



DOKUMEN RANCANGAN PEMBELAJARAN BOLA VOLY

- 1. RPP**
- 2. BAHAN AJAR**
- 3. LKPD**
- 4. MEDIA**
- 5. INSTRUMEN PENILAIAN EVALUASI**

DISUSUN OLEH

NAMA : MUHAMMAD AZIZ ZAKY MAULANA, S.Or

NO PESERTA : 201500799520

KELAS : 002 PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN

KELOMPOK : 3

**PPG DALAM JABATAN2021
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
ANGKATAN IV
TAHUN 2021**

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMAN 1 KROYA
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas : XI / 1
Materi Pokok : Permainan Bola Besar (Bola Voli)
Alokasi Waktu : 3 x 45 menit (1 x Pertemuan)
Metode Ajar : LURING

A. KOMPETENSI INTI

- KI 1 Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
- KI 2 Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
- KI 3 Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingi- tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
- KI 4 Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

B. KOMPETENSI DASAR DAN INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

No	Kompetensi Dasar	No	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.1	Menghayati dan mengamalkan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.	1.1.1	Berdoa sebelum dan sesudah melakukan aktivitas
		1.1.2	Mengucapkan rasa syukur atas karunia Tuhan
		1.1.3	Memberi salam sebelum dan sesudah menyampaikan pendapat/presentasi.
2.1	Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran,	2.1.1	Membentuk perilaku menerima kekalahan dan mengapresiasi kemenangan.

	damai), santun, responsif dan pro-aktif sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.	2.2.2	Membangun perilaku disiplin dengan mengikuti instruksi atau arahan guru selama pembelajaran berlangsung
		2.2.3	Menekankan perilaku bekerjasama dengan teman dalam menjalankan tugas gerak.
		2.2.4	Membiasakan perilaku bertanggung jawab terhadap alat olahraga yang digunakan dalam pembelajaran
3.1	Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.	3.1.1	<p>Menganalisis beberapa keterampilan gerak permainan bola voli</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Menganalisis pola gerak 1 yang terdiri dari gerakan <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah ➤ Menganalisis pola gerak 2 yang terdiri dari gerakan <i>servis</i>, <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah yang diterapkan dalam permainan modifikasi bola voli ➤ Menganalisis pola gerak 3 yang terdiri dari gerakan <i>servis</i>, <i>passing</i> atas, <i>passing</i> bawah dan <i>spike</i> diterapkan dalam permainan bola voli dengan peraturan sesungguhnya
4.1	Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.	4.1.1	<p>Mempraktikkan keterampilan analisis permainan bola besar melalui permainan bola voli</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Mempraktikkan pola gerak 1 yang terdiri dari gerakan <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah ➤ Mempraktikkan pola gerak 2 yang terdiri dari gerakan <i>servis</i>, <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah yang diterapkan dalam permainan modifikasi bola voli ➤ Mempraktikkan pola gerak 3 yang terdiri dari gerakan <i>servis</i>, <i>passing</i> atas, <i>passing</i> bawah dan <i>spike</i> diterapkan dalam permainan bola

			voli dengan peraturan sesungguhnya)
--	--	--	--

C. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti pembelajaran ini peserta didik diharapkan mampu :

1. Spiritual

- a. Peserta didik terbiasa membaca doa sebelum dan sesudah melakukan aktivitas
- b. Peserta didik terbiasa mengucapkan rasa syukur atas karunia Tuhan
- c. Peserta didik terbiasa memberi salam sebelum dan sesudah menyampaikan pendapat/presentasi.

2. Afektif

- a. Melalui permainan, siswa dapat membentuk perilaku menerima kekalahan dan mengapresiasi kemenangan.
- b. Peserta didik dapat membangun perilaku disiplin dengan mengikuti instruksi atau arahan guru selama pembelajaran berlangsung
- c. Peserta didik dapat menunjukkan perilaku bekerjasama dalam menjalankan tugas gerak
- d. Peserta didik dapat membiasakan perilaku bertanggung jawab terhadap alat olahraga yang digunakan dalam proses pembelajaran

3. Kognitif

- a. Melalui proses pengamatan, peserta didik dapat menganalisis pola gerak 1 yang terdiri dari gerakan *passing* atas dan *passing* bawah.
- b. Melalui proses pengamatan, peserta didik dapat menganalisis pola gerak 2 yang terdiri dari gerakan *servis*, *passing* atas dan *passing* bawah yang diterapkan dalam permainan modifikasi bola voli
- c. Melalui proses pengamatan, peserta didik dapat menganalisis pola gerak 3 yang terdiri dari gerakan *servis*, *passing* atas, *passing* bawah dan *spike* diterapkan dalam permainan bola voli dengan peraturan sesungguhnya

4. Psikomotor

- a. Melalui pola gerak 1, peserta didik dapat mempraktekkan gerakan *passing* atas dan *passing* bawah.
- b. Melalui pola gerak 2, peserta didik dapat mempraktekkan gerakan *servis*, *passing* atas dan *passing* bawah dalam permainan bola voli yang dimodifikasi.
- c. Melalui pola gerak 3, peserta didik dapat mempraktekkan gerakan *servis*, *passing* atas, *passing* bawah dan *spike* dalam permainan bola voli dengan peraturan yang sesungguhnya.

D. Materi Pembelajaran

Materi Pokok : Variasi Keterampilan Gerak Dalam Permainan Bola Voli

Beberapa gerak dasar dalam permainan bola voli di antaranya sebagai berikut.

1. Gerak Dasar *Passing Bawah*

Passing bawah dalam permainan bola voli banyak dimanfaatkan untuk memberikan bola kepada teman atau menerima servis. Passing adalah memberikan bola ke teman seregu. Prinsipnya adalah harus mudah diterima.

Untuk mempelajari cara passing bawah dilakukan kegiatan-kegiatan bermain secara sederhana dan tugas latihan sebagai berikut.

- Persiapan sebelum melakukan gerak dasar *passing* bawah
- Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu dan kedua lutut direndahkan hingga berat badan tertumpu pada kedua ujung kaki di bagian depan.
- Rapatkan dan luruskan kedua lengan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar.
- Pandangan ke arah datangnya bola.
- Dorongkan kedua lengan ke arah datangnya bola bersamaan kedua lutut dan pinggul naik serta tumit terangkat dari lantai.
- Usahakan arah datangnya bola tepat di tengah-tengah badan
- Titik sentuh bola yang baik tepat pada pergelangan tangan.
- Akhir gerak dasar *passing* bawah.
- Tumit terangkat dari lantai.
- Pinggul dan lutut naik serta kedua lengan lurus.
- Pandangan mengikuti arah gerakan bola.



Gambar 1.19 Posisi tangan dan tubuh saat *passing* bawah

2. Gerak Dasar *Passing Atas*

Passing atas banyak dimanfaatkan untuk memberikan umpan atau memberikan bola kepada teman. Passing adalah memberikan bola ke teman seregu. Prinsipnya harus mudah diterima.

Untuk mempelajari cara passing dilakukan kegiatan-kegiatan bermain secara sederhana dan tugas latihan sebagai berikut.

- Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu, kedua lutut direndahkan hingga berat badan bertumpu pada ujung kaki bagian depan.
- Posisi lengan di depan badan dengan kedua telapak tangan dan jari-jari renggang sehingga membentuk seperti mangkuk di depan atas muka (wajah).
- Pandangan ke arah bola.
- Dorongkan kedua lengan menyongsong arah datangnya bola bersamaan kedua lutut dan pinggul naik serta tumit terangkat.
- Usahakan arah datangnya bola tepat di tengah-tengah atas wajah.
- Titik sentuh bola yang baik adalah tepat mengenai jari-jari tangan.
- Tumit terangkat dari lantai.
- Pinggul dan lutut naik serta kedua lengan lurus.
- Pandangan ke arah bola.



Gambar 1.20 Posisi tangan dan tubuh saat *passing atas*.

3. Gerak Dasar Servis

Servis atas adalah serangan awal atau permulaan permainan. Servis adalah mulai permainan. Prinsipnya bola menuju daerah lawan dan menyulitkan lawan.

Untuk mempelajari cara servis, dilakukan kegiatan-kegiatan latihan sebagai berikut.

- Berdiri tegak, pandangan ke arah bola (depan).
- Kedua kaki sikap melangkah (kaki kiri di depan, kanan di belakang).
- Tangan kiri memegang bola di depan badan.
- Lambungkan bola ke atas agak ke belakang \pm 1 meter menggunakan tangan kiri.
- Badan agak melenting ke belakang dan berat badan pada kaki belakang.
- Ayunkan tangan kanan bersamaan dengan gerakan badan ke depan.
- Bola dipukul menggunakan tangan kanan yang dibantu dengan mengaktifkan/melecutkan pergelangan tangan.
- Berat badan dibawa ke depan dengan melangkahkan kaki belakang (kanan) ke depan.

- Pandangan mengikuti arah gerakan bola.



Gambar 1.21 Posisi tangan dan tubuh saat servis

4. Gerak Dasar *Smash*

Smash merupakan upaya untuk mematikan lawan dan mendapatkan point. Smash adalah pukulan yang dilakukan dengan menggunakan satu tangan di atas net serta dilakukan dengan keras.

Untuk mempelajari cara smash dilakukan kegiatan-kegiatan latihan sebagai berikut :

- Berdiri dengan sikap melangkah menghadap arah net.
- Berat badan pada kaki depan.
- Pandangan ke arah depan (arah net).
- Gerak awalan, langkahkan kaki paling sedikit dua langkah dan langkah terakhir lebar.
- Gerak tolakan, menolak dengan kedua kaki ke atas dan diikuti dengan ayunan kedua lengan ke depan atas.
- Gerak pukulan, memukul bola dengan telapak tangan pada bagian atas bola bersamaan dengan pergelangan tangan diaktifkan.
- Gerak mendarat, mendarat dengan kedua ujung telapak kaki, bersamaan kedua lutut mengeper.
- Kedua lutut direndahkan dan diikuti membungkukkan badan.
- Berat badan dibawa ke depan dan pandangan ke depan atas.



Gambar 1.22 Mengambil ancang-ancang lompat dan memukul bola



Gambar 1.23 Persentuhan tangan dengan bola saat smash

- Kedua lengan di depan samping badan dan rileks.

E. Metode Pembelajaran

1. Pendekatan Saintifik
2. Demonstrasi
3. Pendekatan Taktis

F. Alat / Media / Bahan

1. Alat : Laptop, Infokus, Peluit, stopwatch, corong, bola.
2. Buku pegangan Guru SMA Kelas 10 Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan 2017.

Mengetahui

Indramayu, 15 November 2001

Kepala Sekolah,

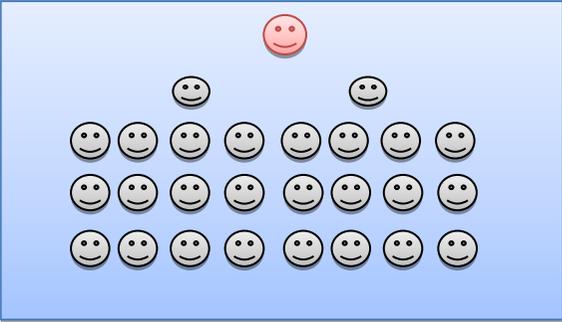
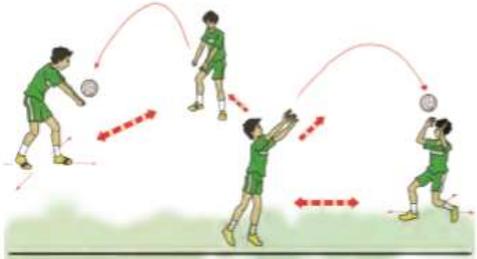
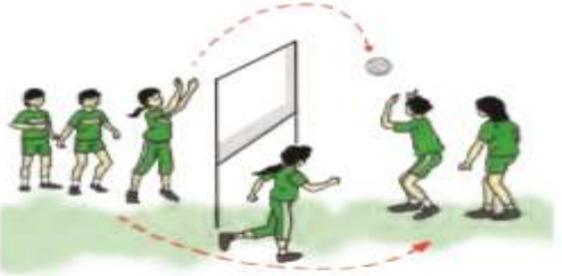
Guru Mata Pelajaran

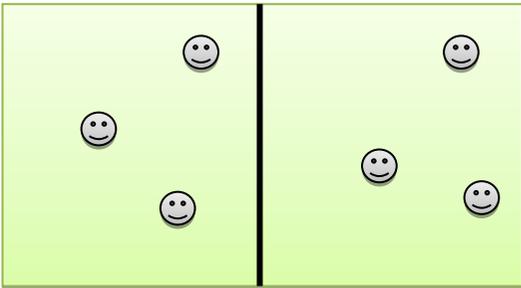
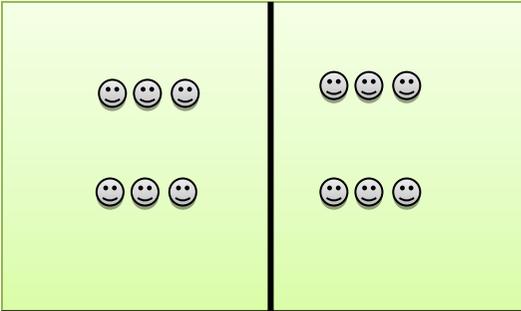
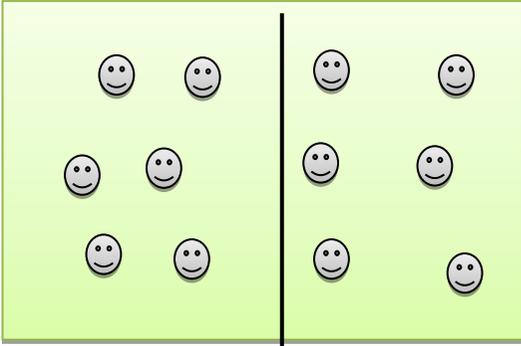
Dra Hj TATI ROSMAWATI, MPd
Pembina Tingkat 1
NIP. 19620509 198603 2 004

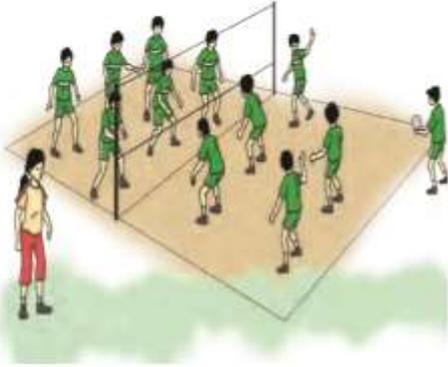
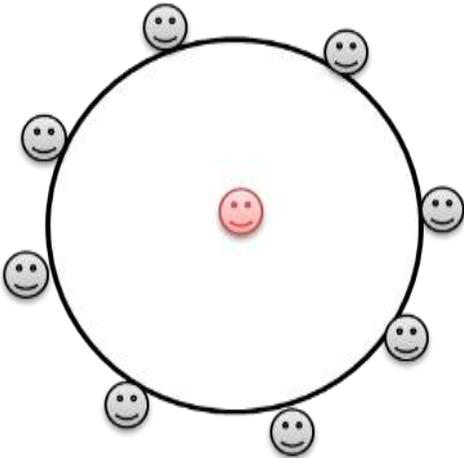
MUHAMMAD AZIZ ZAKY M, S.Or
NIP. 198205152006041010

G. Langkah-Langkah Pembelajaran

Kegiatan Pembelajaran	Deskripsi		
	Kegiatan Guru	Kegiatan Peserta didik	Formasi
Kegiatan Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> Presensi : mengecek kehadiran peserta didik. Membariskan peserta didik : menginstruksikan peserta didik menjadi beberapa saf/banjar disesuaikan dengan jumlah peserta didik dalam suatu kelas Memulai pembelajaran dengan mengucapkan salam, menanyakan kabar untuk menanyakan kesiapan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran dan berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik sesuai dengan agamanya masing-masing. (RELIGIUS) Menjelaskan tentang Materi dan tujuan pembelajaran serta aktivitas pembelajaran yang akan dilakukan hari ini. Pemberian motivasi dan apersepsi : Mengaitkan pembelajaran sebelumnya dengan pembelajaran bola voli, memberikan motivasi untuk mengikuti proses pembelajaran bola voli dengan sungguh-sungguh sesuai dengan kemampuan masing-masing peserta didik. Memberikan pemanasan dalam bentuk <i>Game</i>. Game 1 : Kucing Bola (permainan melempar bola dan menahan bola) 	<ol style="list-style-type: none"> Presensi Peserta didik berinteraksi dengan guru, dengan menjawab salam, menjawab kesiapan dalam belajar serta ketua kelas memimpin berdoa. (RELIGIUS). Setelah itu menyanyikan lagu kebangsaan Peserta didik menyimak penjelasan guru tentang tujuan pembelajaran dan aktivitas pembelajaran yang akan dilakukan serta mengisi LKPD Peserta didik menyimak motivasi yang diberikan guru, serta mencoba mengaitkan pembelajaran sebelumnya dengan pembelajaran yang akan dilakukan. Peserta didik mengikuti instruksi guru dengan berbaris menjadi beberapa saf/banjar. Melakukan pemanasan dalam bentuk <i>Game Kucing Bola (permainan melempar bola dan menahan bola)</i> 	<p>Keterangan :</p> <ul style="list-style-type: none"> Kucing Pemain Lap A Pemain Lap B

<p style="text-align: center;">Kegiatan Inti</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menjelaskan gerakan yang terdapat dalam permainan bola voli yaitu <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah. 2. Guru meminta beberapa peserta didik yang terpilih untuk mendemonstrasikan gerakan <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah. 3. Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang gerakan <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah. (COMMUNICATION) 4. Guru menginstruksikan peserta didik untuk berpasangan 5. Guru menjelaskan dan menginstruksikan kepada Peserta didik untuk melakukan gerakan <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah (melalui Pola gerak 1) 6. Guru menginstruksikan peserta untuk dibagi menjadi 2 kelompok dengan jumlah yang sama 7. Guru menjelaskan dan menginstruksikan kepada Peserta didik untuk melakukan gerakan <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah melampaui net . 8. Menginstruksikan peserta didik untuk berkumpul untuk diskusi tentang apa yang telah dilakukan. 9. Guru menginstruksikan peserta didik untuk membagi menjadi beberapa kelompok dengan jumlah yang sama. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik selesai melakukan pemanasan permainan dipersilahkan untuk duduk dengan kaki diluruskan serta memperhatikan penjelasan dari guru untuk kegiatan pembelajaran inti. 2. Peserta didik yang terpilih, memberikan contoh gerakan <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah. Peserta didik mengamati gerakan yang di demonstrasikan. 3. Peserta didik bertanya tentang gerakan <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah yang dijelaskan oleh guru. (COMMUNICATION) 4. Peserta didik berpasangan. 5. Peserta didik Mencoba mempraktekan gerakan <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah (Pola gerak 1) 6. Peserta didik membentuk 2 kelompok dengan jumlah yang sama 7. Peserta didik melakukan gerakan <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah melampaui net 8. Peserta didik berkumpul, lalu berdiskusi dengan guru dan teman yang lainnya. 9. Peserta didik membuat kelompok dengan jumlah yang sama. 	  
---	---	--	--

	<p>10. Guru menjelaskan dan menginstruksikan kepada Peserta didik untuk melakukan permainan 6 vs 6</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hanya menggunakan <i>passing</i> bawah saja • Hanya menggunakan <i>passing</i> atas saja • Boleh lebih dari 3 kali sentuhan • Maksimal 3 kali sentuhan <p>11. Menginstruksikan Peserta didik untuk berkumpul untuk diskusi tentang apa yang telah dilakukan.</p> <p>12. Guru menginstruksikan Peserta didik untuk membagi beberapa kelompok dengan jumlah masing-masing kelompok 6 orang</p> <p>13. Guru menjelaskan dan menginstruksikan kepada Peserta didik untuk melakukan permainan bola voli yang sesungguhnya 6 vs 6 (pola gerak 3)</p> <p>14. Menginstruksikan Peserta didik untuk berkumpul untuk diskusi tentang apa yang telah dilakukan.</p>	<p>10. Peserta didik Mencoba mempraktekkan bentuk latihan dengan melakukan latihan 3 vs 3 (Pola Gerak 2)</p> <p>11. Peserta didik Mencoba mempraktekkan bentuk latihan dengan melakukan permainan 6 vs 6 (Pola Gerak 2)</p> <p>12. Peserta didik berkumpul, lalu berdiskusi dengan guru dan teman yang lainnya.</p> <p>13. Peserta didik membuat kelompok dengan jumlah 6 orang.</p>	  <p style="text-align: center;">DRILL</p> 
--	--	--	---

		<p>14. Peserta didik Mencoba mempraktekan permainan bola voli yang sesungguhnya 6 vs 6 (pola gerak 3)</p> <p>15. Peserta didik berkumpul, lalu berdiskusi dengan guru dan teman yang lainnya.</p>	
<p>Kegiatan Penutup</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru melakukan refleksi pembelajaran yang telah berlangsung dengan memberikan LKPD bola voly 2. Guru menyimpulkan hasil pembelajaran 3. Guru memberikan penghargaan kepada Peserta didik yang secara sungguh-sungguh mengikuti proses pembelajaran. 4. Guru menutup pembelajaran hari ini dengan meminta salah seorang Peserta didik untuk memimpin doa. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik berkumpul membentuk lingkaran, menyimak, menganalisis dan mengerjakan LKPD yang diberikan guru, lalu Peserta didik menjawab (Mengkomunikasikan) 2. Peserta didik membantu guru untuk menyimpulkan hasil pembelajaran. 3. Peserta didik maju kedepan untuk menerima penghargaan dari guru, baik berupa fisik maupun kalimat. 4. Salah satu Peserta didik maju kedepan untuk memimpin doa berakhirnya pembelajaran yang dilakukan. 	

BAHAN AJAR

Sekolah : SMAN 1 KROYA
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas : XI / 1
Materi Pokok : Permainan Bola Besar (Bola Voli)
Alokasi Waktu : 3 x 45 menit (1 x Pertemuan)
Metode Ajar : LURING

A. KOMPETENSI INTI

- KI 1 Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
- KI 2 Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
- KI 3 Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa inginnya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
- KI 4 Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

B. KOMPETENSI DASAR DAN INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

No	Kompetensi Dasar	No	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.1	Menghayati dan mengamalkan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.	1.1.1	Berdoa sebelum dan sesudah melakukan aktivitas
		1.1.2	Mengucapkan rasa syukur atas karunia Tuhan
		1.1.3	Memberi salam sebelum dan sesudah menyampaikan pendapat/presentasi.
2.1	Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran,	2.1.1	Membentuk perilaku menerima kekalahan dan mengapresiasi kemenangan.

	damai), santun, responsif dan pro-aktif sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.	2.2.2	Membangun perilaku disiplin dengan mengikuti instruksi atau arahan guru selama pembelajaran berlangsung
		2.2.3	Menekankan perilaku bekerjasama dengan teman dalam menjalankan tugas gerak.
		2.2.4	Membiasakan perilaku bertanggung jawab terhadap alat olahraga yang digunakan dalam pembelajaran
3.1	Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.	3.1.2	<p>Menganalisis beberapa keterampilan gerak permainan bola voli</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Menganalisis pola gerak 1 yang terdiri dari gerakan <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah ➤ Menganalisis pola gerak 2 yang terdiri dari gerakan <i>servis</i>, <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah yang diterapkan dalam permainan modifikasi bola voli ➤ Menganalisis pola gerak 3 yang terdiri dari gerakan <i>servis</i>, <i>passing</i> atas, <i>passing</i> bawah dan <i>spike</i> diterapkan dalam permainan bola voli dengan peraturan sesungguhnya
4.1	Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.	4.1.2	<p>Mempraktikkan keterampilan analisis permainan bola besar melalui permainan bola voli</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Mempraktikkan pola gerak 1 yang terdiri dari gerakan <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah ➤ Mempraktikkan pola gerak 2 yang terdiri dari gerakan <i>servis</i>, <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah yang diterapkan dalam permainan modifikasi bola voli ➤ Mempraktikkan pola gerak 3 yang terdiri dari gerakan <i>servis</i>, <i>passing</i> atas, <i>passing</i> bawah dan <i>spike</i> diterapkan dalam permainan bola

			voli dengan peraturan sesungguhnya)
--	--	--	-------------------------------------

C. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran peserta didik dapat :

1. Menjelaskan variasi passing atas dan passing bawah bola voli.
2. Menjelaskan gerak spesifik passing atas dan passing bawah bola voli
3. Mempraktikan variasi passing atas dan passing bawah pada permainan bola voli.
4. Mempraktikan gerak spesifik passing atas dan passing bawah bola voli

D. Pengertian Permainan Bola Voli



Permainan bola voli termasuk salah satu contoh dari cabang olahraga bola besar. Bisa dikatakan, permainan ini masuk ke dalam kategori pertandingan karena melibatkan dua tim yang saling berhadapan untuk mendapatkan hasil pertandingan.

Cara memainkan bola voli adalah dengan memukul bola agar melewati bagian atas net yang ada di tengah lapangan. Agar mendapatkan skor, para pemain dalam satu tim harus mengarahkan bola ke area lawan, sehingga bola terjatuh di daerah pertahanan lawan.

Pencetusnya adalah William G. Morgan yang merupakan guru pendidikan jasmani di Amerika Serikat. Ia sangat terinspirasi dari permainan bola basket. Inspirasi tersebut dia

dapatkan setelah bertemu dengan James Naismith yang merupakan pencetus olahraga bola basket.

Awalnya, permainan ini ditujukan untuk para orang tua. Namun, Morgan ingin sekali menyesuaikan antara olahraga dengan kemampuan fisik para orang tua. Sebab tidak memungkinkan bagi orang-orang tua jika harus mengandalkan kekuatan fisik dalam waktu yang lama, misalnya berlari.

Dan sekitar empat tahun setelah pertemuan tersebut, terciptalah sebuah olahraga yang merupakan kombinasi antara basket, bulutangkis, dan *baseball*. Pada awalnya, permainan ini bernama *Mintonette*. Seiring dengan berkembangnya waktu, olahraga ini mulai dikenal dan banyak digemari orang dari berbagai kalangan usia. Perubahan nama menjadi *Volleyball* (Bola Voli) terjadi pada tahun 1896, bertepatan dengan diselenggarakannya pertandingan pertama pada acara internasional Young Men's Christian Association (YMCA) Training School.

Dalam mempelajari cara memainkan bola voli, Grameds dapat membaca buku Z1 Sma/Ma/Smk/Mak Kl.Xi Pemd Jasmani Olahraga&Kese K/13 Rev yang ada di bawah ini, dimana di dalamnya bukan hanya cara memainkan bola voli, namun berbagai jenis olahraga bola besar lainnya.

E. Bagaimana Permainan Bola Voli Bisa Sampai ke Indonesia?

Permainan ini dibawa oleh Belanda saat jaman penjajahan di Indonesia. Di permulaannya masuk ke Indonesia, permainan bola voli hanya dimainkan oleh kalangan terbatas, yakni para bangsawan dan orang-orang Belanda. Sehingga olahraga ini belum begitu banyak dikenal.

Adalah para guru jasmani Belanda yang mengajarkan dan memperkenalkannya. Sehingga olahraga ini mulai dimainkan oleh para serdadu Belanda di lapangan terbuka. Alhasil, permainan bola voli ini disaksikan oleh banyak orang, termasuk rakyat Indonesia.

F. Organisasi yang Menaungi.

Agar mempunyai manajemen yang baik, setiap jenis olahraga mempunyai organisasi yang memayungi perkembangannya, tidak terkecuali permainan bola voli. Untuk skala internasional, permainan ini dinaungi oleh Federasi Internationale de Volleyball (FIVB). Dulunya, lembaga ini didirikan di Perancis. Namun saat ini FIVB berpusat di Swiss.

Sementara untuk di kancah nasional, permainan bola voli dipayungi oleh Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia (PBVSI) yang kantor pusatnya berada di Jakarta. Kompetisi nasional bola voli dinamakan Kompetisi Proliga yang diselenggarakan setiap tahun.

G. Teknik Dasar Permainan Bola Voli

Dalam memainkan bola voli, tentu Grameds memerlukan teknik tertentu. Tidak bisa sembarang teknik. Nah, kira-kira apa saja *sih* teknik yang perlu kamu bisa dalam permainan ini? Paling tidak, kamu harus memahami empat teknik dasar, yakni servis, *passing*, *blocking*, dan *smash*. Di bawah ini akan kita bahas bersama.

1. Servis Bola Voli

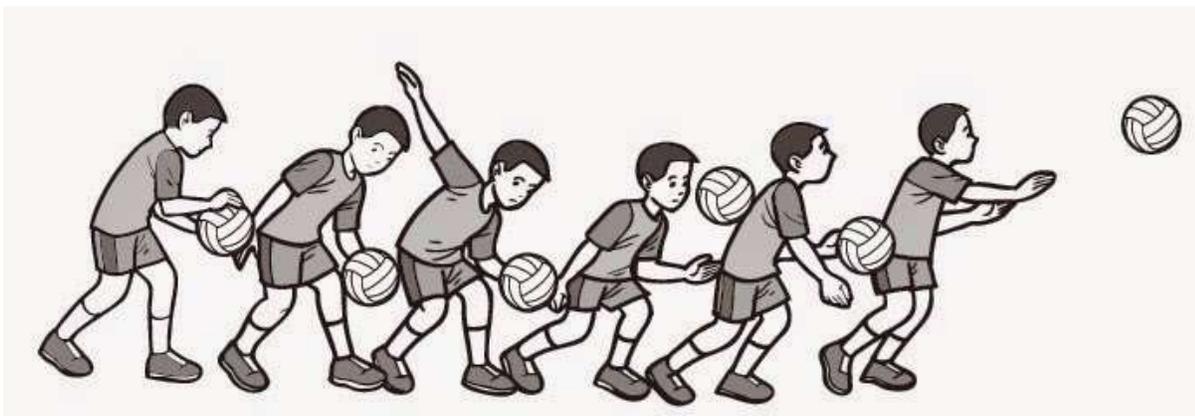
Pada awalnya, servis merupakan sebagai suatu awal dari permainan bola voli. Teknik ini seakan menjadi cara untuk menyajikan bola agar permainan berlangsung. Namun teknik servis ini berkembang menjadi serangan pertama untuk tim yang mendapatkan giliran melakukan servis.

Oleh karenanya, servis bisa menentukan jalannya pertandingan, sehingga pukulan bola dari luar luar lapangan yang kamu lakukan harus tepat dan bertenaga. Jika Grameds tidak bisa melakukan servis dengan baik, maka tim mu tidak akan mendapatkan kesempatan yang bagus untuk mendapatkan skor.

Pentingnya servis ini seringkali tidak begitu diperhitungkan, istilahnya *undervalued*. Tidak banyak pelatih yang secara khusus mengajarkan untuk melakukan servis yang mematenkan sehingga servis menjadi peluang untuk mencetak poin. Cara dasar melakukan servis adalah kaki harus berada di belakang garis batas lapangan.

Berikut ini jenis-jenis servis:

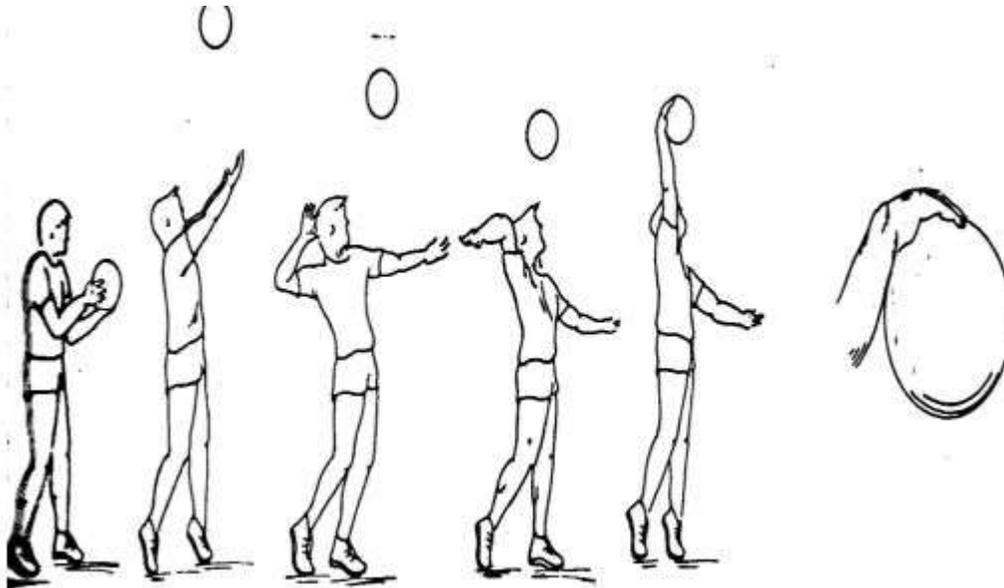
a. Servis Bawah



Bagi kamu yang masih pemula, servis jenis ini sangat cocok buat kamu nih, Grameds. Cara melakukan servis bawah adalah memegang bola dengan tangan kiri. Posisi tangan kiri maju depan namun sejajar dengan pinggang kamu.

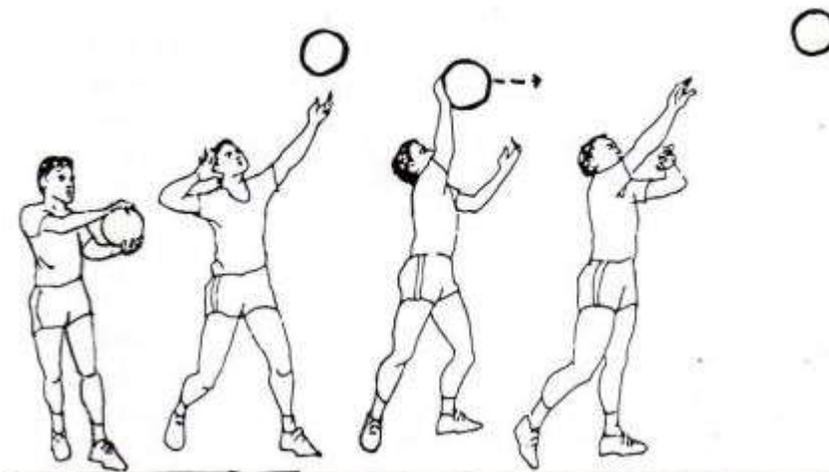
Kemudian ayunkan tangan kanan yang sebelumnya sudah mengepal agar bisa memukul bola dari bawah. Pastikan genggamannya benar ya agar tidak menimbulkan rasa sakit di tanganmu.

b. Servis Atas



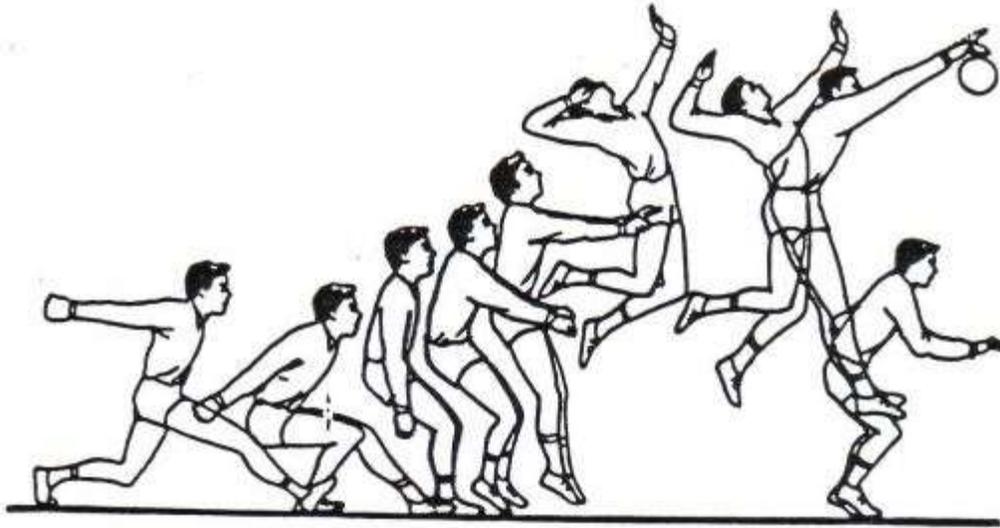
Cara melakukan servis ini adalah mengangkat bola di atas kepala dengan tangan kiri lalu bola dipukul dengan tangan kanan menggunakan telapak tangan. Untuk servis atas ini, ada tiga macam teknik. Yang pertama servis atas. Kemudian *floating service* dan *jumping service*.

c. *Floating Service* atau Servis Mengapung



Untuk melakukan servis ini, Grameds melemparkan bola dengan tangan kiri ke atas kepala. Lemparkan secukupnya, jangan sampai membuatmu kesulitan sendiri. Saat bola masih berada di atas kepala, tangan kanan memukul bola hingga melewati bagian atas net.

d. *Jumping Service* atau Servis Melompat



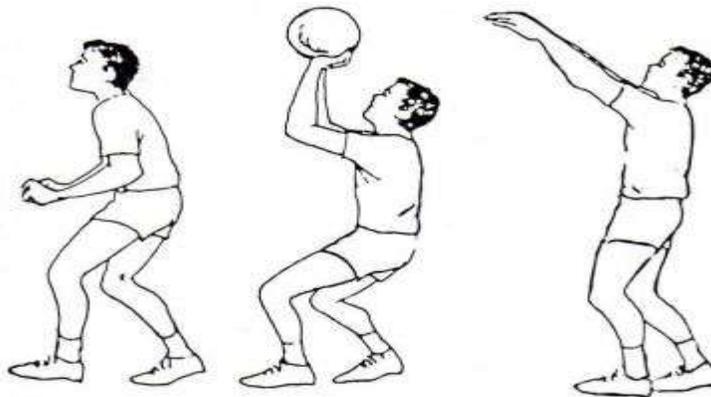
Servis jenis ini hampir sama dengan *floating service*. Bedanya hanya ketika bola masih berada di atas kepala, kamu melompat dan memukul bola dengan kuat.

2. Passing dalam Permainan Bola Voli

Teknik *passing* ini memiliki banyak tujuan. Jika kamu menerima bola dari tim lawan, maka kamu bisa menggunakan teknik ini untuk menerima bola, menangkis serangan, dan melakukan serangan balik ke area pertahanan lawan. Dengan *passing*, kamu juga bisa mengendalikan permainan dengan mengatur strategi tanpa harus membuat bola terjatuh di area timmu.

Beberapa jenis *passing* adalah sebagai berikut:

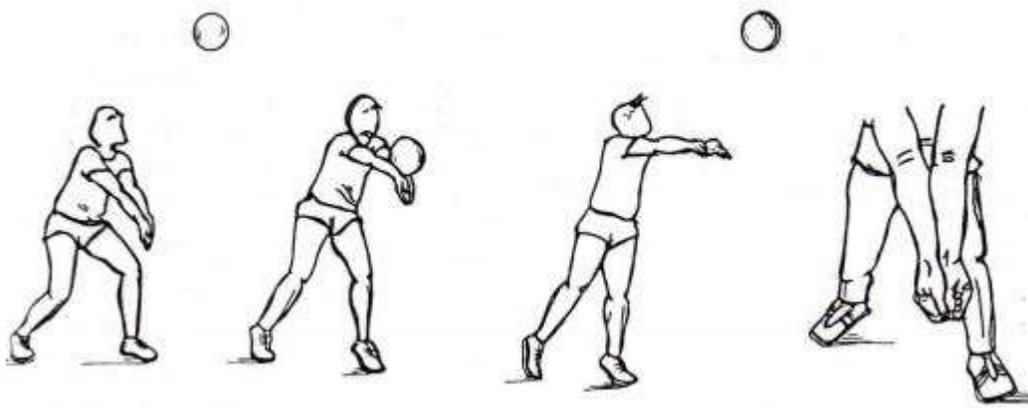
a. *Passing* Atas



Passing atas biasa digunakan saat bola berada di atas. Pada umumnya, *passing* ini ditujukan untuk memberikan umpan manis kepada rekan setim yang akan melakukan *smash* ke area lawan. Cara melakukan *passing* jenis ini adalah dengan menggunakan kedua tangan. Seakan-

akan kamu menerima bola sebentar dengan kedua tangan lalu dilambungkan kembali ke atas atau ke arah rekan yang sudah siap melakukan *smash*.

b. Passing Bawah

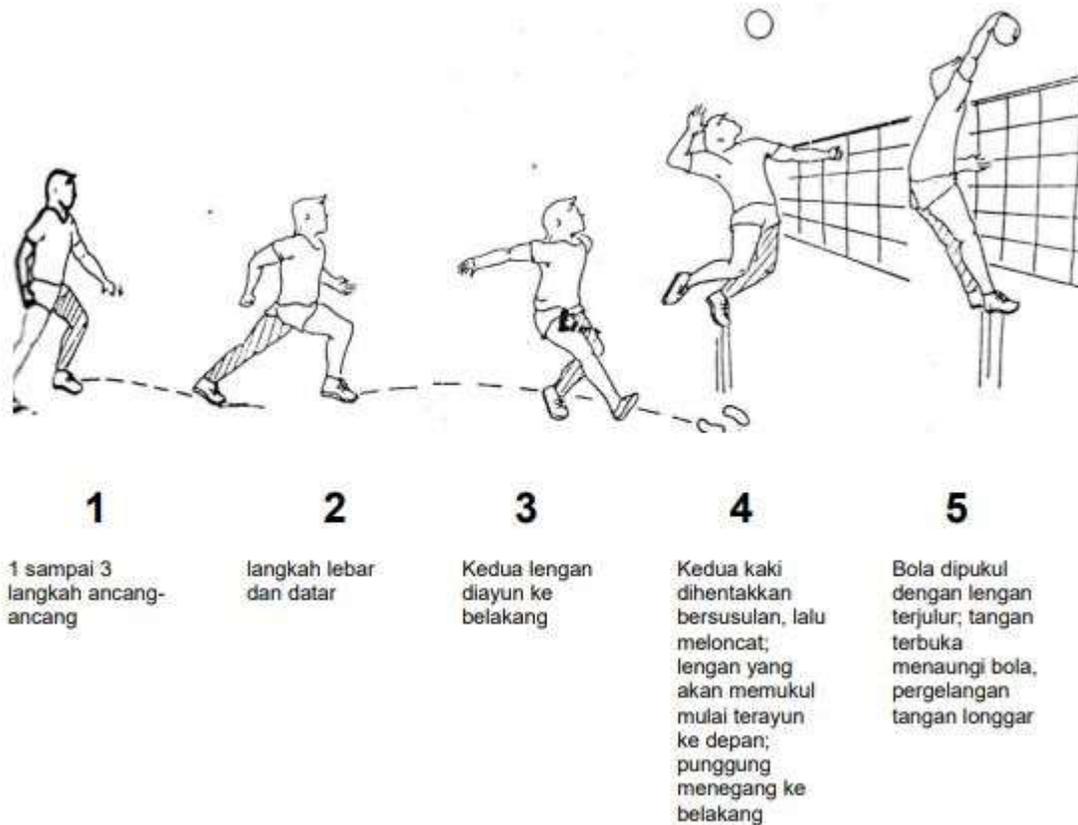


Passing bawah sangat diperlukan ketika bola berada di bawah. Cara melakukannya bisa dengan satu tangan ataupun dua tangan. Disesuaikan dengan kebutuhan. Passing bawah satu tangan dilakukan saat pemain berada dalam posisi yang sulit, posisi bola yang jauh dari pemain, atau refleks menerima serangan mendadak.

Biasanya, pemain memposisikan badannya dengan membungkuk, badan condong ke depan, dan mengulurkan satu tangan ke arah bola datang. Bahkan tidak jarang pemain bola voli sampai melompat dan terjatuh saat melakukan passing ini. Semua itu untuk menahan atau mengembalikan bola. Sementara passing bawah dua tangan biasanya dilakukan ketika bola jatuh tepat di depan pemain bola voli. Sehingga passing ini lebih sering dipakai dalam kondisi yang lebih santai dibandingkan passing bawah dua tangan. Passing ini terbagi menjadi dua cara, yakni thumb over palm dan the dig.

Thumb over palm dilakukan dengan cara tangan kiri mengepal. Kemudian diletakkan di dalam telapak tangan kanan sekaligus digenggam. Ibu jari kanan dan kiri berada di atas telapak tangan kanan dan kiri. Sementara untuk *the dig*, telapak tangan kanan diletakkan di atas telapak tangan kiri. Kemudian ibu jari tangan kiri menggenggam jemari tangan kanan.

c. Smash

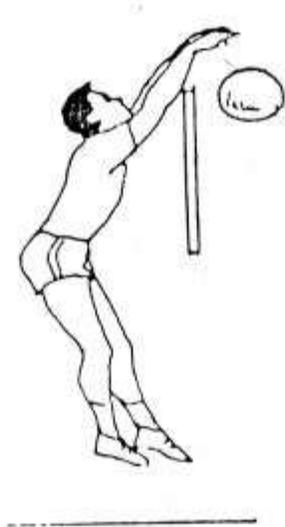


Smash merupakan satu teknik yang digunakan untuk menyerang. Seringkali, *smash* dianggap sebagai penentu kualitas serangan sebuah tim. Oleh karena itu, teknik ini sangat membutuhkan insting membunuh yang tajam. Tidak hanya itu, teknik ini memerlukan konsentrasi, keakuratan, dan kekuatan.

Kalau Grameds ingin melakukan *smash*, kamu perlu berlari, melompat dengan kuat, memukul bola, dan jangan lupa untuk mendarat dengan baik. Cara ini hampir mirip dengan *jumping service*. Bagi penonton, terjadinya *smash* merupakan momen-momen yang paling ditunggu.

Teknik ini sangat penting dalam permainan bola voli. Tim yang memiliki kemampuan *smash* lebih baik, mempunyai peluang yang lebih besar untuk menang. Namun, banyak yang mengakui bahwa teknik ini memiliki tantangan paling besar untuk dipelajari.

d. Blocking



Bagaimana caranya untuk menghalau *smash* lawan? Teknik *blocking* menjadi jawaban pertama. Tidak hanya itu teknik ini bisa juga digunakan untuk mengembalikan serangan lawan agar menjadi bumerang bagi mereka sendiri. Ketika bola *smash* dari lawan mengenai *blocking* dari tim kamu, maka bola akan memantul ke arah pertahanan mereka sendiri.

Agar *blocking*-mu berhasil, maka Gameds harus berdiri di dekat net. Semakin dekat posisi Gameds dengan net, semakin sempit ruang tembak yang dimiliki lawan untuk melakukan *smash*. Begitu bola berada dalam jangkauan *smash* lawan, Gameds harus langsung melompat dan mengangkat kedua tangan tinggi. Jari-jari juga diregangkan agar luas area *blocking* semakin besar.

D. Peraturan Permainan Bola Voli

Selain mempelajari teknik, Gameds perlu memahami juga peraturan dalam permainan bola voli. Agar nantinya dapat memainkan bola voli dengan baik. Ada yang hal boleh, tidak boleh dilakukan, perhitungan skor, dan sebagainya. Dengan memahami peraturannya, kamu bisa mengukur dan memahami cara mengatur permainan.

Berikut ini adalah peraturan dalam permainan bola voli:

1. Permainan dimainkan oleh dua tim yang saling berhadapan.
2. Setiap tim dimainkan oleh enam orang pemain yang menempati posisi sebagai *spiker*, *defender*, *libero*, dan *tosser*.
3. Pemain dengan posisi *libero* menggunakan seragam yang berbeda dari anggota tim lainnya.
4. *Libero* tidak diperbolehkan servis, pergantian posisi, dan melakukan pukulan bola.
5. Minimal, dalam satu tim dimainkan oleh empat orang pemain.

6. Permainan dimulai dengan servis pertama yang dilakukan oleh tim pemenang undian lempar koin.
7. Servis dilakukan dari luar garis lapangan. Dan bola harus melewati atas net, tidak boleh menyentuh net sedikitpun.
8. Bola dinyatakan keluar jika keluar garis lapangan.
9. Pemain hanya boleh melakukan segala macam teknik di areanya sendiri. Pemain tidak diijinkan masuk ke area lawan.
10. Bola dianggap masuk apabila menyentuh lantai lapangan dan masih berada dalam garis lapangan.
11. Semua anggota tubuh dapat digunakan untuk memantulkan atau memukul bola. Meskipun demikian, yang paling dominan adalah menggunakan tangan.
12. Pemain tidak boleh menangkap dan melempar bola.
13. Permainan bola voli berlangsung 2 sampai 3 set. Jika suatu tim memenangkan dua set secara beruntun, maka langsung keluar sebagai pemenang. Namun jika skorimbang 1-1, maka permainan dilanjutkan hingga tiga set.
14. Satu set dimenangkan oleh tim yang mencapai skor 25 lebih dulu.
15. Jika dalam satu set skorimbang 24-24, maka pemenang ditentukan bukan siapa yang mencapai skor 25 lebih dulu, melainkan tim mana yang unggul dua poin lebih dulu.
16. Pergantian pemain boleh dilakukan selama pertandingan masih berlangsung.

E. Peralatan Permainan Bola Voli

Beberapa peralatan yang dibutuhkan untuk memainkan bola voli adalah sebagai berikut:

1. Bola Voli

Alat yang paling penting dalam permainan ini adalah bola voli. Nah Grameds harus paham nih kira-kira bola yang digunakan dalam permainan bola voli itu seperti apa sih?

Jika kita pelajari dari keterangan FIVB, pada umumnya, bola voli terbuat dari dua macam bahan, yaitu kulit dan karet. Bola voli tradisional mayoritas terbuat dari bahan kulit yang berkualitas pilihan. Maka tidak mengherankan kalau bola voli tradisional terkenal lembut dan awet.

Di jaman modern ini, mayoritas bola voli terbuat dari bahan karet. Selain melimpahnya bahan karet, ukuran bola lebih mudah diatur jika menggunakan bahan dasar karet.

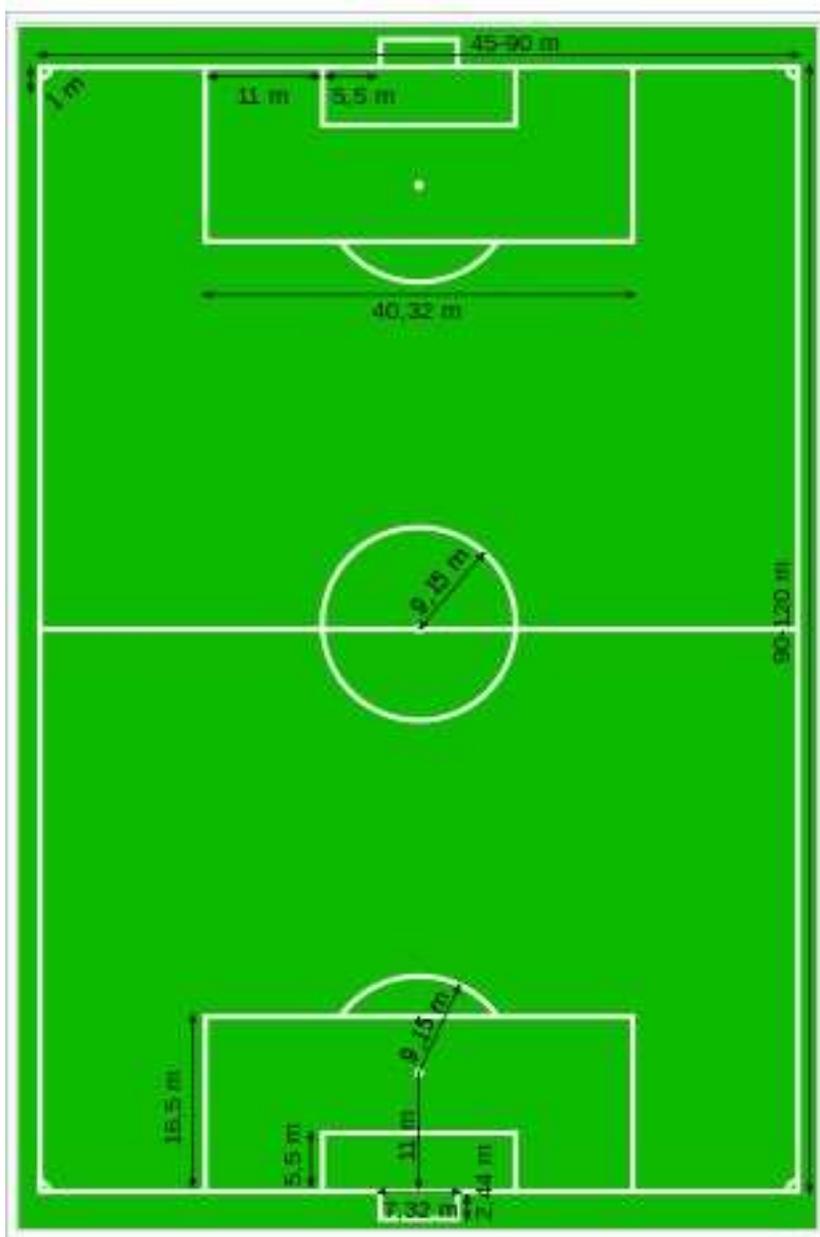
Standar bola voli yang ditetapkan oleh FIVB harus berbentuk bulat sempurna dan berdiameter 18-20 cm. Tekanan udara yang masuk ke dalamnya harus berada dalam rentang 4,26-4,61 hPa/psi. Sehingga, setelah dipompa bola memiliki berat sekitar 260-280 gram.

2. Net Bola Voli

Fungsi net dalam permainan bola voli sebagai pembatas. Net sangat penting karena untuk menentukan tim yang mencetak skor, wasit seringkali menjadikan net sebagai parameter. Nah untuk lebih lengkapnya, kita bisa cek spesifikasi net yang ditetapkan oleh FIVB:

- Tinggi net voli putra : 2,43 m
- Tinggi net voli putri : 2,24 m
- Lebar net : 1 m
- Panjang net : 9 m
- Lebar pita sisi net : 5 cm
- Jarak tiang net ke garis tepi lapangan : 0,5–1 m
- Tinggi antena : 80 cm di atas net
- Ukuran jaring : 10 cm (berbentuk persegi)

3. Lapangan Bola Voli



Source : id.wikipedia.org

- Ukuran lapangan : 9 m x 18 m
- Area servis : 3 m di belakang garis lapangan
- Area serang : 3 m dari garis tengah
- Lebar garis lapangan : 5 cm

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)

Sekolah : SMAN 1 KROYA
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas : XI / 1
Materi Pokok : Permainan Bola Besar (Bola Voli)
Alokasi Waktu : 3 x 45 menit (1 x Pertemuan)
Metode Ajar : LURING

Kelas : _____
Nama Kelompok : _____

Perhatikan gambar gerak spesifik variasi dan kombinasi bola voli di bawah ini.
Dengan memperhatikan gambar tersebut, identifikasi kombinasi gerak spesifik permainan Bola voli secara berkelompok.

Gambar	Penjelasan
	
	
	



Kelas :

Nama :

Setelah melakukan aktivitas pembelajaran Bola Voli, maka didapat aktivitas pembelajaran mengenai :

1. variasi dan kombinasi passing bawah dan passing atas
2. variasi dan kombinasi servis atas, passing bawah, passing atas, smes/spike
3. variasi dan kombinasi servis atas, passing bawah dan passing atas

Dengan menggunakan pengalaman latihan aktivitas pembelajaran tersebut maka jawablah pertanyaan dibawah ini dengan kelompok :

Pertanyaan	Jawaban
Jelaskan cara melakukan variasi servis atas dan passing atas...?	
Sebutkan berbagai cara variasi smash ?	
Jelaskan cara melakukan variasi passing bawah dan servis bawah	
Jelaskan cara melakukan variasi passing atas dan block	

MEDIA

Sekolah : SMAN 1 KROYA
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas : XI / 1
Materi Pokok : Permainan Bola Besar (Bola Voli)
Alokasi Waktu : 3 x 45 menit (1 x Pertemuan)
Metode Ajar : LURING

A. Spesifikasi Media

- Perangkat Smart Phone
- laptop
- PPT (Power Point) yang berisi paparan, Gambar dan video lompat jauh
 - Video pembelajaran Bola Voli Passing Bawah dan Passing Atas
 - <https://youtu.be/V8sDptPxdV0>
 - Video Pembelajaran Latihan Dasar Passing Atas Bola Voli
 - <https://youtu.be/YO9uAcDc7Ww>
-

B. Spesifikasi Sarana

- lapangan voly
- Peluit
- Kones
- Bola voly



SK - KD

- Beranda
- SK - KD
- Indikator
- Materi
- Gambar
- UJF Ujamp
- Referensi
- Penyusun
- Keluar

SK. I

- Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

KD 1.1.
Mempraktikkan keterampilan bermain *salah satu* permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).

Indikator

- Beranda
- SK - KD
- Indikator
- Materi
- Gambar
- UJF Ujamp
- Referensi
- Penyusun
- Keluar

Melakukan Passing bawah dan Passing atas dengan benar
Siswa mampu melakukan Smash open dengan benar
Siswa mampu melakukan Servis bawah dan servis atas dengan benar

Materi

Teknik Dasar : Service-Passing-Smash_Blok.

BOLA VOLI

Permainan bola voli adalah permainan beregu yang masing-masing regu terdiri dari 6 orang dengan tujuan menjatuhkan bola kearah lawan dan mencapai game terlebih dahulu



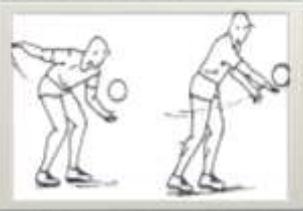
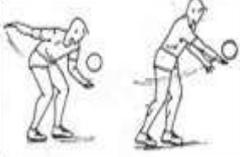

- Beranda
- SK - KD
- Indikator
- Materi
- Gambar
- UJF Ujamp
- Referensi
- Penyusun
- Keluar

Tehnik Bola voli

- Beranda
- Eik - IAD
- Indrakawit
- Iktatari
- Wankab
- GSE Inomp
- Bektanekat
- Pungundon
- Bektatik

1. Servis bawah

Adalah jenis Service ang paling mudah dilakukan. Kelemahan service bawah adalah bola mudah di terima oleh musuh.


2. Servis Atas

Service atas banyak variasi tekniknya :

- a. Mengambang (floating).
- b. Topspin
- c. Mengambang melingkar

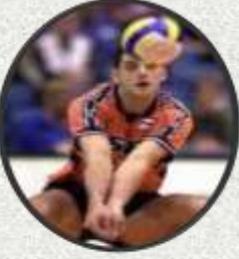





TEHNIK BOLA VOLI Passing

Passing bawah

Passing atas





- Beranda
- Sik - (KD)
- Indikator
- Materi
- Contoh
- Uji Komp.
- Refleksi
- Penutup
- Keluar

3. TEHNIK BOLA VOLI Smash

SMASH :
adalah pukulan yang tajam, keras dan menemuk ke arah lapangan lawan.

Gerakan smash :

1. Awalan : melangkah 3-4 meter dari net.
2. Tolakan : langkah terakhir lompat dengan kedua kaki.
3. Sikap akhir : Pukul Bola sekeras-kersnya dan menemuk.




- Beranda
- Sik - (KD)
- Indikator
- Materi
- Contoh
- Uji Komp.
- Refleksi
- Penutup
- Keluar

4. block (membendung)

Tujuan :
Membendung smash lawan.
Dapat Dilakukan oleh satu, dua atau tiga pemain.



Blok dilakukan 2 orang



Blok dilakukan oleh 1 orang



- Beranda
- Sik - (KD)
- Indikator
- Materi
- Contoh
- Uji Komp.
- Refleksi
- Penutup
- Keluar

LATIHAN SOAL

1. Apa yang kau ketahui tentang permainan bola voli ?
2. Sebutkan teknik-teknik dalam bola voli?
1. Sebutkan macam- macam teknik servis voli?

Kunci Jawaban :

Jawaban No 1.

Jawaban No 2.

Jawaban No 3.

INSTRUMEN PENILAIAN EVALUASI

Sekolah : SMAN 1 KROYA
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas : XI / 1
Materi Pokok : Permainan Bola Besar (Bola Voli)
Alokasi Waktu : 3 x 45 menit (1 x Pertemuan)
Metode Ajar : LURING

A. Penilaian

1. Instrumen Penilaian Sikap

No	Nama	Tanggal Peristiwa	Catatan Prilaku Siswa	Butir Sikap						Tindak Lanjut
				1	2	3	4	5	6	
1										
2										
3										

Catatan :

1 (Jujur), 2 (disiplin), 3 (tanggung jawab), 4 (santun), 5 (percaya diri), 6 (kerjasama)

2. Instrumen Penilaian Pengetahuan

Penilaian Kelompok

Kelas :

Nama Kelompok :

No	Kriteria	>90	80-90	70-80	<70
1	Isi kriteria	Isi hasil indentifikasi penjelasan dari gambar terkait tahap persiapan, gerakan dan akhiran sangat baik	Isi hasil indentifikasi penjelasan dari gambar terkait tahap persiapan, gerakan dan akhiran baik	Isi hasil indentifikasi penjelasan dari gambar terkait tahap persiapan, gerakan dan akhiran cukup baik	Isi hasil indentifikasi penjelasan dari gambar terkait tahap persiapan, gerakan dan akhiran cukup.

Kriteria penilaian (skor)

91-100 : Sangat Baik

81-90 : Baik

71-80 : Cukup

< 70 : Kurang

Cara mencari nilai (N) = Jumlah skor yang diperoleh peserta didik dibagi jumlah skor maksimal x 100

3. Instrumen Penilaian Pengetahuan

No	Soal Formatif	Bobot	Kunci Jawaban	Level Kognitif
1	<p>Posisi telapak tangan yang benar pada saat melakukan passing atas bola voli adalah....</p> <p>a. Kedua telapak tangan dan jari-jari dirapatkan</p> <p>b. Kedua telapak tangan dan jari-jari disilangkan</p> <p>c. Kedua telapak tangan dan jari-jari membentuk seperti mangkuk</p> <p>d. Kedua telapak tangan dan jari-jari dikepalkan seperti menggengam</p>	10	C	C3
2	<p>Posisi lengan yang benar saat melakukan passing bawah bola voli adalah....</p> <p>a. Rapat dan lurus</p> <p>b. Rapat dan ditekuk</p> <p>c. Terbuka dan lurus</p> <p>d. Terbuka dan ditekuk</p>	10	A	C2
3	<p>Teknik yang harus dikuasai oleh seorang pemain bola voli adalah....</p> <p>a. Passing atas, passing bawah, servis, shooting dan blocking</p> <p>b. Passing atas, passing bawah, servis, smash dan blocking</p> <p>c. Passing atas, passing bawah, servis, menggiring dan shooting</p> <p>d. Passing atas, passing bawah, servis, menendang dan menggiring</p>	10	B	C2
4	<p>Permainan bola voli ditemukan oleh seorang pembina pendidikan jasmani pada Young men's Christian Association (YMCA) pada tahun 1895 di Holyoke (Amerika bagian timur) yang bernama....</p> <p>a. James A. Naismith</p> <p>b. William G. Morgan</p>	10	B	C2

	c. Dr. Elmer Beny d. Jean Piere De Lobertin			
5	Berdiri dengan kedua kaki dalam posisi melangkah, berat badan bertumpu pada kedua kaki dan sikap badan agak condong kedepan, pegang bola di depan badan. Teknik ini merupakan tahap persiapan dari.... a. Passing atas b. Passing bawah c. Servis atas d. Servis bawah	10	A	C3

Pengolahan Skor

$NILAI = (\text{Jumlah Skor} : 100) \times 100$

>90 : Sangat Baik

80-90 : Baik

70-80 : Cukup

<70 : Kurang

4. Instrumen Penilaian Keterampilan

Penilaian Unjuk Kerja

Peserta didik mempraktikkan gerak spesifik passing atas dan passing bawah pada permainan bola voli

No	Nama	Penilaian keterampilan gerak spesifik passing atas dan passing bawah						Jumlah	Nilai
		Skor nilai prosedural gerakan							
		Passing atas			Passing bawah				
		Awalan	Gerakan	Akhiran	Awalan	Gerakan	Akhiran		
1									
2									
3									
dst									

Kriteria penilaian (skor)

91-100 : Sangat Baik

81-90 : Baik

71-80 : Cukup

< 70 : Kurang

Cara mencari nilai (N) = Jumlah skor yang diperoleh peserta didik dibagi jumlah skor maksimal x 100

A. Penilaian Kognitif

Indikator Pencapaian Kompetensi	Indikator Soal	Nomor soal	Butir soal	Kunci jawaban
3.1.1 Menganalisis pola gerak 1 yang terdiri dari gerakan <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah	Menganalisis gerakan <i>passing</i> atas bola voli.	1	Bagaimana prinsip melakukan <i>passing</i> atas dalam permainan bola voli?	
	Menganalisis gerakan <i>passing</i> bawah bola voli.	2	Bagimana prinsip melakukan <i>passing</i> bawah dalam permainan bola voli?	
3.1.2 Menganalisis pola gerak 2 yang terdiri dari gerakan <i>servis</i> , <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah dan <i>spike</i> yang diterapkan dalam permainan modifikasi bola voli	Menganalisis gerakan <i>servis</i> dalam permainan bola voli.	3	Jelaskan prinsip melakukan servis dalam permainan bola voli!	
	Menganalisis gerakan <i>spike</i> dalam permainan bola voli.	4	Jelaskan prinsip melakukan <i>spike</i> dalam permainan bola voli!	

Pensekoran kognitif

Nomor Soal	Skor	Deskripsi
1.	5	Jawaban sesuai konsep dengan alasan yang tepat
	4	Jawaban mengandung sebagian besar konsep dengan alasan yang tepat
	3	Jawaban mengandung sebagian kecil konsep dengan alasan yang tepat
	2	Memberikan jawaban tidak sesuai konsep
	1	Tidak mampu memberikan jawaban
2.	5	Jawaban sesuai konsep dengan alasan yang tepat
	4	Jawaban mengandung sebagian besar konsep dengan alasan yang tepat
	3	Jawaban mengandung sebagian kecil konsep dengan alasan yang tepat
	2	Memberikan jawaban tidak sesuai konsep
	1	Tidak mampu memberikan jawaban
3.	5	Jawaban sesuai konsep dengan alasan yang tepat
	4	Jawaban mengandung sebagian besar konsep dengan alasan yang tepat
	3	Jawaban mengandung sebagian kecil konsep dengan alasan yang tepat
	2	Memberikan jawaban tidak sesuai konsep
	1	Tidak mampu memberikan jawaban
4.	5	Jawaban sesuai konsep dengan alasan yang tepat
	4	Jawaban mengandung sebagian besar konsep dengan alasan yang tepat
	3	Jawaban mengandung sebagian kecil konsep dengan alasan yang tepat
	2	Memberikan jawaban tidak sesuai konsep
	1	Tidak mampu memberikan jawaban
5.	5	Jawaban sesuai konsep dengan alasan yang tepat
	4	Jawaban mengandung sebagian besar konsep dengan alasan yang tepat

	3	Jawaban mengandung sebagian kecil konsep dengan alasan yang tepat
	2	Memberikan jawaban tidak sesuai konsep
	1	Tidak mampu memberikan jawaban
6.	5	Jawaban sesuai konsep dengan alasan yang tepat
	4	Jawaban mengandung sebagian besar konsep dengan alasan yang tepat
	3	Jawaban mengandung sebagian kecil konsep dengan alasan yang tepat
	2	Memberikan jawaban tidak sesuai konsep
	1	Tidak mampu memberikan jawaban

Skor maksimal = 30

$$\text{Nilai} = \frac{\text{skor yang diperoleh}}{(\text{skor maksimal})} \times 100$$

Predikat = Nilai 90 – 100 = Sangat baik

Nilai 80 – 89 = Baik

Nilai 70 – 79 = Cukup

Nilai < 70 = Perlu pendampingan

Lembar penilaian kognitif

No.	Nama siswa	Skor Soal No						Skor Total	Nilai	Predikat
		1	2	3	4	5	6			
1.										
2.										
3.										

B. Penilaian Afektif

Aspek	Skor	Kriteria
Disiplin	4	a. Datang tepat waktu pada saat memulai proses pembelajaran
		b. Berbaris sesuai arahan yang di berikan oleh guru
		c. Menggunakan pakaian olahraga sekolah
		d. Menjalankan instruksi yang diberikan oleh guru pada saat proses pembelajaran
		Apabila memenuhi 3 kriteria
		Apabila memenuhi 2 kriteria
		Apabila memenuhi 1 kriteria
Kerja sama	4	a. Menyelesaikan tugas kelompok yang diberikan dengan sungguh-sungguh.
		b. Membantu teman dalam tugas kelompok
		c. Melibatkan diri dan mengambil peran secara aktif dalam kelompok
		d. Membantu mempersiapkan dan merapikan peralatan pembelajaran.
	3	Apabila memenuhi 3 kriteria
	2	Apabila memenuhi 2 kriteria
	1	Apabila memenuhi 1 kriteria
Tanggung jawab	4	a. Mengerjakan tugas-tugas gerak dengan baik untuk meningkatkan keterampilan diri sendiri dan menghindari

		<p>melakukan tindakan yang merugikan diri sendiri</p> <p>b. Mengerjakan tugas-tugas gerak dengan baik untuk membantu meningkatkan keterampilan orang lain dan menghindari melakukan tindakan yang merugikan orang lain</p> <p>c. Meminta maaf jika melakukan kesalahan yang merugikan orang lain.</p> <p>d. Membantu mempersiapkan dan merapikan peralatan pembelajaran.</p>
	3	Apabila memenuhi 3 kriteria
	2	Apabila memenuhi 2 kriteria
	1	Apabila memenuhi 1 kriteria

Skor maksimal = 12

Nilai = $\frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$

Skor maksimal

Predikat = Nilai 90 – 100 = Sangat baik

Nilai 80 – 89 = Baik

Nilai 70 – 79 = Cukup

Nilai < 70 = Perlu pendampingan

Lembar penilaian afektif

No.	Nama siswa	Aspek			Skor	Nilai/ Predikat
		Religius	Kerja Sama	Tanggung jawab		
1.						
2.						
3.						

Penilaian Psikomotor

Aspek	Skor	Kriteria
Gerakan <i>passing</i> atas (1)	3	<p>a. Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu</p> <p>b. Titik sentuh bola yang baik adalah tepat mengenai jari-jari tangan</p> <p>c. Pinggul dan lutut naik serta kedua lengan lurus</p>
	2	Apabila memenuhi 2 kriteria
	1	Apabila memenuhi 1 kriteria
Gerakan <i>passing</i> bawah (2)	3	<p>a. Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu ujung telapak tangan disatukan dengan jari-jari terbuka</p> <p>b. Titik sentuh bola yang baik tepat pada pergelangan tangan</p> <p>c. Pinggul dan lutut naik serta kedua lengan lurus</p>
	2	Apabila memenuhi 2 kriteria
	1	Apabila memenuhi 1 kriteria
Gerakan servis (3)	3	<p>a. Berdiri tegak, pandangan ke arah bola (depan).</p> <p>b. Bola dipukul menggunakan tangan kanan yang dibantu dengan mengaktifkan/melecutkan pergelangan tangan</p>

Gerakan <i>Spike</i> (4)		c. Berat badan dibawa ke depan dengan melangkahkan kaki belakang (kanan) ke depan
	2	Apabila memenuhi 2 kriteria
	1	Apabila memenuhi 1 kriteria
	3	a. Berdiri dengan sikap melangkah menghadap arah net. b. Gerak pukulan, memukul bola dengan telapak tangan pada bagian atas bola bersamaan dengan pergelangan tangan diaktifkan c. Berat badan dibawa ke depan dan pandangan ke depan atas.
	2	Apabila memenuhi 2 kriteria
	1	Apabila memenuhi 1 kriteria

Skor maksimal = 12

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

Predikat = Nilai 90 – 100 = Sangat baik

Nilai 80 – 89 = Baik

Nilai 70 – 79 = Cukup

Nilai < 70 = Perlu pendamping

No	Nama Peserta didik	Aspek Yang Diamati									Jml	Nilai	Batas lulus	
		Gerakan passing bawah			Gerakan passing atas			Gerakan servis					T	BT
		1	2	3	1	2	3	1	2	3				
1														
2														
Jumlah														
Rata-rata														
Persentasi %														

Lembar Penilaian Akhir

No	Nama Siswa	Nilai		
		Sikap	Pengetahuan	Keterampilan
1.	Angga			
2.	Chairul			
3.	Dony			
4.				
5.				
dst				