



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
**PROGRAM STUDI PEND. JASMANI, KESEHATAN & REKREASI - S1**

### **RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)**

Program Studi	:	PEND. JASMANI, KESEHATAN & REKREASI - S1
Mata Kuliah/Kode	:	Sepaktakraw/JKR6224
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2023
Semester	:	2
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	1. Fathan Nurcahyo S.Pd.Jas, M.Or. 2. Fathan Nurcahyo S.Pd.Jas, M.Or. 3. Dr. Sigit Dwi Andrianto M.Or.
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

#### **A. DESKRIPSI MATA KULIAH**

Mata kuliah Permainan sepak takraw ini merupakan matakuliah olahraga pilihan yang bersifat wajib lulus yang memiliki bobot sebanyak dua (2) SKS yang terdiri dari 1 SKS teori dan 1 SKS praktik. Mata kuliah ini memfokuskan pada pokok bahasan tentang sejarah permainan sepak takraw, perlengkapan permainan, induk organisasi, teknik dasar, komponen kondisi fisik, taktik dan strategi bertahan dan menyerang, peraturan permainan dan peraturan pertandingan, system pertandingan, nomor-nomor/jenis-jenis dalam permainan sepak takraw serta prinsip-prinsip pendekatan teknik dan taktik permainan sepak takraw. Materi perkuliahan mencakup penguasaan pengetahuan sejarah, hakikat teknik dasar, komponen kondisi fisik, taktik dan strategi bertahan dan menyerang, peraturan permainan dan peraturan pertandingan, nomor dalam sepak takraw, serta pemahaman melalui pendekatan teknis dan taktis dalam permainan sepak takraw yang meliputi: teknik individu, komponen kondisi fisik, strategi bermain, strategi bertahan, strategi menyerang, taktik individu dan kelompok, perwasitan dan peraturan permainan, peraturan pertandingan, nomor dalam sepak takraw, penyelenggaraan pertandingan, memodifikasi permainan sepak takraw untuk pembelajaran, hingga pada permasalahan dan perkembangan IPTEKOR dalam permainan sepak takraw.

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

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)
1	Mahasiswa mampu memahami ruang lingkup permainan sepaktakraw dan filosofi sepaktakraw	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK).
		Mampu memanfaatkan berbagai sumber belajar, media pembelajaran berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sesuai standar proses dan mutu, sehingga peserta didik memiliki keterampilan proses sains, berpikir kritis, kreatif dalam menyelesaikan masalah .
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) di tingkat SMP dan SMA/SMK sederajat dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan.
2	Mahasiswa mampu memahami sejarah perkembangan permainan sepaktakraw	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK).
		Mampu memanfaatkan berbagai sumber belajar, media pembelajaran berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sesuai standar proses dan mutu, sehingga peserta didik memiliki keterampilan proses sains, berpikir kritis, kreatif dalam menyelesaikan masalah .
Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan serta pengajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) pada tingkat pendidikan dasar dan menengah.		
3	Mahasiswa mampu memahami peraturan pertandingan sepaktakraw serta mempraktekan dalam permainan	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK).
		Mampu memanfaatkan berbagai sumber belajar, media pembelajaran berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sesuai standar proses dan mutu, sehingga peserta didik memiliki keterampilan proses sains, berpikir kritis, kreatif dalam menyelesaikan masalah .
Memiliki pengetahuan penyelenggaraan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) di tingkat SMP dan SMA/SMK sederajat dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan.		

4	Mahasiswa mampu memahami dan memprktekkan ball felling dalam permainan sepaktakraw	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian pendidikan olahraga secara mandiri
		Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ipteks yang menerapkan nilai humaniora dalam bidang pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK).
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur.
		Mampu memanfaatkan berbagai sumber belajar, media pembelajaran berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sesuai standar proses dan mutu, sehingga peserta didik memiliki keterampilan proses sains, berpikir kritis, kreatif dalam menyelesaikan masalah .
		Memiliki pengetahuan penyelenggaraan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) di tingkat SMP dan SMA/SMK sederajat dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan.
		Memiliki kemampuan mengevaluasi gerak pada cabang olahraga tertentu.
5	Mahasiswa mampu menganalisis dan mempraktekkan keterampilan teknik dasar permainan sepaktakraw	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur.
		Mampu memanfaatkan berbagai sumber belajar, media pembelajaran berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sesuai standar proses dan mutu, sehingga peserta didik memiliki keterampilan proses sains, berpikir kritis, kreatif dalam menyelesaikan masalah .
		Memiliki kemampuan menganalisa, berpikir logis dan mengembangkan pengetahuan serta pengajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) pada tingkat pendidikan dasar dan menengah.
		Memiliki kemampuan mengevaluasi gerak pada cabang olahraga tertentu.
6	Mahasiswa mampu menganalisis dan mempraktekkan keterampilan teknik dasar dalam situasi permainan	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahlian pendidikan olahraga secara mandiri
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur.
		Mampu memanfaatkan berbagai sumber belajar, media pembelajaran berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sesuai standar proses dan mutu, sehingga peserta didik memiliki keterampilan proses sains, berpikir kritis, kreatif dalam menyelesaikan masalah .
		Memiliki kemampuan mengevaluasi gerak pada cabang olahraga tertentu.
7	Mahasiswa mampu menganalisis dan mempraktekkan strategi bermain dalam permainan sepak takraw	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Menginternalisasi nilai, norma dan etika akademik
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur.
		Mampu memanfaatkan berbagai sumber belajar, media pembelajaran berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sesuai standar proses dan mutu, sehingga peserta didik memiliki keterampilan proses sains, berpikir kritis, kreatif dalam menyelesaikan masalah .
		Memiliki kemampuan mengevaluasi gerak pada cabang olahraga tertentu.

8	Mahasiswa mampu menyelenggarakan pertandingan sepak takraw sederhana	Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
		Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur.
		Mampu memanfaatkan berbagai sumber belajar, media pembelajaran berbasis ipteks, dan potensi lingkungan setempat, sesuai standar proses dan mutu, sehingga peserta didik memiliki keterampilan proses sains, berpikir kritis, kreatif dalam menyelesaikan masalah .
		Memiliki kemampuan mengelola penyelenggaraan event olahraga.
		Memiliki kemampuan menjadi wasit/juri pada cabang olahraga tertentu.

### 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. Pengantar Sejarah dan Perkembangan Permainan Sepaktakraw (Luar Negeri dan Dalam Negeri)	1. Diskusi 2. Ceramah 3. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1
2		2. Hakikat, Tujuan Permainan Sepaktakraw dan ciri-ciri permainan sepaktakraw	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1
3		3. Lapangan dan Perlengkapan Fasilitas dalam Permainan Sepaktakraw	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1
4		4. Komponen Kondisi Fisik dalam Permainan Sepaktakraw (Melalui Perkuliahan Teori dan Perkuliahan Praktik).	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1
5		5. Hakikat dan Tahapan Teknik Dasar dalam Permainan Sepaktakraw (Dengan Bola dan Tanpa Bola, Melalui Perkuliahan Teori dan Perkuliahan Praktik)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1

6	6. Hakikat dan Konsep Taktik dan Strategi dalam Permainan Sepaktakraw (Secara Individu dan Secara Kelompok, Bertahan dan Menyerang, Melalui Perkuliahan Teori dan Perkuliahan Praktik)	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1
7	7. Hakikat dan Konsep Peraturan Permainan dan Peraturan Pertandingan dalam Nomer-nomer/Jenis-jenis Permainan Sepaktakraw (Melalui Perkuliahan Teori dan Perkuliahan Praktik).	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1
8	8. Hakikat dan Konsep Peraturan Permainan dan Peraturan Pertandingan dalam Nomer double event.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1
9	9. Hakikat dan Konsep Peraturan Permainan dan Peraturan Pertandingan dalam Nomer inter regu.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1
10	10. Hakikat dan Konsep Peraturan Permainan dan Peraturan Pertandingan dalam Nomer hoop.	1. Tugas/Kerja Mandiri 2. Ceramah 3. Diskusi 4. Demonstrasi 5. Eksperimen/Praktek			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1
11	11. Hakikat dan Konsep Peraturan Permainan dan Peraturan Pertandingan dalam Nomer kuadran.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1
12	12. Hakikat dan Konsep Peraturan Permainan dan Peraturan Pertandingan dalam Nomer beach.	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri 5. Ceramah			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1

13	13. Perwasitan dalam Permainan Sepaktakraw (Melalui Perkuliahan Teori dan Perkuliahan Praktik).	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1
14	14. Penyelenggaraan Pertandingan Permainan Sepaktakraw (Melalui Perkuliahan Teori dan Perkuliahan Praktik).	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1
15	15. Isu-isu Kekinian dan Permasalahan Perkembangan Ilmu-Pengetahuan-Teknologi Olahraga dalam Permainan Sepaktakraw.	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1
16	16. Evaluasi dan penutupan Perkuliahan	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Tugas/Kerja Mandiri			1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1

#### D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	40	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	0	
	b. Kuis	0	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	20	
2.	Partisipatif	60	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	20	
	b. Team Based Project	40	
<b>TOTAL</b>		<b>100</b>	

#### E. REFERENSI

1. Ahmad Jamalong & Asry Syam. (2013). Teknik dasar permainan sepak takraw. Yogyakarta: Ombak Press.
2. Armelia F. (2008). Bermain Sepaktakraw. Semarang: Aneka Ilmu.
3. M. Husni Thamrin. (2010). Penyusunan Skala dan Norma Penilaian Bermain Sepaktakraw bagi Mahasiswa. Yogyakarta: FIK UNY.
4. M. Husni Thamrin. (2008). Pengembangan Instrumen Tes Keterampilan Bermain Sepaktakraw. Yogyakarta: FIK UNY.
5. PB. PSTI. (2014). Peraturan Permainan, Peraturan Perwasitan Sepaktakraw. Jakarta: PB. PSTI.
6. Ratinus Darwis dan Penghulu Basa. (1992). Olahraga Pilihan Sepaktakraw. Jakarta: Depdikbud, Dirjendikti.
7. Sofyan, Ahmad. (2015). Sepak Takraw untuk Pelajar. Depok: Raja Grafindo Persada

Mengetahui,  
Ketua Jurusan/Koorprodi



[disahkan secara digital pada sistem RPS]

**PROGRAM STUDI PEND. JASMANI, KESEHATAN & REKREASI - S1**  
KODE PRODI: 60124

Yogyakarta, 1 Januari 2024

Dosen Pengampu,



[disahkan secara digital pada sistem RPS]

Fathan Nurcahyo S.Pd.Jas, M.Or.  
NIP: 198207112008121003



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 BSR