



**Universitas Negeri Surabaya**  
**Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan**  
**Program Studi S1 Ilmu Keolahragaan**

Kode Dokumen

## RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

|   |  |                  |                              |   |                                  |  |                            |   |   |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
|---|--|------------------|------------------------------|---|----------------------------------|--|----------------------------|---|---|----|----|----|----|----|----|----|--|--|--|--|--|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|
| <b>MATA KULIAH (MK)</b>                       | <b>KODE</b>  | <b>Rumpun MK</b> | <b>BOBOT (sks)</b>           | <b>SEMESTER</b>   | <b>Tgl Penyusunan</b>            |  |                            |   |   |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
| Pengembangan olahraga rekreasi berbasis Udara | 8920103316   |                  | T=2 P=1 ECTS=4.77            | 6   | 13 Juli 2025                     |  |                            |   |   |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
| <b>OTORISASI</b>                              | <b>Pengembang RPS</b>  |                  | <b>Koordinator RMK</b>       |   | <b>Koordinator Program Studi</b> |  |                            |   |   |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
|   | .....  |                  | .....                        |   | Dr. Heri Wahyudi, S.Or., M.Pd.   |  |                            |   |   |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
| <b>Model Pembelajaran</b>                     | Project Based Learning   |                  |                              |   |                                  |  |                            |   |   |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
| <b>Capaian Pembelajaran (CP)</b>              | CPL-PRODI yang dibebankan pada MK  |                  |                              |   |                                  |  |                            |   |   |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
|   | Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)  |                  |                              |   |                                  |  |                            |   |   |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
|   | Matrik CPL - CPMK  |                  |                              |   |                                  |  |                            |   |   |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
|   | <table border="1" style="margin: auto;"> <tr> <td style="width: 10%;"></td> <td style="width: 10%; text-align: center;">CPMK</td> <td colspan="14"></td> </tr> </table>  |                  |                              |   |                                  |  | CPMK                       |   |   |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
|   | CPMK   |                  |                              |   |                                  |  |                            |   |   |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
| <b>Deskripsi Singkat MK</b>                   | <b>Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)</b>  |                  |                              |   |                                  |  |                            |   |   |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
|   | <table border="1" style="margin: auto;"> <tr> <td rowspan="2" style="width: 10%;"></td> <td colspan="16" style="text-align: center;">Minggu Ke</td> </tr> <tr> <td style="width: 5%; text-align: center;">1</td> <td style="width: 5%; text-align: center;">2</td> <td style="width: 5%; text-align: center;">3</td> <td style="width: 5%; text-align: center;">4</td> <td style="width: 5%; text-align: center;">5</td> <td style="width: 5%; text-align: center;">6</td> <td style="width: 5%; text-align: center;">7</td> <td style="width: 5%; text-align: center;">8</td> <td style="width: 5%; text-align: center;">9</td> <td style="width: 5%; text-align: center;">10</td> <td style="width: 5%; text-align: center;">11</td> <td style="width: 5%; text-align: center;">12</td> <td style="width: 5%; text-align: center;">13</td> <td style="width: 5%; text-align: center;">14</td> <td style="width: 5%; text-align: center;">15</td> <td style="width: 5%; text-align: center;">16</td> </tr> </table> |                  |                              |   |                                  |  | Minggu Ke                  |   |   |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
|   | Minggu Ke  |                  |                              |   |                                  |  |                            |   |   |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
|   | 1  | 2                | 3                            | 4   | 5                                | 6                                      | 7                          | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
| <b>Deskripsi Singkat MK</b>                   | Mata kuliah ini mengenalkan konsep dan praktik dalam mengembangkan kegiatan olahraga rekreasi yang berbasis pada udara. Mahasiswa akan mempelajari berbagai jenis olahraga rekreasi seperti paralayang, parasut, dan layang-layang serta prinsip-prinsip dasar yang terkait dengan keselamatan, peralatan, dan pengelolaan lingkungan.   |                  |                              |   |                                  |  |                            |   |   |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
| <b>Pustaka</b>                                | <b>Utama :</b>   |                  |                              |   |                                  |  |                            |   |   |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
|   | <b>Pendukung :</b>   |                  |                              |   |                                  |  |                            |   |   |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
| <b>Dosen Pengampu</b>                         | Prof. Dr. Andun Sudijandoko, M.Kes.<br>Indra Himawan Susanto, S.Or., M.Kes.<br>Dr. Hijrin Fithroni, S.Or., M.Pd.<br>Muhammad Dzul Fikri, S.Or., M.Pd.  |                  |                              |   |                                  |  |                            |   |   |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
| <b>Mg Ke-</b>                                 | <b>Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)</b>   | <b>Penilaian</b> |                              | <b>Bantuan Pembelajaran, Metode Pembelajaran, Penugasan Mahasiswa, [ Estimasi Waktu ]</b> |                                  | <b>Materi Pembelajaran [ Pustaka ]</b> | <b>Bobot Penilaian (%)</b> |   |   |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
|   |  | <b>Indikator</b> | <b>Kriteria &amp; Bentuk</b> | <b>Luring (offline)</b>   | <b>Daring (online)</b>           |  |                            |   |   |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
| (1)   | (2)  | (3)              | (4)                          | (5)   | (6)                              | (7)                                    | (8)                        |   |   |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
| 1   | Pengenalan mata kuliah, tujuan pembelajaran, dan tata tertib.  |                  |                              | ceramah, demonstrasi, praktek   |                                  |  | 0%                         |   |   |    |    |    |    |    |    |    |  |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |

|   |   |  |  |                               |  |  |    |
|---|---|--|--|-------------------------------|--|--|----|
| 2 | <p>1.Pemahaman tentang prinsip aerodinamika dan manuver dalam olahraga berbasis udara.</p> <p>2.Analisis studi kasus tentang keselamatan dalam olahraga paralayang.</p> |  |  | ceramah, demonstrasi, praktek |  |  | 0% |
| 3 | <p>1.Pengenalan tentang paralayang: sejarah, peralatan, teknik terbang dasar.</p> <p>2.Simulasi terbang dengan menggunakan perangkat lunak simulasi.</p>                |  |  | ceramah, demonstrasi, praktek |  |  | 0% |
| 4 | <p>1.Prinsip dasar keselamatan dalam olahraga parasut.</p> <p>2.Studi kasus tentang kecelakaan parasut dan analisis penyebabnya.</p>                                    |  |  | ceramah, demonstrasi, praktek |  |  | 0% |
| 5 | <p>1.Proses persiapan sebelum terjun, penggunaan peralatan, dan teknik terjun.</p> <p>2.Simulasi terjun dari ketinggian rendah.</p>                                     |  |  | ceramah, demonstrasi, praktek |  |  | 0% |
| 6 | <p>1.Pengenalan tentang layang-layang: jenis, peralatan, teknik penerbangan.</p> <p>2.Demonstrasi penerbangan layang-layang oleh instruktur.</p>                        |  |  | ceramah, demonstrasi, praktek |  |  | 0% |
| 7 | <p>1.Pengenalan tentang layang-layang: jenis, peralatan, teknik penerbangan.</p> <p>2.Diskusi tentang strategi mitigasi risiko dan tindakan pencegahan.</p>             |  |  | ceramah, demonstrasi, praktek |  |  | 0% |
| 8 | <p>1.Etika dan tanggung jawab lingkungan dalam olahraga rekreasi berbasis udara.</p> <p>2.Diskusi tentang dampak lingkungan dan upaya konservasi.</p>                   |  |  | ceramah, demonstrasi, praktek |  |  | 0% |

|    |  |  |  |                               |  |  |    |
|----|--|--|--|-------------------------------|--|--|----|
| 9  | 1.Pembentukan kelompok proyek.<br>2.Diskusi dan perencanaan proyek pengembangan olahraga rekreasi berbasis udara.  |  |  | ceramah, demonstrasi, praktek |  |  | 0% |
| 10 | Ujian Tengah Semester  |  |  | ceramah, demonstrasi, praktek |  |  | 0% |
| 11 | 1.Presentasi proyek oleh setiap kelompok.<br>2.Diskusi dan umpan balik dari dosen dan sesama mahasiswa.  |  |  | ceramah, demonstrasi, praktek |  |  | 0% |
| 12 | 1.Pengembangan kemampuan dalam mengidentifikasi dan mengevaluasi risiko lanjutan.<br>2.Studi kasus tentang pengelolaan risiko dalam olahraga udara yang ekstrem.   |  |  | ceramah, demonstrasi, praktek |  |  | 0% |
| 13 | 1.Diskusi tentang pentingnya kesiapan fisik dan mental dalam olahraga udara.<br>2.Latihan pernafasan dan relaksasi.  |  |  | ceramah, demonstrasi, praktek |  |  | 0% |
| 14 | 1.Instruksi praktis tentang persiapan untuk praktikum lapangan.<br>2.Pemeriksaan peralatan dan keamanan.   |  |  | ceramah, demonstrasi, praktek |  |  | 0% |
| 15 | 1.Pelaksanaan praktikum lapangan: terjun parasut, terbang paralayang, atau penerbangan layang-layang (tergantung ketersediaan fasilitas dan izin).<br>2.Evaluasi dan refleksi terhadap pengalaman praktikum. |  |  | ceramah, demonstrasi, praktek |  |  | 0% |
| 16 |  |  |  |                               |  |  | 0% |

#### Rekap Persentase Evaluasi : Project Based Learning

| 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 studinya 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.