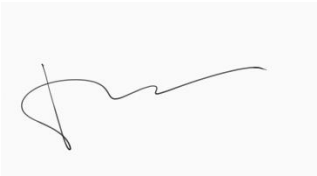
RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
PSY-411

Issue/Revisi	: A0	Tanggal	: 25 September 2017
Mata Kuliah	: Sport Psychology	Kode MK	: PSY-411
Rumpun MK	: Mata Kuliah Wajib	Semester	: 7
Dosen Pengampu	: Gita Widya Laksmini Soerjoatmodjo	Bobot (sks)	: 2 sks

Dosen Pengampu	Kaprodi	Dekan
		

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER		
Capaian Pembelajaran (CP)	**CPL - PRODI**	
	S10	Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahliannya secara mandiri
	P1	Menguasai terminologi dasar konsep dan teori psikologi untuk mengevaluasi perilaku dan proses mental individu
	P3	Menguasai aplikasi dari prinsip psikologis dan ilmu lain yang berhubungan dengan sikap dan perilaku
	KU1	Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi IPTEK yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora yang sesuai dg bidang keahlian
	KU5	Mampu bertanggung jawab atas hasil kerja kelompok dan menyelesaikan pekerjaan di bawah tanggung jawabanya
	KU7	Mampu melakukan pembelajaran secara mandiri
	KU8	Mampu mendokumentasikan, menyimpan, mengamankan dan menemukan kembali data untuk menjamin kesahihan dan mencegah plagiasi
	KK7	Mudah menyesuaikan diri dengan orang lain dan tugas baru serta memiliki kemauan belajar.

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER		
	CP-MK	
	M1	Mahasiswa mampu menjelaskan teori dan prinsip (S10, P1, P3)
	M2	Mahasiswa mampu menerapkan teori dan prinsip ke dalam kasus keseharian (KU1, KU5, KU7, KK7)
	M3	Mahasiswa mampu menyusun tulisan ilmiah sesuai dengan kaidah akademik (KU8, KK7)
Deskripsi Singkat MK	Olahraga punya tempat penting dalam kemanusiaan, baik sebagai pintu memahami mental manusia sampai kedigdayaan Negara dan bangsa- dan mata kuliah Psikologi Olahraga ini merupakan jendela untuk melihat bagaimana pikiran, perasaan dan perilaku manusia berkontribusi pada keberhasilan, termasuk juga kegagalan dalam berolahraga, yang merupakan kunci pencapaian kesejahteraan paripurna atau *well-being*. Di akhir mata kuliah ini, mahasiswa diharapkan melakukan analisis berdasarkan prinsip dan teori Psikologi Olahraga antara lain kepercayaan diri, motivasi berprestasi, kerjasama tim, regulasi kecemasan, penetapan tujuan terhadap berbagai konteks olahraga dan latihan kebugaran fisik yang ditemui dalam keseharian – yang ditunjukkan dalam tugas berupa presentasi multimedia dan penyusunan makalah baik secara individu maupun kelompok yang disusun dengan pengambilan data lapangan.	
Materi Pemebelajaran/Pokok Bahasan	1. *The Science of Sport Psychology* 2. *Characteristics of Successful Atheletes* 3. *Motivating Athletes: Dos and Don'ts* 4. *Attribution: Explaining the Causes of Performance and Contest Outcomes* 5. *Regulating Stress, Anxiety and Arousal* 6. *Aggression in Sport* 7. *Team Cohesion and Group Dynamics* 8. *Leadership in Sport: A Matter of Style* 9. *Communication and Counseling Techniques* 10. *Coaching Youth Sports: Special Considerations* 11. *Applied Exercise Psychology: An Emerging Area in the Field of Sport Psychology* 12. *Athletes Speaks for Themselves* 13. *Conclusion and Future Directions*	
Pustaka	**Utama**	
	Anshel, M.H. (2003) *Sport psychology: From theory to practice* 4th edition San Fransisco: Pearson Education Inc.	

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER		
	Pendukung	
	Soerjoatmodjo, G.W.L., Moningka, C. & Angkawijaya, Y.F. (2017) *Membangun mental juara* Info Bintaro. Soerjoatmodjo, G.W.L., Kaihatu, V.A. M. Moningka, C. & Angkawijaya, Y.F. (2017) "Prospek kebutuhan layanan psikologis untuk atlet Jaya Raya *Jurnal Widyakala* Vol. 4. No. 1. Tangerang Selatan: Universitas Pembangunan Jaya. Soerjoatmodjo, G.W.L. (2013) "Cycling to work helps the well-being of mind and body".*The Jakarta Globe*. Soerjoatmodjo, G.W.L. (2012) "Melancholy is incompatible with bicycling: cycle commuting and psychological well-being" *Proceeding of the 4th Asian Psychological Association*. Jakarta: Universitas Tarumanegara	
Media Pembelajaran	**Perangkat Lunak:**	**Perangkat Keras:**
	Microsoft Office	LCD Projector
Team Teaching	-	
Mata Kuliah Prasyarat	-	

RANCANGAN PEMBELAJARAN SEMESTER						
Minggu ke-	**Sub CP-MK (Kemampuan Akhir yang Diharapkan)**	**Indikator**	**Kriteria & Bentuk Penilaian**	**Metode Pembelajaran (Estimasi Waktu)**	**Materi Pembelajaran (Pustaka)**	**Bobot Penilaian (%)**
(1)	*(2)*	*(3)*	*(4)*	*(5)*	*(6)*	*(7)*
1	1. Mahasiswa mampu memahami capaian pembelajaran dan kompetensi yang diharapkan. 2. Mahasiswa mampu memahami kontrak belajar, gambaran perkuliahan, evaluasi pembelajaran dan referensi yang digunakan.	• Penguasaan RPS dan materi ajar yang diunduh dari OCW • Ketepatan mendapatkan referensi yang sesuai	Kriteria: Penguasaan Ketepatan	Kuliah dan Diskusi [TM: 2x (2x50”)]	Pustaka Utama Pustaka Pendukung Slide di OCW	0
2	Mahasiswa mampu memahami teori dan menggunakan kata kunci dengan tepat	• Penguasaan Teori • Ketepatan kata kunci	Kriteria: Penguasaan Ketepatan	Kuliah dan Diskusi [TM: 2x (2x50”)]	Pustaka Utama Ch 1, 11 dan 12 Pustaka Pendukung Slide di OCW	0
3 4 5 6 7	Mahasiswa mampu menjelaskan teori dan menggunakan kata kunci dengan tepat	• Penguasaan Teori • Ketepatan kata kunci	Kriteria: Penguasaan Ketepatan	Presentasi Kelompok TM: 2x (2x15”)] Diskusi TM: 2x (2x10”) Uji Komprehensi TM: @15”)	Pustaka Utama Ch 2 & 3 (Minggu 3) Ch 4 & 5 (Minggu 4) Ch 6 & 7 (Minggu 5) Ch 8 & 9 (Minggu 6) Ch 10 & 22 (Minggu 7) Pustaka Pendukung Slide di OCW	Presentasi Kelompok 20% Uji Komprehensi 10%

RANCANGAN PEMBELAJARAN SEMESTER						
Minggu ke-	**Sub CP-MK (Kemampuan Akhir yang Diharapkan)**	**Indikator**	**Kriteria & Bentuk Penilaian**	**Metode Pembelajaran (Estimasi Waktu)**	**Materi Pembelajaran (Pustaka)**	**Bobot Penilaian (%)**
(1)	*(2)*	*(3)*	*(4)*	*(5)*	*(6)*	*(7)*
8	**Evaluasi Tengah Semester : Melakukan validasi hasil penilaian, evaluasi dan perbaikan proses pembelajaran berikutnya**					
9-14	Mahasiswa mampu bersepakat tentang topik dan melakukan pembagian kerja	• Penguasaan Teori • Ketepatan kata kunci	Kriteria: • Penguasaan • Ketepatan	Project Based Learning [TM: 2x (2x50")]	Pustaka Utama Pustaka Pendukung Slide di OCW Kajian Literatur	
15	Mahasiswa mampu menjelaskan teori sesuai dengan *Learning Goals* tiap *chapter* dan menggunakan kata kunci dengan tepat	• Penguasaan Teori • Ketepatan kata kunci • Pengaplikasikan teori	Kriteria: • Penguasaan • Ketepatan Bentuk Penilaian • Group Presentation • Oral Comprehension	Written Comprehension 15 menit Group Presentation @ 10 menit	Pustaka Utama Pustaka Pendukung Slide di OCW Kajian Literatur	Written Comprehension 10 % Group Presentation 15% Final Project 25%
16	**Evaluasi Akhir Semester: Melakukan validasi penilaian akhir dan menentukan kelulusan mahasiswa** Final Project : 25%					

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
PSY-411

RANCANGAN TUGAS MAHASISWA					
Mata Kuliah	Sport Psychology				
Kode MK	PSY 411	sks:	2	Semester:	7
Dosen Pengampu	Gita Widya Laksmini Soerjoatmodjo				

BENTUK TUGAS

Melakukan presentasi sesuai kelompok dan bab yang ditugaskan

JUDUL TUGAS

Group Presentation

SUB CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH

Mahasiswa mampu menjelaskan teori dan prinsip (S10, P1, P3)

DESKRIPSI TUGAS

Obyek Garapan
- Bab dan kelompok sesuai penugasan

Batasan
- Presentasi sesuai bab yang ditugaskan memuat teori dan *key terms* yang sesuai
- Durasi presentasi maksimal 15 menit diikuti tanya jawab maksimal 10 menit.
- Apabila presentasi lebih dari 15 menit, skor dikurangi 10%.
- Slide presentasi diunggah ke OneDrive paling lambat H-2 paling lambat pukul 23:59 WIB. Apabila terlambat, skor dikurangi 10%.

Relevansi
- Penguasaan bab menjadi bahan menyusun tulisan ilmiah sebagai *final project*

Manfaat
- Mahasiswa mampu menjelaskan teori dan *key terms* secara lisan
- Mahasiswa mampu bekerja dalam kelompok

METODE PENGERJAAN TUGAS

- Dosen memberikan penugasan dan mengirimkan via email.
- Mahasiswa membentuk kelompok sesuai penugasan untuk membuat presentasi bab
- Di dalam kelompok, mahasiswa menyepakati pembagian porsi presentasi
- Masing-masing mahasiswa mempelajari porsi sesuai kesepakatan

RANCANGAN TUGAS MAHASISWA
• Masing-masing mahasiswa menyusun *slide* presentasi sesuai porsi • Mahasiswa saling mempresentasikan materi ke sesama rekan sekelompok • Mahasiswa melakukan perbaikan apabila perlu • Mahasiswa berlatih melakukan presentasi agar sesuai batas waktu • Mahasiswa menyatukan *slide* menjadi satu kesatuan presentasi • Mahasiswa mengunggah *slide* presentasi sesuai bab ke OneDrive sesuai tenggat waktu • Mahasiswa melakukan latihan presentasi secara kelompok • Mahasiswa memberikan presentasi pada hari H
BENTUK DAN FORMAT LUARAN
Bentuk • *Slide power point presentation* Format • *Slide* diberi nama sesuai *chapter*, misalnya Chapter 1.pptx
INDIKATOR, KRITERIA DAN BOBOT PENILAIAN
Indikator • Mahasiswa mampu melakukan presentasi kelompok sesuai indikator pada rubrik *Oral Communication* Kriteria • Rubrik *Oral Communication* Bobot Penilaian • 25%

JADWAL PELAKSANAAN	
Persiapan	1 minggu sebelum presentasi
Pelaksanaan	Sesuai penugasan

LAIN-LAIN
-
DAFTAR RUJUKAN
Pustaka utama

RANCANGAN TUGAS MAHASISWA					
Mata Kuliah	Sport Psychology				
Kode MK	PSY 411	sks:	2	Semester:	7
Dosen Pengampu	Gita Widya Laksmini Soerjoatmodjo				

BENTUK TUGAS

Melakukan tanya jawab tentang *key terms* sesuai bab

JUDUL TUGAS

Oral Comprehension

SUB CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH

Mahasiswa mampu menjelaskan teori dan prinsip (S10, P1, P3)

DESKRIPSI TUGAS

Obyek Garapan
- Bab dan kelompok sesuai penugasan

Batasan
- Tanya jawab tentang *key terms* sesuai bab

Relevansi
- Penguasaan bab secara individual relevan dengan *group presentation* dan *final project*

Manfaat
- Mahasiswa mampu menjelaskan teori dan *key terms* secara lisan
- Mahasiswa mampu bekerja secara mandiri

METODE PENGERJAAN TUGAS

- Setelah presentasi kelompok selesai, dosen memanggil mahasiswa satu per satu
- Dosen memberikan *key terms* dari bab yang ditugaskan secara acak
- Mahasiswa menjelaskan definisi dari terms menggunakan kata-katanya sendiri

BENTUK DAN FORMAT LUARAN

Bentuk
- Tanya jawab

RANCANGAN TUGAS MAHASISWA	
Format • Tatap muka	
INDIKATOR, KRITERIA DAN BOBOT PENILAIAN	
Indikator • Mahasiswa mampu menjelaskan *key terms* dengan tepat Kriteria • Apabila mampu menjawab 3 *key terms* secara tepat, maka nilai A • Apabila mampu menjawab 2 *key terms* secara tepat, maka nilai B • Apabila mampu menjawab 1 *key terms* secara tepat, maka nilai C • Apabila tidak mampu menjawab *key terms*, maka nilai D Bobot Penilaian • 10%	
JADWAL PELAKSANAAN	
Persiapan	1 minggu sebelum presentasi
Pelaksanaan	Sesuai penugasan
LAIN-LAIN	
-	
DAFTAR RUJUKAN	
Pustaka utama	

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
PSY-411

RANCANGAN TUGAS MAHASISWA					
Mata Kuliah	Sport Psychology				
Kode MK	PSY 411	sks:	2	Semester:	7
Dosen Pengampu	Gita Widya Laksmini Soerjoatmodjo				

BENTUK TUGAS

Menyusun rangkuman tentang topik

JUDUL TUGAS

Summary

SUB CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH

Mahasiswa mampu menjelaskan teori dan prinsip (S10, P1, P3)

DESKRIPSI TUGAS

Obyek Garapan
- Topik dan *key terms* sesuai bab penugasan

Batasan
- Rangkuman tentang topik dituliskan maksimal 200 kata dengan Arial 11pt 1.5 spasi
- Rangkuman memuat *key terms* yang relevan
- Rangkuman dituliskan berdasarkan kajian tentang 1 (satu) topik menggunakan minimal 1 (satu) artikel media massa yang menggambarkan fenomena dan 1 (satu) artikel jurnal akademik

Relevansi
- Penguasaan *key terms* berdasarkan literatur populer dan literatur akademik menjadi dasar menyusun tugas akhir

Manfaat
- Mahasiswa mampu menjelaskan teori dan *key terms* secara tertulis
- Mahasiswa mampu bekerja secara mandiri

METODE PENGERJAAN TUGAS

- Mahasiswa menentukan topik yang dipilih secara mandiri
- Mahasiswa mencari literatur yang relevan
- Mahasiswa menyusun rangkuman

RANCANGAN TUGAS MAHASISWA	
BENTUK DAN FORMAT LUARAN	
Bentuk • Tanya jawab Format • Tatap muka	
INDIKATOR, KRITERIA DAN BOBOT PENILAIAN	
Indikator • Mahasiswa mampu menyusun summary sesuai dengan indikator pada rubrik *Inquiry and Analysis* Kriteria • Rubrik *Inquiry and Analysis* Bobot Penilaian • 15%	
JADWAL PELAKSANAAN	
Persiapan	Minggu 2-7
Pelaksanaan	Minggu 8
LAIN-LAIN	
-	
DAFTAR RUJUKAN	
Pustaka utama	

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
PSY-411

RANCANGAN TUGAS MAHASISWA					
Mata Kuliah	Sport Psychology				
Kode MK	PSY 411	sks:	2	Semester:	7
Dosen Pengampu	Gita Widya Laksmini Soerjoatmodjo				

BENTUK TUGAS

Menyusun tulisan ilmiah berdsarkan format PKM GT dalam kelompok

JUDUL TUGAS

Final Project

SUB CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH

Mahasiswa mampu menjelaskan teori dan prinsip (S10, P1, P3)
Mahasiswa mampu menerapkan teori dan prinsip ke dalam kasus keseharian (KU1, KU5, KU7, KK7)

DESKRIPSI TUGAS

Obyek Garapan
- Topik tulisan ilmiah sesuai kesepakatan kelompok

Batasan
- Tulisan ilmiah disusun sesuai panduan PKM GT

Relevansi
- Menulis tulisan ilmiah sebagai *final project* merupakan keterampilan akademik yang penting di perguruan tinggi

Manfaat
- Mahasiswa mampu menjelaskan teori dan *key terms* secara tertulis
- Mahasiswa mampu bekerja secara mandiri sekaligus kelompok

METODE PENGERJAAN TUGAS

- Dosen membagi mahasiswa ke dalam kelompok
- Setiap mahasiswa membawa *summary* masing-masing sebagai bahan diskusi
- Setiap mahasiswa mempelajari panduan PKM GT
- Kelompok berdiskusi tentang topik yang disepakati bersama
- Kelompok berbagi tugas untuk mengerjakan artikel ilmiah sesuai PKM GT
- Kelompok mengerjakan tugas sesuai dengan pembagian tugas dan jadwal yang disepakati

RANCANGAN TUGAS MAHASISWA	
BENTUK DAN FORMAT LUARAN	
Bentuk • Artikel ilmiah Format • Format sesuai PKM GT	
INDIKATOR, KRITERIA DAN BOBOT PENILAIAN	
Indikator • Mahasiswa mampu menyusun artikel ilmiah sesuai format PKM GT dan Rubrik *Written Communication* Kriteria • Kriteria sesuai dengan format PKM GT dan Rubrik *Written Communication* Bobot Penilaian • 25%	
JADWAL PELAKSANAAN	
Penentuan topik dan pembagian tugas	Minggu 9
Penyusunan tulisan ilmiah	Minggu 10-12
Revisi dan editing	Minggu 13-14
Presentasi	Minggu 15
Pengumpulan tulisan ilmiah	Minggu 16
LAIN-LAIN	
-	
DAFTAR RUJUKAN	
Pustaka utama	

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
PSY-411

RANCANGAN TUGAS MAHASISWA					
Mata Kuliah	Sport Psychology				
Kode MK	PSY 411	sks:	2	Semester:	X
Dosen Pengampu	Gita Widya Laksmini Soerjoatmodjo				

BENTUK TUGAS

Menjawab pertanyaan tentang isi artikel ilmiah

JUDUL TUGAS

Written Comprehension

SUB CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH

Mahasiswa mampu menjelaskan teori dan prinsip (S10, P1, P3)
Mahasiswa mampu menerapkan teori dan prinsip ke dalam kasus keseharian (KU1, KU5, KU7, KK7)
Mahasiswa mampu menyusun tulisan ilmiah sesuai dengan kaidah akademik (KU8, KK7)

DESKRIPSI TUGAS

Obyek Garapan
- Tulisan ilmiah

Batasan
- Tanya jawab tentang tulisan ilmiah

Relevansi
- Penguasaan bab secara individual relevan dengan final project

Manfaat
- Mahasiswa mampu menjelaskan artikel ilmiah secara tertuluis dengan ringkas
- Mahasiswa mampu bekerja secara mandiri

METODE PENGERJAAN TUGAS

- Sebelum melakukan presentasi kelompok, dosen memberikan lembar pertanyaan
- Lembar pertanyaan memuat 3 (tiga) hal: 1) topik yang dibahas, 2) latar belakang topik tersebut dan 3) rekomendasi kelompok untuk topik tersebut
- Dalam waktu 15 menit, masing-masing mahasiswa menjawab pertanyaan sesuai dengan tulisan ilmiah yang disusun dalam kelompok

RANCANGAN TUGAS MAHASISWA	
BENTUK DAN FORMAT LUARAN	
Bentuk • Tertulis Format • Lembar pertanyaan	
INDIKATOR, KRITERIA DAN BOBOT PENILAIAN	
Indikator • Mahasiswa mampu menjelaskan artikel ilmiah dengan tepat Kriteria • Apabila mampu menjawab 3 pertanyaan secara tepat, maka nilai A • Apabila mampu menjawab 2 pertanyaan secara tepat, maka nilai B • Apabila mampu menjawab 1 pertanyaan secara tepat, maka nilai C • Apabila tidak mampu menjawab keyterms, maka nilai D Bobot Penilaian • 10%	
JADWAL PELAKSANAAN	
Persiapan	1 minggu sebelum presentasi
Pelaksanaan	Sesuai penugasan
LAIN-LAIN	
-	
DAFTAR RUJUKAN	
Pustaka utama	

RANCANGAN TUGAS MAHASISWA					
Mata Kuliah	Sport Psychology				
Kode MK	PSY 411	sks:	2	Semester:	7
Dosen Pengampu	Gita Widya Laksmini Soerjoatmodjo				

BENTUK TUGAS

Melakukan presentasi sesuai kelompok dan tulisan ilmiah yang ditugaskan

JUDUL TUGAS

Group Presentation

SUB CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH

Mahasiswa mampu menjelaskan teori dan prinsip (S10, P1, P3)
Mahasiswa mampu menerapkan teori dan prinsip ke dalam kasus keseharian (KU1, KU5, KU7, KK7)

DESKRIPSI TUGAS

Obyek Garapan
- Tulisan ilmiah yang disusun dalam kelompok

Batasan
- Presentasi memuat konten yang terdapat pada tulisan ilmiah
- Durasi presentasi maksimal 15 menit diikuti tanya jawab maksimal 10 menit. Apabila presentasi lebih dari 15 menit, skor dikurangi 10%.
- Slide presentasi diunggah ke OneDrive paling lambat H-2 dari minggu kuliah paling lambat pukul 23:59 WIB. Apabila terlambat, skor dikurangi 10%.

Relevansi
- Presentasi menunjukkan penguasaan terhadap konten *final project*

Manfaat
- Mahasiswa mampu menjelaskan tulisan ilmiah secara lisan
- Mahasiswa mampu bekerja dalam kelompok

METODE PENGERJAAN TUGAS

- Menggunakan artikel ilmiah sebagai bahan presentasi, mahasiswa menyepakati pembagian porsi presentasi
- Masing-masing mahasiswa mempelajari porsi sesuai kesepakatan
- Masing-masing mahasiswa menyusun *slide* presentasi sesuai porsi

RANCANGAN TUGAS MAHASISWA	
• Mahasiswa saling mempresentasikan materi ke sesama rekan sekelompok • Mahasiswa melakukan perbaikan apabila perlu • Mahasiswa berlatih melakukan presentasi agar sesuai batas waktu • Mahasiswa menyatukan *slide* menjadi satu kesatuan presentasi • Mahasiswa mengunggah presentasi sesuai bab ke OneDrive sesuai tenggat waktu • Mahasiswa melakukan latihan presentasi secara kelompok • Mahasiswa memberikan presentasi pada hari H	
BENTUK DAN FORMAT LUARAN	
Bentuk • *Slide power point presentation* Format • *Slide* diberi nama sesuai topik, misalnya Communication Skills.pptx	
INDIKATOR, KRITERIA DAN BOBOT PENILAIAN	
Indikator • Mahasiswa mampu melakukan presentasi kelompok sesuai indikator pada rubrik *Oral Communication* Kriteria • Rubrik *Oral Communication* Bobot Penilaian • 15%	
JADWAL PELAKSANAAN	
Persiapan	1 minggu sebelum presentasi
Pelaksanaan	Sesuai penugasan
LAIN-LAIN	
-	
DAFTAR RUJUKAN	
Pustaka utama	