

SILABUS MATA KULIAH

Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Program Studi : IKORA, PKO, PJKR
Nama Mata Kuliah : Orpil Panahan
Kode Mata Kuliah : IKF 149
Jumlah SKS : 1 SKS (Praktik 1 sks)
Semester : IV (Empat)
Dosen : Suryanto, M.Kes.
Yudik Prasetyo, M.Kes.

DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Orpil Panahan berisi tentang mengenalkan peraturan dan perwasitan panahan, alat-alat dan fasilitas panahan, mengajarkan teknik pegangan busur dan anak panah, konsentrasi dan bidikan, taktik dasar panahan yang lainnya, dan cara memperoleh angka yang tinggi.

STANDAR KOMPETENSI MATA KULIAH

Mahasiswa mampu melaksanakan praktek serta memahami secara lengkap semua bahan ajar yang diberikan dalam mata kuliah orpil panahan, berupa :

- Peraturan dan perwasitan panahan.
- Alat-alat dan fasilitas panahan
- Teknik pegangan busur dan anak panah.
- Konsentrasi bidikan.
- Taktik dasar panahan.
- Cara memperoleh angka yang tinggi.

RENCANA KEGIATAN

Tatap Muka ke-	Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Strategi Perkuliahan	Sumber Bahan/ Referensi
1	Kontrak Perkuliahan	1. Pendahuluan 2. Perkenalan 3. Aturan dan tata tertib perkuliahan 4. Tugas-tugas	1. Perkuliahan tatap muka 2. Diskusi 3. Tugas individual	
2-4	Sejarah, Peraturan dan perwasitan panahan	1. Sejarah dunia dan Indonesia 2. Lapangan, pengakuan peralatan, undian, tembakan uji coba, cara penghitungan angka	1. Perkuliahan tatap muka 2. Diskusi 3. Presentasi 4. Tugas individual	

5-6	Alat-alat dan fasilitas panahan, Pemasangan tali dan anak panah.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Busur 2. Anak panah 3. Garis panahan 4. Memasang tali 5. Memasang anak panah 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Perkuliahan tatap muka 2. Praktik 3. Tugas individual 	
7	Teknik berdiri	<ol style="list-style-type: none"> 1. Square stance 2. Open stance 3. Close stance 4. Oblique stance 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Perkuliahan tatap muka 2. Praktik 3. Tugas individual 	
8-10	Teknik set up dan drawing, Teknik anchoring dan holding.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Posisi setengah tarikan 2. Menarik tali 3. Penjangkaran 4. Menahan sikap memanah 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Perkuliahan tatap muka 2. Praktik 3. Tugas individual 	
11	Teknik aiming dan release, follow through.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Membidik 2. Melepaskan anak panah 3. Gerak lanjut 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Perkuliahan tatap muka 2. Praktik 3. Tugas individual 	
12	Mid	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memanah pada jarak 15 meter 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Praktik 	
13	Taktik panahan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Melihat arah angin 2. Melihat karakteristik anak panah 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Perkuliahan tatap muka 2. Praktik 3. Tugas individual 	
14-15	Cara memperoleh angka yang tinggi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konsentrasi dan ketenangan 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Perkuliahan tatap muka 2. Praktik 3. Tugas individual 	
16-17	Post test dan ujian praktik		<ol style="list-style-type: none"> 1. Perkuliahan tatap muka 2. Praktik 	

REFERENSI/SUMBER BAHAN

Wajib:

1. Barrett J. A. (1990). *Olahraga Panahan: Pedoman, Teknik dan Analisa*. Semarang: DAHARA PRIZE.
2. Lee dkk. (2000). "Standar Baku Teknik Memanah" *Makalah Penataran Pelatih Panahan Tingkat Dasar*. Jakarta: PB. Perpani
3. Williams, John C. (1976). *Archery for Beginners*. Chicago. Henry Regnery Company.

Anjuran:

1. Achmad Damiri. (1990). *Panahan*. FPOK IKIP Bandung.
2. [Http://www.koni.or.id](http://www.koni.or.id). (online 12 Maret 2008).

EVALUASI

No.	Komponen Evaluasi	Bobot (%)
1	Partisipasi kuliah	5
2	Tugas-tugas	15
3	Praktik	30
4	Ujian Tengah Semester	15
5	Ujian Semester	35
Jumlah		100%

Yogyakarta, September 2009

Mengetahui
Ketua Jurusan PKR

Dosen

Sumarjo, M.Kes.
NIP. 19631217 199001 1 002

Yudik Prasetyo, M.Kes.
NIP. 19820815 200501 1 001

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

1. Fakultas/Program Studi : FIK/IKORA, PKO, PJKR
2. Mata kuliah/Kode : Orpil Panahan
3. Kode Mata Kuliah : IKF 149
4. SKS : Praktik 1 sks
5. Semester dan Waktu : IV (lempat) & Waktu 100 menit
6. Kompetensi Dasar : Mahasiswa memahami kontrak perkuliahan Orpil Panahan
7. Indikator Ketercapaian :
8. Materi Pokok/Penggalan Materi : 1. Pendahuluan
2. Perkenalan
3. Aturan dan tata tertib perkuliahan
4. Tugas-tugas
9. Kegiatan Perkuliahan : **Tatap muka 1 (pertama).**

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Referensi
PENDAHULUAN	1. Salam, Berdoa, dan presensi 2. Apersepsi 3. Menyampaikan tujuan pembelajaran	20 menit	Komando Ceramah Tugas		
INTI	1. Perkenalan 2. Penyampaian aturan dan tata tertib perkuliahan 3. Penyampaian tugas-tugas	70 menit	Ceramah Diskusi Tanya Jawab Tugas	Handout	
PENUTUP	1. Kesan dan pesan 2. Tugas-tugas 3. Disipan-sisipan 4. Berdoa 5. Salam	10 menit	Ceramah Tugas Komando		

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

1. Fakultas/Program Studi : FIK/IKORA, PKO, PJKR
2. Mata kuliah/Kode : Orpil Panahan
3. Kode Mata Kuliah : IKF 149
4. SKS : Praktik 1 sks
5. Semester dan Waktu : IV (empat) & Waktu 100 menit
6. Kompetensi Dasar : Mahasiswa memahami tentang sejarah , peraturan dan perwasitan panahan.
7. Indikator Ketercapaian :
8. Materi Pokok/Penggalan Materi : 1. Sejarah
2. Peraturan dan perwasitan panahan
9. Kegiatan Perkuliahan : **Tatap muka 2 - 4 (kedua - empat).**

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Referensi
PENDAHULUAN	1. Salam, Berdoa, dan presensi 2. Apersepsi 3. Menyampaikan tujuan pembelajaran	20 menit	Komando Ceramah Tugas		
INTI	1. Sejarah dunia dan Indonesia 2. Lapangan, pengakuan peralatan, undian, tembakan uji coba, cara 3. Penghitungan angka	70 menit	Ceramah Diskusi Tanya Jawab Tugas	Handout	1 2
PENUTUP	1. Kesan dan pesan 2. Tugas-tugas 3. Sisipan-sisipan 4. Berdoa 5. Salam	10 menit	Ceramah Tugas Komando		

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

1. Fakultas/Program Studi : FIK/IKORA, PKO, PJKR
2. Mata kuliah/Kode : Orpil Panahan
3. Kode Mata Kuliah : IKF 149
4. SKS : Praktik 1 sks
5. Semester dan Waktu : IV (empat) & Waktu 100 menit
6. Kompetensi Dasar : Mahasiswa memahami a
alat-alat dan fasilitas panahan, pemasangan
tali dan anak panah.
7. Indikator Ketercapaian :
8. Materi Pokok/Penggalan Materi :
 1. Busur
 2. Anak panah
 3. Garis panahan
 4. Memasang tali
 5. Memasang anak panah
9. Kegiatan Perkuliahan : **Tatap muka 5- 6 (lima - enam).**

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Referensi
PENDAHU-LUAN	1. Salam, Berdoa, dan presensi 2. Apersepsi 3. Menyampaikan tujuan pembelajaran	20'	Komando Ceramah Tugas		
INTI	1. Busur 2. Anak panah 3. Garis panahan 4. Memasang tali 5. Memasang anak panah	70'	Ceramah Praktik Tugas	Lapangan Busur Anak panah Tali	
PENUTUP	1. Kesan dan pesan 2. Tugas-tugas 3. Disipan-sisipan 4. Berdoa 5. Salam	10'	Ceramah Tugas Komando		

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

1. Fakultas/Program Studi : FIK/IKORA, PKO, PJKR
2. Mata kuliah/Kode : Orpil Panahan
3. Kode Mata Kuliah : IKF 149
4. SKS : Praktik 1 sks
5. Semester dan Waktu : Empat (empat) & Waktu 100 menit
6. Kompetensi Dasar : Mahasiswa dapat melakukan Teknik berdiri
7. Indikator Ketercapaian :
8. Materi Pokok/Penggalan Materi :
 1. Square stance
 2. Open stance
 3. Close stance
 4. Oblique stance
9. Kegiatan Perkuliahan : **Tatap muka 7 (tujuh).**

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Referensi
PENDAHULUAN	1. Salam, Berdoa, dan presensi 2. Apersepsi 3. Menyampaikan tujuan pembelajaran	20 menit	Komando Ceramah Tugas		
INTI	1. Square stance 2. Open stance 3. Close stance 4. Oblique stance	70 menit	Ceramah Diskusi Tanya Jawab Tugas	Lapangan	
PENUTUP	1. Kesan dan pesan 2. Tugas-tugas 3. Disipan-sisipan 4. Berdoa 5. Salam	10 menit	Ceramah Tugas Komando		

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

1. Fakultas/Program Studi : FIK/IKORA, PKO, PJKR
2. Mata kuliah/Kode : Orpil Panahan
3. Kode Mata Kuliah : IKF 149
4. SKS : Praktik 1 sks
5. Semester dan Waktu : IV (empat) & Waktu 100 menit
6. Kompetensi Dasar : Mahasiswa memahami Teknik set up dan drawing, Teknik anchoring dan holding.
7. Indikator Ketercapaian :
8. Materi Pokok/Penggalan Materi:
 1. Posisi setengah tarikan
 2. Menarik tali
 3. Penjangkaran
 4. Menahan sikap memanah
9. Kegiatan Perkuliahan : **Tatap muka 8 -10 (delapan - sepuluh).**

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Referensi
PENDAHULUAN	<ol style="list-style-type: none"> 1. Salam, Berdoa, dan presensi 2. Apersepsi 3. Menyampaikan tujuan pembelajaran 	20 menit	Komando Ceramah Tugas		
INTI	<ol style="list-style-type: none"> 1. Posisi setengah tarikan 2. Menarik tali 3. Penjangkaran 4. Menahan sikap memanah 	70 menit	Ceramah Diskusi Tanya Jawab Tugas	Lapangan Busur Tali Anak panah	
PENUTUP	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kesan dan pesan 2. Tugas-tugas 3. Disipan-sisipan 4. Berdoa 5. Salam 	10 menit	Ceramah Tugas Komando		

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

1. Fakultas/Program Studi : FIK/IKORA, PKO, PJKR
2. Mata kuliah/Kode : Orpil Panahn
3. Kode Mata Kuliah : IKF 149
4. SKS : Praktik 1 sks
5. Semester dan Waktu : IV (empat) & Waktu 100 menit
6. Kompetensi Dasar : Mahasiswa memahami Teknik aiming dan release, follow through
7. Indikator Ketercapaian :
8. Materi Pokok/Penggalan Materi:
 1. Membidik
 2. Melepaskan anak panah
 3. Gerak lanjut
9. Kegiatan Perkuliahan : **Tatap muka 11 (sebelas).**

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Referensi
PENDAHULUAN	<ol style="list-style-type: none"> 1. Salam, Berdoa, dan presensi 2. Apersepsi 3. Menyampaikan tujuan pembelajaran 	20 menit	Komando Ceramah Tugas		
INTI	<ol style="list-style-type: none"> 1. Membidik 2. Melepaskan anak panah 3. Gerak lanjut 	70 menit	Ceramah Diskusi Tanya Jawab Tugas	Lapangan Busur Anak panah Tali	
PENUTUP	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kesan dan pesan 2. Tugas-tugas 3. Disipan-sisipan 4. Berdoa 5. Salam 	10 menit	Ceramah Tugas Komando		

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

1. Fakultas/Program Studi : FIK/IKORA, PKO, PJKR
2. Mata kuliah/Kode : Orpil Panahan
3. Kode Mata Kuliah : IKF 149
4. SKS : Praktik 1 sks
5. Semester dan Waktu : IV (empat) & Waktu 100 menit
6. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu memanah dengan baik pada jarak 15 meter
7. Indikator Ketercapaian :
8. Materi Pokok/Penggalan Materi: Memanah dengan teknik yang benar dan sasarannya tepat
9. Kegiatan Perkuliahan : **Tatap muka 1 2(dua belas).**

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Referensi
PENDAHULUAN	1. Salam, Berdoa, dan presensi 2. Apersepsi 3. Menyampaikan tujuan pembelajaran	20 menit	Komando Ceramah Tugas		
INTI	Memanah dengan teknik yang benar dan sasarannya tepat	70 menit	Ceramah Diskusi Tanya Jawab Tugas	Lapangan Busur Anak panah	
PENUTUP	1. Kesan dan pesan 2. Tugas-tugas 3. Disipan-sisipan 4. Berdoa 5. Salam	10 menit	Ceramah Tugas Komando		

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

1. Fakultas/Program Studi : FIK/IKORA, PKO, PJKR
2. Mata kuliah/Kode : Orpil Panahan
3. Kode Mata Kuliah : IKF 149
4. SKS : Praktik 1 sks
5. Semester dan Waktu : IV (empat) & Waktu 100 menit
6. Kompetensi Dasar : Mahasiswa memahami taktik panahan
7. Indikator Ketercapaian :
8. Materi Pokok/Penggalan Materi:
 1. Melihat arah angin
 2. Melihat karakteristik anak panah
9. Kegiatan Perkuliahan : **Tatap muka 13(tigabelas).**

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Referensi
PENDAHULUAN	1. Salam, Berdoa, dan presensi 2. Apersepsi 3. Menyampaikan tujuan pembelajaran	20 menit	Komando Ceramah Tugas		
INTI	Melihat arah angin Melihat karakteristik anak panah	70 menit	Ceramah Diskusi Tanya Jawab Tugas	Lapangan Busur Anak panah	
PENUTUP	1. Kesan dan pesan 2. Tugas-tugas 3. Disipan-sisipan 4. Berdoa 5. Salam	10 menit	Ceramah Tugas Komando		

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

1. Fakultas/Program Studi : FIK/IKORA, PKO, PJKR
2. Mata kuliah/Kode : Orpil Panahan
3. Kode Mata Kuliah : IKF 149
4. SKS : Praktik 1 sks
5. Semester dan Waktu : IV (empat) & Waktu 100 menit
6. Kompetensi Dasar : Mahasiswa dapat memperoleh angka yang tinggi
7. Indikator Ketercapaian :
8. Materi Pokok/Penggalan Materi :
 1. Konsentrasi
 2. Ketenangan
9. Kegiatan Perkuliahan : **Tatap muka 14 - 15 (empatbelas - limabelas).**

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Referensi
PENDAHULUAN	<ol style="list-style-type: none"> 1. Salam, Berdoa, dan presensi 2. Apersepsi 3. Menyampaikan tujuan pembelajaran 	20 menit	Komando Ceramah Tugas		
INTI	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konsentrasi 2. Ketenangan 	70 menit	Ceramah Diskusi Tanya Jawab Tugas	Lapangan Busur Anak panah	
PENUTUP	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kesan dan pesan 2. Tugas-tugas 3. Disipan-sisipan 4. Berdoa 5. Salam 	10 menit	Ceramah Tugas Komando		

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

1. Fakultas/Program Studi : FIK/IKORA, PKO, PJKR
2. Mata kuliah/Kode : Orpil Panahan
3. Kode Mata Kuliah : IKF 149
4. SKS : Praktik 1 sks
5. Semester dan Waktu :IV (empat) & Waktu 100 menit
6. Kompetensi Dasar : Mahasiswa melakukan post test / ujian
7. Indikator Ketercapaian :
8. Materi Pokok/Penggalan Materi:
 1. Memanah dengan teknik yang benar pada jarak 20 meter
9. Kegiatan Perkuliahan : **Tatap muka 16 -17 (enambelas - tujuhbelas).**

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Sumber Bahan/ Referensi
PENDAHU-LUAN	1. Salam, Berdoa, dan presensi 2. Apersepsi 3. Menyampaikan tujuan pembelajaran	20 menit	Komando Ceramah Tugas		
INTI	Memanah dengan teknik yang benar pada jarak 20 meter	70 menit	Ceramah Diskusi Tanya Jawab Tugas	Lapangan Busur Anak panah	
PENUTUP	1. Kesan dan pesan 2. Tugas-tugas 3. Disipan-sisipan 4. Berdoa 5. Salam	10 menit	Ceramah Tugas Komando		