



BerAKHLAK #bangga
malayani
bangsa



Kampus
Merdeka
INDONESIA JAYA

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS CENDERAWASIH



**KONTRAK PERKULIAHAN, SISTEM PENILAIAN
RENCANA PEMBELAJARAN SEMSTER (RPS),**

**Mata Kuliah
TP. AKUATIK II**

2023/2024

www.uncen.ac.id

**KONTRAK PERKULIAHAN, SISTEM PENILAIAN DAN
RENCANA PEMBELAJARAN SEMSTER (RPS)**

MATA KULIAH

TEORI DAN PRAKTIK AKUATIK II



Oleh

Prof. Dr. Saharuddin Ita, M.Kes.,AIFO
NIP. 195812311985031032

Ibrahim, S.Or., M.Or
NIP. 199105072019031015

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS CENDERAWASIH
2023/2024

KONTRAK PERKULIAHAN DAN SISTEM PENILAIAN

Nama Mata Kuliah	: TP. Akuatik III
Kode Mata Kuliah	: IKR 4278
Dosen Pengampu	: Prof. Dr. Saharuddin Ita, M.Kes.,AIFO dan Ibrahim, S.Or.,M.Or
Semester	: 4 (empat)/ Genap

Deskripsi Mata Kuliah

Mata kuliah TP. Akuatik II adalah lanjutan dari mata kuliah TP. Akuatik II. Dalam ruang lingkup mata kuliah ini akan dibahas mengenai teori dan keterampilan renang. Tujuannya adalah untuk melatih mahasiswa dalam hal peningkatan teori dan keterampilan atau teknik dasar renang gaya bebas, gaya punggung, gaya dada, dan gaya kupu-kupu, memahami aturan lomba dan sarana prasana renang. Fokus perkuliahan meliputi teknik latihan, aturan dan sarana prasarana renang. Mahasiswa akan mendapatkan manfaat berupa peningkatan pengetahuan teori dan keterampilan renang, aturan lomba renang, dan sarana prasarana renang.

Capaian Pembelajaran Mata Kuliah

Capaian mata kuliah TP. Akuatik II adalah Mahasiswa Mampu Menjelaskan mengenai Defenisi dan Aturan Renang Gaya Dada dan Gaya Kupu-kupu, Mereka Mampu Mempraktikkan teknik mengapung dalam air, Mampu Mempraktikkan Gerakan Kaki, Tangan Renang dan nafas Renang Gaya Dada dan Gaya Kupu-kupu, Mampu Mempraktikkan Kombinasi Gerakan Renang Gaya Dada dan Gaya Kupu-kupu, Mampu Mempraktikkan Kombinasi Gerakan Renang Gaya Dada dan Gaya Kupu-kupu, dan Mampu Mendesain Model/Metode Pembelajaran Terori dan Praktek Teknik Dasar Renang Gaya Dada dan Gaya Kupu-kupu. Perkuliahan ini juga mengkasi isu-isu hasil penelitian dalam penerapan ipteks dan diperkaya dengan berbagai model pendekatan pembelajaran agar menjadi ilmuwan dan Pendidikan yang kreatif dan aspiratif dalam mengembangkan warisan budaya Indonesia.

Bentuk Pembelajaran

Metode pembelajaran yang digunakan dalam perkuliahan ini menggunakan metode: ceramah, diskusi, tanya jawab, simulasi, dan praktik lapangan. Ceramah dilakukan oleh dosen pengampu untuk memaparkan materi perkuliahan sesuai pokok bahasan pada setiap pertemuan. Diskusi dilakukan dengan membagi kelompok yang disesuaikan dengan jumlah mahasiswa dan materi. Praktikum dilakukan dengan pembelajaran langsung dan dengan pengulangan. Tanya jawab dan kuis diberikan pada setiap tatap muka. Simulas dilakukan seorang dosen kemahasiswa sebagai contoh gerakan yang benar dan efektif untuk materi akuatik . Media pembelajaran yang digunakan dalam mata kuliah ini yaitu menggunakan LCD dan laptop saat pembelajaran teori. Sedangkan untuk praktik, media yang digunakan yaitu beberapa alat gym atau peralatan mesin dalam melatih otot.

TUGAS DAN SISTEM PENILAIAN

1. Tugas

- a. Tugas Mandiri : Membuat rangkuman berdasarkan tema/topik yang disepakati dan ditetapkan oleh dosen-mahasiswa
- b. Tugas Kelompok : Membuat makalah dan mempresentasikan, tugas yang diselesaikan oleh kelompok berdasarkan tema/topik yang disepakati bersama dan ditetapkan.

2. Penilaian (Instrumen penilaian terlampir pada lampiran 2)

a. Aspek Penilaian

- 1) Aspek kognitif melalui tes lisan dan tertulis
- 2) Aspek keterampilan (psikomotor) meliputi perilaku gerakan dan koordinasi, keterampilan motorik dan kemampuan fisik mahasiswa.
- 3) Penilaian afektif: materi yang berdasarkan segala sesuatu yang berkaitan dengan emosi seperti penghargaan, nilai, perasaan, semangat, minat, dan sikap terhadap sesuatu hal.
- 4) Sikap dan perilaku selama mengikuti perkuliahan menjadi pertimbangan dalam penilaian.
- 5) Kehadiran mahasiswa dalam perkuliahan

b. Cara Menilai

Nilai akhir seorang mahasiswa adalah maksimum dari lima cara penilaian berikut :

- 1) Cara penilaian pertama melihat kehadiran mahasiswa :

Nilai kehadiran mahasiswa adalah jumlah total kehadiran mahasiswa selama 14 kali pertemuan (maksimum) dan dengan asumsi kehadiran dihitung 20 %. Misalnya : Mahasiswa A mengikuti kuliah selama 14 kali pertemuan maka si A mendapat nilai kehadiran (absen) $(14 / 14) \times 20 = 20$. (jumlah kehadiran mahasiswa A dibagi jumlah pertemuan maksimum dikali 20)

- 2) Cara penilaian kedua adalah dengan nilai tugas :

Nilai tugas mahasiswa adalah jumlah total nilai tugas mahasiswa dengan mengerjakan tugas (maksimum 2 kali) dan dengan asumsi nilai tugas dihitung 10 %. Misalnya mahasiswa A Tugas 1 dan 2 mendapat nilai 100 maka si mahasiswa A mendapat nilai $(200 / 2) / 100 \times 10 = 10$ (Jumlah tugas 1,2,3 dibagi 3) dibagi nilai tertinggi (100) dikali 10

- 3) Cara penilaian ketiga adalah dengan nilai kuis :

Nilai kuis mahasiswa adalah jumlah total nilai kuis mahasiswa dengan diberikan 3 kali kuis dan dengan asumsi nilai kuis dihitung 15 %. Misalnya mahasiswa A dengan nilai kuis 1, 2 dan 3 mendapat nilai 100 maka si mahasiswa A mendapat nilai $(300 / 3) / 100 \times 15 = 15$ (Jumlah nilai kuis 1, 2 dan 3 dibagi 3) dibagi nilai tertinggi (100) dikali 15

- 4) Cara penilaian ketiga adalah dengan nilai ujian tengah semester (UTS):

Nilai UTS mahasiswa adalah jumlah total nilai UTS mahasiswa dengan asumsi nilai UTS dihitung 25 %. Misalnya mahasiswa A dengan nilai UTS mendapat nilai 100 maka si mahasiswa A mendapat nilai $(100 / 100) \times 25 = 25$ (Jumlah nilai UTS) dibagi nilai tertinggi (100) dikali 25

5) Cara penilaian ketiga adalah dengan nilai ujian akhir semester (UAS):

Nilai UAS mahasiswa adalah jumlah total nilai UAS mahasiswa dengan asumsi nilai UAS dihitung 30 %.

Misalnya mahasiswa A dengan nilai UAS mendapat nilai 100 maka si mahasiswa A mendapat nilai $(100 / 100)$

$\times 30 = 30$ (Jumlah nilai UAS) dibagi nilai tertinggi (100) dikali 30

➤ **Total Nilai Mahasiswa A = 100**

Dengan perincian - nilai kehadiran = 10, nilai tugas =15, nilai kuis, dan soft skill=15, nilai UTS=25 dan nilai UAS=30.

3. Pembobotan Penilaian

Pembobotan nilai untuk menentukan nilai akhir berdasarkan pada ketentuan berikut ini:

No	Dimensi/aspek yang dinilai	Bobot (%)
1	Penilaian Kehadiran	20
2	Penilaian Tugas	10
3	Penilaian Kuis	15
4	Penilaian UTS	25
5	Penilaian UAS	30
Jumlah		100

4. Kriteria Penilaian

Kriteria penilaian yang digunakan oleh dosen pengampu mengacu pada tabel Penilaian dibawah ini:




Nilai	Poin	Range
A	4,0	81,1-100
B+	3,5	74,6-81,0
B	3,0	68-74,5
C+	2,5	61,6-67,9
C	2,0	55,0-61,5
D	1,0	27,5-54,9
E	0	0-27,4



UNIVERSITAS CENDERAWASIH
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN

IKR 4278

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

MATA KULIAH (MK)	KODE	Rumpun Mata	BOBOT (sks)		SEMESTER	Tanggal Penyusunan
TP. AKUATIK III	IK2 4278	Mata Kuliah Keahlian dan Keterampilan (MKK)	T= 1 SKS	P = 1 SKS	IV	16 Januari 2024
OTORISASI / PENGESAHAN	Dosen Pengembang RPS		Koordinator Mata Kuliah		Ketua Prodi Ilmu Keolahragaan	
	 Ibrahim, S.Or., M.Or		 Prof. Dr. Sharuddin Ita, M.Kes., AIFO		 Friska Sari G. Sinaga, S.Si.,M.Or	
Capaian Pembelajaran	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK					
	CPL 1	Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan serta pengajaran ilmu keolahragaan pada tingkat Instansi Keolahragaan lainnya. (P-e)				
	CPL 2	Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian ilmu keolahragaan secara mandiri (S-i)				
	CPL 3	Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur (KU-b)				
CPL 4	Mampu memanfaatkan berbagai sumber belajar, media pembelajaran berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sesuai standar proses dan mutu, sehingga peserta didik memiliki keterampilan proses sains, berpikir kritis, kreatif dalam menyelesaikan masalah.(KK-b)					

Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	
CPMK-1	Mampu Memahami Defenisi dan Aturan Renang Gaya Dada dan Gaya Kupu-kupu (CPL 1)
CPMK-2	Mampu Memperaktekkan Teknik Dasar Renang Gaya Dada dan Gaya Kupu-kupu (CPL 2,3)
CPMK-3	Mampu Mmpraktekkan Perwasitan (CPL 4)
Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)	
Sub-CPMK 1	Mahasiswa Mampu Menjelaskan mengenai Defenisi dan Aturan Renang Gaya Dada (CPL 1)
Sub-CPMK 2	Mahasiswa Mampu Mempraktikkan teknik mengapung dan meluncur Renang Gaya Dada (CPL 2,3)
Sub-CPMK 3	Mahasiswa Mampu Mempraktikkan Gerakan Kaki Gaya Dada (CPL 2,3)
Sub-CPMK 4	Mahasiswa Mampu Mempraktikkan Gerakan Tangan renang Gaya Dada (CPL 2,3)
Sub-CPMK 5	Mahasiswa Mampu Mempraktikkan Gerakan Nafas renang Gaya Dada (CPL 2,3)
Sub-CPMK 6	Mahasiswa Mampu Mempraktikkan gerakan Star, Underwater renang dan pembalikan Gaya Dada (CPL 2,3)
Sub-CPMK 7	Mahasiswa Mampu Mempraktikkan gerakan Kombinasi renang Gaya Dada (CPL 2,3)
Sub-CPMK 8	Ujian Tengah Semester (UTS) (CPL 1,3)
Sub-CPMK 9	Mahasiswa Mampu Menjelaskan mengenai Defenisi dan Aturan Renang Gaya Kupu-kupu (CPL 1)
Sub-CPMK 10	Mahasiswa Mampu Mempraktikkan teknik mengapung dan meluncur Renang Gaya Kupu-kupu (CPL 2,3)
Sub-CPMK 11	Mahasiswa Mampu Mempraktikkan Gerakan Kaki, Tangan dan Pernafasan Gaya Kupu-kupu (CPL 2,3)
Sub-CPMK 12	Mahasiswa Mampu Mempraktikkan Gerakan Tangan renang Gaya Kupu-kupu (CPL 2,3)
Sub-CPMK 13	Mahasiswa Mampu Mempraktikkan gerakan Kombinasi renang Gaya Kupu-kupu (CPL 2,3))
Sub-CPMK 14	Mahasiswa Mampu Mempraktikkan gerakan Star, Underwater dan pembalikan renang Gaya Kupu-kupu (CPL 2,3)
Sub-CPMK 15	Mahasiswa Mampu Memahami dan Mempraktekkan Perwasitan Renang (CPL 4)
Sub-CPMK 16	Ujian Akhir Semester UAS (CPL 1,3,4)

Deskripsi Singkat MK	Mata kuliah ini mempelajari dan membahas teori dan praktek penguasaan gerak dan teknik dasar cabang olahraga Renang (gaya bebas, punggung) dan bagaimana mempraktekannya pada proses pembelajaran di sekolah dan instansi keolahrgaan lainnya
-----------------------------	---

Bahan Kajian: Materi pembelajaran	<ol style="list-style-type: none"> 1. Defenisi renang, aturan, dan Sejarah Cabang Olahraga Renang 2. Macam- Macam Teknik Mengapung Dalam Air 3. Teknik Dasar Pengambilan Nafas, Meluncur, Star, dan Pembalikan 4. Teknik Dasar Gerakan Kaki, Tangan, dan Pernafasan Renang Gaya Dada dan Kupu-kupu 5. Teknik Dasar Gerakan Kombinasi Renang Gaya Dada dan Kupu-kupu 6. Perwasitan Renang 				
Pustaka	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="background-color: #cccccc;">Utama</td> <td> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ibrahim, dkk (2023). Renang: Kajian Teknis Dasar dan Peraturan Renang. Jayapura: Media Publikasi Kita 2. Meiriani Armen (2020). Teori Pembelajaran Renang Dasar. Padang : LPPM Universitas Bung Hatta. 3. Saharuddin Ita (2015). Renang. Jayapura : CV. Global Papua 4. Subagyo (2014). Belajar Renang Bagi Pemula. Yogyakarta : UNY 5. Samsudin, Dr.,M.Pd (2019). Model Pembelajaran Renang. Jakarta : Prodi Penjas, FIK UNJ 6. Harris Iskandar, (2017) Sehat Bugar untuk Tua dan Muda (Renang) </td> </tr> <tr> <td style="background-color: #cccccc;">Pendukung</td> <td></td> </tr> </table>	Utama	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ibrahim, dkk (2023). Renang: Kajian Teknis Dasar dan Peraturan Renang. Jayapura: Media Publikasi Kita 2. Meiriani Armen (2020). Teori Pembelajaran Renang Dasar. Padang : LPPM Universitas Bung Hatta. 3. Saharuddin Ita (2015). Renang. Jayapura : CV. Global Papua 4. Subagyo (2014). Belajar Renang Bagi Pemula. Yogyakarta : UNY 5. Samsudin, Dr.,M.Pd (2019). Model Pembelajaran Renang. Jakarta : Prodi Penjas, FIK UNJ 6. Harris Iskandar, (2017) Sehat Bugar untuk Tua dan Muda (Renang) 	Pendukung	
Utama	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ibrahim, dkk (2023). Renang: Kajian Teknis Dasar dan Peraturan Renang. Jayapura: Media Publikasi Kita 2. Meiriani Armen (2020). Teori Pembelajaran Renang Dasar. Padang : LPPM Universitas Bung Hatta. 3. Saharuddin Ita (2015). Renang. Jayapura : CV. Global Papua 4. Subagyo (2014). Belajar Renang Bagi Pemula. Yogyakarta : UNY 5. Samsudin, Dr.,M.Pd (2019). Model Pembelajaran Renang. Jakarta : Prodi Penjas, FIK UNJ 6. Harris Iskandar, (2017) Sehat Bugar untuk Tua dan Muda (Renang) 				
Pendukung					
Dosen Pengampuh	Prof. Dr. Saharuddin Ita, M.Kes., AIFO dan Ibrahim, S.Or., M.Or				
Matakuliah Syarat	-				

Mg Ke-	Sub-CPMK (sbg kemampuan)	Penilaian	Bentuk Pembelajaran; Metode Pembelajaran; Penugasan Mahasiswa; [Estimasi Waktu]	Materi Pembelajaran [Pustaka]	Bobot Penilaian (%)
--------	--------------------------	-----------	--	-------------------------------	---------------------

	akhir diharapkan)	Indikator	Kriteria & Bentuk				
(1)	(2)	(3)	(4)	Tatap Muka (5)	Daring (6)	(7)	(8)
1	Sub-CPMK 1 : Mahasiswa Mampu Menjelaskan mengenai Defenisi dan Aturan Renang Gaya Dada (CPL 1)	Mahasiswa Mampu : <ul style="list-style-type: none"> Menjelaskan Defenisi Renang Gaya Dada Menjelaskan Aturan Renang Gaya Dada 	Kriteria: Pedoman Bentuk : Non Tes Tugas Meringkas	Kuliah : Ceramah dan Diskusi (PB : 1 x (2x50")) Menyusun Ringkasan perkuliahan tentang Defenisi, Aturan dan sejarah Cabang Olahraga Renang PT+KM : (1+1) x (2 x 60"))		Defenisi Renang Ibrahim, dkk (2023). Renang: Kajian Teknis Dasar dan Peraturan Renang. Jayapura: Media Publikasi Kita	5%
2	Sub-CPMK 2 : Mahasiswa Mampu Mempraktikkan teknik mengapung dan meluncur Renang Gaya Dada (CPL 2,3)	<ul style="list-style-type: none"> Mempraktikkan teknik mengapung Gaya Dada Meluncur Renang Gaya Dada 	Kriteria: Pedoman Bentuk : Non Tes Tugas Meringkas	Kuliah : Praktek dan Tanya Jawab (PB : 1 x (2x50")) Menyusun Ringkasan perkuliahan tentang Defenisi, Aturan dan sejarah Cabang Olahraga Renang PT+KM : (1+1) x (2 x 60"))		Renang Gaya Dada (Saharuddin Ita (2015). Renang. Jayapura : CV. Global Papua),	5%
3	Sub-CPMK 3 : Mahasiswa Mampu Mempraktikkan Gerakan Kaki Gaya Dada (CPL 2,3)	<ul style="list-style-type: none"> Memahami gerakan kaki renang agaya dada Mempraktekkan gerakan kaki renang gaya dada 	Kriteria: Pedoman Bentuk : Non Tes Tugas Meringkas	Kuliah : Praktek dan Tanya Jawab (PB : 1 x (2x50")) Menyusun Ringkasan perkuliahan tentang Defenisi, Aturan dan sejarah Cabang Olahraga Renang PT+KM : (1+1) x (2 x 60"))		Renang Gaya Dada (Saharuddin Ita (2015). Renang. Jayapura : CV. Global Papua),	5%
4	Sub-CPMK 4 : Mahasiswa Mampu Mempraktikkan Gerakan Tangan renang Gaya Dada (CPL 2,3)	<ul style="list-style-type: none"> Memahami gerakan tanagn dada renang agaya dada Mempraktekkan gerakan tanagn dada renang agaya dada 	Kriteria: Pedoman Bentuk : Non Tes Tugas Meringkas	Kuliah : Praktek dan Tanya Jawab (PB : 1 x (2x50")) Menyusun Ringkasan perkuliahan tentang Defenisi, Aturan dan sejarah Cabang Olahraga Renang PT+KM : (1+1) x (2 x 60"))		(Subagyo (2014). Belajar Renang Bagi Pemula. Yogyakarta : UNY),	5%
5	Sub-CPMK 5 :	<ul style="list-style-type: none"> Memahami gerakan nafas renang gaya dada 	Kriteria: Pedoman	Kuliah : Praktek dan Tanya Jawab		Aturan renang	5%

	Mahasiswa Mampu Mempraktikkan Gerakan Nafas renang Gaya Dada (CPL 2,3)	<ul style="list-style-type: none"> Mempraktekkan gerakan pernafasan renang gaya dada 	Bentuk : Non Tes Tugas Meringkas	(PB : 1 x (2x50")) Menyusun Ringkasan perkuliahan tentang Defenisi, Aturan dan sejarah Cabang Olahraga Renang PT+KM : (1+1) x (2 x 60"))		(Meiriani Armen (2020). Teori Pembelajaran Renang Dasar . Padang : LPPM Universitas Bung Hatta)/(1, 3-7).	
6	Sub-CPMK 6 : Mahasiswa Mampu Mempraktikkan gerakan Star, Underwater renang dan pembalikan Gaya Dada (CPL 2,3)	<ul style="list-style-type: none"> Memahami gerakan Star, Underwater renang dan pembalikan Gaya Dada Mempraktekkan gerak star gaya dada Mempraktekkan under water renang gaya dada Mmpraktekkan pembalikan renang gaya dada 	Kriteria: Pedoman Bentuk : Non Tes Tugas Meringkas	Kuliah : Praktek dan Tanya Jawab (PB : 1 x (2x50")) Menyusun Ringkasan perkuliahan tentang Defenisi, Aturan dan sejarah Cabang Olahraga Renang PT+KM : (1+1) x (2 x 60"))		Defenisi Renang Ibrahim, dkk (2023). Renang: Kajian Teknis Dasar dan Peraturan Renang . Jayapura: Media Publikasi Kita	5%
7	Sub-CPMK 7 : Mahasiswa Mampu Mempraktikkan gerakan Kombinasi renang Gaya Dada (CPL 2,3)	<ul style="list-style-type: none"> Mempraktekkan gerakan keseluruhan renang gaya dada Gerakan Kombinasi renang Gaya Dada 	Kriteria: Pedoman Bentuk : Non Tes Tugas Meringkas	Kuliah : Praktek dan Tanya Jawab (PB : 1 x (2x50")) Menyusun Ringkasan perkuliahan tentang Defenisi, Aturan dan sejarah Cabang Olahraga Renang PT+KM : (1+1) x (2 x 60"))		Defenisi Renang Ibrahim, dkk (2023). Renang: Kajian Teknis Dasar dan Peraturan Renang . Jayapura: Media Publikasi Kita	5%
8	Sub-CPMK 8 : Ujian Tengah Semester (UTS) (CPL 1,3)	<ul style="list-style-type: none"> Ujian Tengah Semester (UTS) 	Kriteria: Pedoman Bentuk : Non Tes Tugas Meringkas	Kuliah : Praktek dan Tanya Jawab (PB : 1 x (2x50")) Menyusun Ringkasan perkuliahan tentang Defenisi, Aturan dan sejarah Cabang Olahraga Renang PT+KM : (1+1) x (2 x 60"))		Dosen Pengampu	5%
9	Sub-CPMK 9 : Mahasiswa Mampu Menjelaskan mengenai Defenisi dan Aturan Renang Gaya Kupu-kupu	<ul style="list-style-type: none"> Memahami defenisi renang gaya kupu-kupu Memahami aturan renang gaya kupu-kupu 	Kriteria: Pedoman Bentuk : Non Tes Tugas Meringkas	Kuliah : Praktek dan Tanya Jawab (PB : 1 x (2x50")) Menyusun Ringkasan perkuliahan tentang		Ibrahim, dkk (2023). Renang: Kajian Teknis Dasar dan Peraturan	5%

	(CPL 1)			Defenisi, Aturan dan sejarah Cabang Olahraga Renang PT+KM : (1+1) x (2 x 60")		Renang. Jayapura: Media Publikasi Kita	
10	Sub-CPMK 10 : Mahasiswa Mampu Mempraktikkan teknik mengapung dan meluncur Renang Gaya Kupu-kupu (CPL 2,3)	<ul style="list-style-type: none"> Memahami teknik mengapung dan meluncur Renang Gaya Kupu-kupu Mempraktikkan teknik mengapung renang gaya kupu-kupu Mempraktikkan teknik meluncur renang gaya kupu-kupu 	Kriteria: Pedoman Bentuk : Non Tes Tugas Meringkas	Kuliah : Praktek dan Tanya Jawab (PB : 1 x (2x50") Menyusun Ringkasan perkuliahan tentang Defenisi, Aturan dan sejarah Cabang Olahraga Renang PT+KM : (1+1) x (2 x 60")		Teknik Mengapung Vertikal dan Horisontal Renang (Saharuddin Ita (2015). Renang. Jayapura : CV. Global Papua), (2, 20-29)	5%
11	Sub-CPMK 11 : Mahasiswa Mampu Mempraktikkan Gerakan Kaki renang Gaya Kupu-kupu (CPL 2,3)	<ul style="list-style-type: none"> Mempraktikkan gerakan kaki renang gaya kupu-kupu 	Kriteria: Pedoman Bentuk : Non Tes Tugas Meringkas	Kuliah : Praktek dan Tanya Jawab (PB : 1 x (2x50") Menyusun Ringkasan perkuliahan tentang Defenisi, Aturan dan sejarah Cabang Olahraga Renang PT+KM : (1+1) x (2 x 60")		(Purnomo E & Dapan (2017). Dasar Dasar Gerak Renang), (3, 56-60)	5%
12	Sub-CPMK 12 : Mahasiswa Mampu Mempraktikkan Gerakan Tangan dan pernafasan renang Gaya Kupu-kupu (CPL 2,3)	<ul style="list-style-type: none"> Mempraktikkan gerkaan tangan renang gaya kupu-kupu Mempraktikkan gerkaan pernafasan renang gaya kupu-kupu 	Kriteria: Pedoman Bentuk : Non Tes Tugas Meringkas	Kuliah : Praktek dan Tanya Jawab (PB : 1 x (2x50") Menyusun Ringkasan perkuliahan tentang Defenisi, Aturan dan sejarah Cabang Olahraga Renang PT+KM : (1+1) x (2 x 60")		Defenisi Renang Ibrahim, dkk (2023). Renang: Kajian Teknis Dasar dan Peraturan Renang. Jayapura: Media Publikasi Kita	5%
13	Sub-CPMK 13 : Mahasiswa Mampu Mempraktikkan gerakan Kombinasi renang Gaya Kupu-kupu (CPL 2,3)	<ul style="list-style-type: none"> Mempraktikkan gerakan keseluruhan atau Kombinasi renang Gaya Kupu-kupu 	Kriteria: Pedoman Bentuk : Non Tes Tugas Meringkas	Kuliah : Praktek dan Tanya Jawab (PB : 1 x (2x50") Menyusun Ringkasan perkuliahan tentang Defenisi, Aturan dan sejarah Cabang Olahraga Renang		Ibrahim, dkk (2023). Renang: Kajian Teknis Dasar dan Peraturan Renang. Jayapura: Media Publikasi Kita	5%

				PT+KM : (1+1) x (2 x 60")			
14	Sub-CPMK 14 : Mahasiswa Mampu Mempraktikkan gerakan Star, Underwater dan pembalikan renang Gaya Kupu-kupu (CPL 2,3)	<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan gerakan star renang gaya kupu-kupu • Mempraktikkan gerakan underwater renang gaya kupu-kupu • Mempraktikkan gerakan pembalikan renang gaya kupu-kupu 	Kriteria: Pedoman Bentuk : Non Tes Tugas Meringkas	Kuliah : Praktek dan Tanya Jawab (PB : 1 x (2x50")) Menyusun Ringkasan perkuliahan tentang Defenisi, Aturan dan sejarah Cabang Olahraga Renang PT+KM : (1+1) x (2 x 60")		(Meiriani Armen (2020). Teori Pembelajaran Renang Dasar. Padang : LPPM Universitas Bung Hatta)/(1, 8-14).	5%
15	Sub-CPMK 15 : Mahasiswa Mampu Memahami dan Mempraktekkan Perwasitan Renang (CPL 4)	<ul style="list-style-type: none"> • Memahami perwasitan renang • Mempraktekkan perwasitan renang 	Kriteria: Pedoman Bentuk : Non Tes Tugas Meringkas	Kuliah : Praktek dan Tanya Jawab (PB : 1 x (2x50")) Menyusun Ringkasan perkuliahan tentang Defenisi, Aturan dan sejarah Cabang Olahraga Renang PT+KM : (1+1) x (2 x 60")		Defenisi Renang Ibrahim, dkk (2023). Renang: Kajian Teknis Dasar dan Peraturan Renang. Jayapura: Media Publikasi Kita	5%
16	Sub-CPMK 15 : Ujian Akhir Semester UAS (CPL 1,3,4)	<ul style="list-style-type: none"> • Ujian Akhir Semester UAS 	Kriteria: Pedoman Bentuk : Non Tes Tugas Meringkas	Kuliah : Praktek dan Tanya Jawab (PB : 1 x (2x50")) Menyusun Ringkasan perkuliahan tentang Defenisi, Aturan dan sejarah Cabang Olahraga Renang PT+KM : (1+1) x (2 x 60")		Dosen Pengampu	5%

Jayapura, 16 Januari 2024

Mengetahui

Ketua Program Studi Ilmu Keolahragaan

Dosen Pengampu Mata Kuliah

Friska Sari Gracia Sinaga, S.Si., M.Or
NIP. 19870228 201803 2 001

Prof. Dr. Saharuddin Ita, M.Kes., AIFO
NIP. 195812311985031032

LAMPIRAN 1

RUMUSAN CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN

No.	Capaian Pembelajaran Lulusan	SumberAcuan
I	Sikap (S)	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bertaqwa kepada Tuhan yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius 2. Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama,moral, danetika; 3. Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara, dan kemajuan peradaban berdasarkan Pancasila; 4. Berperan sebagai warga negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki nasionalisme serta rasa tanggung jawab pada Negara dan bangsa; 5. Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama, dan kepercayaan, serta pendapat atau temuanorisinal orang lain; 6. Bekerjasama dan memiliki kepekaan social serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan; 7. Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara; 8. Menginternalisasi nilai, norma, dan etika akademik; 9. Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahliannya secara mandiri; 10. Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan, dankewirausahaan. 11. Menginternalisasi sikap apresiatif dan peduli dalam pelestarian lingkungan hidup, nilai-nilai olahraga dan social budaya yang berkembang di masyarakat. 	<p>Lampiran Permendikbud Nomor 3 Tahun 2020 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi</p>
II	Pengetahuan (P)	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menguasai secara teoritis bidang ilmu keolahragaan secara mendalam serta memformulasikan masalah-masalah bidang keolahragaan secara sistematis dan procedural, 2. Mampu melakukan kajian-kajian ilmiah terhadap permasalahan keolahragaan secara mendalam yang didukung dengan keterampilan menulis ilmiah, analisis, serta penguasaan tes dan pengukuran olahraga yang modern, 	<p>Capaian Pembelajaran Perkumpulan Program Studi Ilmu Keolahragaan Indonesia (P2SIKI)</p>

No.	Capaian Pembelajaran Lulusan	SumberAcuan
	3. Mampu menganalisis dan mengambil keputusan yang tepat berdasarkan informasi dan data serta memberikan solusi pada setiap permasalahan secara mandiri dan atau kelompok, 4. Mengerti dan memahami proseduran analisis untuk merencanakan, menyusun dan menerapkan metode pembelajaran dan pendidikan penjas kepada peserta didik 5. Mampu menjadi penggerak dan pengelola keolahragaan diberbagai bidang pekerjaan yang didukung kemampuan menganalisa permasalahan keolahragaan berbasis ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan terkini,	
III	Keterampilan Umum (KU)	
	1. Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ilmu pengetahuan dan teknologi yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora yang sesuai dengan bidang keahliannya,	Lampiran Permendikbud Nomor 3 Tahun 2020 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi
	2. Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu, dan terukur,	
	3. Mampu mengkaji implikasi pengembangan atau implementasi ilmu pengetahuan teknologi yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengan keahliannya berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik seni,	
	4. Menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir, dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi,	
	5. Mampu mengambil keputusan secara tepat dalam konteks penyelesaian masalah di bidang keahliannya, berdasarkan hasil analisis informasi dan data,	
	6. Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan pembimbing, kolega, sejawat baik di dalam maupun di luar lembaganya,	
	7. Mampu bertanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok dan melakukan supervisi dan evaluasi terhadap penyelesaian pekerjaan yang ditugaskan kepada pekerja yang berada di bawah tanggung jawabnya,	

No.	Capaian Pembelajaran Lulusan	SumberAcuan
	8. Mampumelakukan proses evaluasi diri terhadap kelompok kerja yang berada dibawah tanggung jawabnya, dan mampu mengelola pembelajaran secara mandiri,	
	9. Mampu mendokumentasikan, menyimpan, mengamankan, dan menemukan kembali data untuk menjamin kesahihan dan mencegah plagiarism.	
IV	Keterampilan Khusus (KK)	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mampu menciptakan, memandu, dan mengembangkan olahraga masyarakat, olahraga berkebutuhan khusus, olahraga kesehatan, olahraga kepariwisataan, dan olahraga rekreasi, 2. Mampu memberikan pelayanan jasa konsultasi olahraga kesehatan dan kebugaran untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat menggunakan pendekatan inovatif, kreatif, dan teknologi mutakhir, 3. Mampu mengelola kegiatan bidang keolahragaan (event organizer/EO), 4. Mampu mengembangkan pusat-pusat kesehatan dan kebugaran, 5. Mampu mengaplikasikan pengetahuan ilmu keolahragaan dalam bidang komunikasi dan informasi, 6. Mampu menerapkan ilmu keolahragaan dalam rangka menyelesaikan permasalahan bidang keolahragaan serta memiliki kemampuan beradaptasi terhadap perubahan baru dalam bidang keolahragaan. 	Capaian Pembelajaran Perkumpulan Program Studi Ilmu Keolahragaan Indonesia (P2SIKI)

LAMPIRAN 2

1. INSTRUMEN PENILAIAN UNTUK PERTEMUAN 1-16

A. RANAH KOGNITIF (Anderson, L.W. dan Krathwohl, D.R. : 2001)

C1	C2	C3	C4	C5	C6
Mengingat (Remember)	Memahami (Understad)	Mengaplikasikan (Apply)	Menganalisis (Analyze)	Mengevaluasi (Evaluate)	Mencipta (Create)
Mengutip	Memperkirakan	Mengaskan	Memecahkan	Membandingkan	Mengumpulkan
Menebitkan	Menceritakan	Menentukan	Menegaskan	Menilai	Mengatur
Menjelaskan	Merinci	Menerapkan	Meganalisis	Mengarahkan	Merancang
Memasangkan	Megubah	Memodifikasi	Menyimpulkan	Mengukur	Membuat
Membaca	Memperluas	Membangun	Menjelajah	Merangkum	Merearasi
Menamai	Menjabarkan	Mencegah	Mengaitkan	Mendukung	Memperjelas
Meninjau	Mncontohkan	Melatih	Mentransfer	Memilih	Mengarang
Mentabulasi	Mengemukakan	Menyelidiki	Mengedit	Memproyeksikan	Menyusun
Memberi kode	Menggali	Memproses	Menemukan	Mengkritik	Mengkode
Menulis	Mengubah	Memecahkan	Menyeleksi	Mengarahkan	Mengkombinasikan
Menyatakan	Menghitung	Melakukan	Mengoreksi	Memutukan	Memfasilitasi
Menunjukkan	Menguraikan	Mensimulasikan	Mendeteksi	Memisahkan	Mengkonstruksi
Mendaftar	Mempertahankan	Mengurutkan	Menelaah	Menimbang	Merumuskan
Menggambar	Mengartikan	Membiasakan	Mengukur		Menghubungkan
Membilang	Menerangkan	Mengklasifikasi	Membangunkan		Menciptakan
Mengidentifikasi	Menafsirkan	Menyesuaikan	Merasionalkan		Menampilkan
Menghafal	Memprediksi	Menjalankan	Mendiagnosis		
Mencatat	Melaporkan	Mengoperasikan	Memfokuskan		
Meniru	Membedakan	Meramalkan	Memadukan		

**B. RANAH AFEKTIF : (A3)
KISI-KISI**

Aspek minat (Rubrik deskriptif), indikator situasi, A 3 (menyatakan pendapat)	
Indikator	Deksripsi
Perasaan senang	Merasa sangat senang mengikuti mata kuliah TP TP. Akuatik II ini, mendorong untuk mau mempelajari
Keterlibatan siswa	Keterlibatan mahasiswa dalam perkuliahan TP TP. Akuatik II sangat bagus , sebab mendorong untuk meneliti.
Ketertarikan	Mahasiswa sangat tertarik terhadap mata kuliah TP TP. Akuatik II sebab mendorong rasa ingin tahu.
Perhatian	Perhatian mahasiswa pada matakuliah TP TP. Akuatik II ini sangat tinggi , sebab mendorong kesungguhan menyimat pembelajaran.

INSTRUMEN PENILAIAN DOMAIN AFEKTIF, ASPEK MINAT DENGAN TEKNIK RUBRIK DISKRIPITIF

Aspek/kategori/kriteria	4	3	2	1
Perasaan senang	Merasa SANGAT SENANG mengikuti mata kuliah TP TP. Akuatik II ini, mendorong untuk mau mempelajari	Merasa SENANG mengikuti mata kuliah TP TP. Akuatik II ini, mendorong untuk mau mempelajari	Merasa KURANG SENANG mengikuti mata kuliah TP TP. Akuatik II ini, mendorong untuk mau mempelajari	Merasa BOSAN mengikuti mata kuliah TP TP. Akuatik II ini, mendorong untuk mau mempelajari
Keterlibatan siswa	Keterlibatan mahasiswa dalam perkuliahan TP TP. Akuatik II SANGAT BAGUS , Sebab mendorong untuk meneliti.	Keterlibatan mahasiswa dalam perkuliahan TP TP. Akuatik II BAGUS , sebab mendorong untuk meneliti.	Keterlibatan mahasiswa dalam perkuliahan TP TP. Akuatik II KURANG BAGUS , sebab mendorong untuk meneliti.	Keterlibatan mahasiswa dalam perkuliahan TP TP. Akuatik II JELEK , sebab mendorong untuk meneliti.

Ketertarikan	Mahasiswa SANGAT TERTARIK terhadap mata kuliah TP TP. Akuatik II ini sebab mendorong rasa ingin tahu	Mahasiswa TERTARIK terhadap mata kuliah TP TP. Akuatik II ini sebab mendorong rasa ingin tahu.	Mahasiswa KURANG TERTARIK terhadap mata kuliah TP TP. Akuatik II ini sebab mendorong rasa ingin tahu.	Mahasiswa TIDAK TERTARIK terhadap mata kuliah TP TP. Akuatik II ini sebab mendorong rasa ingin tahu
Perhatian	Perhatian mahasiswa pada matakuliah TP TP. Akuatik II ini SANGAT TINGGI , sebab mendorong kesungguhan menyimat pembelajaran.	Perhatian mahasiswa pada matakuliah TP TP. Akuatik II ini TINGGI , sebab mendorong kesungguhan menyimat pembelajaran.	Perhatian mahasiswa pada matakuliah TP TP. Akuatik II ini RENDAH sebab mendorong kesungguhan menyimat pembelajaran.	Perhatian mahasiswa pada matakuliah TP TP. Akuatik II ini SANGAT RENDAH , sebab mendorong kesungguhan menyimat pembelajaran.

C. RANAH PSIKOMOTOR

P1 Meniru	P2 Manipulasi	P3 Presisi	P4 Artikulasi	P5 Naturalisasi
Menyalin Mengikuti Mereplikasi Mengulangi Mematuhi Mengaktifkan Menyesuaikan Menggabungkan Melamar Mengatur Mengumpulkan Menimbang Memperkecil Membangun Mengubah Membersihkan	Kembali membuat Membangun Melakukan Melaksanakan Menerapkan Mengoreksi Mendemonstrasikan Merancang Memilah Melatih Memperbaiki Mengidentifikasi Mengisi Menempatkan Membuat Memanipulasi Mereparasi Mencampur	Menunjukkan Melengapi Menyempurnakan Mengkalibrasi Mengendalikan Mengalihkan Menggantikan Memutar Mengirim Memindahkan Mendorong Menarik Memproduksi Mencampur Mengoperasikan Mengemas Membungkus	Membangun Mengatasi Menggabungkan Beradaptasi Memodifikasi Merumuskan Mengalihkan Mempertajam Membentuk Memadankan Menggunakan Memulai Menyetir Menjelaskan Menempel Mensketsa Mendengarkan Menimbang	Mendesain Menentukan Mengelola