



SEKOLAH TINGGI KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
STKIP PGRI SUMENEP

Website : www.stkipgrisumenep.ac.id

Jl. Trunojoyo Gedung Sumenep. Telp. (0328) 664094 – 671732 Fax. 664094

**JURNAL PERKULIAHAN
SEMESTER GENAP
TAHUN AKADEMIK 2022-2023**

Nama MK : T/P Bulutangkis

Nama Dosen

: Ainur Rasyid, M.Pd.

Kode Mata Kuliah : MKK8517

NIDN

: 0711118801

Ruang : Ruang. 12

Prodi

: PENJASKESREK

Pertemuan ke-	Materi / Kemampuan Akhir Yang di Harapkan	Tanggal	Catatan Kegiatan	Tanda Tangan	
				Dosen	Koord. Kelas
1	<ul style="list-style-type: none">✚ Pengenalan kursus dan aturan dasar bulutangkis✚ Pemanasan dan peregangan sebelum bermain bulutangkis✚ Latihan dasar pengenalan dengan raket dan shuttlecock	27 Februari - 3 Maret 2023			
2	<ul style="list-style-type: none">✚ Teknik dasar memukul forehand✚ Latihan forehand sederhana✚ Perbaikan posisi kaki dan gerakan tubuh saat memukul forehand	6 - 10 Maret 2023			

3	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Teknik dasar memukul backhand ✚ Latihan backhand sederhana ✚ Perbaiki posisi kaki dan gerakan tubuh saat memukul backhand 	13-17 Maret 2023			
4	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Teknik dasar smash ✚ Latihan smash sederhana ✚ Perbaiki posisi kaki dan gerakan tubuh saat melakukan smash 	20-24 Maret 2023			
5	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Strategi permainan ganda ✚ Latihan bermain ganda dengan pasangan ✚ Komunikasi dan koordinasi dalam permainan ganda 	27-30 Maret 2023	Tugas 1 mencari artikel tentang pembinaan kondisi fisik		
6	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Strategi permainan tunggal ✚ Latihan bermain tunggal dengan lawan ✚ Peningkatan ketahanan fisik dalam permainan tunggal 	4-8 April 2023			
7	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Teknik dasar servis ✚ Latihan servis sederhana ✚ Perbaiki posisi kaki dan gerakan tangan saat melakukan servis 	11-14 April 2023			
8	Ujian Tengah Semester (UTS)	18-22 April 2023	Pengulangan materi mulai dari pertemuan 2-7		
9	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Taktik dalam permainan bulutangkis ✚ Pemahaman pola permainan dan pembacaan gerakan lawan 	1-5 Mei 2023			

	<ul style="list-style-type: none"> Latihan taktik dalam bermain bulutangkis 				
10	<ul style="list-style-type: none"> Peningkatan kecepatan dan kelincahan Latihan khusus untuk meningkatkan kecepatan dan kelincahan pemain Latihan reaksi dan kecepatan mengambil shuttlecock 	8-12 Mei 2023	Tugas 2 membuat video Tentang Teknik Dasar Bulutangkis		
11	<ul style="list-style-type: none"> Teknik dasar drop shot Latihan drop shot sederhana Peningkatan akurasi dalam melakukan drop shot 	15-19 Mei 2023			
12	<ul style="list-style-type: none"> Teknik dasar lob Latihan lob sederhana Perbaiki posisi kaki dan gerakan tubuh saat melakukan lob 	22-26 Mei 2023			
13	<ul style="list-style-type: none"> Latihan permainan single Perbaiki koordinasi dan strategi dalam permainan single Peningkatan kecepatan reaksi dan ketepatan pukulan dalam permainan single 	29 Mei-5 Juni 2023			
14	<ul style="list-style-type: none"> Permainan kontrol dan presisi Latihan permainan yang fokus pada kontrol dan presisi pukulan Peningkatan keterampilan dalam mengatur kecepatan dan arah pukulan 	5-9 Juni 2023	Tugas 3 Menganalisis Menjadi seorang wasit pertandingan dengan mencatat di scoresheet		

15	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Taktik serangan dan bertahan dalam permainan ganda ✚ Latihan taktik khusus dalam permainan ganda ✚ Peningkatan koordinasi dan komunikasi dalam permainan ganda 	12-16 Juni 2023			
16	ujian Akhir Semester (UAS)	19-23 Juni 2023			

Mengetahui,
Ketua Prodi



Taufik Rahman, M.Pd.
NIK. 07731112

Dosen Pengampu

Ainur Rasyid, M.Pd.
NIDN. 0711118801