



Universitas Negeri Surabaya
Fakultas Bahasa dan Seni
Program Studi S1 Pendidikan Seni Drama, Tari Dan Musik

Kode Dokumen

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

MATA KULIAH (MK)		KODE		Rumpun MK				BOBOT (sks)			SEMESTER		Tgl Penyusunan																	
Olah Tubuh Tari Modern		8820902256						T=2	P=0	ECTS=3.18		2		17 Maret 2026																
OTORISASI		Pengembang RPS				Koordinator RMK				Koordinator Program Studi																				
										WELLY SURYANDOKO																				
Model Pembelajaran	Case Study																													
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK																													
	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)																													
	Matrik CPL - CPMK																													
		CPMK																												
	Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)																													
		CPMK Minggu Ke <table><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></table>														1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16															
Deskripsi Singkat MK	Pemahaman dan penguasaan ketrampilan olah tubuh modern terdiri atas pemanasan, teknik melompat, keseimbangan, kelemuturan, body contact, erobic, ballet dance, Hip-Hop, Belly Dance. Perkuliahan dilaksanakan dalam bentuk praktek/latihan, penugasan, dan demonstrasi.																													
Pustaka	Utama :																													
	1. Cohan, Robert. 1986. The Dance Workshop: A Guide to the Fundamentals of Movement.New York: A Fireside Book 2. Maccadanza, Roberto.2006, Work Out Your abs (Melatih otot perut anda).Diterjemahkan oleh Manurung. Bandung: Pionir jaya 3. Zi, Nancy. 2003. Seni Pernapasan. Jakarta: Abdi Tandur																													
	Pendukung :																													
Dosen Pengampu	Dr. I Nengah Mariasa, M.Hum. Dra. Jajuk Dwi Sasanadjati, M.Hum. Dr. Setyo Yanuartuti, M.Si.																													
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	Menjelaskan hakekat olah tubuh modern dan teknik pernafasan	1.Mampu menjelaskan hakikat olah tubuh modern 2.Melakukan teknik pernapasan	Kriteria: No.ASPEK YANG DIAMATISKORBOBOTKETERANGAN43211.Ketepatan teknik pemanasan dan pendinginan52.Ketercapaian kelenturan tubuh53.Ketercapaian ketahanan sesuai dengan ketentuan 54.Ketercapaian keseimbangan 55.Ketercapaian kekuatan56.Ketercapaian teknik gerak berpindah tempat5Jumlah skor maksimal120NA: Jumlah skor perolehan x 100 Jumlah skor maksimal			CeramahTanya jawab 2 X 50					0%																			
2	Melakukan latihan otot perut	Mampu melakukan latihan otot perut	Kriteria: No.ASPEK YANG DIAMATISKORBOBOTKETERANGAN43211.Ketepatan teknik pemanasan dan pendinginan52.Ketercapaian kelenturan tubuh53.Ketercapaian ketahanan sesuai dengan ketentuan 54.Ketercapaian keseimbangan 55.Ketercapaian kekuatan56.Ketercapaian teknik gerak berpindah tempat5Jumlah skor maksimal120NA: Jumlah skor perolehan x 100 Jumlah skor maksimal			Pembelajaran Langsung danLatihan 2 X 50					0%																			
3	Melakukan Teknik-teknik Melompat	Mampu Teknik Melompat	Kriteria: No.ASPEK YANG DIAMATISKORBOBOTKETERANGAN43211.Ketepatan teknik pemanasan dan pendinginan52.Ketercapaian kelenturan tubuh53.Ketercapaian ketahanan sesuai dengan ketentuan 54.Ketercapaian keseimbangan 55.Ketercapaian kekuatan56.Ketercapaian teknik gerak berpindah tempat5Jumlah skor maksimal120NA: Jumlah skor perolehan x 100 Jumlah skor maksimal			Pembelajaran langsung dan latihan 2 X 50					0%																			

[illegible]

16	Melakukan penyusunan rangkaian teknik-teknik modern yang diambil dari teknik pernafasan, otot perut kelenturan, melompat, keseimbangan, teknik gerak erobic, Hip-Hop, Body contact, dan Ballet Dance.	Mampu melakukan penyusunan rangkaian teknik-teknik modern yang diambil dari teknik pernafasan, otot perut kelenturan, melompat, keseimbangan, teknik gerak erobic, Hip-Hop, Body contact, dan Ballet Dance.	Kriteria: No. ASPEK YANG DIAMATI SKOR BOBOT KETERANGAN 43211. Ketepatan teknik pemanasan dan pendinginan 52. Ketercapaian kelenturan tubuh 53. Ketercapaian ketahanan sesuai dengan ketentuan 54. Ketercapaian keseimbangan 55. Ketercapaian kekuatan 56. Ketercapaian teknik gerak berpindah tempat 5 Jumlah Skor Maksimal 120 NA: Jumlah skor perolehan x 100 Jumlah skor maksimal	Pembelajaran langsung Latihan 2 X 50			0%
----	---	---	--	--------------------------------------	--	--	----

Rekap Persentase Evaluasi : Case Study

No	Evaluasi	Persentase
		0%

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.