



Universitas Negeri Surabaya  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan  
Program Studi S2 Pendidikan Olahraga

Kode Dokumen

## RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

MATA KULIAH (MK)		KODE	Rumpun MK		BOBOT (sks)		SEMESTER	Tgl Penyusunan																																					
Dasar-Dasar Pelatihan Olahraga		8510102046			T=2 P=0 ECTS=4.48		2	24 Januari 2026																																					
OTORISASI		Pengembang RPS			Koordinator RMK		Koordinator Program Studi																																						
							HERYANTO NUR MUHAMMAD																																						
Model Pembelajaran	Case Study																																												
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK																																												
	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)																																												
	Matrik CPL - CPMK																																												
		<table border="1"><tr><td>CPMK</td><td colspan="15">Minggu Ke</td></tr><tr><td></td><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>		CPMK					Minggu Ke																1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16					
CPMK	Minggu Ke																																												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16																													
Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)																																													
Deskripsi Singkat MK	Pemahaman teori meliputi kompetensi pelatih pemula, etika pelatih dan konsep dasar profesi seorang pelatih serta mampu menganalisa profesionalisme pelatih dalam latihan dengan baik dan benar																																												
Pustaka	Utama :	1. Martens, Rainer. 2002. Successful coaching. USA. Human Kinetics2. McMahon, Gladeana & Archer, Anne. 2010. 101 Coaching Strategies and Techniques. USA. Human Kinetics																																											
	Pendukung :																																												
Dosen Pengampu	Prof. Dr. Or. Gigih Siantoro, 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	Memahami kualitas seorang pelatih yang sukses	1.Menjelaskan tentang ilmu pendukung seorang pelatih 2.Menjelaskan tentang Skill yang harus dikuasai oleh seorang pelatih	<b>Kriteria:</b> memapu memahami tentang kualitas pelatih yang sukses	ceramahdiskusinya jawab 2 X 50			0%																																						
2	Memahami tentang tugas dan kewajiban seorang pelatih yang profesional	1.Menjelaskan tentang tugas pelatih 2.Menjelaskan tentang kewajiban pelatih	<b>Kriteria:</b> memahami tentang tugas utama seorang pelatih	ceramahdiskusinya jawab 2 X 50			0%																																						

3	Memahami tentang kapasitas seorang pelatih dalam tim	1.Menjelaskan kategori sikap pelatih dalam suasana tertentu 2.Menjelaskan tentang penempatan pelatih dalam menentukan sikap	<b>Kriteria:</b> mampu mendeskripsikan kapasitas pelatih dalam pelatihan olahraga	ceramahtanya jawabdiskusi 2 X 50			0%
4	Memahami tentang keuntungan dan kerugian menjadi seorang pelatih	1.Menjelaskan tentang keuntungan melatih 2.Menjelaskan tentang resiko yang dihadapi dalam melatih 3.Menjelaskan tentang cara meminimalisasi resiko atau kerugian dalam melatih	<b>Kriteria:</b> memahami tentang konsekuensi dan tanggung jawab seorang pelatih	ceramahdiskusipresentasi 2 X 50			0%
5	Memahami tentang peran pelatih sebagai pribadi yang menarik	1.Menjelaskan tentang pelatih sebagai pribadi 2.Menjelaskan tentang kebutuhan seorang pelatih 3.Menjelaskan tentang penyesuaian pelatih sebagai pribadi	<b>Kriteria:</b> mampu mempresentasikan hasil diskusi dan workshop membuat powerpoint	ceramahpresentasidiskusi 2 X 50			0%
6	Memahami tentang kebutuhan pelatih dalam menjalankan tugas	1.Kebutuhan dalam melatih 2.Kebutuhan sarana latihan 3.kebutuhan perhatian atlet	<b>Kriteria:</b> memahami materi perkuliahan	ceramahpresentasidiskusitanya jawab 2 X 50			0%
7	Memahami tentang kemampuan seorang pelatih sebagai pemimpin	1.Memberikan contoh sikap yang mulia 2.Dukungan motivasi pelatih kepada atlet 3.Keterlibatan pelatih sebagai pemimpin	<b>Kriteria:</b> 1.memahami materi perkuliahan (pelatih sebagai pemimpin) 2.mempresentasikan materi di kelas	ceramahdiskusipresentasi 2 X 50			0%
8	Ujian Tengah Semester	materi pertemuan 1 s.d. 7	<b>Kriteria:</b> terlampir	Ujian Tulis 2 X 50			0%
9	Mempresentasikan tentang topic "Pelatih sebagai role model"	1.Menjelaskan tentang "menjadi contoh yang di tiru atlet" 2.Menjelaskan tentang "menjadi pelatih yang bertanggung jawab" 3.Menjelaskan tentang cara menggerakkan atlet menjadi seorang yang dicontoh	<b>Kriteria:</b> memahami dan mampu mempresentasikan materi tentang pelatih sebagai role play	ceramahdiskusitanya jawab 2 X 50			0%
10	Mahasiswa mampu mempresentasikan tentang "pelatih sebagai disciplinarian"	1.Menjelaskan tentang pentingnya disiplin dalam kepelatihan olahraga 2.Menjelaskan tentang dampak disiplin terhadap pencapaian prestasi puncak	<b>Kriteria:</b> memprsentasikan materi kuliah (pelatih sebagai disciplinarian)	ceramahdiskusitanya jawab 2 X 50			0%
11	Mahasiswa mampu mengobservasi dan mengevaluasi profesi seorang pelatih	1.Menjelaskan tentang pengetahuan tentang pelatih profesional 2.Memberikan penilaian profesi pelatih	<b>Kriteria:</b> observasi lapangan tentang pelatih di puslatda	Observasi di klub (tempat latihan) 2 X 50			0%

12	Mahasiswa mampu mengobservasi dan mengevaluasi profesi seorang pelatih	1.Menjelaskan tentang pengetahuan tentang pelatih profesional 2.Memberikan penilaian profesi pelatih	<b>Kriteria:</b> observasi lapangan tentang pelatih di puslatda	Observasi di klub (tempat latihan) 2 X 50			0%
13	Mahasiswa mampu memberikan contoh (dalam bentuk video tentang tugas pelatih professional)	1.Memjelaskan tentang memiliki kejadian yang berhubungan dengan profesi pelatih 2.Menilai profesionalisme seorang pelatih	<b>Kriteria:</b> memiliki kemampuan menganalisis video tentang kepelatihan	tugas kelompok 2 X 50			0%
14	Mahasiswa mampu memecahkan masalah yang hadapi oleh seorang pelatih	1.Mampu identifikasi masalah 2.Memberikan kritikan dan menerima kritikan 3.Membuat kesimpulan hasil diskusi	<b>Kriteria:</b> mampu memecahkan masalah yang dihadapi pelatih	ceramahdiskusipresentasi 2 X 50			0%
15	Mahasiswa mampu memecahkan masalah yang hadapi oleh seorang pelatih	1.Mampu identifikasi masalah 2.Memberikan kritikan dan menerima kritikan 3.Membuat kesimpulan hasil diskusi	<b>Kriteria:</b> mampu memecahkan masalah yang dihadapi pelatih	ceramahdiskusipresentasi 2 X 50			0%
16	Ujian Akhir Semester	Ujian Akhir Semester		Ujian Akhir Semester 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, penggunaan 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 proposisional dengan tingkat kesulitan pencapaian sub-CPMK tsb., dan totalnya 100%.
12. TM=Tatap Muka, PT=Penugasan terstruktur, BM=Belajar mandiri.