

## **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)**

Sekolah : SMP 1 Kedawung  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan  
Kelas/Semester: VIII/ 1 (dua )  
Tema : Seni Beladiri  
Sub Tema : Pencak Silat  
Pertemuan : 3 kali pertemuan  
Alokasi Waktu : 3 X 45 menit

### **A. Kompetensi Inti (KI):**

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotongroyong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan proaktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahuny 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.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metode sesuai kaidah keilmuan.

### **B. Kompetensi Dasar**

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugerah Tuhan yang tidak ternilai
- 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.
- 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 3.1 Memahami konsep variasi gerak spesifik seni beladiri
- 4.1 Mempraktikkan variasi gerak spesifik seni beladiri

C. Indikator Pencapaian Kompetensi

1. Menjaga kesehatan dengan aktifitas Seni beladiri Pencak silat
2. Bersikap sportif, menghargai dan menghormati teman
3. Bertanggungjawab dan disiplin
4. Memahami serta mampu menganalisis variasi gerak spesifik seni beladiri pencak silat.
5. Mempraktikkan variasi gerak spesifik seni beladiri
6. Lomba koordinasi gerak spesifik seni beladiri menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman, dan keberanian.

D. Materi Pelajaran

Aktivitas variasi gerak spesifik dalam aktivitas seni beladiri meliputi:

- Variasi kuda-kuda
- Variasi pola langkah
- Variasi pukulan
- Variasi tendangan
- Variasi tangkisan
- Variasi elakan
- Variasi hindaran

E. Media Pembelajaran

1. Pakaian Olahraga
2. Matras
3. Handphone/Laptop yang sudah terdapat aplikasi *Google Classroom/Zoom meeting*

F. Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan Pertama ( 3.JP)

<b>Langkah Pembelajaran</b>	<b>Sintak Model Pembelajaran</b>	<b>Deskripsi</b>	<b>Alokasi Waktu</b>
Kegiatan Pendahuluan	1. Langkah persiapan	<ol style="list-style-type: none"><li>1. mengondisikan suasana belajar yang menyenangkan. (menyiapkan peserta didik secara fisik dan mental, mengecek kehadiran dan kesiapan) yang dilakukan di rumah masing-masing.</li><li>2. Peserta didik mengucapkan doa sebelum memulai pembelajaran</li><li>3. Guru menyampaikan kompetensi yang akan dicapai dan manfaatnya dalam kehidupan sehari-hari/menjelaskan tujuan pembelajaran.</li><li>4. Guru menyampaikan garis besar cakupan materi kegiatan yang akan dilakukan dan teknik penilaian yang akan digunakan.</li></ol>	15 Menit

Kegiatan Inti	Pelaksanaan Mengamati	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik diberikan tugas oleh guru untuk mengamati gambar seni beladiri pencak silat pada hal 153 Buku Penjas Orkes SMP kelas VIII Penerbit Erlangga, atau mengamati perlombaan atraksi seni beladiri pencak silat di TV/Video.</li> <li>• Guru memberikan arahan kepada peserta didik untuk mencari tahu tentang gerakan pencak silat, dan variasi, kombinasi gerak dalam pencak silat , pada hal 154 Buku Penjas Orkes SMP kelas VII Penerbit Erlangga.</li> <li>• Peserta didik melihat demonstrasi temannya yang berkompeten terkait materi pembelajarn pencak silat.</li> </ul>	10 Menit
	Menanya	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memberikan kesempatan peserta didik untuk bertanya tentang gerak spesifik dalam pencak silat, misalnya jika titik perkenaan tumpuan kaki terhadap tanah saat menumpu ada saat menendang maka akan berdampak apa? (Baik melalui chat atau secara video).</li> </ul>	10 Menit
	Mengeksplor/ Mengumpulkan informasi/mencoba;	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru membagi kelas menjadi beberapa kelompok atau pasangan untuk persiapan belajar pencak silat.</li> <li>• Peserta didik melakukan gerakan pencak silat ( variasi kuda-kuda, pola langkah, serta pukulan) yang langsung diamati oleh peserta didik lain melalui <i>google classroom/zoom meeting</i>.</li> <li>• Mendiskusikan saat <i>zoommeeting</i> kesalahan-kesalahan yang sering terjadi saat melakukan gerakan, dan membuat kesimpulanya.</li> </ul>	45 Menit
	Mengasosiasi/ Menalar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membandingkan hasil pengamatan langsung atau melalui Vidio tentang aktivitas variasi kuda-kuda, variasi pola langkah, variari pukulan.</li> <li>• Peserta didik menganalisis dan berusaha menemukan pola serta metode belajar yang tepat agar mudah diterapkan dalam belajar/kegiatan.</li> <li>• Peserta didik menemukan dan menetapkan pola yang sesuai untuk</li> </ul>	10 Menit

		kebutuhan individual peserta didik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, tanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin dan toleransi saat belajar	
	Mengkomunikasikan/Mempraktekkan/Memperagakan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik melakukan belajar variasi gerak kuda – kuda seni beladiri pencak silat dalam bentuk perlombaan dengan menggunakan tempat atau ruangan yang nyaman dirumah masing-masing melalui <i>zoom meeting/google classroom</i> (Lihat halaman 154 ) pada Buku Penjas Orkes SMP/MTs kelas VIII Penerbit Erlangga.</li> <li>• Peserta didik menunjukkan perilaku tanggung jawab, menghargai, sportif dan mau memberikan saran dan diberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman atau regu laian selama melakukan peragaan.</li> </ul>	20 Menit
Penutup	Penutup	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pendinginan (<i>colling down</i>) yang dipimpin oleh salah satu peserta didik melalui zoom meeting.</li> <li>• Peserta didik menyampaikan hasil pengamatan dan evaluasi, untuk didiskusikan dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari.</li> <li>• Pemberian tugas mandiri melakukan kegiatan belajar gerak atau latihan variasi dan kombinasi gerak spesifik pencak silat dan mencatatnya dalam buku kegiatan pembelajaran Penjasorkes. hal 167 Buku Penjas Orkes SMP/MTs kelas VIII Penerbit Erlangga.</li> <li>• peserta didik mengucapkan doa (nilai yang ditanamkan: Religius, Disiplin, Kerja keras, Kreatif, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab);</li> </ul>	15 Menit

Pertemuan kedua ( 3 .JP)

Langkah Pembelajaran	Sintak Model Pembelajaran	Deskripsi	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	2. Langkah persiapan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. mengondisikan suasana belajar yang menyenangkan. (menyiapkan peserta didik secara fisik dan mental, mengecek kehadiran dan kesiapan) yang dilakukan di rumah masing-masing.</li> <li>2. Peserta didik mengucapkan doa sebelum memulai pembelajaran</li> <li>3. Guru menyampaikan kompetensi yang akan dicapai dan manfaatnya dalam kehidupan sehari-hari/menjelaskan tujuan pembelajaran.</li> <li>4. Guru menyampaikan garis besar cakupan materi kegiatan yang akan dilakukan dan teknik penilaian yang akan digunakan.</li> </ol>	15 Menit
Kegiatan Inti	Pelaksanaan Mengamati	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik diberikan tugas oleh guru untuk mengamati gambar seni beladiri pencak silat.</li> <li>• Mengamati perlombaan atraksi seni beladiri pencak silat di TV/Video.</li> <li>• Guru memberikan arahan kepada peserta didik untuk mencari tahu tentang gerakan pencak silat, dan variasi, kombinasi gerak dalam pencak silat..</li> <li>• Peserta didik melihat demonstrasi temannya yang berkompeten terkait materi pembelajarn pencak silat.</li> </ul>	10 Menit
	Menanya	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memberikan kesempatan peserta didik untuk bertanya tentang gerak spesifik dalam pencak silat, misalnya jika titik perkenaan tumpuan kaki terhadap tanah saat menumpu ada saat menendang maka akan berdampak apa? (Baik melalui chat atau secara video).</li> </ul>	10 Menit
	Mengeksplor/ Mengumpulkan informasi/mencoba;	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru membagi kelas menjadi beberapa kelompok atau pasangan untuk persiapan belajar pencak silat.</li> <li>• Peserta didik melakukan gerakan pencak silat ( variasi tendangan dan tangkisan) yang langsung diamati oleh</li> </ul>	45 Menit

		<p>peserta didik lain melalui <i>google classroom/zoom meeting</i>.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mendiskusikan saat <i>zoommeeting</i> kesalahan-kesalahan yang sering terjadi saat melakukan gerakan, dan membuat kesimpulannya.</li> </ul>	
	Mengasosiasi/ Menalar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membandingkan hasil pengamatan langsung atau melalui Vidio tentang aktivitas variasi tendangan dan variasi tangkisan.</li> <li>• Peserta didik menganalisis dan berusaha menemukan pola serta metode belajar yang tepat agar mudah diterapkan dalam belajar/kegiatan.</li> <li>• Peserta didik menemukan dan menetapkan pola yang sesuai untuk kebutuhan individual peserta didik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, tanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin dan toleransi saat belajar</li> </ul>	10 Menit
	Mengkomunikasikan/Mempraktekan/Memperagakan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik melakukan belajar variasi gerak variasi tendangan dan variasi tangkisan. seni beladiri pencak silat dalam bentuk perlombaan dengan menggunakan tempat atau ruangan yang nyaman dirumah masing-masing melalui <i>zoom meeting/google classroom</i>.</li> <li>• Peserta didik menunjukkan perilaku tanggung jawab, menghargai, sportif dan mau memberikan saran dan diberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman atau regu laian selama melakukan peragaan.</li> </ul>	20 Menit
Penutup	Penutup	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pendinginan (<i>colling down</i>) yang dipimpin oleh salah satu peserta didik melalui <i>zoom meeting</i>.</li> <li>• Peserta didik menyampaikan hasil pengamatan dan evaluasi, untuk didiskusikan dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari.</li> <li>• Pemberian tugas mandiri melakukan kegiatan belajar gerak atau latihan variasi dan kombinasi gerak spesifik pencak silat dan mencatatnya dalam</li> </ul>	15 Menit

		<p>buku kegiatan pembelajaran Penjasorkes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• peserta didik mengucapkan doa (nilai yang ditanamkan: Religius, Disiplin, Kerja keras, Kreatif, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab);</li> </ul>	
--	--	--	--

Pertemuan ketiga (3 JP)

<b>Langkah Pembelajaran</b>	<b>Sintak Model Pembelajaran</b>	<b>Deskripsi</b>	<b>Alokasi Waktu</b>
Kegiatan Pendahuluan	3. Langkah persiapan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.mengondisikan suasana belajar yang menyenangkan. (menyiapkan peserta didik secara fisik dan mental, mengecek kehadiran dan kesiapan) yang dilakukan di rumah masing-masing.</li> <li>2. Peserta didik mengucapkan doa sebelum memulai pembelajaran</li> <li>3. Guru menyampaikan kompetensi yang akan dicapai dan manfaatnya dalam kehidupan sehari-hari/menjelaskan tujuan pembelajaran.</li> <li>4. Guru menyampaikan garis besar cakupan materi kegiatan yang akan dilakukan dan teknik penilaian yang akan digunakan.</li> </ol>	15 Menit
Kegiatan Inti	Pelaksanaan Mengamati	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik diberikan tugas oleh guru untuk mengamati gambar seni beladiri pencak silat.</li> <li>• Mengamati perlombaan atraksi seni beladiri pencak silat di TV/Video.</li> <li>• Guru memberikan arahan kepada peserta didik untuk mencari tahu tentang gerakan pencak silat, dan variasi, kombinasi gerak dalam pencak silat..</li> <li>• Peserta didik melihat demonstrasi temannya yang berkompeten terkait materi pembelajarn pencak silat.</li> </ul>	10 Menit
	Menanya	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memberikan kesempatan peserta didik untuk bertanya tentang gerak spesifik dalam pencak silat, misalnya jika titik perkenaan tumpuan kaki terhadap tanah saat menumpu ada saat</li> </ul>	10 Menit

		menendang maka akan berdampak apa? (Baik melalui chat atau secara video).	
	Mengeksplor/ Mengumpulkan informasi/mencoba;	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru membagi kelas menjadi beberapa kelompok atau pasangan untuk persiapan belajar pencak silat.</li> <li>• Peserta didik melakukan gerakan pencak silat ( variasi tendangan dan tangkisan) yang langsung diamati oleh peserta didik lain melalui <i>google classroom/zoom meeting</i>.</li> <li>• Mendiskusikan saat <i>zoommeeting</i> kesalahan-kesalahan yang sering terjadi saat melakukan gerakan, dan membuat kesimpulannya.</li> </ul>	45 Menit
	Mengasosiasi/ Menalar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membandingkan hasil pengamatan langsung atau melalui Vidio tentang aktivitas variasi tangkisan dan variasi elakan.</li> <li>• Peserta didik menganalisis dan berusaha menemukan pola serta metode belajar yang tepat agar mudah diterapkan dalam belajar/kegiatan.</li> <li>• Peserta didik menemukan dan menetapkan pola yang sesuai untuk kebutuhan individual peserta didik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, tanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin dan toleransi saat belajar</li> </ul>	10 Menit
	Mengkomunikasikan/Mempraktekkan/Memperagakan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik melakukan belajar variasi gerak variasi tendangan dan variasi tangkisan. seni beladiri pencak silat dalam bentuk perlombaan dengan menggunakan tempat atau ruangan yang nyaman dirumah masing-masing melalui <i>zoom meeting/google classroom</i>.</li> <li>• Peserta didik menunjukkan perilaku tanggung jawab, menghargai, sportif dan mau memberikan saran dan diberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman atau regu laian selama melakukan peragaan.</li> </ul>	20 Menit
Penutup	Penutup	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pendinginan (<i>colling down</i>) yang dipimpin oleh salah satu peserta didik</li> </ul>	15 Menit

		<p>melalui zoom meeting.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik menyampaikan hasil pengamatan dan evaluasi, untuk didiskusikan dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari.</li> <li>• Pemberian tugas mandiri melakukan kegiatan belajar gerak atau latihan variasi dan kombinasi gerak spesifik pencak silat dan mencatatnya dalam buku kegiatan pembelajaran Penjasorkes.</li> <li>• peserta didik mengucapkan doa (nilai yang ditanamkan: Religius, Disiplin, Kerja keras, Kreatif, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab);</li> </ul>	
--	--	--	--

#### G. Penilaian , Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

##### 1. Teknik Penilaian

Teknik Penilaian: pengamatan, penugasan (proyek)/ Tes praktik dan tes tertulis

No	Aspek yang dinilai	Teknik Penilaian	Waktu Penilaian
1.	Sikap 1. Terlampir dalam instrumen penilaian sikap.	Pengamatan	Selama pembelajaran di zoom <i>meeting/googleclassroom</i> (belajar, praktik dan bermain/pertunjukan ) dan saat diskusi
2.	Pengetahuan 1. Jelaskan yang dimaksud gerak spesifik yang ada dalam kegiatan pencak silat ! 2. Sebutkan gerak spesifik gerakan pencak silat ! 3. Jelaskan cara melakukan gerak spesifik pukulan dan elakan secara berteman! 4. Jelaskan cara melakukan tumpuan kaki dalam aktivitas menendang ? 5. Sebutkan nilai-nilai yang dapat diperoleh pada saat lomba pencak silat?	Penugasan dalam bentuk proyek video dan tes tertulis melalui <i>google classroom</i> .	Pengamatan proses pelaksanaan proyek pembelajaran melalui <i>google classroom</i> .

No	Aspek yang dinilai	Teknik Penilaian	Waktu Penilaian
3.	Keterampilan Melakukan gerak spesifik start variasi ( kuda-kuda, pola langkah, pukulan, tendangan, tangkisan, elakan, hindaran ) secara dikombinasi	Pengamatan dan Tes Praktik melalui zoom meeting atau video yang dikirim ke google classroom	Saat Pembelajaran dan saat Tes Praktik melalui zoom meeting atau video yang dikirim ke google classroom

## 2. Instrumen Penilaian

### a. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama Peserta didik melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : sportivitas, tanggung jawab, menghargai perbedaan, kerjasama, kedisiplinan, kejujuran.

No	Nama Peserta Didik	Aspek Sikap Yang Dinilai																				Juml Skor	Nilai				
		Sportivitas				Tanggung Jawab				Menghargai Perbedaan				Kerja Sama				Kedisiplinan						Kejujuran			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1.																											
2.																											
dst																											
<b>JUMLAH SKOR MAKSIMAL (PENILAIAN SIKAP) : 24</b>																											

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian Afektif = ----- X 100

Jumlah skor maksimal

**b. Tes Pengetahuan (Kognitif)**

Contoh format penilaian pembelajaran variasi dan kombinasi gerak spesifik dalam pencak silat :

No	Nama Peserta didik	Butir-butir Pertanyaan					Jumlah Skor Perolehan	Nilai
		1	2	3	4	5		
		1 - 4	1 - 4	1 - 4	1 - 4	1 - 4		
1.								
2.								
Dst								
<b>JUMLAH SKOR MAKSIMAL (PENILAIAN KOGNITIF) : 20</b>								

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

**c. Tes Keterampilan (Psikomotor)**

Lakukan belajar gerak spesifik seperti yang meliputi variasi ( kuda-kuda, pola langkah,pukulan, tendangan,tangkisan,elakan,hindaran ) Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) secara terampil dan ketepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

Contoh: penilaian proses variasi dan kombinasi gerak spesifik dalam pencak silat

Variasi kuda – kuda				Variasi pola langkah				Variasi pukulan				Variasi tendangan				Variasi tangkisan				Variasi elakan				Variasi hindaran				Jumlah Skor	Nilai
1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
<b>TOTAL SKOR UNTUK PENILAIAN KETERAMPILAN = 28</b>																													

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

3. Pembelajaran Remedial dan Pengayaan
  - a. Remedial: Dilakukan proses pembelajaran dengan kelas khusus menyesuaikan jumlah siswa yang mengikuti berdasarkan hasil analisis nilai ulangan.
  - b. **Pengayaan** :Diperuntukan bagi siswa yang telah mencapai ketuntasan dengan diberi penugasan untuk menganalisa permasalahan yang lebih rumit.

#### **D. Alat/ Media dan Sumber Belajar**

##### **1. Alat Pembelajaran :**

- Pencatat waktu
- Matras
- Body protector
- Peluit
- Handphone/laptop
- Aplikasi Google classroom dan zoom meeting

##### **2. Sumber Pembelajaran**

Media cetak

- Buku Penjas Orkes Untuk SMP/MTs Kelas VIII Penerbit ErlanggaKurikulum 2013 revisi .
- Lembar Kerja Peserta didik (LKS), Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
- Buku teknik belajar senni beladiri pencak silat

Media elektronik

- Audio/video visual teknik variasi kuda-kuda, pola langkah,pukulan, tendangan,tangkisan,elakan,hindaran.
- Rekaman/cuplikan perlombaan / pertunjukan seni beladiri pencak silat

Memeriksa dan Menyetujui,  
Kepala SMP Negeri 1 Kedawung

Cirebon ..... September 2020  
Guru Mata Pelajaran

Drs. H. Asep Suparlan, M.Pd  
NIP. 19690122 199702 1 001

Rifki Rachman Hidayat, S.Pd