



## HALAMAN PENGESAHAN DAN VALIDASI

Dosen Pengembang RPS	Validasi UPM	Ketua Program Studi
Nama : Taufik Rahman, M.Pd. & Ainur Rasyid, M.Pd.	Nama :	Nama : Taufik Rahman, M.Pd.
Tanggal penyusunan : 5 April 2021	Tanggal :	Tanggal : April 2021
Tanda Tangan : 	Tanda Tangan :	Tanda Tangan : 

### RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

Program Studi	: Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Mata Kuliah	: T/P Tes dan Pengukuran Pendjaskes
Kode Mata Kuliah	: MKK8512
SKS	: 3 sks
Semester	: IV (Empat)
Dosen Pengampu	: Taufik Rahman, M.Pd. Ainur Rasyid, M.Pd.
Capaian Pembelajaran	: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menunjukkan sikap bertanggungjawab atas tugas mandiri dan kelompok yang diberikan (S9)</li> <li>2. Memiliki kemampuan merencanakan dan merancang tes dan pengukuran dengan menguasai metode dengan menggunakan IPTEKS (PP3)</li> <li>3. Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur berbasis teknologi informasi pada bidang tes dan pengukuran (KU2)</li> <li>4. Mampu menganalisis permasalahan-permasalahan dalam pembelajaran melalui tes dan pengukuran (KK1)</li> </ol>
Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menunjukkan sikap bertanggungjawab atas tugas mandiri dan kelompok yang diberikan (S9)</li> <li>2. Memiliki kemampuan merencanakan dan merancang tes dan pengukuran dengan menguasai metode dengan menggunakan IPTEKS (PP3)</li> <li>3. Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur berbasis teknologi informasi pada bidang tes dan pengukuran (KU2)</li> <li>4. Mampu menganalisis permasalahan-permasalahan dalam pembelajaran melalui tes dan pengukuran (KK1)</li> </ol>

Pertemuan Ke	Kemampuan Akhir yang direncanakan (Sub.CPMK)	Indikator	Materi Pokok	Bentuk Pembelajaran (Metode, dan Penugasan)	Penilaian			Referensi
					Jenis	Kriteria	Bobot	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
I	Menjelaskan kontrak perkuliahan	Mahasiswa memahami aturan dan tata tertib perkuliahan	Kontrak Perkuliahan	Ceramah Tanya jawab		C2-A2-P2		
II	Menjelaskan konsep dasar gerak dalam pendidikan jasmani	1. Menjelaskan pengertian pendidikan jasmani 2. Menjelaskan konsep dasar gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif	Konsep gerak dasar dalam pendidikan jasmani	Ceramah Diskusi Tanya jawab	Tes	C2A2-P2	20%	1,2
III	Menjelaskan konsep dasar tes, pengukuran dan evaluasi	1. Menjelaskan pengertian tes	Pengertian Tes, Pengukuran dan Evaluasi	Ceramah Diskusi Tanya jawab	Tes	C2A2-P2	20%	1,2

		<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Menjelaskan pengertian pengukuran</li> <li>3. Menjelaskan pengertian evaluasi</li> <li>4. Menjelaskan hubungan antara tes, pengukuran dan evaluasi</li> <li>5. Menjelaskan macam-macam tes: kognitif, afektif, psikomotor</li> </ol>						
IV	Menjelaskan tujuan tes dan pengukuran, dan kriteria memilih tes	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan tujuan tes dan pengukuran</li> <li>2. Menjelaskan kriteria memilih tes (kriteria teknis dan kriteria pelengkap)</li> <li>3. Menjelaskan validitas, reliabilitas, dan objektivitas</li> <li>4. Menjelaskan aspek ekonomis dan praktis dalam tes dan pengukuran</li> <li>5. Menjelaskan pengertian norma</li> </ol>	Kriteria memilih tes	Ceramah Diskusi Tanya jawab	Tes	C2A2-P2	20%	1,2
V	Menjelaskan mekanisme pengukuran, pengukuran skala	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan mekanisme</li> </ol>	Mekanisme pengukuran, pengukuran skala sikap dan	Diskusi Tanya jawab	Tes	C2A2-P2	20%	1,2

	sikap dan tes pengetahuan	<p>pengukuran</p> <p>2. Menjelaskan pengukuran skala sikap: skala likert, semantic differential</p> <p>3. Menjelaskan macam-macam tes pengetahuan: tes esai dan tes objektif</p>	tes pengetahuan					
VI	Menjelaskan skala pengukuran dan pengukuran anthropometrik	<p>1. Menjelaskan skala pengukuran : data nominal, data ordinal, data interval dan data rasio</p> <p>2. Menjelaskan pengukuran anthropometric: tinggi dan berat badan, rentang lengan, tinggi duduk, tebal lemak</p>	Skala Pengukuran dan Pengukuran Anthropometrik	Diskusi Tanya jawab	Tes	C2A2-P2	20%	1,2
VII	Menjelaskan pengukuran status gizi (IMT), dan pengukuran berat badan ideal, maksimal dan minimal.	<p>1. Menjelaskan pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) dan menghitung dengan menggunakan rumus</p> <p>2. Menghitung berat</p>	Pengukuran Berat Badan menurut Rumus Brocce dan penghitungan IMT (Indeks Massa Tubuh)	Praktik Tanya jawab	Tes	C2A2-P2	20%	1,2

		badan ideal, maksimal dan minimal dengan menggunakan rumus Broccee						
VIII	Mahasiswa dapat menjelaskan materi pertemuan I - VII	siswa memahami dan dapat menjelaskan materi pertemuan I - VII	materi pertemuan I - VII	Tes tulis	Tes	C2A2-P2	20%	1,2
IX	Menjelaskan macam-macam komponen gerak, Tes kebugaran Jasmani Indonesia dan pengukuran kebugaran fisik	<ol style="list-style-type: none"> <li>Menjelaskan macam-macam komponen gerak: kelincahan, koordinasi, kecepatan, keseimbangan, kelentukan, kekuatan, daya ledak, daya tahan otot.</li> <li>Menjelaskan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia</li> <li>Menjelaskan tes kebugaran fisik: tes Cooper, tes Balke, tes Harvard</li> </ol>	Komponen Gerak dan tes Kebugaran Jasmani	Diskusi Tanya jawab	Tes	C2A2-P2	20%	1,2
X	Menjelaskan pengukuran, macam denyut nadi dan cara menghitungnya	<ol style="list-style-type: none"> <li>Menjelaskan pengertian denyut nadi</li> <li>Cara menghitung denyut nadi</li> <li>Menjelas</li> </ol>	Denyut Nadi	Diskusi Tanya jawab	Tes	C2A2-P2	20%	1,2

		kan macam- macam denyut nadi: denyut nadi basal, denyut nadi istirahat, denyut nadi maksima l, denyut nadi istirahat, denyut nadi recovery.						
XI	Mempraktikkan pengukuran anthropometrik	Dapat melakukan pengukuran tinggi badan, berat badan, tinggi duduk, rentang lengan sesuai dengan SOP	Pengukuran Tinggi Badan, Berat Badan, Tinggi Duduk, Rentang Lengan	Praktik		C2A2-P2	20%	1,2
XII	Mempraktikkan komponen gerak	Dapat melakukan pengukuran keseimbangan	Pengukuran keseimbangan, kekuatan	Praktik		C3-A2-P2	20%	1,2
XIII	Mempraktikkan komponen gerak	Dapat melakukan pengukuran kelincahan	Pengukuran kelincahan	Praktik		C3-A2-P2	20%	1,2
XIV	Mempraktikkan komponen gerak	Dapat melakukan pengukuran daya tahan	Pengukuran daya tahan	Praktik		C3-A2-P2	20%	1,2
XV	Mempraktikkan komponen gerak	Dapat melakukan pengukuran koordinasi mata tangan	Pengukuran koordinasi mata tangan	Praktik		C3-A2-P2	20%	1,2
XVI	Mahasiswa dapat menjelaskan materi pertemuan I - XV	Menjelaskan materi pertemuan I - XV	Materi pertemuan I - XV	Tes tulis		C2-A2-P2	30%	1,2

Keterangan:

(1) Mencantumkan jumlah pertemuan selama perkuliaan

(2) Sub-CPMK merupakan penjabaran dari setiap CPMK, bersifat dapat diukur dan/atau diamati dan merupakan kemampuan akhir yang direncanakan pada tiap tahap pembelajaran. (*Lesson learning outcomes*)

(3) Tolak ukur ketercapaian pembelajaran berdasarkan (Nilai dari variable yang ingin di ukur) capain pembelajaran berdasarkan Sub-CPMK

(4) Memuat materi pembelajaran sesuai rujukan pada setiap pertemuan

(5) menentukan bentuk pembelajaran (kuliah, seminar, praktikum) dan memilih metode pembelajaran (Small Group Discussion, Role-Play&Simulation, Discovery Learning, CoL, CbL dll) serta memberikan penugasan (kelompok atau individu)

(6) Memilih jenis penilaian sebagai instrument mengukur ketercapain pembelajaran (Tes&Non tes)

- (7) Memcantumkan tingkat ketercapaian yang diharapkan *by design taxonomy of educational objective* (C1, A 1, P1. dst)  
(8) menentukan bobot (%) pada setiap jenis penilaian sesuai dengan indikator dan tingkat kesulitan pencapaian Sub-CPMK  
(9) Mencantumkan urutan daftar referensi yang digunakan pada setiap pertemuan

**Referensi:**

1. Maksum, Ali. 2008. Tes dan Pengukuran dalam Olahraga. Surabaya: Unesa Press
2. Fenanlampir dkk. 2012. Tes dan Pengukuran Olahraga.

**Mengetahui,  
Ketua Program Studi Penjaskesrek**

  
**Taufik Rahman, M.Pd.**

**NIK. 07781112**

**Sumenep, 5 April 2021  
Dosen Pengampu**

  
**Taufik Rahman, M.Pd.**

**NIDN. 0713018701**