



Universitas Negeri Surabaya
Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan
Program Studi S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan & Rekreasi

Kode Dokumen

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

MATA KULIAH (MK)	KODE	Rumpun MK	BOBOT (sks)			SEMESTER	Tgl Penyusunan
Panahan	8520102097	Mata Kuliah Pilihan Program Studi	T=2	P=0	ECTS=3.18	3	14 Juli 2025
OTORISASI	Pengembang RPS		Koordinator RMK			Koordinator Program Studi	
			Muchamad Arif Al Ardha, S.Pd., M.Ed., Ph.D.	

Model Pembelajaran	Case Study
--------------------	------------

Capaian Pembelajaran (CP) **CPL-PRODI yang dibebankan pada MK**

CPL-7	KU5. Mampu mengambil keputusan secara tepat dalam konteks penyelesaian masalah di bidang keahliannya, berdasarkan hasil analisis informasi dan data
CPL-8	KK1. Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi pembelajaran olahraga secara terukur, akuntabel, dan efektif
CPL-11	Mampu menerapkan pengetahuan konsep pendidikan jasmani untuk menghadapi permasalahan yang terjadi di lapangan dengan pendekatan inovatif

Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)

CPMK - 1	Mahasiswa dapat menerapkan teknik dasar panahan dalam berbagai kondisi lapangan (C3)
CPMK - 2	Mahasiswa dapat menganalisis kesalahan teknik dalam melakukan tembakan dan memberikan solusi perbaikan (C4)
CPMK - 3	Mahasiswa mampu merencanakan sesi latihan panahan yang efektif untuk meningkatkan keterampilan atlet (C5)
CPMK - 4	Mahasiswa dapat mengevaluasi dan memilih peralatan panahan yang sesuai untuk berbagai jenis kompetisi (C5)
CPMK - 5	Mahasiswa dapat menciptakan strategi kompetisi panahan yang inovatif berdasarkan analisis dari performa lawan (C6)
CPMK - 6	Mahasiswa mampu menganalisis pengaruh kondisi fisik dan mental terhadap performa dalam panahan (C4)
CPMK - 7	Mahasiswa dapat menerapkan prinsip biomekanika untuk meningkatkan akurasi dan kekuatan tembakan (C3)
CPMK - 8	Mahasiswa mampu menciptakan program pelatihan yang adaptif terhadap perkembangan teknologi panahan (C6)
CPMK - 9	Mahasiswa dapat mengevaluasi efektivitas teknik panahan yang digunakan dalam berbagai situasi pertandingan (C5)
CPMK - 10	Mahasiswa mampu menganalisis dan mengintegrasikan berbagai sumber belajar untuk mengembangkan keterampilan mengajar panahan (C4)

Matrik CPL - CPMK

	CPMK	CPL-7	CPL-8	CPL-11
CPMK-1				✓
CPMK-2	✓			
CPMK-3			✓	
CPMK-4	✓			
CPMK-5				✓
CPMK-6	✓			
CPMK-7				✓
CPMK-8			✓	
CPMK-9			✓	
CPMK-10			✓	

Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)

--	--

	<table border="1"> <tr> <th rowspan="2">CPMK</th> <th colspan="16">Minggu Ke</th> </tr> <tr> <th>1</th><th>2</th><th>3</th><th>4</th><th>5</th><th>6</th><th>7</th><th>8</th><th>9</th><th>10</th><th>11</th><th>12</th><th>13</th><th>14</th><th>15</th><th>16</th> </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> <tr><td>CPMK-2</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> <tr><td>CPMK-3</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> <tr><td>CPMK-4</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> <tr><td>CPMK-5</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> <tr><td>CPMK-6</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> <tr><td>CPMK-7</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> <tr><td>CPMK-8</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> <tr><td>CPMK-9</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> <tr><td>CPMK-10</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-2																	CPMK-3																	CPMK-4																	CPMK-5																	CPMK-6																	CPMK-7																	CPMK-8																	CPMK-9																	CPMK-10																
			CPMK	Minggu Ke																																																																																																																																																																																																								
		1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16																																																																																																																																																																																										
		CPMK-1																																																																																																																																																																																																										
		CPMK-2																																																																																																																																																																																																										
		CPMK-3																																																																																																																																																																																																										
		CPMK-4																																																																																																																																																																																																										
		CPMK-5																																																																																																																																																																																																										
		CPMK-6																																																																																																																																																																																																										
		CPMK-7																																																																																																																																																																																																										
		CPMK-8																																																																																																																																																																																																										
CPMK-9																																																																																																																																																																																																												
CPMK-10																																																																																																																																																																																																												

Deskripsi Singkat MK Matakuliah Panahan pada jenjang S1 program studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan & Rekreasi membahas tentang teknik dasar, strategi, peraturan, dan etika dalam olahraga panahan. Tujuan dari matakuliah ini adalah untuk mengajarkan mahasiswa tentang keterampilan memanah yang baik, pemahaman terhadap perlengkapan panahan, serta meningkatkan kepekaan dan ketepatan dalam menembak. Ruang lingkupnya meliputi sejarah panahan, teknik menembak yang benar, latihan fisik dan mental untuk meningkatkan performa, serta aspek keamanan dalam berlatih panahan.

Pustaka

Utama :

1. Harsono. 1999. Teknik-Teknik Dasar Memanah.
2. Jean A. Barret. 1990. Olahraga Panahan
3. Perpani. 1994. Peraturan Lomba Panahan.
4. Noerbai. 2001. Mengenal Olahraga Panahan , Surabaya: Unesa University Press.
5. Noerbai. 2001. Memahami Falsafah Olahraga Panahan. Surabaya: Unesa University Press.
6. Archery. 2012. Archery , Champaign-IL: Human Kinetics USA,
7. Haywood, Kathleen and M., Lewis, Catherine F. 2013. Archery Steps To Success. Champaign-IL: Human Kinetics.

Pendukung :

Dosen Pengampu Faridha Nurhayati, S.Pd., M.Kes.
Kolektus Oky Ristanto, S.Pd., M.Pd.

Mg Ke-	Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)	Penilaian		Bantuan 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	Mengenal olahraga panahan dan karakteristik umum olahraga panahan	Mahasiswa dapat menjelaskan karakteristik olahraga panahan	Kriteria: Kriteria Penilaian Partisipatif Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif	Ceramah Tanya Jawab Penugasan Diskusi 2 X 50		Materi: Karakteristik umum olahraga panahan ronde tradisional, nasional (Perpani), dan FITA Pustaka: Jean A. Barret. 1990. Olahraga Panahan	3%
2	Memahami sejarah dan konsep dasar panahan di Indonesia dan di Dunia	Mahasiswa dapat menjelaskan sejarah dan konsep dasar panahan	Kriteria: Kriteria Penilaian Partisipatif Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif	ceramah tanya jawab penugasan diskusi 2 X 50		Materi: Sejarah panahan di Indonesia dan di Dunia Pustaka: Noerbai. 2001. Memahami Falsafah Olahraga Panahan. Surabaya: Unesa University Press.	3%
3	Memahami berbagai peralatan dalam olahraga panahan dan menggunakan peralatan tersebut sesuai kebutuhan	Mahasiswa dapat menjelaskan berbagai peralatan panahan dan cara perawatannya	Kriteria: Kriteria Penilaian Partisipatif Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Tes	ceramah, tanya jawab, penugasan dan diskusi 2 X 50		Materi: Peralatan Panahan (busur, anak panah, dan peralatan lain) Pustaka: Jean A. Barret. 1990. Olahraga Panahan	3%

4	Menguasai teknik dasar memanah dengan benar dan memilih posisi tubuh yang tepat pada saat memanah.	Mahasiswa dapat melakukan sikap memanah menggunakan busur dan memahami kesalahan umum sikap dasar memanah	Kriteria: Kriteria Penilaian Praktik Bentuk Penilaian : Praktik / Unjuk Kerja	Ceramah, praktek, diskusi 2 X 50		Materi: Teknik dasar memanah Pustaka: <i>Harsono. 1999. Teknik-Teknik Dasar Memanah.</i>	8%
5	Menguasai cara membuat peralatan memanah dengan modifikasi Busur	Mahasiswa mampu membuat alat panahan modifikasi dengan menggunakan Busur Paralon	Kriteria: Kriteria Penilaian Partisipatif Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	ceramah, tanya jawab, praktek, diskusi 2 X 50		Materi: Pembuatan busur paralon Pustaka: <i>Noerbai. 2001. Mengenal Olahraga Panahan , Surabaya: Unesa University Press.</i>	8%
6	Memahami dan mempraktikkan teknik dasar memanah dengan benar dan memilih posisi tubuh yang tepat pada saat memanah dengan menggunakan Busur dan Anak Panah modifikasi jarak 5 meter.	1.Mahasiswa mampu menjelaskan rangkaian sikap dasar memanah 2.Mahasiswa dapat melaksanakan sikap dasar memanah	Kriteria: Kriteria Penilaian Partisipatif dan Praktik Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Praktik / Unjuk Kerja	ceramah, praktek, diskusi 2 X 50		Materi: Penguasaan teknik dasar memanah Pustaka: <i>Harsono. 1999. Teknik-Teknik Dasar Memanah.</i>	10%
7	Memahami dan mempraktikkan teknik dasar memanah terutama yang berkenaan dengan extend, drawing tanpa busur dengan menggunakan elastic rubber (modifikasi)	1.Mahasiswa mampu menjelaskan rangkaian sikap dasar memanah 2.Mahasiswa dapat melaksanakan sikap dasar memanah dengan alat bantu	Kriteria: Kriteria Penilaian Partisipatif Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	Ceramah, Praktek, diskusi 2 X 50		Materi: Praktek Dasar memanah dengan alat bantu Pustaka: <i>Harsono. 1999. Teknik-Teknik Dasar Memanah.</i>	10%
8	UTS Praktek	Praktek teknik dasar memanah	Kriteria: Kriteria Penilaian Praktik Bentuk Penilaian : Praktik / Unjuk Kerja	2 X 50		Materi: UTS Praktek Pustaka: <i>Haywood, Kathleen and M., Lewis, Catherine F. 2013. Archery Steps To Success. Champaign-IL: Human Kinetcs.</i> Materi: UTS Praktek Pustaka:	10%
9	Memahami dan mempraktikkan teknik dasar memanah dengan benar sesuai prinsip mekanika saat memanah dengan menggunakan Busur dan Anak Panah modifikasi jarak 7 meter, 10 meter dan 15 meter	1.Mahasiswa mampu menjelaskan rangkaian sikap dasar memanah 2.Mahasiswa dapat melaksanakan sikap dasar memanah jarak 7m, 10m dan 15m 3.Mahasiswa dapat memahami kesalahan umum sikap memanah	Kriteria: Kriteria Penilaian Praktik Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja	ceramah, praktek dan diskusi 2 X 50		Materi: Praktek memanah jarak 7m, 10m dan 15m Pustaka: <i>Haywood, Kathleen and M., Lewis, Catherine F. 2013. Archery Steps To Success. Champaign-IL: Human Kinetcs.</i>	5%

10	Memahami dan mempraktikkan teknik dasar memanah dengan benar sesuai prinsip mekanika saat memanah dengan menggunakan Busur dan Anak Panah modifikasi jarak 7 meter, 10 meter dan 15 meter	<ol style="list-style-type: none"> 1.Mahasiswa mampu menjelaskan rangkaian sikap dasar memanah 2.Mahasiswa dapat melaksanakan sikap dasar memanah jarak 7m, 10m dan 15m 3.Mahasiswa dapat memahami kesalahan umum sikap memanah 	Kriteria: Kriteria Penilaian Praktik Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Praktik / Unjuk Kerja	ceramah, praktek dan diskusi 2 X 50		Materi: Praktek memanah jarak 7m, 10m dan 15m Pustaka: <i>Haywood, Kathleen and M., Lewis, Catherine F. 2013. Archery Steps To Success. Champaign-IL: Human Kinetcs.</i>	5%
11	Memahami dan mempraktikkan teknik dasar memanah dengan benar sesuai prinsip mekanika saat memanah dengan menggunakan Busur dan Anak Panah modifikasi jarak 7 meter, 10 meter dan 15 meter	<ol style="list-style-type: none"> 1.Mahasiswa mampu menjelaskan rangkaian sikap dasar memanah 2.Mahasiswa dapat melaksanakan sikap dasar memanah jarak 7m, 10m dan 15m 3.Mahasiswa dapat memahami kesalahan umum sikap memanah 	Kriteria: Kriteria Penilaian Partisipatif Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	ceramah, praktek dan diskusi 2 X 50		Materi: Praktek memanah jarak 7m, 10m dan 15m Pustaka: <i>Haywood, Kathleen and M., Lewis, Catherine F. 2013. Archery Steps To Success. Champaign-IL: Human Kinetcs.</i>	5%
12	Mempraktekan koordinasi teknik memanah pada shooting jarak 5 meter dan 10 meter menggunakan Busur Nasional	Mahasiswa dapat melakukan teknik dasar dengan benar untuk memanah jarak 5 meter dan 10 meter dengan menggunakan busur Nasional	Kriteria: Kriteria Penilaian Partisipatif Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	ceramah, praktek dan diskusi 2 X 50		Materi: Praktek menembak dengan busur nasional Pustaka: <i>Archery. 2012. Archery , Champaign-IL: Human Kinetcs USA,</i>	5%
13	Mempraktekan koordinasi teknik memanah pada shooting jarak 5 meter dan 10 meter menggunakan Busur Nasional	Mahasiswa dapat melakukan teknik dasar dengan benar untuk memanah jarak 5 meter dan 10 meter dengan menggunakan busur Nasional	Kriteria: Kriteria Penilaian Partisipatif Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	ceramah, praktek dan diskusi 2 X 50		Materi: Praktek menembak dengan busur nasional Pustaka: <i>Archery. 2012. Archery , Champaign-IL: Human Kinetcs USA,</i>	5%
14	Memahami dan mempraktikkan Cara Melatih dalam Olahraga Panahan	Mahasiswa dapat menjelaskan dan mempraktikkan didaktik metodik pengajaran panahan	Kriteria: Kriteria Penilaian Project Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja	ceramah, tanya jawab, praktek dan diskusi 2 X 50		Materi: Metode mengajar panahan Pustaka: <i>Harsono. 1999. Teknik-Teknik Dasar Memanah.</i>	5%
15	Memahami Sistem Perlombaan dan Perwasitan Olahraga Panahan	Mahasiswa dapat menguasai sistem perlombaan dan perwasitan olahraga panahan	Kriteria: Kriteria Penilaian Partisipatif Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	Ceramah Tanya Jawab Diskusi Simulasi 2 X 50		Materi: Peraturan perlombaan panahan dan skoring Pustaka: <i>Perpani. 1994.Peraturan Lomba Panahan.</i>	5%
16	UAS	Mahasiswa mampu mengikuti Praktik dan Tes	Kriteria: Kriteria Penilaian Praktik dan Tes Bentuk Penilaian : Praktik / Unjuk Kerja, Tes	2 X 50		Materi: UAS Pustaka: <i>Perpani. 1994.Peraturan Lomba Panahan.</i>	10%

Rekap Persentase Evaluasi : Case Study

No	Evaluasi	Persentase
1.	Aktifitas Partisipatif	53%
2.	Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	5%
3.	Praktik / Unjuk Kerja	35.5%
4.	Tes	6.5%
		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 diamatikan 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 19 Desember 2024

Koordinator Program Studi S1
Pendidikan Jasmani, Kesehatan &
Rekreasi



Muchamad Arif Al Ardha, S.Pd.,
M.Ed., Ph.D.
NIDN 0009019004

UPM Program Studi S1
Pendidikan Jasmani, Kesehatan &
Rekreasi



Dr. Mochamad Ridwan, S.Pd.,
M.Pd.
NIDN 0017028703

File PDF ini digenerate pada tanggal 14 Juli 2025 Jam 08:20 menggunakan aplikasi RPS-OBE SiDia Unesa

