

SILABUS MATAKULIAH
DASAR GERAK BASEBALL/SOFTBALL

IOF 107



JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

SILABUS MATAKULIAH

Fakultas / PT : Ilmu Keolahragaan / Universitas Negeri Yogyakarta
Jurusan/Prodi : Pendidikan Olahraga / Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Mata Kuliah : Dasar Gerak Baseball/Softball
Kode MataKuliah : IOF 107
Beban Kredit : Praktik: 1 (satu) SKS
Semester : II (dua)
Dosen Pengampu : Agus Susworo Dwi M., M.Pd.

DESKRIPSI PERKULIAHAN

Matakuliah Dasar Gerak Baseball/Softball merupakan mata kuliah wajib berbobot 1 SKS praktik. Mahasiswa setelah mengikuti perkuliahan ini diharapkan dapat mengerti, memahami, dan mempraktikkan permainan dan pertandingan softball. Mata kuliah ini berisi pengenalan sejarah dan perkembangan permainan dan organisasi baseball/softball baik nasional maupun internasional, perkembangan peraturan permainan dan pertandingan, prinsip bermain softball. Praktik dasar gerak baseball/softball meliputi teknik dasar dalam softball, meliputi lempar tangkap, memukul dan *pitching*. Pendekatan pembelajaran berupa ceramah, komandi dan latihan-latihan. Kemampuan mahasiswa akan ditentukan melalui penampilan mereka dalam tugas, dan ujian akhir semester. Tugas perkuliahan berupa teori tentang olahraga softball dan perkembangannya. Ujian akhir semester berupa ujian praktik, meliputi lempar tangkap, memukul dan *pitching*.

STANDAR KOMPETENSI

Mahasiswa mampu menjelaskan konsep dasar olahraga softball melalui pemahaman dan pengalaman gerak dalam permainan olahraga softball yang disederhanakan sehingga memiliki bekal untuk menenpuh mahakuliah permainan softball

DESKRIPSI PERKULIAHAN

Mahasiswa mampu menjelaskan Konsep Dasar Olahraga Softball dan Baseball
Mahasiswa mampu memahami dan mempraktikkan teknik dasar lempar tangkap dalam permainan softball
Mahasiswa mampu memahami dan mempraktikkan teknik dasar memukul dalam permainan softball
Mahasiswa mampu memahami dan mempraktikkan teknik *pitching (pitcher & catcher)* dalam permainan softball
Mahasiswa mampu memahami dan mempraktikkan permainan softball yang sederhana

MATERI PERKULIAHAN

Kompetensi Dasar	Indikator	Pengalaman Pembelajaran	Materi Ajar	Alokasi Waktu	Sumber Belajar	Penilaian
Menjelaskan Konsep Dasar Olahraga Softball dan Baseball	Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan mampu menjelaskan : <ul style="list-style-type: none"> • Permainan softball • Permainan baseball • Perbedaan antara baseball dan softball 	Mengkaji tentang permainan softball dan baseball	Konsep Dasar Permainan Olahraga Softball dan Baseball	100'	1, 2, 3, 4, 5.	Partisipasi Tugas
Memahami dan mempraktikkan teknik dasar lempar tangkap dalam permainan softball	Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan mampu memahami dan mempraktikkan <ul style="list-style-type: none"> • Menangkap bola softball lurus • Menangkap bola softball melambung • Menangkap bola softball menyusur tanah • Melempar bola softball hasil tangkapan bola lurus • Melempar bola softball hasil tangkapan melambung (<i>fly ball</i>) • Melempar bola softball hasil tangkapan bola menyusur tanah 	Mengkaji dan mempraktikkan teknik dasar melempar dan menangkap bola dalam permainan softball	Teknik dasar menangkap dan melempar bola	300'	1, 2, 3, 4, 5	Partisipasi Tes
Memahami dan mempraktikkan teknik dasar memukul dalam permainan softball	Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan mampu memahami dan mempraktikkan : <ul style="list-style-type: none"> • Memukul bola pendek (<i>bunt</i>) • Memukul bola menyusur tanah (<i>groundball</i>) • Memukul bola jauh (<i>long hit</i>) • Memukul bola dari <i>pitcher</i> 	Mengkaji dan mempraktikkan teknik dasar memukul bola dalam permainan softball	Teknik dasar memukul bola	300'	1, 2, 3, 4, 5.	Partisipasi Tes
Memahami dan mempraktikkan teknik <i>pitching</i> (<i>pitcher & catcher</i>) dalam permainan softball	Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan mampu memahami dan mempraktikkan : <ul style="list-style-type: none"> • Melempar bola sebagai <i>pitcher</i> • Menangkap bola sebagai <i>catcher</i> 	Mengkaji dan mempraktikkan teknik <i>pitching</i> dalam permainan softball	Teknik dasar <i>pitching</i> (<i>pitcher & catcher</i>)	200'	1, 2, 3, 4, 5.	Partisipasi Tes

Memahami dan mempraktikkan permainan softball yang sederhana	Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan mampu memahami dan mempraktikkan <ul style="list-style-type: none"> • Keterampilan melempar dalam permainan softball • Keterampilan menangkap dsalam permainan softball • Keterampilan memukul dalam permainan softball • Keterampilan sebagai pitcher dalam permainan softball • Keterampilan sebagai catcher dalam permainan softball 	Mengkaji dan mempraktikkan permainan softball yang sederhana	Permainan softball yang sederhana	300'	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8.	Partisipasi
--	---	--	-----------------------------------	------	-------------------------	-------------

SKENARIO PERKULIAHAN

Pertemuan	Materi	Keterangan
1	<ul style="list-style-type: none"> • Pengantar dan kontrak perkuliahan • Perkenalan alat yang digunakan • Permainan softball dan baseball 	<ul style="list-style-type: none"> • Perkuliahan teori • Pembentukan regu piket ambil alat pembelajaran • Diberikan tugas tentang permnainan softball dan baseball
2	<ul style="list-style-type: none"> • Menangkap • Melempar 	<ul style="list-style-type: none"> • Jarak pendek (s/d 10 meter) • Diutamakan pada teknik gerak (lempar tangkap) • Diutamakan pada akurasi lemparan bukan kuat lemparan
3	<ul style="list-style-type: none"> • Menangkap • Melempar 	<ul style="list-style-type: none"> • Jarak antar base (18 – 19 meter) • Menuju lemparan yang kuat (jalan bola lurus) • Variasi arah lempar (bukan hanya kembali kea rah bola dating)
4	<ul style="list-style-type: none"> • Menangkap • Melempar 	<ul style="list-style-type: none"> • Melempar dari tangkapan bola lambung (<i>fly ball</i>) • Melempar dari tangkapan bola menyusur tanah (<i>ground ball</i>)
5	<ul style="list-style-type: none"> • Menangkap dan melempar • Memukul bola 	<ul style="list-style-type: none"> • Menangkap dan melempar (pengulangan) • Diutamakan pada teknik memukul • Diutamakan pada perkenaan bola • Hasil pukulan pendek (<i>bunt</i>) • Menangkap bola hasil pukulan (<i>bunt</i>) dan melempar

6	<ul style="list-style-type: none"> Menangkap dan melempar Memukul bola 	<ul style="list-style-type: none"> Menangkap dan melempar (pengulangan) Diutamakan pada teknik memukul Diutamakan pada perkenaan bola Hasil pukulan menyusur tanah (<i>ground ball</i>) Menangkap bola hasil pukulan (<i>ground ball</i>) dan melempar
7	<ul style="list-style-type: none"> Menangkap dan melempar Memukul bola 	<ul style="list-style-type: none"> Menangkap dan melempar (pengulangan) Diutamakan pada teknik memukul Diutamakan pada perkenaan bola Hasil pukulan jauh melambung ke belakang (<i>long hit</i>) Menangkap bola hasil pukulan (<i>long hit</i>) dan melempar Menangkap dan melempar
8	Ujian Mid Semester	<ul style="list-style-type: none"> Tes <i>accuracy overhead throw</i> Tes <i>batting</i>.
9	<ul style="list-style-type: none"> Menangkap dan melempar Pitching (<i>pitcher</i> dan <i>catcher</i>) Game sederhana 	<ul style="list-style-type: none"> Menangkap dan melempar (pengulangan) Diperkenalkan konsep gerakan <i>pitcher</i> dan pemain posisi sebagai <i>catcher</i>. Game sederhana, diutamakan pada keterampilan melempar, menangkap dan memukul 2 kelompok; <i>pitching</i> dan <i>game</i>
10	<ul style="list-style-type: none"> Menangkap dan melempar Pitching (<i>pitcher</i> dan <i>catcher</i>) Game sederhana 	<ul style="list-style-type: none"> Menangkap dan melempar (pengulangan) Diperkenalkan konsep gerakan <i>pitcher</i> dan pemain posisi sebagai <i>catcher</i>. Game sederhana, diutamakan pada keterampilan melempar, menangkap dan memukul 2 kelompok; <i>pitching</i> dan <i>game</i>
11	<ul style="list-style-type: none"> Menangkap dan melempar Memukul <i>Pitching</i> 	<ul style="list-style-type: none"> Menangkap dan melempar (pengulangan) Memukul (pengulangan) <i>Pitching</i> (pengulangan) Memukul bola hasil lemparan dari <i>pitcher</i> 2 kelompok; memukul <i>life pitch</i> dan game
12	<ul style="list-style-type: none"> Menangkap dan melempar Memukul <i>Pitching</i> Game sederhana 	<ul style="list-style-type: none"> 2 kelompok; mandiri (melempar, menangkap, memukul, <i>pitching</i>) dan game Kelompok mandiri (memperdalam secara mandiri) Kelompok game (diperkenalkan peraturan pertandingan yang lebih lengkap)

13	<ul style="list-style-type: none"> • Menangkap dan melempar • Memukul • <i>Pitching</i> • Game sederhana 	<ul style="list-style-type: none"> • 2 kelompok; mandiri (melempar, menangkap, memukul, <i>pitching</i>) dan game • Kelompok mandiri (memperdalam secara mandiri) • Kelompok game (diperkenalkan peraturan pertandingan yang lebih lengkap)
14	<ul style="list-style-type: none"> • Menangkap dan melempar • Memukul • <i>Pitching</i> • Game sederhana 	<ul style="list-style-type: none"> • 2 kelompok; mandiri (melempar, menangkap, memukul, <i>pitching</i>) dan game • Kelompok mandiri (memperdalam secara mandiri) • Kelompok game (diperkenalkan peraturan pertandingan yang lebih lengkap)
15	Ujian Akhir Semester	<ul style="list-style-type: none"> • Tes <i>repeat throw</i> • Tes <i>accuracy overhead throw</i> • Tes <i>batting</i> • Tes <i>pitching</i>
16	Ujian Akhir Semester (lanjutan)	<ul style="list-style-type: none"> • Tes <i>repeat throw</i> • Tes <i>accuracy overhead throw</i> • Tes <i>batting</i>. • Tes <i>pitching</i>

REFERENSI

1. Tomoliyus dan Rumpis Agus Sudarko. 1996. Teori dan metode latihan dasar softball. Diktak. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta
2. Rick Noren. 2005. Softball fundamentals: a better way to learn the basics. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
3. American Baseball Coaches Assosiation. 2004. The baseball drill book. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
4. National Fastpitch Coaches Assosiation. 2002. The softball coaching bible. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
5. Baseball Instruction Service. 1979. Baseball coaches notebook; strategy, skills and drills. Columbus, Ohio: Stull Printing.
6. Alan C. Lacy. 2011. Measurement and evaluation in physical education and exercise science. 6th edition. San Fransisco: Pearson Education, Inc.
7. Bradford N. Strand dan Rolayne Wilson. 1993. Assesing sport skill. Champaign, IL.: Human Kinetics Publishers
8. Donny Winardi dan Dede Isharrudin. 2009. Home run. Jakarta: PT. Grasindo Widiasarana Indonesia.

PENILAIAN

Penilaian dilakukan dengan mempertimbangkan unsur-unsur

1. Ujian Akhir Semester (UAS)
2. Tugas Perkuliahan (TG)
3. Kehadiran/Partisipasi (K)

1. Ujian Akhir Semester

Ujian Akhir Semester adalah ujian yang dilaksanakan pada akhir perkuliahan. Materi ujian mencakup seluruh materi perkuliahan, meliputi; lempar-tangkap dan memukul.

2. Tugas Perkuliahan

Tugas Perkuliahan berupa tugas yang diberikan untuk mendukung perkuliahan, diberikan sebanyak 2 kali.

Tugas 1 : Tentang olahraga softball dan baseball

Tugas 2 : Tentang istilah dalam permainan

3. Kehadiran/Partisipasi

Kehadiran/Partisipasi merupakan bonus nilai yang diberikan mengingat materi perkuliahan yang berkesinambungan dan membutuhkan partisipasi aktif para mahasiswa, kehadiran mahasiswa dalam setiap pertemuan sangatlah penting. Nilai untuk kehadiran/partisipasi mahasiswa diberikan sebagai berikut:

Jumlah Ketidakhadiran (absen)	Nilai Kehadiran
0 kali	50
1 kali	40
2 kali	30
3 kali	20
4 kali	10
5 kali	0 dan Tidak boleh mengikuti UAS (Ujian Akhir Semester)

Untuk Memperoleh Nilai :

Peryaratan memperoleh nilai :

1. Kehadiran perkuliahan mencapai 75%
2. Mengumpulkan semua Tugas Perkuliahan
3. Memperoleh nilai total minimal 56 (lima puluh enam) pada skala 100 (seratus).

Nilai Akhir Perkuliahan

$$NA = (3.UAS + 2.TG + K) : 5$$

Keterangan: NA = Nilai Akhir
 UAS = Nilai Rerata Ujian Akhir Semester
 TG = Nilai Rerata Tugas
 K = Nilai Kehadiran/Partisipasi

Standar Nilai

Total Nilai	Nilai	
	Huruf	Bobot
86 – 100	A	4,00
80 – 85	A -	3,67
75 – 79	B+	3,33
71 – 74	B	3,00
66 – 70	B -	2,76
61 – 65	C+	2,33
56 - 60	C	2,00

PERATURAN KELAS

1. Mahasiswa TIDAK DIPERKENANKAN mengikuti aktivitas perkuliahan, tes, dan ujian jika:
Tidak berpakaian sebagaimana ketentuan perkuliahan yang berlaku di UNY.
Terlambat hadir 20 menit atau lebih dari waktu yang telah ditentukan.
Terlambat hadir lebih dari 30 menit untuk tes dan ujian.
Tidak memakai sepatu.
2. Mahasiswa TIDAK DIPERKENANKAN mengikuti UAS jika kehadiran kurang dari 75% pertemuan matakuliah.
3. Kecurangan dalam bentuk apa pun ketika tes dan ujian menyebabkan mahasiswa secara langsung memperoleh Nilai D.

Yogyakarta, 22 Desember 2013

Dosen Pengampu

Agus Susworo Dwi Marhaendro, M.Pd.
NIP. 197108082001121001

RENCANA PERSIAPAN PEMBELAJARAN (1)

Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Mata kuliah & SKS : Dasar Gerak Softball dan Baseball
Semester : II
Waktu Pertemuan : 2 X 50 Menit
Pertemuan ke : 1 (kelas)

A. Kompetensi Dasar : Menjelaskan konsep dasar olahraga softball dan baseball
B. Indikator : Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan mampu menjelaskan permainan softball, baseball dan perbedaan antara softball dan baseball

C. Materi Perkuliahan : Teori permainan softball dan baseball

D. Kegiatan Perkuliahan

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Metode	Sarpras/Media	Waktu (menit)
Pendahuluan	- Berdo`a - Pengantar perkuliahan	Ceramah	LCD Video	15
Inti	- Penjelasan permainan softball - Teknik Dasar Softball- Baseball	Ceramah Tanya jawab		70
Penutup	- Pembentukan regu piket ambail peralatan kuliah - Pemberian tugas tentang permainan softball dan baseball	Ceramah Tanya jawab		15

F. Penilaian

- Partisipasi
- Tugas

G. Referensi

1. Tomoliyus dan Rumpis Agus Sudarko. 1996. Teori dan metode latihan dasar softball. Diktak. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta
2. Rick Noren. 2005. *Softball fundamentals: a better way to learn the basics*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
3. American Baseball Coaches Assosiation. 2004. *The baseball drill book*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
4. National Fastpitch Coaches Assosiation. 2002. *The softball coaching bible*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
5. Baseball Instruction Service. 1979. *Baseball coaches notebook; strategy, skills and drills*. Columbus, Ohio: Stull Printing.

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

Agus Susworo Dwi Marhaendro, M.Pd.
NIP. 19710808200112 1 001

RENCANA PERSIAPAN PEMBELAJARAN (2)

Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Mata kuliah & SKS : Dasar Gerak Softball dan Baseball
Semester : II
Waktu Pertemuan : 2 X 50 Menit
Pertemuan ke : 2 (lapangan)

A. Kompetensi Dasar : Memahami dan mempraktikkan teknik dasar lempar tangkap dalam permainan softball

B. Indikator : Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan mampu memahami dan mempraktikkan;

- Menangkap bola softball lurus
- Menangkap bola softball melambung
- Melempar bola hasil tangkapan lurus
- Melempat bola hasil tangkapan melambung

C. Materi Perkuliahan : Lempar tangkap

D. Kegiatan Perkuliahan

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Metode	Sarpras/Media	Waktu (menit)
Pendahuluan	- Berdoa - Pemanasan	Komando	Glove Bola	100
Inti	- Menangkap bola dari atas - Menangkap bola dari depan - Melempar bola ke depan	Ceramah Komando		
Penutup	- Rangkuman - Pendinginan - Berdoa	Ceramah		

F. Penilaian

- Tugas Individu

G. Referensi

1. Tomoliyus dan Rumpis Agus Sudarko. 1996. Teori dan metode latihan dasar softball. Diktak. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta
2. Rick Noren. 2005. *Softball fundamentals: a better way to learn the basics*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
3. American Baseball Coaches Assosiation. 2004. *The baseball drill book*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
4. National Fastpitch Coaches Assosiation. 2002. *The softball coaching bible*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
5. Baseball Instruction Service. 1979. *Baseball coaches notebook; strategy, skills and drills*. Columbus, Ohio: Stull Printing.

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

Agus Susworo Dwi Marhaendro, M.Pd.
NIP. 19710808200112 1 001

RENCANA PERSIAPAN PEMBELAJARAN (3)

Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Mata kuliah & SKS : Dasar Gerak Softball dan Baseball
Semester : II
Waktu Pertemuan : 2 X 50 Menit
Pertemuan ke : 3 (lapangan)

A. Kompetensi Dasar : Memahami dan mempraktikkan teknik dasar lempar tangkap dalam permainan softball

B. Indikator : Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan mampu memahami dan mempraktikkan;

- Menangkap bola softball lurus
- Melempar bola hasil tangkapan lurus ke depan
- Melempar bola hasil tangkapan lurus ke samping
- Melempar bola hasil tangkapan lurus ke belakang

C. Materi Perkuliahan : Lempar tangkap

D. Kegiatan Perkuliahan

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Metode	Sarpras/Media	Waktu (menit)
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none">- Berdoa- Pemanasan	Komando	Glove Bola	100
Inti	<ul style="list-style-type: none">- Menangkap bola dari depan- Melempar bola ke depan- Melempar bola ke samping- Melempar bola ke belakang	Ceramah Komando		
Penutup	<ul style="list-style-type: none">- Rangkuman- Pendinginan- Berdoa	Ceramah		

F. Penilaian

- Partisipasi

G. Referensi

1. Tomoliyus dan Rumpis Agus Sudarko. 1996. Teori dan metode latihan dasar softball. Diktak. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta
2. Rick Noren. 2005. *Softball fundamentals: a better way to learn the basics*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
3. American Baseball Coaches Assosiation. 2004. *The baseball drill book*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
4. National Fastpitch Coaches Assosiation. 2002. *The softball coaching bible*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
5. Baseball Instruction Service. 1979. *Baseball coaches notebook; strategy, skills and drills*. Columbus, Ohio: Stull Printing.

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

Agus Susworo Dwi Marhaendro, M.Pd.
NIP. 19710808200112 1 001

RENCANA PERSIAPAN PEMBELAJARAN (4)

Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Mata kuliah & SKS : Dasar Gerak Softball dan Baseball
Semester : II
Waktu Pertemuan : 2 X 50 Menit
Pertemuan ke : 4 (lapangan)

A. Kompetensi Dasar : Memahami dan mempraktikkan teknik dasar lempar tangkap dalam permainan softball

B. Indikator : Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan mampu memahami dan mempraktikkan;

- Menangkap bola softball lurus
- Menangkap bola softball menyusur tanah (*ground ball*)
- Menangkap bola softball melambung (*fly ball*)
- Melempar bola hasil tangkapan *ground ball* ke depan
- Melempar bola hasil tangkapan *ground ball* ke samping
- Melempar bola hasil tangkapan *fly ball* ke depan

C. Materi Perkuliahan : Lempar tangkap

D. Kegiatan Perkuliahan

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Metode	Sarpras/ Media	Waktu (menit)
Pendahuluan	- Berdoa - Pemanasan	Komando	Glove Bola	100
Inti	- Menangkap bola melambung - Menangkap bola menyusur tanah - Melempar bola <i>ground ball</i> ke depan - Melempar bola <i>ground ball</i> ke samping - Melempar bola <i>fly ball</i> ke depan	Ceramah Komando		
Penutup	- Rangkuman - Pendinginan - Berdoa	Ceramah		

F. Penilaian

- Partisipasi

G. Referensi

1. Tomoliyus dan Rumpis Agus Sudarko. 1996. Teori dan metode latihan dasar softball. Diktak. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta
2. Rick Noren. 2005. *Softball fundamentals: a better way to learn the basics*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
3. American Baseball Coaches Assosiation. 2004. *The baseball drill book*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
4. National Fastpitch Coaches Assosiation. 2002. *The softball coaching bible*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
5. Baseball Instruction Service. 1979. *Baseball coaches notebook; strategy, skills and drills*. Columbus, Ohio: Stull Printing.

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

Agus Susworo Dwi Marhaendro, M.Pd.
NIP. 19710808200112 1 001

RENCANA PERSIAPAN PEMBELAJARAN (5)

Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Mata kuliah & SKS : Dasar Gerak Softball dan Baseball
Semester : II
Waktu Pertemuan : 2 X 50 Menit
Pertemuan ke : 5 (lapangan)

A. Kompetensi Dasar : Memahami dan mempraktikkan teknik dasar memukul dalam permainan softball

B. Indikator : Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan mampu memahami dan mempraktikkan;
- Memukul bola pendek (*bunt*)
- Memukul bola menyusur tanah (*ground ball*)

C. Materi Perkuliahan : Memukul

D. Kegiatan Perkuliahan

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Metode	Sarpras/ Media	Waktu (menit)
Pendahuluan	- Berdoa - Pemanasan	Komando	Glove Bola	100
Inti	- Memukul bola pendek (<i>bunt</i>) - Memukul bola menyusur tanah (<i>ground ball</i>)	Ceramah Komando		
Penutup	- Rangkuman - Pendinginan - Berdoa	Ceramah		

F. Penilaian
- Partisipasi

G. Referensi

1. Tomoliyus dan Rumpis Agus Sudarko. 1996. Teori dan metode latihan dasar softball. Diktak. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta
2. Rick Noren. 2005. *Softball fundamentals: a better way to learn the basics*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
3. American Baseball Coaches Assosiation. 2004. *The baseball drill book*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
4. National Fastpitch Coaches Assosiation. 2002. *The softball coaching bible*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
5. Baseball Instruction Service. 1979. *Baseball coaches notebook; strategy, skills and drills*. Columbus, Ohio: Stull Printing.

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

Agus Susworo Dwi Marhaendro, M.Pd.
NIP. 19710808200112 1 001

RENCANA PERSIAPAN PEMBELAJARAN (6)

Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Mata kuliah & SKS : Dasar Gerak Softball dan Baseball
Semester : II
Waktu Pertemuan : 2 X 50 Menit
Pertemuan ke : 6 (lapangan)

A. Kompetensi Dasar : Memahami dan mempraktikkan teknik dasar memukul dalam permainan softball

B. Indikator : Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan mampu memahami dan mempraktikkan;

- Memukul bola pendek (*bunt*)
- Memukul bola menyusur tanah (*ground ball*)
- Memukul bola jauh (*long hit*)

C. Materi Perkuliahan : Memukul

D. Kegiatan Perkuliahan

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Metode	Sarpras/ Media	Waktu (menit)
Pendahuluan	- Berdoa - Pemanasan	Komando	Glove Bola	100
Inti	- Memukul bola pendek (<i>bunt</i>) - Memukul bola menyusur tanah (<i>ground ball</i>)	Ceramah Komando		
Penutup	- Rangkuman - Pendinginan - Berdoa	Ceramah		

F. Penilaian

- Partisipasi

G. Referensi

1. Tomoliyus dan Rumpis Agus Sudarko. 1996. Teori dan metode latihan dasar softball. Diktak. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta
2. Rick Noren. 2005. *Softball fundamentals: a better way to learn the basics*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
3. American Baseball Coaches Assosiation. 2004. *The baseball drill book*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
4. National Fastpitch Coaches Assosiation. 2002. *The softball coaching bible*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
5. Baseball Instruction Service. 1979. *Baseball coaches notebook; strategy, skills and drills*. Columbus, Ohio: Stull Printing.

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

Agus Susworo Dwi Marhaendro, M.Pd.
NIP. 19710808200112 1 001

RENCANA PERSIAPAN PEMBELAJARAN (7)

Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Mata kuliah & SKS : Dasar Gerak Softball dan Baseball
Semester : II
Waktu Pertemuan : 2 X 50 Menit
Pertemuan ke : 7 (lapangan)

A. Kompetensi Dasar : Memahami dan mempraktikkan teknik dasar memukul dalam permainan softball

B. Indikator : Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan mampu memahami dan mempraktikkan;
- Memukul bola menyusur tanah (*ground ball*)
- Memukul bola jauh (*long hit*)

C. Materi Perkuliahan : Memukul

D. Kegiatan Perkuliahan

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Metode	Sarpras/ Media	Waktu (menit)
Pendahuluan	- Berdoa - Pemanasan	Komando	Glove Bola	100
Inti	- Memukul bola pendek (<i>bunt</i>) - Memukul bola menyusur tanah (<i>ground ball</i>)	Ceramah Komando		
Penutup	- Rangkuman - Pendinginan - Berdoa	Ceramah		

F. Penilaian
- Partisipasi

G. Referensi

1. Tomoliyus dan Rumpis Agus Sudarko. 1996. Teori dan metode latihan dasar softball. Diktak. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta
2. Rick Noren. 2005. *Softball fundamentals: a better way to learn the basics*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
3. American Baseball Coaches Assosiation. 2004. *The baseball drill book*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
4. National Fastpitch Coaches Assosiation. 2002. *The softball coaching bible*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
5. Baseball Instruction Service. 1979. *Baseball coaches notebook; strategy, skills and drills*. Columbus, Ohio: Stull Printing.

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

Agus Susworo Dwi Marhaendro, M.Pd.
NIP. 19710808200112 1 001

RENCANA PERSIAPAN PEMBELAJARAN (8)

Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Mata kuliah & SKS : Dasar Gerak Softball dan Baseball
Semester : II
Waktu Pertemuan : 2 X 50 Menit
Pertemuan ke : 8 (lapangan)

- A. Kompetensi Dasar** : Memahami dan mempraktikkan teknik dasar permainan softball
B. Indikator : Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan mampu memahami dan mempraktikkan;
- Melempar bola dengan tepat
- Memukul bola
C. Materi Perkuliahan : Ujian Mid Semester

D. Kegiatan Perkuliahan

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Metode	Sarpras/ Media	Waktu (menit)
Pendahuluan	- Berdoa - Pemanasan	Tes	Glove Bola Bat Stopwatch	100
Inti	- Tes akurasi melempar (accuracy overheadthrow) - Tes memukul (hitting)			
Penutup	- Pendinginan - Berdoa			

- F. Penilaian**
- Partisipasi

G. Referensi

6. Alan C. Lacy. 2011. Measurement and evaluation in physical education and exercise science. 6th edition. San Fransisco: Pearson Education, Inc.
7. Bradford N. Strand dan Rolayne Wilson. 1993. Assesing sport skill. Champaign, IL.: Human Kinetics Publishers

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

Agus Susworo Dwi Marhaendro, M.Pd.
NIP. 19710808200112 1 001

RENCANA PERSIAPAN PEMBELAJARAN (9)

Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Mata kuliah & SKS : Dasar Gerak Softball dan Baseball
Semester : II
Waktu Pertemuan : 2 X 50 Menit
Pertemuan ke : 9 (lapangan)

- A. Kompetensi Dasar** : Memahami dan mempraktikkan teknik dasar pitching dalam permainan softball
B. Indikator : Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan mampu memahami dan mempraktikkan pitching
C. Materi Perkuliahan : Pitching

D. Kegiatan Perkuliahan

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Metode	Sarpras/ Media	Waktu (menit)
Pendahuluan	- Berdoa - Pemanasan	Komando	Glove Bola	100
Inti	- Melempar bola sebagai <i>pitcher</i> - Menangkap bola sebagai <i>catcher</i>	Ceramah Komando		
Penutup	- Rangkuman - Pendinginan - Berdoa	Ceramah		

- F. Penilaian**
- Partisipasi

G. Referensi

1. Tomoliyus dan Rumpis Agus Sudarko. 1996. Teori dan metode latihan dasar softball. Diktak. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta
2. Rick Noren. 2005. *Softball fundamentals: a better way to learn the basics*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
3. American Baseball Coaches Assosiation. 2004. *The baseball drill book*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
4. National Fastpitch Coaches Assosiation. 2002. *The softball coaching bible*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
5. Baseball Instruction Service. 1979. *Baseball coaches notebook; strategy, skills and drills*. Columbus, Ohio: Stull Printing.

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

Agus Susworo Dwi Marhaendro, M.Pd.
NIP. 19710808200112 1 001

RENCANA PERSIAPAN PEMBELAJARAN (10)

Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Mata kuliah & SKS : Dasar Gerak Softball dan Baseball
Semester : II
Waktu Pertemuan : 2 X 50 Menit
Pertemuan ke : 10 (lapangan)

A. Kompetensi Dasar : Memahami dan mempraktikkan teknik dasar pitching dalam permainan softball

B. Indikator : Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan mampu memahami dan mempraktikkan pitching

C. Materi Perkuliahan : Pitching

D. Kegiatan Perkuliahan

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Metode	Sarpras/ Media	Waktu (menit)
Pendahuluan	- Berdoa - Pemanasan	Komando	Glove Bola	100
Inti	- Melempar bola sebagai <i>pitcher</i> - Menangkap bola sebagai <i>catcher</i>	Ceramah Komando		
Penutup	- Rangkuman - Pendinginan - Berdoa	Ceramah		

F. Penilaian

- Partisipasi

G. Referensi

1. Tomoliyus dan Rumpis Agus Sudarko. 1996. Teori dan metode latihan dasar softball. Diktak. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta
2. Rick Noren. 2005. *Softball fundamentals: a better way to learn the basics*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
3. American Baseball Coaches Assosiation. 2004. *The baseball drill book*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
4. National Fastpitch Coaches Assosiation. 2002. *The softball coaching bible*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
5. Baseball Instruction Service. 1979. *Baseball coaches notebook; strategy, skills and drills*. Columbus, Ohio: Stull Printing.

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

Agus Susworo Dwi Marhaendro, M.Pd.
NIP. 19710808200112 1 001

RENCANA PERSIAPAN PEMBELAJARAN (11)

Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Mata kuliah & SKS : Dasar Gerak Softball dan Baseball
Semester : II
Waktu Pertemuan : 2 X 50 Menit
Pertemuan ke : 11 (lapangan)

A. Kompetensi Dasar : Memahami dan mempraktikkan teknik dasar memukul dalam permainan softball

B. Indikator : Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan mampu memahami dan mempraktikkan;
- Memukul bola hasil lemparan pitcher

C. Materi Perkuliahan : Memukul dan pitching

D. Kegiatan Perkuliahan

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Metode	Sarpras/ Media	Waktu (menit)
Pendahuluan	- Berdoa - Pemanasan	Komando	Glove Bola	100
Inti	- Memukul bola dilempar dari depan samping - Melempar bola (<i>pitcher</i>) - Memukul bola lemparan pitcher	Ceramah Komando		
Penutup	- Rangkuman - Pendinginan - Berdoa	Ceramah		

F. Penilaian
- Partisipasi

G. Referensi

1. Tomoliyus dan Rumpis Agus Sudarko. 1996. Teori dan metode latihan dasar softball. Diktak. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta
2. Rick Noren. 2005. *Softball fundamentals: a better way to learn the basics*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
3. American Baseball Coaches Assosiation. 2004. *The baseball drill book*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
4. National Fastpitch Coaches Assosiation. 2002. *The softball coaching bible*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
5. Baseball Instruction Service. 1979. *Baseball coaches notebook; strategy, skills and drills*. Columbus, Ohio: Stull Printing.

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

Agus Susworo Dwi Marhaendro, M.Pd.
NIP. 19710808200112 1 001

RENCANA PERSIAPAN PEMBELAJARAN (12)

Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Mata kuliah & SKS : Dasar Gerak Softball dan Baseball
Semester : II
Waktu Pertemuan : 2 X 50 Menit
Pertemuan ke : 12 (lapangan)

A. Kompetensi Dasar : Memahami dan mempraktikkan permainan softball yang sederhana

B. Indikator : Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan mampu memahami dan mempraktikkan;

- Melempar bola dalam permainan softball yang sederhana
- Menangkap bola dalam permainan softball yang sederhana
- Memukul bola dalam permainan softball yang sederhana
- Sebagai pitcher dalam permainan softball yang sederhana
- Sebagai catcher dalam permainan softball yang sederhana

C. Materi Perkuliahan : Game sederhana

D. Kegiatan Perkuliahan

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Metode	Sarpras/ Media	Waktu (menit)
Pendahuluan	- Berdoa - Pemanasan	Komando	Glove Bola	100
Inti	- Dua kelompok; mandiri (melempar, menangkap, memukul dan pitching) dan game - Kelompok mandiri memperdalam penguasaan teknik bermain secara mandiri - Kelompok game mempraktikkan game dengan peraturan pertandingan yg dimodifikasi	Ceramah Komando	Bat Catcher set Helmet	
Penutup	- Rangkuman - Pendinginan - Berdoa	Ceramah		

F. Penilaian

- Partisipasi

G. Referensi

1. Tomoliyus dan Rumpis Agus Sudarko. 1996. Teori dan metode latihan dasar softball. Diktak. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta
2. Rick Noren. 2005. *Softball fundamentals: a better way to learn the basics*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
3. American Baseball Coaches Assosiation. 2004. *The baseball drill book*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
4. National Fastpitch Coaches Assosiation. 2002. *The softball coaching bible*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
5. Baseball Instruction Service. 1979. *Baseball coaches notebook; strategy, skills and drills*. Columbus, Ohio: Stull Printing.

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

Agus Susworo Dwi Marhaendro, M.Pd.
NIP. 19710808200112 1 001

RENCANA PERSIAPAN PEMBELAJARAN (13)

Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Mata kuliah & SKS : Dasar Gerak Softball dan Baseball
Semester : II
Waktu Pertemuan : 2 X 50 Menit
Pertemuan ke : 13 (lapangan)

A. Kompetensi Dasar : Memahami dan mempraktikkan permainan softball yang sederhana
B. Indikator : Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan mampu memahami dan mempraktikkan;

- Melempar bola dalam permainan softball yang sederhana
- Menangkap bola dalam permainan softball yang sederhana
- Memukul bola dalam permainan softball yang sederhana
- Sebagai pitcher dalam permainan softball yang sederhana
- Sebagai catcher dalam permainan softball yang sederhana

C. Materi Perkuliahan : Game sederhana

D. Kegiatan Perkuliahan

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Metode	Sarpras/ Media	Waktu (menit)
Pendahuluan	- Berdoa - Pemanasan	Komando	Glove Bola	100
Inti	- Dua kelompok; mandiri (melempar, menangkap, memukul dan pitching) dan game - Kelompok mandiri memperdalam penguasaan teknik bermain secara mandiri - Kelompok game mempraktikkan game dengan peraturan pertandingan yg dimodifikasi	Ceramah Komando	Bat Catcher set Helmet	
Penutup	- Rangkuman - Pendinginan - Berdoa	Ceramah		

F. Penilaian

- Partisipasi

G. Referensi

1. Tomoliyus dan Rumpis Agus Sudarko. 1996. Teori dan metode latihan dasar softball. Diktak. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta
2. Rick Noren. 2005. *Softball fundamentals: a better way to learn the basics*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
3. American Baseball Coaches Assosiation. 2004. *The baseball drill book*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
4. National Fastpitch Coaches Assosiation. 2002. *The softball coaching bible*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
5. Baseball Instruction Service. 1979. *Baseball coaches notebook; strategy, skills and drills*. Columbus, Ohio: Stull Printing.

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

Agus Susworo Dwi Marhaendro, M.Pd.
NIP. 19710808200112 1 001

RENCANA PERSIAPAN PEMBELAJARAN (14)

Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Mata kuliah & SKS : Dasar Gerak Softball dan Baseball
Semester : II
Waktu Pertemuan : 2 X 50 Menit
Pertemuan ke : 14 (lapangan)

A. Kompetensi Dasar : Memahami dan mempraktikkan permainan softball yang sederhana

B. Indikator : Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan mampu memahami dan mempraktikkan;

- Melempar bola dalam permainan softball yang sederhana
- Menangkap bola dalam permainan softball yang sederhana
- Memukul bola dalam permainan softball yang sederhana
- Sebagai pitcher dalam permainan softball yang sederhana
- Sebagai catcher dalam permainan softball yang sederhana

C. Materi Perkuliahan : Game sederhana

D. Kegiatan Perkuliahan

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Metode	Sarpras/ Media	Waktu (menit)
Pendahuluan	- Berdoa - Pemanasan	Komando	Glove Bola	100
Inti	- Dua kelompok; mandiri (melempar, menangkap, memukul dan pitching) dan game - Kelompok mandiri memperdalam penguasaan teknik bermain secara mandiri - Kelompok game mempraktikkan game dengan peraturan pertandingan yg dimodifikasi	Ceramah Komando	Bat Catcher set Helmet	
Penutup	- Rangkuman - Pendinginan - Berdoa	Ceramah		

F. Penilaian

- Partisipasi

G. Referensi

1. Tomoliyus dan Rumpis Agus Sudarko. 1996. Teori dan metode latihan dasar softball. Diktak. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta
2. Rick Noren. 2005. *Softball fundamentals: a better way to learn the basics*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
3. American Baseball Coaches Assosiation. 2004. *The baseball drill book*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
4. National Fastpitch Coaches Assosiation. 2002. *The softball coaching bible*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
5. Baseball Instruction Service. 1979. *Baseball coaches notebook; strategy, skills and drills*. Columbus, Ohio: Stull Printing.

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

Agus Susworo Dwi Marhaendro, M.Pd.
NIP. 19710808200112 1 001

RENCANA PERSIAPAN PEMBELAJARAN (15-16)

Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Mata kuliah & SKS : Dasar Gerak Softball dan Baseball
Semester : II
Waktu Pertemuan : 4 X 50 Menit
Pertemuan ke : 15-16 (lapangan)

- A. Kompetensi Dasar** : Memahami dan mempraktikkan teknik dasar permainan softball
B. Indikator : Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan mampu memahami dan mempraktikkan;
- Melempar bola dengan cepat
 - Melempar bola dengan tepat
 - Memukul bola
 - Melempar bola sebagai *pitcher*
- C. Materi Perkuliahan** : Ujian Akhir Semester

D. Kegiatan Perkuliahan

Komponen Langkah	Uraian Kegiatan	Metode	Sarpras/ Media	Waktu (menit)
Pendahuluan	- Berdoa - Pemanasan	Tes	Glove Bola Bat Stopwatch	100
Inti	- Tes kecepatan melempar (repeat throw) - Tes akurasi melempar (accuracy overheadthrow) - Tes memukul (hitting) - Tes <i>pitching</i>			
Penutup	- Pendinginan - Berdoa			

F. Penilaian

- Partisipasi
- Tes keterampilan

G. Referensi

6. Alan C. Lacy. 2011. Measurement and evaluation in physical education and exercise science. 6th edition. San Fransisco: Pearson Education, Inc.
7. Bradford N. Strand dan Rolayne Wilson. 1993. Assesing sport skill. Champaign, IL.: Human Kinetics Publishers

Yogyakarta,
Dosen Pengampu,

Agus Susworo Dwi Marhaendro, M.Pd.
NIP. 19710808200112 1 001