



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI PEND. KEPELATIHAN OLAHRAGA - S1

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	PEND. KEPELATIHAN OLAHRAGA - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Ilmu Kepeleatihan Lanjut Bola Voly/PBV6223
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2022
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	1. Dr. Danang Wicaksono S.Pd.Kor., M.Or. 2. Dr. Danang Wicaksono S.Pd.Kor., M.Or.
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Kepeleatihan Lanjut Cabang Olahraga merupakan mata kuliah wajib lulus dengan bobot 2 SKS (1 SKS teori dan 1 SKS praktik). Materi perkuliahan ini meliputi: analisis biomekanika teknik dan taktik tinggi dalam cabang olahraga.

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
-------	-----------------------------------------	------------------------------------

1	Mampu mengaplikasikan metode kepelatihan olahraga yang dipilih berdasarkan konsep dan prinsip ilmu kepelatihan olahraga.	Memiliki moral, etika, dan kepribadian yang baik dalam menyelesaikan tugasnya yang dilandasi nilai-nilai agama.
		Mampu mengaplikasikan metode kepelatihan olahraga yang dipilih berdasarkan konsep dan prinsip ilmu kepelatihan olahraga.
		Memiliki keterampilan khusus cabang olahraga dan mampu mempraktekan cabang olahraga khusus sesuai dengan kaidah yang berlaku.
		Memiliki keterampilan dan mampu menerapkan IPTEK dalam bidang kepelatihan olahraga,
2	Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan keterampilan teknik tingkat tinggi dalam latihan bola voli	Memiliki moral, etika, dan kepribadian yang baik dalam menyelesaikan tugasnya yang dilandasi nilai-nilai agama.
3	Memiliki keterampilan khusus cabang olahraga dan mampu mempraktekan cabang olahraga khusus sesuai dengan kaidah yang berlaku.	Memiliki keterampilan khusus cabang olahraga dan mampu mempraktekan cabang olahraga khusus sesuai dengan kaidah yang berlaku.
4	Mampu memperagakan teknik dan taktik cabang olahraga bola voli.	Memiliki moral, etika, dan kepribadian yang baik dalam menyelesaikan tugasnya yang dilandasi nilai-nilai agama.
		Mampu mengaplikasikan metode kepelatihan olahraga yang dipilih berdasarkan konsep dan prinsip ilmu kepelatihan olahraga.
		Memiliki keterampilan khusus cabang olahraga dan mampu mempraktekan cabang olahraga khusus sesuai dengan kaidah yang berlaku.
		Menguasai konsep latihan fisik, latihan teknik, pertumbuhan fisik, pemanduan bakat, manajemen waktu, untuk dapat berperan membantu dan melaksanakan sebagai pelatihan tingkat dasar.

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1, 4	Teknik pasing bawah terima smas	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Teknik pasing bawah terima smash	Mahasiswa mampu menguasai dan mempraktikkan teknik pasing bawah terima smash dengan baik dan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 3, 4, 7
2	3, 4	Teknik pasing bawah terima servis jump	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Teknik dasar terima service jump	Mahasiswa mampu menguasai dan mempraktikkan teknik terima service jump dengan baik dan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 3, 4, 7

3	2, 4	Merasakan sentuhan bola pada waktu terima smas dan service jump	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mempraktikkan defand smas dan resive jump service top spin	Mahasiswa mampu merasakan sentuhan bola pada waktu terima smas/defand smas dan resive jump service top spin	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Presentasi	2 x 50 menit	4, 5, 6, 7
4	3, 4	Passing atas terima service fload	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Tugas/Kerja Mandiri	Mempraktikkan teknik passing atas untuk terima service fload	Mahasiswa mampu menguasai dan mempraktikkan teknik passing atas untuk terima service fload	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	3, 5, 6, 7
5	4	Umpan bola semi dan open	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mempraktekkan teknik umpan bola semi dan open	Mahasiswa mampu menguasai dan mempraktikkan teknik passing atas untuk umpan dengan baik dan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	1, 6, 7, 8
6	3, 4	Smash pool depan dan belakang	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mempraktikkan teknik smas pool depan dan belakang	Mahasiswa mampu menguasai dan mempraktikkan teknik smas pool depan dan belakang dengan baik dan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Proyek	2 x 50 menit	1, 3, 4, 5, 7
7	3, 4	Timing dalam smas	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Berlatih Timing dalam smas	Mahasiswa memiliki kemampuan timing smas yang baik	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Proyek	2 x 50 menit	4, 5, 6, 7, 9
8	4	Block langkah silang	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mempraktikkan teknik Block langkah silang	Mahasiswa mampu mempraktekkan dan menguasai teknik Block langkah silang	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	5, 6, 7
9	3, 4	Running block	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mempraktekkan Running block	Mahasiswa mampu dan terampil melaksanakan teknik Running block	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	6, 7
10	4	Service Flood depan tanpa dan dengan loncat	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mempraktekkan Service Flood depan tanpa dan dengan loncat	Mahasiswa mampu Mempraktekkan Service Flood depan tanpa dan dengan loncat dengan baik dan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi 5. Proyek	2 x 50 menit	1, 4, 7

11	4	Service Flood samping	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mempraktekkan Service Flood samping	Mahasiswa mampu menguasai dan mempraktikkan teknik serviceflood samping dengan baik dan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas 3. Presentasi	2 x 50 menit	4, 5, 7
12	4	Smas Running back	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mempraktekkan smas running back	Mahasiswa mampu menguasai dan mempraktikkan teknik smas running back dengan baik dan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi 5. Proyek	2 x 50 menit	1, 5, 7
13	3, 4	Taktik dalam bermain bolavoli	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mempraktikkan taktik dalam bermain bolavoli dengan baik dan benar	Mahasiswa mampu menguasai dan mempraktikkan taktik dalam bermain bolavoli dengan baik dan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi	2 x 50 menit	2, 7, 8
14	3, 4	Taktik tim 1 set uper 5 smesher	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mempraktikkan taktik dalam bermain bolavoli Taktik tim 1 set uper 5 smesher	Mahasiswa mampu menguasai dan mempraktikkan taktik dalam bermain bolavoli dengan baik dan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis	2 x 50 menit	1, 2
15	4	Taktik terima service 2 : 4 dan 3 : 3	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mempraktikkan taktik dalam bermain bolavoli dengan baik dan benar	Mahasiswa mampu menguasai dan mempraktikkan taktik dalam bermain bolavoli dengan baik dan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas	2 x 50 menit	2, 7
16	4	Taktik pertahanan sistem 2 : 1 : 3 dan 3 : 1 : 2	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek	Mempraktikkan taktik dalam bermain bolavoli	Mahasiswa mampu menguasai dan mempraktikkan taktik dalam bermain bolavoli dengan baik dan benar	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Kuis 3. Tugas 4. Presentasi 5. Studi Kasus	2 x 50 menit	1, 2

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	10	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	5	
	d. UTS	10	
	e. UAS	20	

2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	25	
	b. Team Based Project	25	
TOTAL		100	

E. REFERENSI

1. Waite Pete. 2009. Aggressive Volleyball. US: Human Kineticks Publisher Inc.
2. USA Volleyball. 2009. Volleyball systems & strategies. United State of America: Human Kinetics.
3. Shondell D & Reynaud C. 2002. The volleyball coaching bible. USA: Human Kinetics.
4. Schmidt Becky. 2016. Volleyball: step to success. US: Human Kineticks Publisher Inc.
5. Sally Kus. 2004. Coaching volleyball successfully. United State America: Human Kinetics.
6. Roque, E. et al. 2008. Volleyball coaching manual. USA: LA84 Foundation.
7. Martens R 2012. Successful coaching. 4th ed. Human Kinetics United States.
8. Horst Baacke. 2011. Mini Volleyball. Diakses dari http://www.fivb.org/en/technicalcoach/Coaches_Manual_I/FIVB_Coaches_Manual_I_Chapter_08.pdf
9. Balyi I., Way R., & Higgs C. 2013. Long-Term Athlete Development. Human Kinetic. US.

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi



[disahkan secara digital pada sistem RPS]

PROGRAM STUDI PEND. KEPELATIHAN OLAHRAGA - S1
KODE PRODI: 60224

Yogyakarta, 1 Januari 2023

Dosen Pengampu,



[disahkan secara digital pada sistem RPS]

Dr. Danang Wicaksono S.Pd.Kor., M.Or.
NIP: 198208262008121001



Catatan :

1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE