**RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)**

**MATA KULIAH JASMANI MILITER IV**

1. **Identitas Mata Kuliah**

a. Nama Program Studi : Prodi Teknik Mesin Pertahanan

b. Nama Mata Kuliah : Jasmani Militer IV

c. Kode Mata Kuliah : NU3241

d. Kelompok Mata Kuliah : Kompetensi Utama

e. Bobot SKS : 2 SKS

f. Jenjang : D-IV/Sarjana Terapan

g. Semester : 3

h. Prasyarat : Telah menempuh MK Jasmani III

i. Status (wajib/pilihan) : Wajib

j. Nama dan kode dosen : 1) Letnan Kolonel Inf Miftakhudin Ahmad, S.Pd.

2) Mayor Inf Wagiman, S.Sos.

3) Mayor Inf Hermanto.

4) Kapten Inf Agus Setiyono

5) Kapten Inf Eka Susanto

6) Kapten Inf Teguh Mardiyanto

7) Kapten Inf Surono

8) Kapten Inf Paryadi

9) Kapten Inf Eko Agus Nurhuda

10) Lettu Inf Sudaryanto

2. **Deskripsi Perkuliahan**.

a. Mata Kuliah Jasmani Militer IV ini bertujuan untuk membekali Taruna Tingkat II/Sertar tentang Renang Militer Dasar, Halang Rintang, Mountaineering, Senam Praktek, Lintas Medan, Ketahanan Mars, Beladiri Militer, Perkelahian Sangkur, Lempar Pisau dan Kapak dan Tes Kesegaran Jasmani.

b. Pembelajaran Mata Kuliah Jasmani Militer IV dilaksanakan melalui pendekatan pembelajaran yang berpusat pada Taruna Tingkat II/Sertar bentuk praktik melalui berbagai metode, meliputi Demontrasi, Drill dan Penilaian.

3. **Capaian Pembelajaran Lulusan Program Studi (CPL-Prodi) yang Dirujuk**.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **NO** | **CPL-Prodi** | **KODE** |
| **1** | **2** | **3** |
| A. | **Sikap (S)** |  |
| - | Menunjukan sikap mental dan karakter yang tangguh serta keperdulian terhadap tugas dan lingkungannya | S11 |
| B. | **Pengetahuan (P)** |  |
| - | Menguasai konsep teoritis pengetahuan teknik militer secara mendalam | P1 |
| C. | **Keterampilan Umum (KU)** |  |
| - | Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu, dan terukur | KU2 |
| D. | **Keterampilan Khusus (KK)** |  |
| - | Mampu mengaplikasikan teknik militer dan memanfaatkan keterampilan pada bidangnya dalam penyelesaian masalah serta mampu beradaptasi terhadap situasi yang dihadapi | KK1 |
| E. | **Jasmani** |  |
| - | Mampu membentuk dan memelihara postur tubuh prajurit | J1 |
| - | Mampu memelihara kesegaran jasmani untuk menjamin kesiapan fisik untuk melaksanakan tugas-tugas prajurit | J2 |
| - | Mampu melaksanakan ketangkasan jasmani yang diperlukan untuk mendukung pelaksanaan tugas | J3 |

4. **Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)**.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **NO** | **CPMK** | **KODE** |
| **1** | **2** | **3** |
| 1. | Mampu Menunjukan sikap mental dan karakter yang tangguh serta keperdulian terhadap tugas dan lingkungannya (S11) | CPMK-1 |
| 2. | Mampu Menilai dan Mengaplikasikan Renang Militer Dasar (A3 dan C3) | CPMK-2 |
| 3. | Mampu Menilai dan Mengaplikasikan Halang Rintang (A3 dan C3) | CPMK-3 |
| 4. | Mampu Menilai, Mengaplikasikan dan Memanipulasi Mountaineeeing (A3, C3, P2) | CPMK-4 |
| 5. | Mampu Menilai dan Mengaplikasikan Senam Praktek (A3 dan C3) | CPMK-5 |
| 6. | Mampu Menilai dan Mengaplikasikan Lintas Medan (A3 dan C3) | CPMK-6 |
| 7. | Mampu Menilai dan Mengaplikasikan Ketahanan Mars (A3 dan C3) | CPMK-7 |
| 8. | Mampu Menilai, Mengaplikasikan dan Memanipulasi Beladiri Militer (A3, C3 dan P2) | CPMK-8 |
| 9. | Mampu Menilai, Mengaplikasikan dan Memanipulasi Perkelahian Sangkur (A3, C3 dan P2) | CPMK-9 |
| 10. | Mampu Menilai, Mengaplikasikan dan Memanipulasi Lempar Pisau dan Kapak (A3, C3 dan P2) | CPMK-10 |
| 11. | Mampu Menilai dan Mengaplikasikan Tes Kesegaran Jasmani (A3 dan C3) | CPMK-11 |

5. **Deskripsi Rencana Pembelajaran**.

| **PERTEMUAN**  **KE** | **SUB-CPMK**  **(Indikator CPMK)** | **BAHAN KAJIAN** | **POKOK BAHASAN** | **METODE PEMBELAJARAN** | **WAKTU** | **PENGALAMAN BELAJAR** | **TUGAS DAN PENILAIAN** | **BOBOT NILAI** | **REFF** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 1 | Sub CPMK 2  Mampu memperjelas  dan menerapkan  teknik renang dasar militer dengan teknik yang benar  (A3 dan C3) | Renang Dasar Militer | 1) Pendahuluan  2) Renang dasar militer menggunakan baju PDL dengan materi sbb :  a) Pemanasan melebar 2 x 25 M  b) Ambil data awal 50 M  c) Renang ketahanan 2 x 50 M dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Kolam Renang P. Tendean  - Kolam Renang Soekotjo | 3 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan Gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik renang dasar militer menggunakan baju PDL dengan materi pemanasan melebar, ambil data awal 50 M dan renang ketahanan 2 x 50 M dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dan kecepatan dalam mempraktekan teknik renang dasar militer menggunakan baju PDL dengan materi pemanasan melebar, ambil data awal 50 M dan renang ketahanan 2 x 50 M dengan teknik yang benar | 2,7 % | a |
| 2 | Sub CPMK 2  Mampu memperjelas  dan menerapkan  teknik renang dasar militer dengan teknik yang benar  (A3 dan C3) | Renang Dasar Militer | 3) Renang dasar militer menggunakan baju PDL dengan materi sbb :  a) Pemanasan melebar 2 x 25 M  b) Renang ketahanan 2 x 50 M (berulang)  c) Renang kecepatan jarak 50 M dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Kolam Renang P. Tendean  - Kolam Renang Soekotjo | 3 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan Gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik renang dasar militer menggunakan baju PDL dengan materi pemanasan melebar 2 x 25 M, renang ketahanan 2 x 50 M (berulang) dan renang kecepatan jarak 50 M dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dan kecepatan dalam mempraktekan teknik renang dasar militer menggunakan baju PDL dengan materi pemanasan melebar 2 x 25 M, renang ketahanan 2 x 50 M (berulang) dan renang kecepatan jarak 50 M dengan teknik yang benar | 2,7 % | a |
| 3 | Sub CPMK 2  Mampu memperjelas  dan menerapkan  teknik renang dasar militer dengan teknik yang benar  (A3 dan C3) | Renang Dasar Militer | 4) Renang dasar militer menggunakan baju PDL dengan materi sbb :  a) Pemanasan melebar 2 x 25 M  b) Renang ketahanan 3 x 50 M  c) Renang kecepatan jarak 50 M dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Kolam Renang P. Tendean  - Kolam Renang Soekotjo | 3 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan Gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik renang dasar militer menggunakan baju PDL dengan materi pemanasan 2 x 25 M, renang ketahanan 3 x 50 M dan renang kecepatan jarak 50 M dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dan kecepatan dalam mempraktekan teknik renang dasar militer menggunakan baju PDL dengan materi pemanasan 2 x 25 M, renang ketahanan 3 x 50 M dan renang kecepatan jarak 50 M dengan teknik yang benar | 2,7 % | a |
| 4 | Sub CPMK 2  Mampu memperjelas  dan menerapkan  teknik renang dasar militer dengan teknik yang benar  (A3 dan C3) | Renang Dasar Militer | 5) Renang dasar militer menggunakan baju PDL dengan materi sbb :  a) Pemanasan melebar 2 x 25 M  b) Renang ketahanan 4 x 50 M  c) Renang kecepatan jarak 50 M dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Kolam Renang P. Tendean  - Kolam Renang Soekotjo | 3 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan Gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik renang dasar militer menggunakan baju PDL dengan materi pemanasan 2 x 25 M, renang ketahanan 4 x 50 M dan renang kecepatan jarak 50 M dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dan kecepatan dalam mempraktekan teknik renang dasar militer menggunakan baju PDL dengan materi pemanasan 2 x 25 M, renang ketahanan 4 x 50 M dan renang kecepatan jarak 50 M dengan teknik yang benar | 2,7 % | a |
| 5 | Sub CPMK 2  Mampu memperjelas  dan menerapkan  teknik renang dasar militer dengan teknik yang benar  (A3 dan C3) | Renang Dasar Militer | 6) Renang dasar militer menggunakan baju PDL dengan materi sbb :  a) Pemanasan melebar 2 x 25 M  b) Renang ketahanan 5 x 50 M  c) Renang kecepatan jarak 50 M dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Kolam Renang P. Tendean  - Kolam Renang Soekotjo | 3 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan Gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik renang dasar militer menggunakan baju PDL dengan materi pemanasan 2 x 25 M, renang ketahanan 5 x 50 M dan renang kecepatan jarak 50 M dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dan kecepatan dalam mempraktekan teknik renang dasar militer menggunakan baju PDL dengan materi pemanasan 2 x 25 M, renang ketahanan 5 x 50 M dan renang kecepatan jarak 50 M dengan teknik yang benar | 2,7 % | a |
| 6 | Sub CPMK 2  Mampu memperjelas  dan menerapkan  teknik renang dasar militer dengan teknik yang benar  (A3 dan C3) | Renang Dasar Militer | 7) Renang dasar militer menggunakan baju PDL dengan materi sbb :  a) Pemanasan melebar 2 x 25 M  b) Renang ketahanan 6 x 50 M  c) Renang kecepatan jarak 50 M dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Kolam Renang P. Tendean | 3 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan Gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik renang dasar militer menggunakan baju PDL dengan materi pemanasan 2 x 25 M, renang ketahanan 6 x 50 M dan renang kecepatan jarak 50 M dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dan kecepatan dalam mempraktekan teknik renang dasar militer menggunakan baju PDL dengan materi pemanasan 2 x 25 M, renang ketahanan 6 x 50 M dan renang kecepatan jarak 50 M dengan teknik yang benar | 2,7 % | a |
| 7 | Sub CPMK 2  Mampu memperjelas  dan menerapkan  teknik renang dasar militer dengan teknik yang benar  (A3 dan C3) | Renang Dasar Militer | 8) Renang dasar militer menggunakan baju PDL dengan materi sbb :  a) Pemanasan melebar 4 x 25 M  b) Penilaian renang militer dasar jarak 50 M dengan teknik yang benar  9) Penutup/Evaluasi | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Penilaian  **Media:**  - Kolam Renang P. Tendean | 3 x 50”  TM | Taruna mengerjakan Gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik renang dasar militer menggunakan baju PDL dengan materi pemanasan 4 x 25 M, dan penilaian renang militer dasar jarak 50 M dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dan kecepatan dalam mempraktekan teknik renang dasar militer menggunakan baju PDL dengan materi pemanasan 4 x 25 M, dan penilaian renang militer dasar jarak 50 M dengan teknik yang benar | 2,7 % | a |
| 8 | Sub CPMK 3  Mampu memperjelas  dan menerapkan  teknik halang rintang 1 s.d. 10 dengan teknik yang benar  (A3 dan C3) | Halang Rintang | 1) Pendahuluan  2) Teknik melintasi halang rintang 1 s.d. 10 menggunakan PDL+helm+senjata dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Lab.Depjas Akmil | 3 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan Gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik Teknik melintasi halang rintang 1 s.d. 10 menggunakan baju PDL+helm+senjata dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dan kecepatan dalam mempraktekan teknik Teknik melintasi halang rintang 1 s.d. 10 menggunakan baju PDL+helm+senjata dengan teknik yang benar | 2,7 % | b |
| 9 | Sub CPMK 3  Mampu memperjelas  dan menerapkan  teknik halang rintang 11 s.d. 20 dengan teknik yang benar  (A3 dan C3) | Halang Rintang | 3) Teknik melintasi halang rintang 11 s.d. 20 menggunakan PDL+helm+senjata dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Lab.Depjas Akmil | 3 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan Gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik Teknik melintasi halang rintang 11 s.d. 20 menggunakan baju PDL+helm+senjata dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dan kecepatan dalam mempraktekan teknik Teknik melintasi halang rintang 1 s.d. 20 menggunakan baju PDL+helm+senjata dengan teknik yang benar | 2,7 % | b |
| 10 | Sub CPMK 3  Mampu memperjelas  dan menerapkan  teknik halang rintang 1 s.d. 20 dengan teknik yang benar  (A3 dan C3) | Halang Rintang | 4) Teknik melintasi halang rintang 1 s.d. 20 menggunakan PDL+helm+senjata dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Lab.Depjas Akmil | 3 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan Gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik Teknik melintasi halang rintang 1 s.d. 20 menggunakan baju PDL+helm+senjata dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dan kecepatan dalam mempraktekan teknik Teknik melintasi halang rintang 1 s.d. 20 menggunakan baju PDL+helm+senjata dengan teknik yang benar | 2,7 % | b |
| 11 | Sub CPMK 3  Mampu memperjelas  dan menerapkan  teknik halang rintang 1 s.d. 20 dengan teknik yang benar  (A3 dan C3) | Halang Rintang | 5) Teknik melintasi halang rintang 1 s.d. 20 menggunakan PDL+helm+senjata dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Lab.Depjas Akmil | 3 x 50”  TM+KM | Taruna mengerjakan Gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik Teknik melintasi halang rintang 1 s.d. 20 menggunakan baju PDL+helm+senjata dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dan kecepatan dalam mempraktekan teknik Teknik melintasi halang rintang 1 s.d. 20 menggunakan baju PDL+helm+senjata dengan teknik yang benar | 2,7 % | b |
| 12 | Sub CPMK 3  Mampu memperjelas  dan menerapkan  teknik halang rintang 1 s.d. 20 dengan teknik yang benar  (A3 dan C3) | Halang Rintang | 6) Teknik melintasi halang rintang 1 s.d. 20 menggunakan PDL+helm+senjata dengan teknik yang benar  7) Penutup/Evaluasi | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Penilaian  **Media:**  - Lab.Depjas Akmil | 3 x 50”  TM | Taruna mengerjakan Gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik Teknik melintasi halang rintang 1 s.d. 20 menggunakan baju PDL+helm+senjata dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dan kecepatan dalam mempraktekan teknik Teknik melintasi halang rintang 1 s.d. 20 menggunakan baju PDL+helm+senjata dengan teknik yang benar | 2,7 % | b |
| 13 | Sub CPMK 4  Mampu memperjelas, menerapkan dan mendemontrasikan  Mountaineering dengan teknik yang benar  (A3, C3 dan P2) | Mountaineering | 1) Pendahuluan  2) Mountaineering materi luncuran, snapling, naik togle, turun hesty, rayapan tali 1, jembatan tali 2, jembatan tali 3, jaring pendarat menggunakan PDLT+beban rangsel 5,5 kg dengan teknik yang benar  3) Penutup/Evaluasi | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Penilaian  **Media:**  - Lab.Depjas Akmil | 7 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan Mountaineering materi luncuran, snapling, naik togle, turun hesty, rayapan tali 1, jembatan tali 2, jembatan tali 3, jaring pendarat menggunakan PDLT+beban rangsel 5,5 kg dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dalam mempraktekan Mountaineering materi luncuran, snapling, naik togle, turun hesty, rayapan tali 1, jembatan tali 2, jembatan tali 3, jaring pendarat menggunakan PDLT+beban rangsel 5,5 kg dengan teknik yang benar | 6,4 % | c |
| 14 | Sub CPMK 5  Mampu memperjelas  dan menerapkan  teknik senam praktek gerakan dasar, gerakan bentuk sikap dengan balok, gerakan ke 1 s.d 5 dan gerakan bentuk sikap dengan berkawan ke 1 s.d. 5 dengan teknik yang benar  (A3 dan C3) | Senam Praktek | 1) Pendahuluan  2) Teknik senam praktek gerakan dasar, gerakan bentuk sikap dengan balok, gerakan ke 1 s.d 5 dan gerakan bentuk sikap dengan berkawan ke 1 s.d. 5 menggunakan baju PDL+helm dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Lab.Depjas Akmil | 3 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan Gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik senam praktek gerakan dasar, gerakan bentuk sikap dengan balok, gerakan ke 1 s.d 5 dan gerakan bentuk sikap dengan berkawan ke 1 s.d. 5 menggunakan baju PDL+helm dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dan kecepatan dalam teknik mempraktekan senam praktek gerakan dasar, gerakan bentuk sikap dengan balok, gerakan ke 1 s.d 5 dan gerakan bentuk sikap dengan berkawan ke 1 s.d. 5 menggunakan baju PDL+helm dengan teknik yang benar | 2,7 % | d |
| 15 | Sub CPMK 5  Mampu memperjelas  dan menerapkan  teknik senam praktek gerakan dasar, gerakan bentuk sikap dengan balok gerakan ke 6 s.d 10 dan gerakan bentuk sikap dengan berkawan ke 6 s.d. 10 dengan teknik yang benar  (A3 dan C3) | Senam Praktek | 3) Teknik senam praktek gerakan dasar, gerakan bentuk sikap dengan balok gerakan ke 6 s.d 10 dan gerakan bentuk sikap dengan berkawan ke 6 s.d. 10 menggunakan PDL+helm dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Lab.Depjas Akmil | 3 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan Gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik senam praktek gerakan dasar, gerakan bentuk sikap dengan balok gerakan ke 6 s.d 10 dan gerakan bentuk sikap dengan berkawan ke 6 s.d. 10 menggunakan PDL+helm dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dan kecepatan dalam teknik mempraktekan senam praktek gerakan dasar, gerakan bentuk sikap dengan balok gerakan ke 6 s.d 10 dan gerakan bentuk sikap dengan berkawan ke 6 s.d. 10 menggunakan PDL+helm dengan teknik yang benar | 2,7 % | d |
| 16 | Sub CPMK 5  Mampu memperjelas  dan menerapkan  teknik senam praktek lari ziq zaq 25 m, guling kanan/kiri 5x, merangkak 20 m, merayap 10 m, lempar granat 30 m, naik tali 3 m dengan teknik yang benar  (A3 dan C3) | Senam Praktek | 4) Teknik teknik senam praktek lari ziq zaq 25 m, guling kanan/kiri 5x, merangkak 20 m, merayap 10 m, lempar granat 30 m, naik tali 3 m menggunakan baju PDLT beban rangsel 5,5 kg jarak 100 m dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Lab.Depjas Akmil | 3 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan Gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik senam praktek lari ziq zaq 25 m, guling kanan/kiri 5x, merangkak 20 m, merayap 10 m, lempar granat 30 m, naik tali 3 m menggunakan baju PDLT beban rangsel 5,5 kg jarak 100 m dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dan kecepatan dalam mempraktekan teknik senam praktek lari ziq zaq 25 m, guling kanan/kiri 5x, merangkak 20 m, merayap 10 m, lempar granat 30 m, naik tali 3 m menggunakan baju PDLT beban rangsel 5,5 kg jarak 100 m dengan teknik yang benar | 2,7 % | d |
| 17 | Sub CPMK 5  Mampu memperjelas  dan menerapkan  teknik senam praktek lari ziq zaq 25 m, guling kanan/kiri 5x, merangkak 20 m, merayap 10 m, lempar granat 30 m, naik tali 3 m dengan teknik yang benar (A3 dan C3) | Senam Praktek | 5) Teknik teknik senam praktek lari ziq zaq 25 m, guling kanan/kiri 5x, merangkak 20 m, merayap 10 m, lempar granat 30 m, naik tali 3 m menggunakan baju PDLT beban rangsel 5,5 kg jarak 100 m dengan teknik yang benar  6) Penutup/Evaluasi | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Penilaian  **Media:**  - Lab.Depjas Akmil | 3 x 50”  TM | Taruna mengerjakan Gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik senam praktek lari ziq zaq 25 m, guling kanan/kiri 5x, merangkak 20 m, merayap 10 m, lempar granat 30 m, naik tali 3 m menggunakan baju PDLT beban rangsel 5,5 kg jarak 100 m dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dan kecepatan dalam mempraktekan teknik senam praktek lari ziq zaq 25 m, guling kanan/kiri 5x, merangkak 20 m, merayap 10 m, lempar granat 30 m, naik tali 3 m menggunakan baju PDLT beban rangsel 5,5 kg jarak 100 m dengan teknik yang benar | 2,7 % | d |
| 18 | Sub CPMK 6  Mampu memperjelas  dan menerapkan  teknik lintas medan jarak 6,5 km dengan teknik yang benar  (A3 dan C3) | Lintas Medan | 1) Pendahuluan  2) Teknik lintas medan jarak 6,5 km menggunakan PDLT+beban rangsel 5,5 kg dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Daerah latihan Magelang Komplek | 4 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan Gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik lintas medan jarak 6,5 km menggunakan PDLT+beban rangsel 5,5 kg dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dan kecepatan dalam mempraktekan teknik lintas medan jarak 6,5 km menggunakan PDLT+beban rangsel 5,5 kg dengan teknik yang benar | 3,7 % | e |
| 19 | Sub CPMK 6  Mampu memperjelas  dan menerapkan  teknik lintas medan jarak 6,5 km dengan teknik yang benar  (A3 dan C3) | Lintas Medan | 3) Teknik lintas medan jarak 6,5 km menggunakan PDLT+beban rangsel 5,5 kg dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Daerah latihan Magelang Komplek | 4 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan Gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik lintas medan jarak 6,5 km menggunakan PDLT+beban rangsel 5,5 kg dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dan kecepatan dalam mempraktekan teknik lintas medan jarak 6,5 km menggunakan PDLT+beban rangsel 5,5 kg dengan teknik yang benar | 3,7 % | e |
| 20 | Sub CPMK 6  Mampu memperjelas  dan menerapkan  teknik lintas medan jarak 6,5 km dengan teknik yang benar  (A3 dan C3) | Lintas Medan | 4) Teknik lintas medan jarak 6,5 km menggunakan PDLT+beban rangsel 5,5 kg dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Daerah latihan Magelang Komplek | 4 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan Gerakan yang diperintahkan oleh pelatih | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik lintas medan jarak 6,5 km menggunakan PDLT+beban rangsel 5,5 kg dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dan kecepatan dalam mempraktekan teknik lintas medan jarak 6,5 km menggunakan PDLT+beban rangsel 5,5 kg dengan teknik yang benar | 3,7 % | e |
| 21 | Sub CPMK 6  Mampu memperjelas  dan menerapkan  teknik lintas medan jarak 6,5 km dengan teknik yang benar  (A3 dan C3) | Lintas Medan | 5) Teknik lintas medan jarak 6,5 km menggunakan PDLT+beban rangsel 5,5 kg dengan teknik yang benar  6) Penutup/Evaluasi | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Penilaian  **Media:**  - Daerah latihan Magelang Komplek | 4 x 50”  TM | Taruna mengerjakan Gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik lintas medan jarak 6,5 km menggunakan PDLT+beban rangsel 5,5 kg dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dan kecepatan dalam mempraktekan teknik lintas medan jarak 6,5 km menggunakan PDLT+beban rangsel 5,5 kg dengan teknik yang benar | 3,7 % | e |
| 22 | Sub CPMK 7  Mampu memperjelas  dan menerapkan  teknik ketahanan mars jarak 30 km dengan teknik yang benar  (A3 dan C3) | Ketahanan Mars | 1) Pendahuluan  2) Teknik ketahanan mars jarak 30 km menggunakan PDLT+beban rangsel 5,5 kg dengan teknik yang benar  3) Penutup/Evaluasi | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Penilaian  **Media:**  - Daerah latihan Magelang Komplek | 8 x 50”  TM+TT+KM | Taruna mengerjakan Gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik ketahanan mars jarak 30 km menggunakan PDLT+beban rangsel 5,5 kg dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dan kecepatan dalam mempraktekan teknik ketahanan mars jarak 30 km menggunakan PDLT+beban rangsel 5,5 kg dengan teknik yang benar | 7,4 % | f |
| 23 | Sub CPMK 8  Mampu memperjelas, menerapkan dan mendemontrasikan  Beladiri Militer sikap dasar, delapan penjuru, jatuhan, serangan, tangkisan, RGP 1, RGP 2 dengan teknik yang benar  (A3, C3 dan P2) | Beladiri Militer | 1) Pendahuluan  2) Teknik beladiri militer sikap dasar, delapan penjuru, jatuhan, serangan, tangkisan, RGP 1, RGP 2 dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Lab.Depjas Akmil | 3 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik beladiri militer sikap dasar, delapan penjuru, jatuhan, serangan, tangkisan, RGP 1, RGP 2 dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dalam mempraktekan teknik beladiri militer sikap dasar, delapan penjuru, jatuhan, serangan, tangkisan, RGP 1, RGP 2 dengan teknik yang benar | 2,7 % | g |
| 24 | Sub CPMK 8  Mampu memperjelas, menerapkan dan mendemontrasikan  Beladiri Militer sikap dasar, delapan penjuru, jatuhan, serangan, tangkisan, RGP 1, RGP 2 dengan teknik yang benar  (A3, C3 dan P2) | Beladiri Militer | 3) Teknik beladiri militer sikap dasar, delapan penjuru, jatuhan, serangan, tangkisan, RGP 1, RGP 2 dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Lab.Depjas Akmil | 3 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik beladiri militer sikap dasar, delapan penjuru, jatuhan, serangan, tangkisan, RGP 1, RGP 2 dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dalam mempraktekan teknik beladiri militer sikap dasar, delapan penjuru, jatuhan, serangan, tangkisan, RGP 1, RGP 2 dengan teknik yang benar | 2,7 % | g |
| 25 | Sub CPMK 8  Mampu memperjelas, menerapkan dan mendemontrasikan  Beladiri Militer sikap dasar, delapan penjuru, jatuhan, serangan, tangkisan, RGP 1, RGP 2 dengan teknik yang benar  (A3, C3 dan P2) | Beladiri Militer | 4) Teknik beladiri militer sikap dasar, delapan penjuru, jatuhan, serangan, tangkisan, RGP 1, RGP 2 dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Lab.Depjas Akmil | 3 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik beladiri militer sikap dasar, delapan penjuru, jatuhan, serangan, tangkisan, RGP 1, RGP 2 dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dalam mempraktekan teknik beladiri militer sikap dasar, delapan penjuru, jatuhan, serangan, tangkisan, RGP 1, RGP 2 dengan teknik yang benar | 2,7 % | g |
| 26 | Sub CPMK 8  Mampu memperjelas, menerapkan dan mendemontrasikan  Beladiri Militer sikap dasar, delapan penjuru, jatuhan, serangan, tangkisan, RGP 1, RGP 2 dengan teknik yang benar  (A3, C3 dan P2) | Beladiri Militer | 5) Teknik beladiri militer sikap dasar, delapan penjuru, jatuhan, serangan, tangkisan, RGP 1, RGP 2 dengan teknik yang benar  6) Penutup/Evaluasi | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Penilaian  **Media:**  - Lab.Depjas Akmil | 4 x 50”  TM | Taruna mengerjakan gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik beladiri militer sikap dasar, delapan penjuru, jatuhan, serangan, tangkisan, RGP 1, RGP 2 dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dalam mempraktekan teknik beladiri militer sikap dasar, delapan penjuru, jatuhan, serangan, tangkisan, RGP 1, RGP 2 dengan teknik yang benar | 3,7 % | g |
| 27 | Sub CPMK 9  Mampu memperjelas, menerapkan dan mendemontrasikan  Perkelahian Sangkur gerakan dasar dengan teknik yang benar  (A3, C3 dan P2) | Perkelahian Sangkur | 1) Pendahuluan  2) Teknik Perkelahian Sangkur gerakan dasar dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Lab.Depjas Akmil | 2 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik Perkelahian Sangkur gerakan dasar dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dalam mempraktekan teknik Perkelahian Sangkur gerakan dasar dengan teknik yang benar | 1,8 % | h |
| 28 | Sub CPMK 9  Mampu memperjelas, menerapkan dan mendemontrasikan  Perkelahian Sangkur materi serangan, pertahanan dengan teknik yang benar  (A3, C3 dan P2) | Perkelahian Sangkur | 3) Teknik Perkelahian Sangkur materi serangan, pertahanan dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Lab.Depjas Akmil | 2 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik Perkelahian Sangkur materi serangan, pertahanan dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dalam mempraktekan teknik Perkelahian Sangkur materi serangan, pertahanan dengan teknik yang benar | 1,8 % | h |
| 29 | Sub CPMK 9  Mampu memperjelas, menerapkan dan mendemontrasikan  Perkelahian Sangkur materi kombinasi gerakan, RGP 1 dengan teknik yang benar  (A3, C3 dan P2) | Perkelahian Sangkur | 4) Teknik Perkelahian Sangkur materi kombinasi gerakan, RGP 1 dengan teknik yang benar dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Lab.Depjas Akmil | 2 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik Perkelahian Sangkur materi kombinasi gerakan, RGP 1 dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dalam mempraktekan teknik Perkelahian Sangkur materi kombinasi gerakan, RGP 1 dengan teknik yang benar | 1,8 % | h |
| 30 | Sub CPMK 9  Mampu memperjelas, menerapkan dan mendemontrasikan  Perkelahian Sangkur materi gerakan dasar, serangan, pertahanan, kombinasi gerakan, RGP 1 dengan teknik yang benar  (A3, C3 dan P2) | Perkelahian Sangkur | 5) Teknik Perkelahian Sangkur materi gerakan dasar, serangan, pertahanan, kombinasi gerakan, RGP 1 dengan teknik yang benar  6) Penutup/Evaluasi | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Penilaian  **Media:**  - Lab.Depjas Akmil | 2 x 50”  TM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik Perkelahian Sangkur materi gerakan dasar, serangan, pertahanan, kombinasi gerakan, RGP 1 dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dalam mempraktekan teknik Perkelahian Sangkur materi gerakan dasar, serangan, pertahanan, kombinasi gerakan, RGP 1 dengan teknik yang benar | 1,8 % | h |
| 31 | Sub CPMK 10  Mampu memperjelas, menerapkan dan mendemontrasikan  Lempar Pisau dan Kapak dengan teknik yang benar  (A3, C3 dan P2) | Lempar Pisau dan Kapak | 1) Pendahuluan  2) Teknik Lempar Pisau dan Kapak jarak 3 meter dengan teknik yang benar | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Demonstrasi  **Media:**  - Lab.Depjas Akmil | 2 x 50”  TM+KM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik Teknik Lempar Pisau dan Kapak jarak 3 meter dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dalam mempraktekan teknik Teknik Lempar Pisau dan Kapak jarak 3 meter dengan teknik yang benar | 1,8 % | i |
| 32 | Sub CPMK 10  Mampu memperjelas, menerapkan dan mendemontrasikan  Lempar Pisau dan Kapak dengan teknik yang benar  (A3, C3 dan P2) | Lempar Pisau dan Kapak | 3) Teknik Lempar Pisau dan Kapak jarak 3 meter dengan teknik yang benar  4) Penutup/Evaluasi | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - Penilaian  **Media:**  - Lab.Depjas Akmil | 2 x 50”  TM | Taruna mengerjakan gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan teknik Teknik Lempar Pisau dan Kapak jarak 3 meter dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dalam mempraktekan teknik Teknik Lempar Pisau dan Kapak jarak 3 meter dengan teknik yang benar | 1,8 % | i |
| 33 | Sub CPMK 11  Mampu memperjelas  dan menerapkan  tes kesegaran jasmani A dan B dengan teknik yang benar  (A3 dan C3) | Tes Kesegaran Jasmani | 1) Pendahuluan  2) Teknik tes kesegaran jasmani A dan B dengan teknik yang benar  3) Penutup/Evaluasi | **Bentuk:**  Praktik/Lat.Militer  **Metode:**  - Drill  - *Test*  **Media:**  - Lap. Sapta Marga | 4 x 50”  TM | Taruna memperhatikan dan mengerjakan Gerakan yang diperintahkan oleh pelatih. | -Tugas : Mampu mempraktekan tes kesegaran jasmani A dan B dengan teknik yang benar  - Penilaian : Ketepatan dan kecepatan dalam mempraktekan teknik tes kesegaran jasmani A dan B dengan teknik yang benar | 3,7 % | j |

6. **Daftar Referensi**.

a. Keputusan Gubernur Akmil Nomor Kep/19/III/2019 tanggal 29 Maret 2019 Naskah Departemen Materi Renang Militer Dasar Taruna Tk. II/Sertar Nomor : Akmil-07-A1-H0113a;

b. Keputusan Gubernur Akmil Nomor Kep/19/III/2019 tanggal 29 Maret 2019 Naskah Departemen Materi Halang Rintang Taruna Tk. II/Sertar Nomor : Akmil-07-A1-H0106a;

c. Keputusan Gubernur Akmil Nomor Kep/19/III/2019 tanggal 29 Maret 2019 Naskah Departemen Materi Mountaineering Taruna Tk. II/Sertar Nomor : Akmil-07-A1-H0108a;

d. Keputusan Gubernur Akmil Nomor Kep/19/III/2019 tanggal 29 Maret 2019 Naskah Departemen Materi Senam Praktek Taruna Tk. II/Sertar Nomor : Akmil-07-A1-H0103a;

e. Keputusan Gubernur Akmil Nomor Kep/19/III/2019 tanggal 29 Maret 2019 Naskah Departemen Materi Lintas Medan Taruna Tk. II/Sertar Nomor : Akmil-07-A1-H0105a;

f. Keputusan Gubernur Akmil Nomor Kep/19/III/2019 tanggal 29 Maret 2019 Naskah Departemen Materi Ketahanan Mars Taruna Tk. II/Sertar Nomor : Akmil-07-A1-H0114a;

g. Keputusan Gubernur Akmil Nomor Kep/19/III/2019 tanggal 29 Maret 2019 Naskah Departemen Materi Beladiri Militer Taruna Tk. II/Sertar Nomor : Akmil-07-A1-H0110a;

h. Keputusan Gubernur Akmil Nomor Kep/19/III/2019 tanggal 29 Maret 2019 Naskah Departemen Materi Perkelahian Sangkur Taruna Tk. II/Sertar Nomor : Akmil-07-A1-H0111a;

i. Keputusan Gubernur Akmil Nomor Kep/19/III/2019 tanggal 29 Maret 2019 Naskah Departemen Materi Lempar Pisau dan Kapak Taruna Tk. II/Sertar Nomor : Akmil-07-A1-H0112; dan

j. Keputusan Kasad Nomor Kep/590/XII/2005 tanggal 30 Desember 2005 tentang Bujuknik Tes Kesegar