

	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																																																											
PERENCANAAN PROGRAM LATIHAN ELIT ATLET CABANG OLAHRAGA GOLF	8520203730	Mata Kuliah Wajib Program Studi	T=2	P=1	ECTS=4.77	5	25 Januari 2026																																																											
OTORISASI	Pengembang RPS		Koordinator RMK			Koordinator Program Studi																																																												
	Mohammad Faruk, S. Pd., M. Kes.		Mohammad Faruk, 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-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																																																																	
		<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>CPMK</td> <td>CPL-1</td> <td>CPL-2</td> <td>CPL-3</td> <td>CPL-5</td> <td>CPL-6</td> </tr> <tr> <td>CPMK-1</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>										CPMK	CPL-1	CPL-2	CPL-3	CPL-5	CPL-6	CPMK-1																																																
CPMK	CPL-1	CPL-2	CPL-3	CPL-5	CPL-6																																																													
CPMK-1																																																																		
Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)																																																																		
	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <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	Matakuliah ini membahas tentang pengetahuan, teknik dan stretegi pelatihan skill permainan dalam Golf yang terdiri dari melatih kemampuan memukul bola (Hitting, putting) dan kemampuan menerapkan skill Golf dalam permainan serta penerapan peraturan permaian Golf.																																																																	
Pustaka	Utama :																																																																	
	1. Renshaw, I., Arnott, P., & McDowall, G. (2020). A constraints-led approach to golf coaching. Routledge. 2. Madonna, B. J. (2001). Coaching golf successfully. Human Kinetics.																																																																	
	Pendukung :																																																																	
	1. Kelly, P., Healy, A., Moran, K., & O'Connor, N. E. (2010, October). A virtual coaching environment for improving golf swing technique. In Proceedings of the 2010 ACM workshop on Surreal media and virtual cloning (pp. 51-56).																																																																	
Dosen Pengampu	Dr. Mohammad Faruk, S.Pd., M.Kes.																																																																	

Mg Ke-	Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)	Penilaian		Bentuk 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 pengembangan filosofi kepelatihan olahraga	1.1. Nilai sportivitas dalam Perlombaan 2.2. Penerapan filsafat kepelatihan dalam sesi latihan	Kriteria: memahami nilai-nilai sportivitas dalam golf Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	ceramah, diskusi/tanya jawab 200 menit	review literature 200 menit	Materi: filosofi golf Pustaka: <i>Madonna, B. J. (2001). Coaching golf successfully. Human Kinetics.</i>	5%
2	Mendalami kemampuan tehnik dasar dalam bermain Golf	Mampu merancang latihan drill tehnik dasar	Kriteria: rancangan latihan teknik dasar dengan metode drill Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Ceramah, demonstrasi, tanya jawab 200 menit	review literature 200 menit	Materi: teaching techniques Pustaka: <i>Madonna, B. J. (2001). Coaching golf successfully. Human Kinetics.</i>	5%
3	Mendalami kemampuan tehnik dasar dalam bermain Golf	Mampu merancang latihan drill tehnik dasar	Kriteria: rancangan latihan teknik dasar dengan metode drill Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Ceramah, demonstrasi, tanya jawab 200 menit	review literature 200 menit	Materi: teaching techniques Pustaka: <i>Madonna, B. J. (2001). Coaching golf successfully. Human Kinetics.</i>	5%
4	Mendalami kemampuan tehnik dasar dalam bermain Golf	Mampu merancang latihan drill tehnik dasar	Kriteria: rancangan latihan teknik dasar dengan metode drill Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Ceramah, demonstrasi, tanya jawab 200 menit	review literature 200 menit	Materi: teaching techniques Pustaka: <i>Madonna, B. J. (2001). Coaching golf successfully. Human Kinetics.</i>	5%

5	Mendalami kemampuan tehnik dasar dalam bermain Golf	Mampu merancang latihan drill tehnik dasar dan taktik	Kriteria: rancangan latihan teknik dasar dengan metode drill Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Ceramah, demonstrasi, tanya jawab 200 menit	review literature 200 menit	Materi: teaching techniques Pustaka: <i>Madonna, B. J. (2001). Coaching golf successfully. Human Kinetics.</i> Materi: teknik dan taktik Pustaka: <i>Kelly, P., Healy, A., Moran, K., & O'Connor, N. E. (2010, October). A virtual coaching environment for improving golf swing technique. In Proceedings of the 2010 ACM workshop on Surreal media and virtual cloning (pp. 51-56).</i>	5%
6	Mendalami kemampuan melatih tehnik dasar tee shot (drive)	1. Mampu merancang latihan tehnik dasar tee shot (drive) 2. Mempraktikkan pelatihan tehnik dasar tee shot (drive)	Kriteria: rancangan pelatihan tehnik dasar tee shot Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	workshop 200 menit	review literature di internet 200 menit	Materi: teknik dasar tee shot Pustaka: <i>Madonna, B. J. (2001). Coaching golf successfully. Human Kinetics.</i>	5%
7	Mendalami kemampuan melatih tehnik dasar tee shot (drive)	1. Mampu merancang latihan tehnik dasar tee shot (drive) 2. Mempraktikkan pelatihan tehnik dasar tee shot (drive)	Kriteria: rancangan pelatihan tehnik dasar tee shot Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum	workshop 200 menit	review literature di internet 200 menit	Materi: teknik dasar tee shot Pustaka: <i>Madonna, B. J. (2001). Coaching golf successfully. Human Kinetics.</i>	10%
8	Mendalami kemampuan melatih tehnik dasar tee shot (drive)	1. Mampu merancang latihan tehnik dasar tee shot (drive) 2. Mempraktikkan pelatihan tehnik dasar tee shot (drive)	Kriteria: rancangan pelatihan tehnik dasar tee shot Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum	workshop 200 menit	review literature di internet 200 menit	Materi: teknik dasar tee shot Pustaka: <i>Madonna, B. J. (2001). Coaching golf successfully. Human Kinetics.</i>	15%
9	Mendalami kemampuan melatih bunker shot	1. Mampu merancang latihan tehnik bunker shot 2. Mempraktikkan pelatihan tehnik dasar bunker shot	Kriteria: rancangan pelatihan tehnik dasar bunker shot Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	workshop 200 menit	review literature di internet 200 menit	Materi: teknik dasar tee shot Pustaka: <i>Madonna, B. J. (2001). Coaching golf successfully. Human Kinetics.</i>	10%

10	Mendalami kemampuan melatih bunker shot	1. Mampu merancang latihan teknik bunker shot 2. Mempraktikkan pelatihan teknik dasar bunker shot	Kriteria: rancangan pelatihan teknik dasar bunker shot Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum	workshop 200 menit	review literature di internet 200 menit	Materi: teknik dasar tee shot Pustaka: <i>Madonna, B. J. (2001). Coaching golf successfully. Human Kinetics.</i>	10%
11	Mendalami kemampuan melatih bunker shot	1. Mampu merancang latihan teknik bunker shot 2. Mempraktikkan pelatihan teknik dasar bunker shot	Kriteria: rancangan pelatihan teknik dasar bunker shot Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum	workshop 200 menit	review literature di internet 200 menit	Materi: teknik dasar tee shot Pustaka: <i>Madonna, B. J. (2001). Coaching golf successfully. Human Kinetics.</i>	10%
12	Mendalami kemampuan melatih putting shot	1. Mampu merancang latihan teknik putting shot 2. Mempraktikkan pelatihan teknik putting shot	Kriteria: rancangan latihan teknik putting shot Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum	Workshop 200 menit	analisis biomekanika menggunakan program kinovea 200 menit	Materi: putting shot Pustaka: <i>Madonna, B. J. (2001). Coaching golf successfully. Human Kinetics.</i>	5%
13	Mendalami kemampuan melatih putting shot	1. Mampu merancang latihan teknik putting shot 2. Mempraktikkan pelatihan teknik putting shot	Kriteria: rancangan latihan teknik putting shot Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum	Workshop 200 menit	analisis biomekanika menggunakan program kinovea 200 menit	Materi: putting shot Pustaka: <i>Madonna, B. J. (2001). Coaching golf successfully. Human Kinetics.</i>	5%
14	Mendalami kemampuan melatih putting shot	1. Mampu merancang latihan teknik putting shot 2. Mempraktikkan pelatihan teknik putting shot	Kriteria: rancangan latihan teknik putting shot Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum	Workshop 200 menit	analisis biomekanika menggunakan program kinovea 200 menit	Materi: putting shot Pustaka: <i>Madonna, B. J. (2001). Coaching golf successfully. Human Kinetics.</i>	0%
15	Mendalami kemampuan melatih putting shot	1. Mampu merancang latihan teknik putting shot 2. Mempraktikkan pelatihan teknik putting shot	Kriteria: rancangan latihan teknik putting shot Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum	Workshop 200 menit	analisis biomekanika menggunakan program kinovea 200 menit	Materi: putting shot Pustaka: <i>Madonna, B. J. (2001). Coaching golf successfully. Human Kinetics.</i>	0%
16	uas	1. Mampu merancang latihan strategi mengevaluasi Teknik berdasarkan coaching point 2. Mempraktikkan pelatihan strategi mengevaluasi Teknik berdasarkan coaching point	Kriteria: rancangan evaluasi pelatihan teknik dasar berdasarkan coaching point Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum	workshop 200 menit	analisis menggunakan kinovea 200 mneit	Materi: evaluasi pelatihan Pustaka: <i>Madonna, B. J. (2001). Coaching golf successfully. Human Kinetics.</i>	5%

Rekap Persentase Evaluasi : Project Based Learning

No	Evaluasi	Persentase
1.	Aktifitas Partisipasif	42.5%
2.	Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	37.5%

3.	Penilaian Praktikum	20%
		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 Desember 2024

Koordinator Program Studi S1
Pendidikan Keperawatan
Olahraga



MUHAMMAD
NIDN 0010097903

UPM Program Studi S1
Pendidikan Keperawatan
Olahraga



NIDN 0015018105

File PDF ini digenerate pada tanggal 25 Januari 2026 Jam 05:06 menggunakan aplikasi RPS-OBE SiDia Unesa

