

	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																								
Perencanaan Program Latihan Cabor Bulutangkis	8520204403		T=1	P=1	ECTS=3.18	5																								
OTORISASI	Pengembang RPS		Koordinator RMK			Koordinator Program Studi																								
	Muhammad Labib Siena Ar Rasyid, S.Pd., M.Pd.		Dr. Oce Wiriawan, M.Kes.			MUHAMMAD																								
Model Pembelajaran	Project Based Learning																													
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK																													
	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	Mahasiswa mampu memahami teori dasar dan prinsip-prinsip perencanaan program latihan atlet bulutangkis elit yang berorientasi pada pencapaian prestasi tingkat nasional dan internasional.																												
	CPMK - 2	Mahasiswa mampu melakukan analisis kebutuhan fisik, teknis, taktis, dan mental atlet bulutangkis berdasarkan data performa individu dan target kompetisi.																												
	CPMK - 3	Mahasiswa mampu merancang program latihan jangka pendek, menengah, dan panjang untuk atlet bulutangkis elit yang efektif dan efisien, sesuai dengan prinsip periodisasi olahraga.																												
	CPMK - 4	Mahasiswa mampu menerapkan metode monitoring dan evaluasi program latihan untuk mengukur perkembangan performa dan efektivitas program latihan atlet bulutangkis.																												
	CPMK - 5	Mahasiswa mampu mengintegrasikan faktor-faktor penunjang, seperti nutrisi, psikologi olahraga, dan pemulihan, ke dalam program latihan atlet bulutangkis elit.																												
	CPMK - 6	Mahasiswa mampu mempraktikkan perencanaan latihan teknis dan taktis yang mendukung pengembangan kemampuan bermain bulutangkis secara kompetitif pada tingkat nasional dan internasional.																												
	CPMK - 7	Mahasiswa mampu mengevaluasi hasil program latihan secara komprehensif dan menyusun strategi modifikasi untuk meningkatkan efektivitas program di masa mendatang.																												
	Matrik CPL - CPMK																													
		<table border="1"> <thead> <tr> <th>CPMK</th> <th>CPL-5</th> <th>CPL-6</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>CPMK-1</td><td>✓</td><td></td></tr> <tr><td>CPMK-2</td><td>✓</td><td></td></tr> <tr><td>CPMK-3</td><td></td><td>✓</td></tr> <tr><td>CPMK-4</td><td>✓</td><td></td></tr> <tr><td>CPMK-5</td><td></td><td>✓</td></tr> <tr><td>CPMK-6</td><td></td><td>✓</td></tr> <tr><td>CPMK-7</td><td>✓</td><td></td></tr> </tbody> </table>					CPMK	CPL-5	CPL-6	CPMK-1	✓		CPMK-2	✓		CPMK-3		✓	CPMK-4	✓		CPMK-5		✓	CPMK-6		✓	CPMK-7	✓	
	CPMK	CPL-5	CPL-6																											
CPMK-1	✓																													
CPMK-2	✓																													
CPMK-3		✓																												
CPMK-4	✓																													
CPMK-5		✓																												
CPMK-6		✓																												
CPMK-7	✓																													
Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)																														

		<table><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><tr><td>CPMK-2</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><tr><td>CPMK-3</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><tr><td>CPMK-4</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><tr><td>CPMK-5</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><tr><td>CPMK-6</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><tr><td>CPMK-7</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-2			✓	✓													CPMK-3					✓	✓	✓	✓									CPMK-4									✓	✓							CPMK-5											✓	✓					CPMK-6													✓	✓			CPMK-7															✓	✓
CPMK	Minggu Ke																																																																																																																																																									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16																																																																																																																																										
CPMK-1	✓	✓																																																																																																																																																								
CPMK-2			✓	✓																																																																																																																																																						
CPMK-3					✓	✓	✓	✓																																																																																																																																																		
CPMK-4									✓	✓																																																																																																																																																
CPMK-5											✓	✓																																																																																																																																														
CPMK-6													✓	✓																																																																																																																																												
CPMK-7															✓	✓																																																																																																																																										
Deskripsi Singkat MK	Mata kuliah Perencanaan Program Latihan Elit Atlet Cabang Olahraga Bulutangkis bertujuan untuk memberikan pemahaman dan keterampilan dalam merencanakan program latihan yang efektif dan efisien bagi atlet bulutangkis tingkat elit. Mata kuliah ini mencakup pembelajaran tentang analisis kebutuhan atlet, perencanaan program latihan jangka pendek dan jangka panjang, pengelolaan beban latihan, monitoring dan evaluasi program latihan, serta faktor-faktor penunjang keberhasilan atlet. Ruang lingkup mata kuliah mencakup teori dan praktik perencanaan program latihan yang berorientasi pada pencapaian prestasi tingkat internasional dalam cabang olahraga bulutangkis.																																																																																																																																																									
Pustaka	Utama :																																																																																																																																																									
			1. Badminton World Federation, 2017, BWF Badminton Coach Education Coaches' Manual Level 1 (Second Edition), Badminton World Federation 2. Bompa Tudor O, Half G Gregory 2015: Theory and Methodology of Training 5th Edition, Lippincott Williams & Wilkins 3. Robinson paul E, 2015 Fondation of Sport Coaching, 2nd Edition, Routledge																																																																																																																																																							
	Pendukung :																																																																																																																																																									
Dosen Pengampu	Dra. Ika Jayadi, M.Kes. Prof. Dr. Oce Wiriawan, M.Kes. Yanuar Alfian Triardhana, S.Or., M.Kes. Muhammad Labib Siena Ar Rasyid, 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	Mahasiswa diharapkan mampu menerapkan prinsip-prinsip dasar perencanaan latihan untuk atlet bulutangkis dalam situasi nyata.	1.Rancangan program latihan atlet bulutangkis 2.Kemampuan menerapkan prinsip-prinsip dasar perencanaan latihan 3.Analisis efektivitas program latihan	Kriteria: Mampu memahami prinsip dasar perencanaan latihan Bentuk Penilaian : Penilaian Portofolio	Pembelajaran berbasis masalah. 2x50 menit	Penugasan online memungkinkan, Pembuatan rancangan program latihan untuk atlet bulutangkis	Materi: Prinsip dasar perencanaan latihan, Faktor-faktor yang mempengaruhi program latihan atlet bulutangkis, Teknik merancang program latihan yang efektif Pustaka: Handbook Perkuliahan Materi: Prinsip dasar latihan Pustaka: Bompa Tudor O, Half G Gregory 2015: Theory and Methodology of Training 5th Edition, Lippincott Williams & Wilkins		5%																																																																																																																																																		

2	Mahasiswa diharapkan mampu menerapkan prinsip-prinsip dasar perencanaan latihan untuk atlet bulutangkis dalam situasi nyata.	1. Rancangan program latihan atlet bulutangkis 2. Kemampuan menerapkan prinsip-prinsip dasar perencanaan latihan 3. Analisis efektivitas program latihan	Kriteria: Mampu memahami prinsip dasar lanjutan perencanaan latihan Bentuk Penilaian : Penilaian Portofolio, Praktik / Unjuk Kerja	Pembelajaran berbasis masalah. 2x50 menit	Penugasan online memungkinkan, Pembuatan rancangan program latihan untuk atlet bulutangkis	Materi: Prinsip dasar perencanaan latihan, Faktor-faktor yang mempengaruhi program latihan atlet bulutangkis, Teknik merancang program latihan yang efektif Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i> Materi: Prinsip dasar latihan Pustaka: <i>Bompa Tudor O, Half G Gregory 2015: Theory and Methodology of Training 5th Edition, Lippincott Williams & Wilkins</i>	5%
3	Mahasiswa diharapkan mampu menganalisis kebutuhan fisik, teknis, dan taktis atlet bulutangkis secara komprehensif untuk merancang program latihan yang spesifik dan efektif.	1. Analisis kebutuhan fisik atlet 2. Analisis kebutuhan teknis atlet 3. Analisis kebutuhan taktis atlet	Kriteria: Nilai akhir diperoleh jika mampu menganalisis kebutuhan fisik, teknik, dan taktik Bentuk Penilaian : Penilaian Portofolio, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Pembelajaran Berbasis Masalah. 2x50 menit	Diskusi daring tentang analisis kebutuhan atlet bulutangkis	Materi: Kebutuhan fisik atlet bulutangkis, Kebutuhan teknis atlet bulutangkis, Kebutuhan taktis atlet bulutangkis, Pengembangan program latihan spesifik Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i>	5%
4	Mahasiswa diharapkan mampu menganalisis kebutuhan fisik, teknis, taktis, dan mental atlet bulutangkis secara komprehensif untuk merancang program latihan yang spesifik dan efektif.	1. Analisis kebutuhan fisik atlet 2. Analisis kebutuhan teknis atlet 3. Analisis kebutuhan taktis atlet 4. Analisis kebutuhan mental atlet	Kriteria: Nilai akhir diperoleh jika mampu menganalisis kebutuhan fisik, teknik, taktik, dan mental Bentuk Penilaian : Penilaian Portofolio, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Pembelajaran Berbasis Masalah. 2x50 menit	Diskusi daring tentang analisis kebutuhan atlet bulutangkis	Materi: Kebutuhan fisik atlet bulutangkis, Kebutuhan teknis atlet bulutangkis, Kebutuhan taktis atlet bulutangkis, Pengembangan program latihan spesifik Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i> Materi: Bulutangkis Pustaka: <i>Badminton World Federation, 2017, BWF Badminton Coach Education Coaches' Manual Level 1 (Second Edition), Badminton World Federation</i>	5%

5	Mahasiswa mampu memahami merancang program latihan jangka pendek untuk atlet bulutangkis yang efektif dan efisien	Kemampuan merancang program latihan jangka pendek	Kriteria: Mampu merancang program latihan jangka pendek Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Pembelajaran berbasis proyek 2x50 menit		Materi: Prinsip dasar program latihan jangka pendek, menengah, dan panjang Pustaka: <i>Bompa Tudor O, Half G Gregory 2015: Theory and Methodology of Training 5th Edition, Lippincott Williams & Wilkins</i> Materi: Pondasi teori kepelatihan olahraga Pustaka: <i>Robinson paul E, 2015 Fondation of Sport Coaching, 2nd Edition, Routledge</i>	5%
6	Mahasiswa mampu memahami merancang program latihan jangka menengah untuk atlet bulutangkis yang efektif dan efisien	Kemampuan merancang program latihan jangka menengah	Kriteria: Mampu merancang program latihan jangka menengah Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja	Pembelajaran berbasis proyek 2x50 menit		Materi: Prinsip dasar program latihan jangka pendek, menengah, dan panjang Pustaka: <i>Bompa Tudor O, Half G Gregory 2015: Theory and Methodology of Training 5th Edition, Lippincott Williams & Wilkins</i> Materi: Pondasi teori kepelatihan olahraga Pustaka: <i>Robinson paul E, 2015 Fondation of Sport Coaching, 2nd Edition, Routledge</i>	5%

7	Mahasiswa mampu memahami merancang program latihan jangka panjang untuk atlet bulutangkis yang efektif dan efisien	Kemampuan merancang program latihan jangka panjang	Kriteria: Mampu merancang program latihan jangka panjang Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja	Pembelajaran berbasis proyek 2x50 menit		Materi: Prinsip dasar program latihan jangka pendek, menengah, dan panjang Pustaka: <i>Bompa Tudor O, Half G Gregory 2015: Theory and Methodology of Training 5th Edition, Lippincott Williams & Wilkins</i> Materi: Pondasi teori kepelatihan olahraga Pustaka: <i>Robinson paul E, 2015 Fondation of Sport Coaching, 2nd Edition, Routledge</i>	5%
8	Mahasiswa mampu mengerjakan Ujian Tengah Semester (UTS)	UTS	Kriteria: UTS Bentuk Penilaian : Tes	UTS		Materi: Analisis karakteristik teknik dasar bulutangkis Pustaka: <i>Badminton World Federation, 2017, BWF Badminton Coach Education Coaches' Manual Level 1 (Second Edition), Badminton World Federation</i> Materi: Prinsip dasar latihan Pustaka: <i>Bompa Tudor O, Half G Gregory 2015: Theory and Methodology of Training 5th Edition, Lippincott Williams & Wilkins</i>	10%

9	1.Mahasiswa mengetahui berbagai metode monitoring dan evaluasi program latihan untuk mengukur perkembangan performa atlet 2.Mahasiswa mampu menerapkan metode monitoring dan evaluasi program latihan untuk mengetahui efektivitas dari program latihan dan perkembangan performa atlet	1.Memahami metode monitoring dan evaluasi program latihan 2.Mampu menerapkan metode monitoring dan evaluasi program latihan	Kriteria: Pemahaman metode monitoring dan evaluasi program latihan beserta penerapannya di kondisi nyata Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Pembelajaran Berbasis Masalah.		Materi: Monitoring dan Evaluasi Kepeleatihan Olahraga Pustaka: <i>Bompa Tudor O, Half G Gregory 2015: Theory and Methodology of Training 5th Edition, Lippincott Williams & Wilkins</i> Materi: Prinsip dasar dalam melakukan monev kepeleatihan Pustaka: <i>Robinson paul E, 2015 Fondation of Sport Coaching, 2nd Edition, Routledge</i>	5%
10	1.Mahasiswa mengetahui berbagai metode monitoring dan evaluasi program latihan untuk mengukur perkembangan performa atlet 2.Mahasiswa mampu menerapkan metode monitoring dan evaluasi program latihan untuk mengetahui efektivitas dari program latihan dan perkembangan performa atlet	1.Memahami metode monitoring dan evaluasi program latihan 2.Mampu menerapkan metode monitoring dan evaluasi program latihan	Kriteria: Pemahaman metode monitoring dan evaluasi program latihan beserta penerapannya di kondisi nyata Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Pembelajaran Berbasis Masalah.		Materi: Monitoring dan Evaluasi Kepeleatihan Olahraga Pustaka: <i>Bompa Tudor O, Half G Gregory 2015: Theory and Methodology of Training 5th Edition, Lippincott Williams & Wilkins</i> Materi: Prinsip dasar dalam melakukan monev kepeleatihan Pustaka: <i>Robinson paul E, 2015 Fondation of Sport Coaching, 2nd Edition, Routledge</i>	5%

11	1.Menganalisis kebutuhan nutrisi spesifik atlet bulutangkis berdasarkan intensitas latihan dan fase kompetisi. 2.Menyusun rencana pemulihan yang mencakup teknik recovery fisik dan mental sesuai dengan prinsip olahraga elit. 3.Merancang program psikologi olahraga untuk meningkatkan performa mental pada atlet bulutangkis elit. 4.Mengintegrasikan nutrisi, psikologi olahraga, dan pemulihan secara sinergis ke dalam program latihan bulutangkis.	1.Kemampuan menjelaskan hubungan antara nutrisi, psikologi olahraga, dan pemulihan dalam mendukung performa atlet. 2.Ketepatan analisis kebutuhan nutrisi, psikologi olahraga, dan pemulihan sesuai data atlet. 3.Keterampilan dalam merancang program integratif yang realistis dan aplikatif.	Kriteria: 1.Nilai penuh diperoleh jika mampu menjelaskan korelasi nutrisi, psikologi, dan pemulihan dalam menunjang performa atlet 2.Nilai penuh diperoleh jika mampu menganalisis dengan tepat terkait kebutuhan nutrisi, psikologi, dan pemulihan sesuai kebutuhan atlet 3.Nilai penuh diperoleh jika mampu merancang program integratif yang realistis dan aplikatif dengan tepat Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Tes	Pembelajaran berbasis diskusi dan studi kasus. 2x50 menit		Materi: Karakteristik Bulutangkis Pustaka: <i>Badminton World Federation, 2017, BWF Badminton Coach Education Coaches' Manual Level 1 (Second Edition), Badminton World Federation</i> Materi: Penerapan integrasi faktor penunjang proses pelatihan, seperti nutrisi, psikologi, dan pemulihan Pustaka: <i>Bompa Tudor O. Half G Gregory 2015: Theory and Methodology of Training 5th Edition, Lippincott Williams & Wilkins</i>	5%
12	1.Menganalisis kebutuhan nutrisi spesifik atlet bulutangkis berdasarkan intensitas latihan dan fase kompetisi. 2.Menyusun rencana pemulihan yang mencakup teknik recovery fisik dan mental sesuai dengan prinsip olahraga elit. 3.Merancang program psikologi olahraga untuk meningkatkan performa mental pada atlet bulutangkis elit. 4.Mengintegrasikan nutrisi, psikologi olahraga, dan pemulihan secara sinergis ke dalam program latihan bulutangkis.	1.Kemampuan menjelaskan hubungan antara nutrisi, psikologi olahraga, dan pemulihan dalam mendukung performa atlet. 2.Ketepatan analisis kebutuhan nutrisi, psikologi olahraga, dan pemulihan sesuai data atlet. 3.Keterampilan dalam merancang program integratif yang realistis dan aplikatif.	Kriteria: 1.Nilai penuh diperoleh jika mampu menjelaskan korelasi nutrisi, psikologi, dan pemulihan dalam menunjang performa atlet 2.Nilai penuh diperoleh jika mampu menganalisis dengan tepat terkait kebutuhan nutrisi, psikologi, dan pemulihan sesuai kebutuhan atlet 3.Nilai penuh diperoleh jika mampu merancang program integratif yang realistis dan aplikatif dengan tepat Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio, Tes	Pembelajaran berbasis diskusi dan studi kasus. 2x50 menit		Materi: Karakteristik Bulutangkis Pustaka: <i>Badminton World Federation, 2017, BWF Badminton Coach Education Coaches' Manual Level 1 (Second Edition), Badminton World Federation</i> Materi: Penerapan integrasi faktor penunjang proses pelatihan, seperti nutrisi, psikologi, dan pemulihan Pustaka: <i>Bompa Tudor O. Half G Gregory 2015: Theory and Methodology of Training 5th Edition, Lippincott Williams & Wilkins</i>	5%

13	1. Mengidentifikasi kebutuhan teknis dan taktis atlet bulutangkis berdasarkan hasil evaluasi performa dan analisis pertandingan. 2. Merancang program latihan teknis untuk meningkatkan keterampilan spesifik, seperti pukulan, footwork, dan penguasaan area lapangan. 3. Menyusun strategi latihan taktis untuk menghadapi berbagai gaya permainan lawan di tingkat nasional dan internasional. 4. Mengintegrasikan latihan teknis dan taktis dalam simulasi pertandingan. 5. Mengevaluasi efektivitas program latihan teknis dan taktis melalui tes performa atau simulasi kompetisi.	1. Kemampuan menganalisis kebutuhan teknis dan taktis atlet berdasarkan data performa. 2. Ketepatan rancangan program latihan teknis dan taktis sesuai dengan tujuan kompetisi. 3. Keterampilan dalam menerapkan latihan teknis dan taktis dalam simulasi pertandingan. 4. Kemampuan mengevaluasi hasil latihan dan memberikan rekomendasi perbaikan.	Kriteria: 1. Ketepatan dalam menentukan kebutuhan teknik dan taktik atlet 2. Rancangan program latihan teknik dan taktik sesuai dengan tujuan 3. Terampil dalam penerapan latihan teknik dan taktik simulasi pertandingan 4. Mampu mengevaluasi hasil dengan tepat dan pemberian rekomendasi secara akurat Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja	Ceramah, diskusi, studi kasus 2x50 menit	Materi: Identifikasi kebutuhan individu atlet, Perancangan program latihan adaptif, Implementasi program latihan Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i> Materi: Kebutuhan teknik dan taktik bulutangkis Pustaka: <i>Badminton World Federation, 2017, BWF Badminton Coach Education Coaches' Manual Level 1 (Second Edition), Badminton World Federation</i> Materi: Proses pemberian evaluasi kepelatihan Pustaka: <i>Bompa Tudor O. Half G Gregory 2015: Theory and Methodology of Training 5th Edition, Lippincott Williams & Wilkins</i>	5%
----	---	---	---	---	--	----

14	1. Mengidentifikasi kebutuhan teknis dan taktis atlet bulutangkis berdasarkan hasil evaluasi performa dan analisis pertandingan. 2. Merancang program latihan teknis untuk meningkatkan keterampilan spesifik, seperti pukulan, footwork, dan penguasaan area lapangan. 3. Menyusun strategi latihan taktis untuk menghadapi berbagai gaya permainan lawan di tingkat nasional dan internasional. 4. Mengintegrasikan latihan teknis dan taktis dalam simulasi pertandingan. 5. Mengevaluasi efektivitas program latihan teknis dan taktis melalui tes performa atau simulasi kompetisi.	1. Kemampuan menganalisis kebutuhan teknis dan taktis atlet berdasarkan data performa. 2. Ketepatan rancangan program latihan teknis dan taktis sesuai dengan tujuan kompetisi. 3. Keterampilan dalam menerapkan latihan teknis dan taktis dalam simulasi pertandingan. 4. Kemampuan mengevaluasi hasil latihan dan memberikan rekomendasi perbaikan.	Kriteria: 1. Ketepatan dalam menentukan kebutuhan teknik dan taktik atlet 2. Rancangan program latihan teknik dan taktik sesuai dengan tujuan 3. Terampil dalam penerapan latihan teknik dan taktik simulasi pertandingan 4. Mampu mengevaluasi hasil dengan tepat dan pemberian rekomendasi secara akurat Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Ceramah, diskusi, studi kasus 2x50 menit	Materi: Identifikasi kebutuhan individu atlet, Perancangan program latihan adaptif, Implementasi program latihan Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i> Materi: Kebutuhan teknik dan taktik bulutangkis Pustaka: <i>Badminton World Federation, 2017, BWF Badminton Coach Education Coaches' Manual Level 1 (Second Edition), Badminton World Federation</i> Materi: Proses pemberian evaluasi kepelatihan Pustaka: <i>Bompa Tudor O. Half G Gregory 2015: Theory and Methodology of Training 5th Edition, Lippincott Williams & Wilkins</i>	5%
----	---	---	--	---	--	----

15	1. Mahasiswa mampu menganalisis data hasil evaluasi program latihan untuk menentukan kelebihan dan kekurangan program secara komprehensif. 2. Mahasiswa mampu menyusun strategi modifikasi program latihan berdasarkan hasil evaluasi untuk meningkatkan performa atlet di masa mendatang.	1. Kemampuan menganalisis data hasil evaluasi untuk mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan program latihan. 2. Ketepatan dan relevansi strategi modifikasi yang diajukan terhadap kebutuhan atlet dan tujuan program.	Kriteria: 1. Ketepatan dalam menganalisis hasil evaluasi program latihan 2. Kemampuan modifikasi program latihan sesuai dengan kebutuhan dan tujuan Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja	Diskusi, Studi Kasus, Proyek praktis. 2x50 menit	Diskusi Online, Analisis Kasus Online	Materi: Teori Psikologi dalam Olahraga, Teknik Pelatihan Bulutangkis, Dampak Psikologis pada Atlet, Studi Kasus Atlet Bulutangkis Pustaka: <i>Handbook Perkuliahan</i> Materi: Modifikasi program latihan Pustaka: <i>Robinson paul E, 2015</i> <i>Fondation of Sport Coaching, 2nd Edition, Routledge</i> Materi: Evaluasi program latihan Pustaka: <i>Bompa Tudor O, Half G</i> <i>Gregory 2015: Theory and Methodology of Training 5th Edition, Lippincott Williams & Wilkins</i>	5%
----	--	--	--	---	---------------------------------------	--	----

16	Mahasiswa mampu mengerjakan Ujian Akhir Semester (UAS)	UAS	Kriteria: UAS Bentuk Penilaian : Tes	UAS		Materi: Pondasi kepelatihan olahraga Pustaka: <i>Robinson paul E, 2015</i> <i>Fondation of Sport Coaching, 2nd Edition, Routledge</i> Materi: Prinsip dasar kepelatihan olahraga Pustaka: <i>Bompa Tudor O, Half G Gregory 2015: Theory and Methodology of Training 5th Edition, Lippincott Williams & Wilkins</i> Materi: Bulutangkis Pustaka: <i>Badminton World Federation, 2017, BWF Badminton Coach Education Coaches' Manual Level 1 (Second Edition), Badminton World Federation</i>	20%
----	--	-----	---	-----	--	---	-----

Rekap Persentase Evaluasi : Project Based Learning

No	Evaluasi	Persentase
1.	Aktifitas Partisipasif	7.5%
2.	Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	32.5%
3.	Penilaian Portofolio	15%
4.	Praktik / Unjuk Kerja	12.5%
5.	Tes	32.5%
		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 Keperawatan
Olahraga



MUHAMMAD
NIDN 0010097903

UPM Program Studi S1
Pendidikan Keperawatan
Olahraga



NIDN 0010097903

File PDF ini digenerate pada tanggal 25 Januari 2026 Jam 12:09 menggunakan aplikasi RPS-OBE SiDia Unesa

