



**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUADAYAAN
SMA NEGERI 1 BREBES**

Jl. Dr. Setiabudi No. 11 Brebes 52212 Telp. (0283) 671221
E-mail : smn1_bbs@yahoo.co.id atau info@smn1brebes.sch.id
www.smn1brebes.sch.id

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(LURING)**

Sekolah : SMA NEGERI 1 BREBES
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XI (Sebelas) / Ganjil
Materi Pokok : Bola Basket (Passing)
Alokasi Waktu : 3 x 30 menit (1 pertemuan)

A. KOMPETENSI INTI (KI)

- KI 1** : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
- KI 2** : Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, santun, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), bertanggung jawab, responsif, dan pro-aktif dalam berinteraksi secara efektif sesuai dengan perkembangan anak di lingkungan, keluarga, sekolah, masyarakat dan lingkungan alam sekitar, bangsa, negara, kawasan regional, dan kawasan internasional”.
- KI 3** : Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin 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, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metode sesuai kaidah keilmuan

B. KOMPETENSI DASAR (KD) DAN INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI (IPK)

KOMPETENSI DASAR (KD)	INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI (IPK)
3.1 Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan*	3.1.1 Menganalisis teknik dasar passing dalam permainan bola basket (C4)
4.1 Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan*	4.1.1 Mempraktikkan teknik dasar Dribbling dan Passing dalam permainan bola basket

C. TUJUAN PEMBELAJARAN

Setelah mengikuti proses pembelajaran melalui pendekatan Saintifik diharapkan peserta didik dapat: **Menganalisis** (C4) teknik dasar Passing dalam permainan Bola Basket serta dapat **Mempraktikkan** teknik dasar Passing dalam permainan Bola Basket dan Menunjukkan perilaku tanggungjawab, disiplin, toleransi, sportivitas dan kerjasama dalam pembelajaran keterampilan gerak permainan bola basket dengan baik dan benar.

D. MATERI PEMBELAJARAN

1. Bola Basket : Teknik Dasar Passing

2. Faktual :

a. Video Kesalahan melakukan passing bola basket (<https://www.youtube.com/watch?v=b0WdBgbEGBE>)

b. Video pembelajaran bola basket (<https://www.youtube.com/watch?v=crh89E2Aya0>)

3. Konseptual :

a. Sejarah permainan bola basket

b. Pengertian bola basket

c. Teknik-teknik dasar dalam permainan bola basket

4. Prosedural :

a. Cara melakukan passing dalam permainan bola basket

b. Kesalahan-kesalahan yang terjadi saat melakukan passing dalam permainan bola basket

c. Cara memperbaiki kesalahan-kesalahan saat melakukan passing dalam bola basket

5. Metakognitif :

a. Menganalisis teknik dasar passing dalam permainan bola basket

b. Mempraktikkan/bermain bola basket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi

E. METODE PEMBELAJARAN

Metode yang digunakan dalam pembelajaran bola basket antara lain:

1. Pendekatan : Saintifik, TPACK

2. Model : Problem Based Learning

3. Metode Pembelajaran : Ceramah, Demonstrasi, Diskusi, Tanya jawab, penugasan,

F. MEDIA PEMBELAJARAN

1. Media:

a. Video Kesalahan Saat Belajar Bola Basket (<https://www.youtube.com/watch?v=b0WdBgbEGBE>)

b. Video pembelajaran bola basket (<https://www.youtube.com/watch?v=crh89E2Aya0>)

2. Alat dan Bahan:

a. Lapangan Bola Basket

b. Kun/kerucut

c. Peluit dan Stopwatch.

d. Bola Basket

G. SUMBER BELAJAR

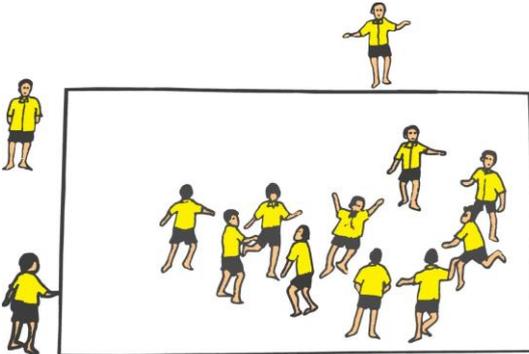
1. Buku Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas XI. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2014

2. Agus Mukholid, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Yudhistira, Surakarta, 2007. Sudrajat Wiradihardja dan Syarifudin, Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan

3. <https://www.youtube.com/watch?v=b0WdBgbEGBE>

4. <https://www.youtube.com/watch?v=crh89E2Aya0>

H. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

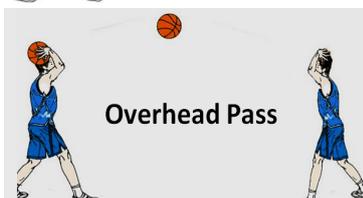
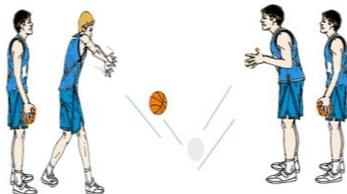
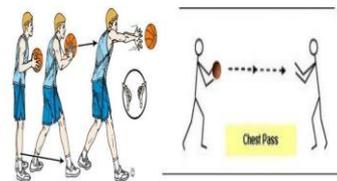
Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)	
<p>1. Orientasi</p> <ol style="list-style-type: none"> Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran dipimpin oleh salah satu siswa (Religius) Menanyakan kabar kepada peserta didik Menyanyikan lagu indonesia raya sebagai wujud dari cinta tanah air Memeriksa kehadiran siswa sebagai sikap disiplin Mengingatkan peserta didik untuk menjaga kesehatan dan menerapkan protokol kesehatan <p>2. Motivasi</p> <ol style="list-style-type: none"> Guru menyampaikan tujuan pembelajaran Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari teknik dasar (passing) dalam permainan bola basket <p>3. Apersepsi Mengaitkan materi pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik</p> <p>4. Pemberi acuan Memberitahukan tentang kompetensi inti, kompetensi dasar, indikator dan KKM pada pertemuan yang berlangsung</p>	
Kegiatan Inti (90 Menit)	
Sintak Model Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
Orientasi peserta didik terhadap masalah	<p>Memusatkan perhatian peserta didik pada topik yang akan dibahas guru tentang dribbling dan passing dalam permainan bola basket dengan cara:</p> <ol style="list-style-type: none"> Guru menanyakan pemahaman peserta didik terhadap materi yang telah dikirimkan sebelumnya melalui grup WA Peserta didik menyimak dan mengamati penjelasan oleh guru terkait dengan materi dribbling dan passing dalam permainan bola basket.
Mengorganisasikan peserta didik	<ol style="list-style-type: none"> Peserta didik membuat catatan dari buku siswa, LKPD, gambar dan video. Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi yang belum dipahami. Peserta didik melakukan latihan/mencoba mempraktikkan tekkn dasar dribbling dan passing dalam permainan bola basket. <ol style="list-style-type: none"> Pemanasan <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik jogging keliling lapangan bola basket sebanyak 2 x Peserta didik melakukan pemanasan dalam bentuk game “Berburu Kijang”
	

3) Peraturan permainan

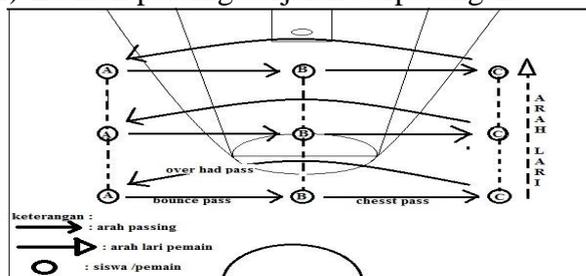
- a) Peserta didik diundi untuk mendapatkan siswa yang bertugas menjadi pemburu dan menjadi Kijang
- b) Peserta didik yang menjadi Kijang harus berada di dalam garis batas yang sudah ditentukan
- c) Siswa yang menjadi pemburu kemudian menembakkan/melemparkan bola kepada siswa yang menjadi kijang
- d) Apabila terkena bola kemudian siswa tersebut menjadi pemburu

b. Latihan Passing (Chest pass, bounce pass, Over head pass)

1) Latihan passing ditempat



2) Latihan passing berjalan berpasangan

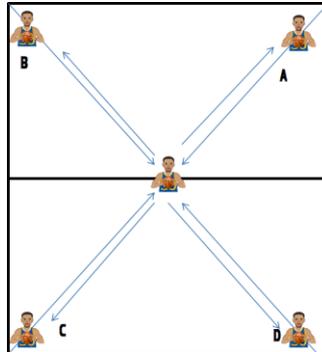


Tahapannya

- a) Peserta didik dibagi berkelompok, yang masing-masing kelompok berisi 3 orang
- b) Kemudian baris lurus seperti yang ada digambar (A, B dan C)

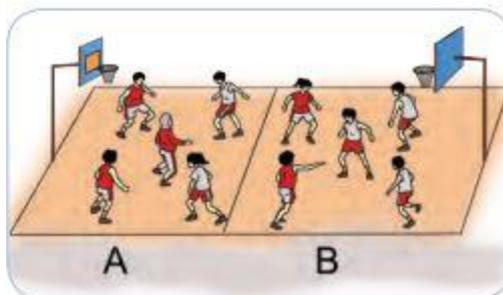
- c) Peserta didik A melakukan teknik dasar passing bounce pass
- d) Peserta didik B melakukan teknik dasar chest pass
- e) Peserta didik C melakukan teknik dasar over head pass
- f) Lakukan dengan cara berjalan atau berlari kedepan bolak balik

3) Latihan passing diagonal



Petunjuk:

- a) Peserta didik dibagi menjadi 4 kelompok (A,B,C,D)
 - b) Peserta didik yang berada di kelompok A berlari ke tengah untuk menerima passing dari kelompok B
 - c) Setelah menerima passing dari kelompok B siswa A mepassing ke Kelompok C kemudian berlari ke kelompok C
 - d) Siswa B langsung berlari ke tengah untuk menerima passing dari kelompok C kemudian mepassing kembali ke kelompok D
 - e) Dan seterusnya
- 4) Bermain Bola Basket dengan peraturan yang dimodifikasi
- a) Bagilah siswa menjadi dua regu bermain bola basket menggunakan setengah lapangan. Jumlah pemain adalah 3 lawan 3
 - b) kemudian setengah lapangan lagi digunakan untuk bermain bola basket lagi dengan 3 lawan 3
 - c) 3 pemain penyerang dan 3 pemain bertahan.
 - d) Setiap pemain berusaha memasukkan bola ke ring basket, dengan gerak dasar yang telah dipelajarinya.
 - e) Regu yang menang adalah regu yang paling banyak memasukkan bola ke ring basket dengan teknik yang benar.
 - f) Latihan ini dilakukan berkelompok untuk menanamkan nilai-nilai kerja sama



**Membimbing
penyelidikan**

Menalar

1. Peserta didik secara berkelompok menemukan kesalahan yang terjadi

individu dan kelompok	<p>saat melakukan passing secara berpasangan.</p> <p>2. Peserta didik secara berkelompok memperbaiki kesalahan yang terjadi pada saat melakukan passing dan menemukan konsep dalam kelompoknya</p>
Mengembangkan dan menyajikan hasil karya	<p>Mengasosiasikan</p> <p>1. Peserta didik menulis analisis gerakan passing dalam permainan bola basket berdasarkan informasi yang didapat</p> <p>2. Peserta didik mempresentasikan hasil kerja kelompoknya</p>
Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah	<p>Mengkomunikasikan</p> <p>1. Guru melakukan penilaian pengetahuan untuk mengukur tingkat pemahaman peserta didik dan penilaian keterampilan proses passing dalam permainan bola basket</p> <p>2. Guru mengklarifikasi, memberikan umpan balik dan penguatan hasil laporan/ kesimpulan tentang passing dalam permainan bola basket.</p>
Kegiatan Penutup (15 Menit)	
<p>1. Peserta didik melakukan penguluran untuk melemaskan otot-otot (cooling down)</p> <p>2. Guru mengevaluasi dan menyimpulkan pembelajaran yang telah dilakukan.</p> <p>3. Guru menyampaikan kegiatan tindak lanjut dan perencanaan kegiatan berikutnya.</p> <p>4. Guru mengingatkan untuk selalu Menjaga jarak, memakai masker dan mencuci tangan.</p> <p>5. Guru menutup pembelajaran dengan doa dan salam</p>	

I. PENILAIAN HASIL BELAJAR

1. Teknik Penilaian

a. Penilaian Sikap

Penilaian sikap dilakukan melalui jurnal yang dilakukan saat kegiatan pembelajaran.

b. Penilaian Pengetahuan

Tes tertulis dalam mencocokkan gambar

c. Penilaian Keterampilan

Dalam bentuk tes unjuk kerja praktik peserta didik

2. Instrument Penilaian

Terlampir

3. Remedial

Remedial dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada siswa, nilai yang dicapai tidak memenuhi KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang telah ditentukan. *Format terlampir*

4. Pengayaan

Pengayaan dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada siswa, nilai yang dicapai tidak memenuhi KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang telah ditentukan. *Format terlampir*

Brebes, November 2021

Mengetahui,

Kepala SMA Negeri 1 Brebes

Guru Mata Pelajaran

Samsul Ma'arif, S. Pd, M. Pd

NIP. 19690126 199802 1 001

Muhamad Saeful Aziz, S. Pd

NIP.

INSTRUMEN PENILAIAN/EVALUASI

Lampiran 1

Penilaian Sikap

Petunjuk:

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang dicek (√) dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 4. (Sangat Baik = 4, Baik = 3, Cukup = 2, Kurang = 1).

No	Nama	Aspek Yang Dinilai																Jml. Skor	Nilai				
		Tanggung jawab				Disiplin				Toleransi				sportivitas						kerjasama			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4			1	2	3	4
1	A																						
2	B																						
3	C																						
		Jml. Skor Max = 20																					
		Nilai = Jml. Skor / Skor Max X.100																					

Aspek yang Diamati

Pengamatan Sikap	Kriteria Sikap	Skor			
		4	3	2	1
Disiplin	✓ Hadir di kelas tepat waktu ✓ Mengerjakan tugas tepat waktu ✓ Tidak menyontek pekerjaan rumah teman ✓ Tidak melanggar tata tertib				
Tanggungjawab	✓ Melakukan apa yang diucapkan ✓ Berani meminta maaf ✓ Menyelesaikan tugas dengan baik ✓ Berani mengakui kesalahan saat melakukan kesalahan				
Bekerjasama	✓ Berkerjasama yang baik dalam pembelajaran ✓ Berkerjasama dalam bermain bola basket ✓ Bekerjasama dalam kegiatan kelompok ✓ Bekerjasama dalam berdiskusi				
Sportif	✓ Menghargai teman pembelajaran ✓ Menghargai lawan dalam pertandingan ✓ Menerima kekalahan ✓ Mentaati peraturan				

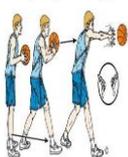
Keterangan:

- Jika 4 aspek pengamatan di atas tercapai dengan selalu dilakukan, maka skor yang diperoleh 4
- Jika hanya 3 dari 4 aspek pengamatan di atas tercapai, maka skor yang diperoleh 3
- Jika hanya 2 dari 4 aspek pengamatan di atas tercapai, maka skor yang diperoleh 2
- Jika hanya 1 dari 4 aspek pengamatan di atas tercapai, maka skor yang diperoleh 1

Lampiran 2

Penilaian Pengetahuan

Pada pertemuan ini penilaian kompetensi pengetahuan dilakukan menggunakan tes tertulis mencocokkan gambar yang dilakukan secara terbimbing dan terencana untuk mengecek pemahaman siswa (*assessment for learning*).

No	Bentuk Gambar	Jawaban	Pilihan Jawaban
1		A : Bounce Pass B : Dribbling Rendah C : Over Head Pass D : Chest Pass E : Dribbling Tinggi
2		
3		
4		
5		

Kunci Jawaban

1	2	3	4	5
B	D	E	A	C

Nilai : $\frac{\text{Skor Perolehan}}{\text{Skor Maksimal (20)}} \times 100$

Lampiran 3

Lembar pengamatan proses keterampilan passing dalam permainan bola basket

1. Teknik penilaian

Penilaian proses gerak spesifik passing dalam permainan bola basket

2. Instrumen Penilaian

Siswa diminta untuk melakukan gerak spesifik chest pass, bounce pass, overhead pass permainan bola basket yang dilakukan secara berpasangan.

Nama :

Kelas :

Petugas Pengamatan :

No	Indikator Penilaian	Hasil Penilaian		
		Baik (3)	Cukup (2)	Kurang (1)
1	Chest Pass			
2	Bounce Pass			
3	Overhead Pass			
Skor Maksimal (9)				

3. Pedoman Penskoran

a. Chest Pass

1) Skor Baik Jika :

- Badan berdiri tegak dengan kedua tangan memegang bola
- Bola diletakkan di depan dada dengan kedua tangan ditekuk
- Salah satu kaki melangkah ke depan untuk keseimbangan ketika akan melepaskan bola.
- Bola dilepaskan dengan kedua tangan lurus ke depan
- Arah bola lurus setinggi dada penerima

2) Skor Cukup jika : hanya 3 kriteria yang dilakukan secara benar

3) Skor kurang jika : hanya 1 kriteria yang dilakukan secara benar

b. Bounce Pass

1) Skor Baik jika

- Badan berdiri tegak dengan kedua tangan memegang bola
- Bola diletakkan di depan dada dengan kedua tangan ditekuk
- Salah satu kaki melangkah ke depan untuk keseimbangan ketika akan melepaskan bola.
- Bola dilepaskan dengan kedua tangan lurus ke depan
- Dorong bola ke arah lantai dengan sasaran $\frac{1}{4}$ dari penerima

2) Skor Cukup jika : hanya 3 kriteria yang dilakukan secara benar

3) Skor kurang jika : hanya 1 kriteria yang dilakukan secara benar

c. Overhead Pass

1) Skor Baik jika :

- Awalan dilakukan dengan posisi berdiri tegap dengan kedua kaki dibuka selebar bahu.
- Posisi kedua tangan memegang bola dan letakkan di atas kepala. Pegang bola dengan kedua siku tangan sedikit di tekuk.
- Untuk memberikan bola, lemparkan bola dengan kedua tangan ke arah rekan satu tim. Lemparan bola dilakukan dengan menggerakkan pergelangan tangan dan kedua siku lurus.
- Pada akhir gerakan lemparan, lakukan tolakan pada bola dengan jari-jari tangan.
- Setelah melakukan passing, kembali ke sikap siap.

2) Skor Cukup jika : hanya 3 kriteria yang dilakukan secara benar

3) Skor kurang jika : hanya 1 kriteria yang dilakukan secara benar

4. Pengolahan skor

Skor maksimum: 9

Skor perolehan siswa: SP

Nilai keterampilan yang diperoleh siswa: $SP/9 \times 100$

Lampiran 4

1. Remedial

Remedial dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada siswa, nilai yang dicapai tidak memenuhi KBM (Ketuntasan Belajar Minimal) atau KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang telah ditentukan. Berikut contoh format remedial terhadap tiga siswa.

No	Siswa	Target	Aspek	Materi	Indikator	KBM/ KKM	Bentuk Remedial	Nilai		Keterangan
		KI KD						Awal	Remedial	
1										
2										
3										
4										
5										
dst.										
Keterangan Orang Tua Siswa:										

2. Pengayaan

Pengayaan dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada siswa, nilai yang dicapai tidak memenuhi KBM (Ketuntasan Belajar Minimal) atau KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang telah ditentukan. Berikut contoh format pengayaan terhadap tiga siswa.

No	Siswa	Target	Aspek	Materi	Indikator	KBM/ KKM	Bentuk Remedial	Nilai		Keterangan
		KI KD						Awal	Remedial	
1										
2										
3										
4										
5										
dst.										
Keterangan Orang Tua Siswa:										

MEDIA AJAR

A. KOMPETENSI DASAR (KD) DAN INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI (IPK)

KOMPETENSI DASAR (KD)	INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI (IPK)
3.1 Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan*	3.1.1 Menganalisis teknik dasar passing dalam permainan bola basket (C4)
4.1 Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan*	4.1.1 Mempraktikkan teknik dasar Dribbling dan Passing dalam permainan bola basket

B. Media Pembelajaran

1. Media:

- Video Kesalahan Saat Belajar Bola Basket (<https://www.youtube.com/watch?v=b0WdBgbEGBE>)
- Video pembelajaran bola basket (<https://www.youtube.com/watch?v=crh89E2Aya0>)

2. Alat dan Bahan:

- Lapangan Bola Basket
- Kun/kerucut
- Peluit dan Stopwatch.
- Bola Basket



C. SUMBER BELAJAR

- Buku Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas XI. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2014
- Agus Mukholid, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Yudhistira, Surakarta, 2007. Sudrajat Wiradihardja dan Syarifudin, Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
- <https://www.youtube.com/watch?v=b0WdBgbEGBE>
- <https://www.youtube.com/watch?v=crh89E2Aya0>

BAHAN AJAR

Bola basket adalah olahraga bola berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing lima orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan.

SEJARAH permainan bola basket sudah berkembang sejak lebih dari 100 tahun yang lalu. Setelah terus mengalami perkembangan, permainan bola basket hingga kini masih menjadi cabang olahraga yang paling diminati di dunia.

Permainan bola basket sendiri pertama kali diperkenalkan oleh seorang guru olahraga asal Kanada, Dr. James Naismith, pada tahun 1891. Saat itu, Naismith mengajar di sebuah perguruan tinggi di Young Men's Christian Association (YCMA), di Springfield, Massachusetts.

Teknik Dasar Passing

a. Chest pass

Chest pass adalah teknik mengoper bola dari arah depan lebih tepatnya di depan dada. Teknik ini digunakan saat dalam keadaan bebas

Berikut adalah lima (5) langkah melakukan chest pass pada permainan bola basket

- 1) Peganglah bola setinggi dada dengan menggunakan kedua tangan.
- 2) Posisi telapak tangan ketika memegang bola adalah terbuka.
- 3) Lemparkanlah bola secara lurus setinggi dada ke arah rekan setim (penerima).
- 4) Pemain yang menerima bola harus menunjukkan telapak tangannya (show your hand) dan dalam posisi siap menerima bola. Hal ini berguna agar si pengumpan mengetahui target umpan atau lemparan bolanya.
- 5) Saat mengumpan, posisikan salah satu kaki di depan. Gerakan kaki ini berfungsi menambah kekuatan saat melemparkan

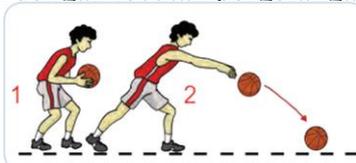


b. Bounce Pass

Bounce pass adalah teknik melempar bola kepada teman satu tim dengan cara dipantulkan ke lantai. Teknik ini berguna dalam menghindari atau mengelabui lawan sehingga tidak mampu merebut bola.

Berikut ini teknik cara melakukan bounce pass yang benar:

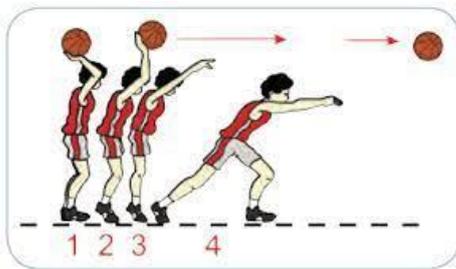
- 1) Sikap badan tegak lurus, berdiri dengan kedua kaki dibuka agak lebar.
- 2) Siku ditekuk di samping badan dan posisikan bola di depan badan
- 3) Salah satu kaki maju ke depan
- 4) Bola dipegang dengan kedua tangan di depan dada.
- 5) Pandangan lurus kedepan/ ke arah target.
- 6) Lutut ditekuk, tumpukan berat badan di antara dua kaki
- 7) Condongkan badan ke depan, tubuh rileks agar mendapat keseimbangan
- 8) Dorong bola ke arah lantai dengan sasaran $\frac{1}{4}$ dari sasaran
- 9) Lemparan bola diawali dengan sedikit menarik bola ke arah dada untuk mendapatkan awalan di akhir dengan lecutan pergelangan tangan dengan telapak tangan menghadap ke luar.



c. Over Head Pass

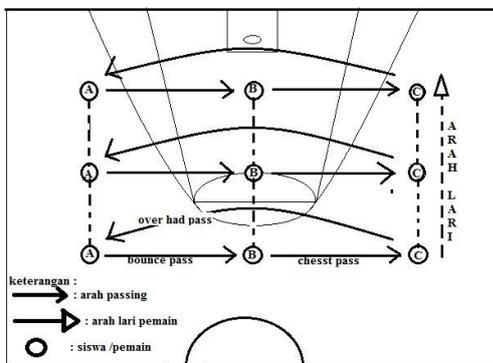
Dalam permainan bola basket, teknik passing terdiri dari beberapa macam. Salah satunya adalah teknik overhead pass. Teknik overhead pass adalah gerakan memberikan bola ke rekan satu tim yang dilakukan di atas kepala. Teknik overhead pass dilakukan dengan kedua tangan. Dalam permainan bola basket, teknik overhead pass dilakukan ketika pemberi bola dijaga ketat oleh lawan dalam keadaan bola harus dipassing kan. Cara melakukan overhead pass dalam permainan bola basket adalah.

- 1) Awalan dilakukan dengan posisi berdiri tegap dengan kedua kaki dibuka selebar bahu.
- 2) Posisi kedua tangan memegang bola dan letakkan di atas kepala. Pegang bola dengan kedua siku tangan sedikit di tekuk.
- 3) Untuk memberikan bola, lemparkan bola dengan kedua tangan ke arah rekan satu tim. Lemparan bola dilakukan dengan menggerakkan pergelangan tangan dan kedua siku lurus.
- 4) Pada akhir gerakan lemparan, lakukan tolakan pada bola dengan jari-jari tangan.
- 5) Setelah melakukan passing, kembali ke sikap siap.



d. Passing Berjalan Berpasangan

Setelah peserta didik melakukan passing ditempat, selanjutnya peserta didik melakukan passing sambil berjalan dan berlari



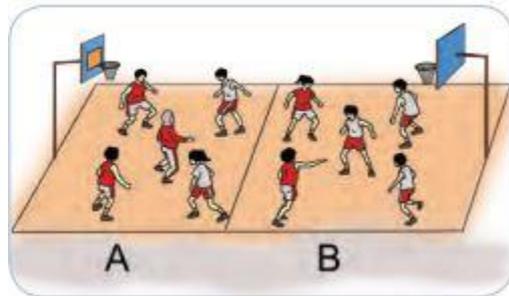
Tahapannya

- 1) Peserta didik dibagi berkelompok, yang masing-masing kelompok berisi 3 orang
- 2) Kemudian baris lurus seperti yang ada digambar (A, B dan C)
- 3) Peserta didik A melakukan teknik dasar passing bounce pass
- 4) Peserta didik B melakukan teknik dasar chest pass
- 5) Peserta didik C melakukan teknik dasar over head pass
- 6) Lakukan dengan cara berjalan atau berlari kedepan bolak balik

e. Bermain Bola Basket

- 1) Bagilah siswa menjadi dua regu bermain bola basket menggunakan setengah lapangan. Jumlah pemain adalah 3 lawan 3
- 2) kemudian setengah lapangan lagi digunakan untuk bermain bola basket lagi dengan 3 lawan 3
- 3) 3 pemain penyerang dan 3 pemain bertahan.

- 4) Setiap pemain berusaha memasukkan bola ke ring basket, dengan gerak dasar yang telah dipelajarinya.
- 5) Regu yang menang adalah regu yang paling banyak memasukkan bola ke ring basket dengan teknik yang benar.
- 6) Latihan ini dilakukan berkelompok untuk menanamkan nilai-nilai kerja sama



**LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK
AKTIVITAS KEBUGARAN JASMANI**

SATUAN PENDIDIKAN : SMA NEGERI 1 BREBES
MATA PELAJARAN : PENJASORKES
SUB TEMA : Permainan BolaBasket
KELAS/SEMESTER :

NAMA SISWA :
KELAS :

A. Kompetensi Dasar

KOMPETENSI DASAR (KD)	INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI (IPK)
3.1 Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan*	3.1.1 Menganalisis teknik dasar passing dalam permainan bola basket (C4)
4.1 Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan*	4.1.1 Mempraktikkan teknik dasar Dribbling dan Passing dalam permainan bola basket

B. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran melalui pendekatan Saintifik diharapkan peserta didik dapat: **Menganalisis** (C4) teknik dasar Passing dalam permainan Bola Basket serta dapat **Mempraktikkan** teknik dasar Passing dalam permainan Bola Basket dengan baik dan benar dan Menunjukkan perilaku tanggungjawab, disiplin, toleransi, sportivitas dan kerjasama dalam pembelajaran keterampilan gerak permainan bola basket dengan baik

C. Media Pembelajaran

1. Media:

- a. Video Kesalahan Saat Belajar Bola Basket (<https://www.youtube.com/watch?v=b0WdBgbEGBE>)
- b. Video pembelajaran bola basket (<https://www.youtube.com/watch?v=crh89E2Aya0>)

2. Alat dan Bahan:

- a. Lapangan Bola Basket
- b. Kun/kerucut
- c. Peluit dan Stopwatch.
- d. Bola Basket

3. Sumber Belajar

- a. Buku Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas XI. Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan. 2014
- b. Agus Mukholid, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Yudhistira, Surakarta, 2007. Sudrajat Wiradihardja dan Syarifudin, Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
- c. <https://www.youtube.com/watch?v=b0WdBgbEGBE>
- d. <https://www.youtube.com/watch?v=crh89E2Aya0>

D. Penilaian Pengetahuan

Pada pertemuan ini penilaian kompetensi pengetahuan dilakukan menggunakan tes tertulis mencocokkan gambar yang dilakukan secara terbimbing dan terencana untuk mengecek pemahaman siswa (*assessment for learning*).

No	Bentuk Gambar	Jawaban	Pilihan Jawaban
1		A : Bounce Pass B : Dribbling Rendah C : Over Head Pass D : Chest Pass E : Dribbling Tinggi
2		
3		
4		
5		

Kunci Jawaban

1	2	3	4	5
B	D	E	A	C

Nilai : $\frac{\text{Skor Perolehan}}{\text{Skor Maksimal (20)}} \times 100$

E. Penilaian Keterampilan

1. Teknik penilaian

Penilaian proses gerak spesifik passing dalam permainan bola basket

2. Instrumen Penilaian

Siswa diminta untuk melakukan gerak spesifik chest pass, bounce pass, overhead pass permainan bola basket yang dilakukan secara berpasangan.

Nama :

Kelas :

Petugas Pengamatan :

No	Indikator Penilaian	Hasil Penilaian		
		Baik (3)	Cukup (2)	Kurang (1)
1	Chest Pass			

2	Bounce Pass			
3	Overhead Pass			
Skor Maksimal (9)				

3. Pedoman Penskoran

a. Chest Pass

1) Skor Baik Jika :

- a) Badan berdiri tegak dengan kedua tangan memegang bola
- b) Bola diletakkan di depan dada dengan kedua tangan ditekuk
- c) Salah satu kaki melangkah ke depan untuk keseimbangan ketika akan melepaskan bola.
- d) Bola dilepaskan dengan kedua tangan lurus ke depan
- e) Arah bola lurus setinggi dada penerima

2) Skor Cukup jika : hanya 3 kriteria yang dilakukan secara benar

3) Skor kurang jika : hanya 1 kriteria yang dilakukan secara benar

b. Bounce Pass

1) Skor Baik jika

- a) Badan berdiri tegak dengan kedua tangan memegang bola
- b) Bola diletakkan di depan dada dengan kedua tangan ditekuk
- c) Salah satu kaki melangkah ke depan untuk keseimbangan ketika akan melepaskan bola.
- d) Bola dilepaskan dengan kedua tangan lurus ke depan
- e) Dorong bola ke arah lantai dengan sasaran $\frac{1}{4}$ dari penerima

2) Skor Cukup jika : hanya 3 kriteria yang dilakukan secara benar

3) Skor kurang jika : hanya 1 kriteria yang dilakukan secara benar

c. Overhead Pass

1) Skor Baik jika :

- a) Awalan dilakukan dengan posisi berdiri tegak dengan kedua kaki dibuka selebar bahu.
- b) Posisi kedua tangan memegang bola dan letakkan di atas kepala. Pegang bola dengan kedua siku tangan sedikit di tekuk.
- c) Untuk memberikan bola, lemparkan bola dengan kedua tangan ke arah rekan satu tim. Lemparan bola dilakukan dengan menggerakkan pergelangan tangan dan kedua siku lurus.
- d) Pada akhir gerakan lemparan, lakukan tolakan pada bola dengan jari-jari tangan.
- e) Setelah melakukan passing, kembali ke sikap siap.

2) Skor Cukup jika : hanya 3 kriteria yang dilakukan secara benar

3) Skor kurang jika : hanya 1 kriteria yang dilakukan secara benar

4. Pengolahan skor

Skor maksimum: 9

Skor perolehan siswa: SP

Nilai keterampilan yang diperoleh siswa: $SP/9 \times 100$