



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																																																		
Tenis Meja		8520102188		Mata Kuliah Wajib Program Studi			T=2	P=0	ECTS=3.18		3	26 Agustus 2025																																																	
OTORISASI		Pengembang RPS				Koordinator RMK				Koordinator Program Studi																																																			
		Dwi Lorry Juniarisca, S.Pd.,M.Ed				Dr. Setiyo Hartoto, M.Kes.				MUCHAMAD ARIF AL ARDHA																																																			
Model Pembelajaran	Project Based Learning																																																												
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK																																																												
	CPL-4	Mengembangkan diri secara berkelanjutan dan berkolaborasi.																																																											
	CPL-8	KK1. Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi pembelajaran olahraga secara terukur, akurat, dan efektif																																																											
	CPL-9	KK2. Mampu menyelesaikan masalah pendidikan olahraga dan mengambil keputusan berdasarkan ilmu pengetahuan.																																																											
	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	Pemahaman dan penguasaan teori dan praktek tenis meja, meliputi: teknik dasar, taktik dan strategi, peraturan dan pembelajarannya pada permainan tenis meja. Perkuliahan dilaksanakan dengan ceramah, praktek, tugas proyek dan refleksi.																																																											
	Matrik CPL - CPMK																																																												
		<table><tr><td>CPMK</td><td>CPL-4</td><td>CPL-8</td><td>CPL-9</td><td>CPL-11</td></tr><tr><td>CPMK-1</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>											CPMK	CPL-4	CPL-8	CPL-9	CPL-11	CPMK-1																																											
	CPMK	CPL-4	CPL-8	CPL-9	CPL-11																																																								
	CPMK-1																																																												
	Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)																																																												
	<table><tr><td rowspan="2">CPMK</td><td colspan="16">Minggu Ke</td></tr><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><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></table>											CPMK	Minggu Ke																1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	CPMK-1																
CPMK	Minggu Ke																																																												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16																																													
CPMK-1																																																													
Deskripsi Singkat MK	Pemahaman dan penguasaan teori dan praktek tenis meja, meliputi: teknik dasar, taktik dan strategi, peraturan dan pembelajarannya pada permainan tenis meja. Perkuliahan dilaksanakan dengan ceramah, praktek, tugas proyek dan refleksi.																																																												
Pustaka	Utama :		1. AASC. 2012. Playing for Life- Table Tennis . Australian Sports Commission. 2. Geske, Klaus-M. Dan Mueller, Jens , 2010. Table Tennis Tactics Your Path to Success . Maidenhead. Meyer & Meyer Sport. 3. Herry Moestamar, Nurhasan. 1996. Belajar tenis meja efektif . Surabaya Unipres 4. McAfee, Richard. 2009. Table Tennis: Steps to Success. United States of America: Human Kinetics. 5. Muhtar, T dan Sulisty, W. 2007. Tenis Meja . Jakarta: Universitas Terbuka. 6. Nurhasan. 2001. Macam-Macam Jenis Tes Keolahragaan dan Pengukuran Prinsip-Prinsip Gerak dalam Olahraga. Bandung: Direktorat Jendral Olahraga. 7. PTMSI. 2016. Peraturan Tenis Meja 2016 . PBPTMSI 8. TTA. 2002. Table Tennis in Schools Program . Waterwheel Press, North Melbourne, Victoria, Australia 9. www.ptmsi.org 10. www.attu.com 11. www.ittf.com																																																										
	Pendukung :		1. Putra, E. S. (2013). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Servis Backhand dalam Permainan Tenis Meja Melalui Media Dinding. Palembang: Universitas Bina Dharma. 2. Simpson. (2008). Teknik Bermain Pingpong. Bandung: Pioner Jaya. 3. Husdarta, S. J. (2011). Manajemen Pendidikan Jasmani. Bandung: Alfabeta.																																																										
Dosen Pengampu	NURHASAN DWI CAHYO KARTIKO DONY ANDRIJANTO DWI LORRY JUNIARISCA Dony Andrijanto, S.Pd., M.Kes. Dony Andrijanto, S.Pd., M.Kes. Dwi Lorry Juniarsca, S.Pd., M.Ed. Dwi Lorry Juniarsca, S.Pd., M.Ed. Prof. Dr. Dwi Cahyo Kartiko, S.Pd., M.Kes. Prof. Dr. Dwi Cahyo Kartiko, S.Pd., M.Kes. Prof. Dr. Nurhasan, M.Kes. Prof. Dr. Nurhasan, M.Kes.																																																												
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	Memahami konsep dasar perkuliahan tenis mejaMemahami sejarah perkembangan tenis meja di dunia internasional, di Asia dan di Indonesia	1.Menjelaskan sejarah perkembangan tenis meja di dunia Internasional. di Asia dan di Indonesia 2. Mengidentifikasi organisasi tenis meja di dunia Internasional, di Asia dan di Indonesia	Kriteria: Nilai 90, apabila laporan sesuai dengan kisi-kisi yang sudah ditetapkan Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Ceramah, diskusi, penugasan dan presentasi 2 X 50		Materi: konsep dasar perkuliahan tenis mejaMemahami sejarah perkembangan tenis meja di dunia internasional, di Asia dan di Indonesia Pustaka: <i>AASC. 2012. Playing for Life-Table Tennis . Australian Sports Commission.</i>	5%
2	Memahami konsep dasar perkuliahan tenis mejaMemahami sejarah perkembangan tenis meja di dunia internasional, di Asia dan di Indonesia	1.Menjelaskan sejarah perkembangan tenis meja di dunia Internasional. di Asia dan di Indonesia 2. Mengidentifikasi organisasi tenis meja di dunia Internasional, di Asia dan di Indonesia	Kriteria: Nilai 90, apabila laporan sesuai dengan kisi-kisi yang sudah ditetapkan. Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Ceramah, diskusi, penugasan dan presentasi 2 X 50		Materi: konsep dasar perkuliahan tenis mejaMemahami sejarah perkembangan tenis meja di dunia internasional, di Asia dan di Indonesia Pustaka: <i>Geske, Klaus-M. Dan Mueller, Jens , 2010. Table Tennis Tactics Your Path to Success . Maidenhead. Meyer & Meyer Sport.</i>	5%
3	Memahami macam-macam peralatan tenis meja meliputi meja, raket, net, dan bola.	1.Mendiskusikan ukuran macam-macam peralatan tenis meja. 2. Mengidentifikasi macam-macam peralatan tenis meja.	Kriteria: Nilai 90, apabila laporan sesuai dengan kisi-kisi yang sudah ditetapkan. Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Saintifik LearningCooperatife LearningCeramahKinerjaProduk LaporanDiskusiPresentasiPenguasaanLembar penilaian produk 2 X 50		Materi: macam-macam peralatan tenis meja meliputi meja, raket, net, dan bola. Pustaka: <i>Herry Moestamar, Nurhasan. 1996. Belajar tenis meja efektif . Surabaya Unipres</i>	5%
4	Mengetahui jenis pukulan dalam permainan tenis mejaMenguasai teknik dasar grip permainan tenis meja	1.Menjelaskan jenis pukulan dalam permainan tenis meja 2.Menjelaskan konsep rangkaian gerak teknik dasar grip 3.Menganalisis variasi dan kombinasi teknik dasar grip permainan tenis meja 4.Mempraktikkan berbagai variasi dan kombinasi gerak teknik dasar grip permainan tenis meja	Kriteria: Bobot skor 20, apabila dapat merangkum sesuai dengan kisi-kisi yang ditetapkan dan dapat mempraktikkan teknik dasar dengan benar Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Saintifik LearningCooperatife LearningCeramahKinerjaProduk LaporanDiskusiPenguasaan 2 X 50		Materi: jenis pukulan dalam permainan tenis mejaMenguasai teknik dasar grip permainan tenis meja Pustaka: <i>Herry Moestamar, Nurhasan. 1996. Belajar tenis meja efektif . Surabaya Unipres</i>	5%

5	Mengetahui teknik dasar stance dan footwork permainan tenis mejaMenguasai teknik dasar stance dan footwork permainan tenis meja	1.Menjelaskan konsep rangkaian gerak teknik dasar stance dan footwork tenis meja 2.Menganalisis variasi dan kombinasi teknik dasar stance dan footwork permainan tenis meja 3.Mempraktikkan berbagai variasi dan kombinasi gerak teknik dasar stance dan footwork permainan tenis meja	Kriteria: Bobot skor 20, apabila dapat merangkum sesuai dengan kisi-kisi yang ditetapkan dan dapat mempraktikkan teknik dasar dengan benar Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Cooperatife LearningCeramahKinerjaProduk LaporanDiskusiPenguasaan 2 X 50		Materi: teknik dasar stance dan footwork permainan tenis mejaMenguasai teknik dasar stance dan footwork permainan tenis meja Pustaka: AASC. 2012. <i>Playing for Life-Table Tennis</i> . Australian Sports Commission.	5%
6	Mengetahui jenis-jenis dan variasi jenis pukulan terhadap arah bola dalam permainan tenis mejaMenguasai teknik dasar service permainan tenis mejaMenguasai teknik dasar chop permainan tenis meja	1.Menjelaskan jenis dan variasi pukulan terhadap arah bola dalam permainan tenis meja 2.Menjelaskan konsep rangkaian gerak teknik dasar service dan chop permainan tenis meja 3.Menganalisis variasi dan kombinasi teknik dasar service dan chop permainan tenis meja 4.Mempraktikkan berbagai variasi dan kombinasi gerak teknik dasar service dan chop permainan tenis meja	Kriteria: Bobot skor 20, apabila dapat merangkum sesuai dengan kisi-kisi yang ditetapkan dan dapat mempraktikkan teknik dasar dengan benar Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Cooperatife LearningCeramahKinerjaProduk LaporanDiskusiPenguasaan 2 X 50		Materi: jenis-jenis dan variasi jenis pukulan terhadap arah bola dalam permainan tenis mejaMenguasai teknik dasar service permainan tenis mejaMenguasai teknik dasar chop permainan tenis meja Pustaka: McAfee, Richard. 2009. <i>Table Tennis: Steps to Success</i> . United States of America: Human Kinetics.	5%
7	Mengetahui konsep rangkaian gerak topspin dan block permainan tenis mejaMenguasai teknik dasar topspin permainan tenis mejaMenguasai teknik dasar block permainan tenis meja	1.Menjelaskan rangkaian gerak topspin dan block dalam permainan tenis meja 2.Menjelaskan konsep rangkaian gerak teknik dasar topspin dan block permainan tenis meja. 3.Menganalisis variasi dan kombinasi teknik dasar topspin dan block permainan tenis meja 4.Mempraktikkan berbagai variasi dan kombinasi gerak teknik dasar topspin dan block permainan tenis meja	Kriteria: Bobot skor 20, apabila dapat merangkum sesuai dengan kisi-kisi yang ditetapkan dan dapat mempraktikkan teknik dasar dengan benar Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Cooperatife LearningCeramahKinerjaProduk LaporanDiskusiPenguasaan 2 X 50		Materi: konsep rangkaian gerak topspin dan block permainan tenis mejaMenguasai teknik dasar topspin permainan tenis mejaMenguasai teknik dasar block permainan tenis meja Pustaka: AASC. 2012. <i>Playing for Life-Table Tennis</i> . Australian Sports Commission.	5%
8		UTS	Kriteria: mampu memahami materi pertemuan 1-7 Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	2 X 50		Materi: UTS Pustaka: McAfee, Richard. 2009. <i>Table Tennis: Steps to Success</i> . United States of America: Human Kinetics.	10%

9	Memahami konsep teoritis peraturan permainan tenis meja	1. Menjelaskan peraturan permainan tenis meja sesuai dengan peraturan terbaru 2. Mendiskripsikan peraturan tenis meja dan ketentuan kompetisi Internasional	Kriteria: Bobot nilai 10 diperoleh apabila dapat menjawab soal dengan benar. Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Cooperatife LearningCeramahKinerjaProduk LaporanDiskusiPenguasaan 2 X 50		Materi: konsep teoritis peraturan permainan tenis meja Pustaka: AASC. 2012. <i>Playing for Life-Table Tennis</i> . Australian Sports Commission.	5%
10	Memahami konsep teoritis peralatan permainan tenis meja	1. Menjelaskan peraturan pertandingan tenis meja sesuai dengan peraturan terbaru 2. Mendiskripsikan peraturan tenis meja dan ketentuan kompetisi Internasional	Kriteria: Bobot nilai 10 diperoleh apabila dapat menjawab soal dengan benar. Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja	Cooperatife LearningCeramahKinerjaProduk LaporanDiskusiPenguasaan 2 X 50		Materi: konsep peralatan permainan tenis meja Pustaka: AASC. 2012. <i>Playing for Life-Table Tennis</i> . Australian Sports Commission.	8%
11	Memahami konsep teoritis sistem pertandingan tenis meja.	1. Menjelaskan sistem pertandingan tenis meja sesuai dengan peraturan terbaru 2. Mendiskripsikan sistem pertandingan tenis meja dan ketentuan kompetisi Internasional	Kriteria: Bobot nilai 10 diperoleh apabila dapat menjawab soal dengan benar. Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Praktik / Unjuk Kerja	Cooperatife LearningCeramahKinerjaProduk LaporanDiskusiPenguasaan 2 X 50		Materi: konsep teoritis sistem pertandingan tenis meja. Pustaka: Muhtar, T dan Sulisty, W. 2007. <i>Tenis Meja</i> . Jakarta: Universitas Terbuka.	8%
12	Memahami konsep teoritis perwasitan permainan tenis meja	1. Menjelaskan perwasitan pertandingan tenis meja sesuai dengan peraturan terbaru 2. Mendiskripsikan perwasitan permainan tenis meja dan ketentuan kompetisi Internasional	Kriteria: Bobot nilai 10 diperoleh apabila dapat menjawab soal dengan benar. Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Cooperatife LearningCeramahKinerjaProduk LaporanDiskusiPenguasaan 2 X 50		Materi: konsep teoritis perwasitan permainan tenis meja Pustaka: McAfee, Richard. 2009. <i>Table Tennis: Steps to Success</i> . United States of America: Human Kinetics.	5%
13	Memahami konsep melaksanakan pertandingan tenis meja	1. Mempraktikkan manajemen pertandingan tenis meja 2. Menganalisis pertandingan tenis meja	Kriteria: Nilai 90, apabila laporan sesuai dengan kisi-kisi yang sudah ditetapkan. Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Cooperatife LearningCeramahKinerjaProduk LaporanDiskusiPenguasaan 2 X 50		Materi: konsep melaksanakan pertandingan tenis meja Pustaka: Muhtar, T dan Sulisty, W. 2007. <i>Tenis Meja</i> . Jakarta: Universitas Terbuka.	5%
14	Memahami konsep melaksanakan pertandingan tenis meja	1. Mempraktikkan manajemen pertandingan tenis meja 2. Menganalisis pertandingan tenis meja	Kriteria: Nilai 90, apabila laporan sesuai dengan kisi-kisi yang sudah ditetapkan. Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Cooperatife LearningCeramahKinerjaProduk LaporanDiskusiPenguasaan 2 X 50		Materi: konsep melaksanakan pertandingan tenis meja Pustaka: AASC. 2012. <i>Playing for Life-Table Tennis</i> . Australian Sports Commission.	6%
15	Memahami konsep melaksanakan pertandingan tenis meja	1. Mempraktikkan manajemen pertandingan tenis meja 2. Menganalisis pertandingan tenis meja	Kriteria: Nilai 90, apabila laporan sesuai dengan kisi-kisi yang sudah ditetapkan. Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Cooperatife LearningCeramahKinerjaProduk LaporanDiskusiPenguasaan 2 X 50		Materi: konsep melaksanakan pertandingan tenis meja Pustaka: AASC. 2012. <i>Playing for Life-Table Tennis</i> . Australian Sports Commission.	8%

16	UAS	UAS	Kriteria: mampu memahami materi pertemuan 1-15 Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Mengerjakan Soal UAS		Materi: UAS Pustaka: AASC. 2012. <i>Playing for Life-Table Tennis</i> . Australian Sports Commission.	10%
----	-----	-----	---	----------------------	--	---	-----

Rekap Persentase Evaluasi : Project Based Learning

No	Evaluasi	Persentase
1.	Aktifitas Partisipatif	13%
2.	Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	74%
3.	Praktik / Unjuk Kerja	10.5%
4.	Tes	2.5%
		100%

Catatan

- 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.
- 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.
- 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.
- 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.
- 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.
- 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.
- Bentuk penilaian:** tes dan non-tes.
- 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.
- 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.
- Materi Pembelajaran** adalah rincian atau uraian dari bahan kajian yg dapat disajikan dalam bentuk beberapa pokok dan sub-pokok bahasan.
- Bobot penilaian** adalah prosentasi penilaian terhadap setiap pencapaian sub-CPMK yang besarnya proposional dengan tingkat kesulitan pencapaian sub-CPMK tsb., dan totalnya 100%.
- TM=Tatap Muka, PT=Penugasan terstruktur, BM=Belajar mandiri.

RPS ini telah divalidasi pada tanggal 29 Februari 2024

Koordinator Program Studi S1
Pendidikan Jasmani, Kesehatan &
Rekreasi



MUCHAMAD ARIF AL ARDHA
NIDN 0009019004

UPM Program Studi S1 Pendidikan
Jasmani, Kesehatan & Rekreasi



NIDN 0007028105

File PDF ini digenerate pada tanggal 26 Agustus 2025 Jam 17:11 menggunakan aplikasi RPS-OBE SiDia Unesa

