajaran	Project Based Learning																
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK																
	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	Menganalisis dan mengevaluasi															
	Matrik CPL - CPMK																
		CPMK	CPL-4	CPL-5	CPL-6												
		CPMK-1	✓	✓	✓												
	Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)																
	CPMK	Minggu Ke															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
		CPMK-1															
Deskripsi Singkat MK	Mempraktikkan metode-metode pelatihan teknik Karate baik Kihon (teknik dasar), Kata (jurus), Kumite (teknik perkelahian), Ishodori (teknik bela diri praktis). Mempelajari sistem pertandingan karate dan praktik perwasitan. Filosofis Karate-Do pun dalam kajian diskusi. Model –Model dan media pembelajaran peningkatan prestasi saat ini.																
Pustaka	Utama :																
	<ol style="list-style-type: none"> <li>Perry Paul. 1992. Bebas Cidera Karate . Jakarta: Ghalia Indonesia.</li> <li>Sujito J.B. 2006. Teknik Oyama Karate . Jakarta: PT. Alex Media Komputindo.</li> <li>Prayitno Kwat dan P. Rahmadi Guruh. 2007. Karate Kata. Jombang: K-Media.</li> <li>Pardijono, dan Yulfadinata Afifan. 2014. Buku Ajar Sarana dan Prasarana Olahraga Edisi 1 . Surabaya: Unesa University Press.</li> <li>Yulfadinata Afifan dan Wisnu Hari. 2017. Buku Ajar Mahasiswa Beladiri Karate . Surabaya: Unesa University Press.</li> </ol>																
	Pendukung :																
Dosen Pengampu	Dr. Mochamad Ridwan, S.Pd., M.Pd. Diva Ristie Valentina, S.Pd., M.Pd.																

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 mengetahui reviu, konsep, dan makna Karate-Do	- Mampu mereviu makna karate-do - Mengetahui konsep dari karate-do - Mengetahui makna dari karate-do	<b>Kriteria:</b> tugas dan praktek  <b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipatif, Praktik / Unjuk Kerja	Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 4 X 50		<b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> <i>Pardijono, dan Yulfadinata Afifan. 2014. Buku Ajar Sarana dan Prasarana Olahraga Edisi 1 . Surabaya: Unesa University Press.</i>	25%
2	Mampu mengetahui reviu, konsep, dan makna Karate-Do	- Mampu mereviu makna karate-do - Mengetahui konsep dari karate-do - Mengetahui makna dari karate-do	<b>Kriteria:</b> tugas dan praktek  <b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 4 X 50		<b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> <i>Pardijono, dan Yulfadinata Afifan. 2014. Buku Ajar Sarana dan Prasarana Olahraga Edisi 1 . Surabaya: Unesa University Press.</i>	5%
3	Mampu mengetahui reviu, konsep, dan makna Karate-Do	- Mampu mereviu makna karate-do - Mengetahui konsep dari karate-do - Mengetahui makna dari karate-do	<b>Kriteria:</b> tugas dan praktek  <b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Portofolio, Praktik / Unjuk Kerja	Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 4 X 50		<b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> <i>Pardijono, dan Yulfadinata Afifan. 2014. Buku Ajar Sarana dan Prasarana Olahraga Edisi 1 . Surabaya: Unesa University Press.</i>	5%

4	Mampu mengetahui reviu, konsep, dan makna Karate-Do	- Mampu mereviu makna karate-do - Mengetahui konsep dari karate-do - Mengetahui makna dari karate-do	<b>Kriteria:</b> tugas dan praktek  <b>Bentuk Penilaian</b> : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja	Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 4 X 50		<b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> Pardijono, dan Yulfadinata Afifan. 2014. Buku Ajar Sarana dan Prasarana Olahraga Edisi 1 . Surabaya: Unesa University Press.	5%
5	Mampu mengetahui reviu, konsep, dan makna Karate-Do	- Mampu mereviu makna karate-do - Mengetahui konsep dari karate-do - Mengetahui makna dari karate-do	<b>Kriteria:</b> tugas dan praktek  <b>Bentuk Penilaian</b> : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio	Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 4 X 50		<b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> Pardijono, dan Yulfadinata Afifan. 2014. Buku Ajar Sarana dan Prasarana Olahraga Edisi 1 . Surabaya: Unesa University Press.	5%
6	Mampu mengetahui reviu, konsep, dan makna Karate-Do	- Mampu mereviu makna karate-do - Mengetahui konsep dari karate-do - Mengetahui makna dari karate-do	<b>Kriteria:</b> tugas dan praktek  <b>Bentuk Penilaian</b> : Aktifitas Partisipatif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 4 X 50		<b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> Pardijono, dan Yulfadinata Afifan. 2014. Buku Ajar Sarana dan Prasarana Olahraga Edisi 1 . Surabaya: Unesa University Press.	5%
7	Mampu mengetahui reviu, konsep, dan makna Karate-Do	- Mampu mereviu makna karate-do - Mengetahui konsep dari karate-do - Mengetahui makna dari karate-do	<b>Kriteria:</b> tugas dan praktek  <b>Bentuk Penilaian</b> : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja	Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 4 X 50		<b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> Pardijono, dan Yulfadinata Afifan. 2014. Buku Ajar Sarana dan Prasarana Olahraga Edisi 1 . Surabaya: Unesa University Press.	5%

8	Mampu mengetahui reviu, konsep, dan makna Karate-Do	- Mampu mereviu makna karate-do - Mengetahui konsep dari karate-do - Mengetahui makna dari karate-do	<b>Kriteria:</b> tugas dan praktek  <b>Bentuk Penilaian</b> : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Tes	Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 4 X 50		<b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> Pardijono, dan Yulfadinata Afifan. 2014. Buku Ajar Sarana dan Prasarana Olahraga Edisi 1 . Surabaya: Unesa University Press.	5%
9	Mampu mengetahui reviu, konsep, dan makna Karate-Do	- Mampu mereviu makna karate-do - Mengetahui konsep dari karate-do - Mengetahui makna dari karate-do	<b>Kriteria:</b> tugas dan praktek  <b>Bentuk Penilaian</b> : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 4 X 50		<b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> Pardijono, dan Yulfadinata Afifan. 2014. Buku Ajar Sarana dan Prasarana Olahraga Edisi 1 . Surabaya: Unesa University Press.	5%
10	Mampu mengetahui reviu, konsep, dan makna Karate-Do	- Mampu mereviu makna karate-do - Mengetahui konsep dari karate-do - Mengetahui makna dari karate-do	<b>Kriteria:</b> tugas dan praktek  <b>Bentuk Penilaian</b> : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 4 X 50		<b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> Pardijono, dan Yulfadinata Afifan. 2014. Buku Ajar Sarana dan Prasarana Olahraga Edisi 1 . Surabaya: Unesa University Press.	5%
11	Mampu mengetahui reviu, konsep, dan makna Karate-Do	- Mampu mereviu makna karate-do - Mengetahui konsep dari karate-do - Mengetahui makna dari karate-do	<b>Kriteria:</b> tugas dan praktek  <b>Bentuk Penilaian</b> : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 4 X 50		<b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> Pardijono, dan Yulfadinata Afifan. 2014. Buku Ajar Sarana dan Prasarana Olahraga Edisi 1 . Surabaya: Unesa University Press.	5%

12	Mampu mengetahui reviu, konsep, dan makna Karate-Do	- Mampu mereviu makna karate-do - Mengetahui konsep dari karate-do - Mengetahui makna dari karate-do	<b>Kriteria:</b> tugas dan praktek  <b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 4 X 50		<b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> Pardijono, dan Yulfadinata Afifan. 2014. Buku Ajar Sarana dan Prasarana Olahraga Edisi 1 . Surabaya: Unesa University Press.	5%
13	Mampu mengetahui reviu, konsep, dan makna Karate-Do	- Mampu mereviu makna karate-do - Mengetahui konsep dari karate-do - Mengetahui makna dari karate-do	<b>Kriteria:</b> tugas dan praktek  <b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 4 X 50		<b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> Pardijono, dan Yulfadinata Afifan. 2014. Buku Ajar Sarana dan Prasarana Olahraga Edisi 1 . Surabaya: Unesa University Press.	5%
14	Mampu mengetahui reviu, konsep, dan makna Karate-Do	- Mampu mereviu makna karate-do - Mengetahui konsep dari karate-do - Mengetahui makna dari karate-do	<b>Kriteria:</b> tugas dan praktek  <b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 4 X 50		<b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> Pardijono, dan Yulfadinata Afifan. 2014. Buku Ajar Sarana dan Prasarana Olahraga Edisi 1 . Surabaya: Unesa University Press.	5%
15	Mampu mengetahui reviu, konsep, dan makna Karate-Do	- Mampu mereviu makna karate-do - Mengetahui konsep dari karate-do - Mengetahui makna dari karate-do	<b>Kriteria:</b> tugas dan praktek  <b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 4 X 50		<b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> Pardijono, dan Yulfadinata Afifan. 2014. Buku Ajar Sarana dan Prasarana Olahraga Edisi 1 . Surabaya: Unesa University Press.	5%

16	Mampu mengetahui review, konsep, dan makna Karate-Do	- Mampu mereview makna karate-do - Mengetahui konsep dari karate-do - Mengetahui makna dari karate-do	<b>Kriteria:</b> tugas dan praktek  <b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Tes	Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 4 X 50		<b>Materi:</b> Mahasiswa memahami tujuan pembelajaran <b>Pustaka:</b> <i>Pardijono, dan Yulfadinata Afifan. 2014. Buku Ajar Sarana dan Prasarana Olahraga Edisi 1 . Surabaya: Unesa University Press.</i>	5%
----	--	---	---	--	--	--	----

#### Rekap Persentase Evaluasi : Project Based Learning

No	Evaluasi	Percentase
1.	Aktifitas Partisipatif	15%
2.	Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	51.25%
3.	Penilaian Portofolio	6.25%
4.	Praktik / Unjuk Kerja	21.25%
5.	Tes	6.25%
		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 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 Januari 2025

Koordinator Program Studi S1  
Pendidikan Kepelatihan  
Olahraga

**UPM** Program Studi S1  
Pendidikan Kepelatihan  
Olahraga



MUHAMMAD  
NIDN 0010097903



NIDN 0022019502

File PDF ini digenerate pada tanggal 7 Desember 2025 Jam 23:47 menggunakan aplikasi RPS-QBE SiDia Unesa

