

TUGAS AKHIR I MODUL 5

PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DENGAN BERBASIS ICT DAN PENERAPAN PRINSIP TPACK

Nama : Euis Ratna
NIM : 2012720029
Prodi PPG : PJOK
No Peserta : 20280222010066
Instansi : SMA Negeri 1 Cibadak
Kelas : PJOK - 2
LPTK : Universitas Negeri Jakarta

Pertanyaan :

Setelah mempelajari Modul 5 tentang Pembelajaran Pendidikan Jasmani dengan Berbasis ICT dan Menerapkan prinsip TPACK selanjutnya anda dapat mengerjakan tugas akhir dari modul ini.

1. Buatlah RPP dengan memilih 1 KD dalam materi Penjas dengan berbasis ICT dan menerapkan konsep TPACK dalam RPP tersebut, dengan memuat di dalamnya :
 - 1) Sumber belajar pemanfaatan ICT
 - 2) Media belajar pemanfaatan ICT
 - 3) Proses pembelajaran pendekatan saintifik dengan konsep TPACK
 - 4) Penilaian berbasis ICT
2. Buatlah suatu program rencana pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler Olahraga di tempat anda bertugas

Jawaban :

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMA Negeri 1 Cibadak
Materi Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas / Semester : X / 1 (Satu)
Materi Pokok : Permainan Bola Besar (Bola Voli)
Alokasi Waktu : 6 x 45 menit (2 kali pertemuan)

A. Kompetensi Inti (KI)

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang di anutnya
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, santun, peduli (gotong royong, kerjasama, toleransi, 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
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
4. Mengolah, menalar dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang di pelajarnya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metode sesuai kaidah keilmuan

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi (IPK)
3.1. Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.	3.1.1. Siswa menyimak informasi dan peragaan materi tentang cara keterampilan gerak permainan bola voli (Passing bawah, passing atas, servis, smesh dan block) serta pengertian dan peraturan perwasitan permainan bola voli menggunakan peraturan yang di modifikasi dengan baik dan benar 3.1.2. Siswa mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok dan guru

	<p>3.1.3. Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan gerak passing bawah, passing atas, servis, smesh dan block dalam permainan bola voli</p> <p>3.1.4. Menganalisis kelebihan dan kekurangan dari variasi dan kombinasi keterampilan gerak passing bawah, passing atas, servis, smesh dan block dalam permainan bola voli</p> <p>3.1.5. Menganalisis aktivitas pembelajaran keterampilan gerak passing bawah, passing atas, servis, smesh dan block dari berbagai posisi</p>
<p>4.1. Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi yang baik</p>	<p>4.1.1. Siswa mencoba dan melakukan gerak permainan bola voli (Passing bawah, passing atas, servis, smesh dan block) secara berulang-ulang</p> <p>4.1.2. Siswa memperagakan hasil belajar gerak permainan bola voli (Passing bawah, passing atas, servis, smesh dan block) yang di landasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh dan kerja sama</p> <p>4.1.3. Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan gerak permainan bola voli (Passing bawah, passing atas, servis, smesh dan block)</p> <p>4.1.4. Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan gerak bermain bola voli (Passing bawah, passing atas, servis, smesh dan block) menggunakan peraturan yang di modifikasi</p> <p>4.1.5. Hasil belajar siswa di nilai selama proses dan di akhir pembelajaran</p>

C. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran, diharapkan siswa mampu :

1. Siswa menyimak informasi dan materi tentang gerak permainan bola voli (Passing bawah, passing atas, servis, smesh dan block) serta pengertian dan peraturan perwasitan permainan bola voli menggunakan peraturan yang di modifikasi secara baik dan benar
2. Siswa mencoba dan melakukan gerak permainan bola voli (Passing bawah, passing atas, servis, smesh dan block) dengan berbagai variasi dan kombinasi secara berulang-ulang.
3. Siswa mendapat umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok dan guru
4. Siswa memperagakan hasil belajar permainan permainan bola voli (Passing bawah, passing atas, servis, smesh dan block) serta pengertian dan peraturan perwasitan permainan bola voli menggunakan peraturan yang di modifikasi yang dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan kerja sama
5. Hasil belajar siswa di nilai selama proses dan di akhir pembelajaran

D. Materi Pembelajaran

Pertemuan ke 1

- ❖ Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak permainan bola voli
 - Passing bawah
 - Passing atas
 - Servis (servis bawah dan servis atas)
 - Smash / spike
 - Block (block dengan satu pemain) dan (aktivitas pembelajaran bendungan tanpa bola, berulang-ulang dan bendungan secara aktif)
- ❖ Aktivitas pembelajaran variasi dan kombinasi keterampilan gerak permainan bola voli
 - Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak memainkan bola dengan di tangkap
 - Permainan bola voli di lapangan kecil
 - Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak memainkan bola dengan sentuhan ganda
 - Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak memainkan bola dengan beranting
 - Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak melakukan servis dan menerima servis

Pertemuan ke 2

- ❖ Pengertian permainan bola voli

Bola voli adalah suatu cabang olahraga dengan ciri gerakan memvoli bola di udara, bola hilir mudik melalui net dengan maksud menjatuhkan bola di dalam petak lapangan lawan sebanyak

mungkin. Memvoli dan memantulkan bola ke udara dapat menggunakan bagian tubuh mana saja, asalkan sentuhan atau pantulannya harus sempurna

❖ Peraturan permainan bola voli menggunakan peraturan yang di modifikasi

- Sistem pemberian angka
- Posisi dan rotasi pemain

E. Metode Pembelajaran

Metode Pembelajaran : **Problem Based Learning (PBL)**

Pendekatan Pembelajaran : **TPACK / Saintifik**

F. Media, Alat, dan Sumber Pembelajaran

Media : Laptop, Android, Gambar-gambar peraga

Alat / Bahan : Cone, Bola, Stop Watch, Lembar Kerja Siswa

G. Sumber Belajar

- Muhajir, Buku Siswa, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, SMA. Kelas X Kurikulum 2013; Jakarta : Pusurbuk Kemdikbud RI, 2016
- Buku referensi yang relevan
- Lingkungan sekitar

Video tutorial :

<https://youtu.be/JDwoMRmRVGo> (passing bawah) <https://youtu.be/-uRF98BriEQ> (passing atas) <https://youtu.be/dtqtRExD34U> (servis atas) <https://youtu.be/wVIBIb5boJM> (servis bawah) <https://youtu.be/5pNrfbErFAU> (smesh) <https://youtu.be/RptGfbJM16A> (block)

https://youtu.be/0_VSaRI6vZ8 (pertandingan bola voli)

- **Google Form untuk kuis dan absensi kehadiran online**

H. Langkah – Langkah Pembelajaran

Kegiatan Pembelajaran
I. Kegiatan Pendahuluan <u>Pertemuan ke 1</u>
Orientasi (25 Menit)
<ol style="list-style-type: none">1. Melakukan pembukaan dengan salam pembuka, memanjatkan syukur kepada Tuhan YME dan berdoa untuk memulai pembelajaran2. Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin dan menanyakan kesehatan siswa secara umum3. Menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan di capai pada hari itu.4. Memotivasi siswa dengan menjelaskan manfaat aktivitas keterampilan gerak permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, smesh dan block) untuk kebugaran jasmani, untuk membangun sikap keberanian5. Melakukan apersepsi dengan membandingkan keterampilan gerak permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, smesh dan block) yang dapat dilakukan oleh semua orang6. Melakukan pemanasan dalam bentuk bermain aksi reaksi, penguluran, pelepasan, penguatan diutamakan untuk otot-otot yang akan banyak digunakan untuk melakukan keterampilan gerak permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, smesh dan block) sambil menjelaskan fungsi dari setiap gerakan.
II. Kegiatan Inti (105 menit)
1) Stimulation (pemberian rangsangan / stimulasi)
Mengamati (Observing)
<ol style="list-style-type: none">1. Peserta didik di bagi dalam kelompok kecil yang terdiri dari 6 orang dengan kemampuan awal yang bervariasi2. Guru menugaskan siswa untuk memperhatikan dan mengamati video permainan bola voli dengan seksama dan teliti. (tujuannya agar siswa memiliki pengetahuan awal berarti menerapkan TK Technology Knowledge) dari nonton video tentang permainan bola voli / memahami isi konten berarti menerapkan konsep (CK Content Knowledge)3. Selama siswa menonton video tersebut membuat suatu catatan-catatan kecil yang akan didiskusikan nantinya, berarti menerapkan konsep (PK Pedagogical knowledge)

Fokus yang diamati	Passing bawah	Passing atas	Servis	Smash / spike	Block
Sikap awalan					
Pelaksanaan					
Sikap akhir					

2) Problem Statement (pertanyaan / Identifikasi Masalah)

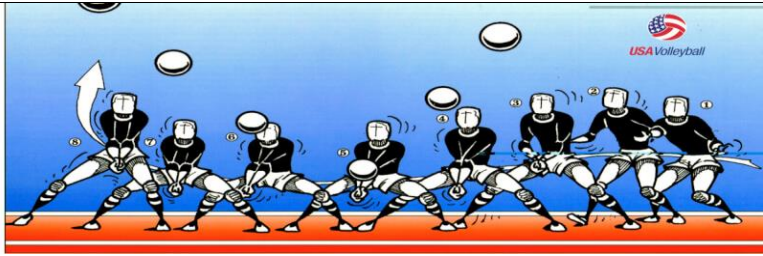

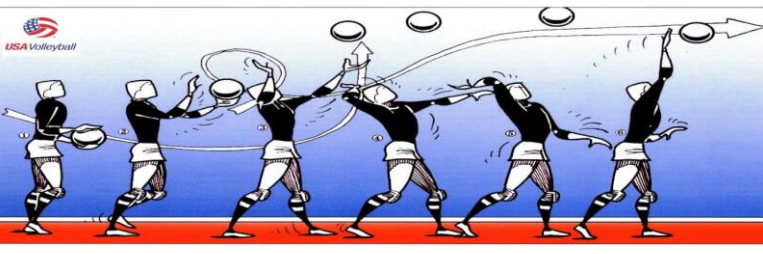
Menanya (Questioning)


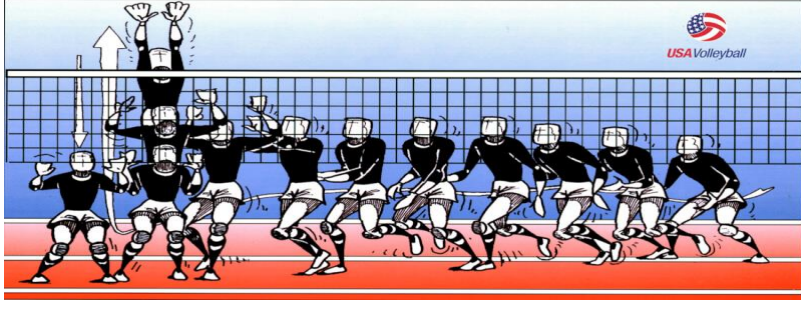
1. Pada saat di lapangan guru mempertanyakan hal-hal yang berkaitan dengan konsep passing bawah, passing atas, servis, smash dan block. Lebih mengarah pada penerapan konsep (TCK Technological Content Knowledge) dimana siswa akan melakukan diskusi untuk memecahkan permasalahan yang di jumpai pada saat menonton video untuk di diskusikan dengan temannya dan bersama guru

3) Data Collection (Pengumpulan Data)

Mencoba (Eksperimenting)

- a) Setiap kelompok mempraktikkan keterampilan gerak, variasi dan kombinasi permainan bola voli

Passing bawah	
Passing atas	
Servis atas	

Smesh / spike	
Block / bendungan	

- b) Menemukan cara untuk menemukan keseragaman langkah dengan benar
- c) Peserta didik dalam kelompoknya dapat menemukan konsep keterampilan gerak permainan bola voli passing bawah, passing atas, servis, smesh dan block.

Pada kegiatan ini mengarah pada (TPK Technology Pedagogical Knowledge) Peserta didik di tuntut oleh guru untuk memecahkan permasalahan dari hasil diskusi sebelumnya untuk di aplikasikan dalam permainan bola voli sebenarnya.

4) Verification (Pembuktian)

Menalar (Associating)

- o Guru dan siswa berusaha menemukan gerak yang benar dari menonton video tadi untuk di aplikasikan dalam suatu kegiatan pembelajaran bola voli dengan cara bermain sederhana.
Kegiatan ini lebih mengarah pada konsep (TPACK Technological and Pedagogical Content Knowledge)

5) Generalization (Menarik Kesimpulan)

Mengkomunikasikan (Networking)

- o Siswa berusaha menguasai materi yang sudah di pelajari secara bersama dengan kelompoknya yang di pandu oleh guru. Sehingga siswa menguasai gerakan-gerakan dasar permainan bola voli dengan baik dan dapat bermain secara benar.
Kegiatan ini mengarah pada konsep TPACK yang lebih kompleks. Keberhasilan siswa mempelajari gerakan bermain bola voli dengan benar merupakan suatu kegiatan Guru PJOK yang diarahkan pemecahan mendasar dalam belajar Problem Based Learning

III. Kegiatan Penutup (15 Menit)

1. Pendinginan
2. Peserta didik dengan guru melakukan refleksi.
Ajukan kepada peserta didik pertanyaan :
 - a) Apa yang telah kalian pelajari hari ini ?
 - b) Apa yang kalian pikirkan tadi pada saat akan melakukan berbagai variasi gerak passing bawah, passing atas, servis, smesh dan block?
 - c) Mengapa kalian lutut harus di tekuk saat melakukan gerak passing bawah dan passing atas?
 - d) Bagaimana cara melakukan tahapan block dengan baik
 - e) Bagaimana cara melakukan smash atau spike dengan benar
3. Peserta didik bersama guru menyimpulkan konsep keterampilan gerak permainan bola voli passing bawah, passing atas, servis, smesh dan block.
4. Peserta didik menerima tugas untuk persiapan materi minggu depan, yaitu :
Pertemuan ke 2
 - ❖ Pengertian permainan bola voli
Bola voli adalah suatu cabang olahraga dengan ciri gerakan memvoli bola di udara, bola hilir mudik melalui net dengan maksud menjatuhkan bola di dalam petak lapangan lawan sebanyak mungkin. Memvoli dan memantulkan bola ke udara dapat menggunakan bagian tubuh mana saja, asalkan sentuhan atau pantulannya harus sempurna
 - ❖ Peraturan permainan bola voli menggunakan peraturan yang di modifikasi https://youtu.be/0_VSaRI6vZ8 (pertandingan bola voli)
 - Sistem pemberian angka
 - Posisi dan rotasi pemain
5. Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran, berbaris, berdoa dan di bubarkan
6. Setiap kelompok mengembalikan alat ke tempat penyimpanan dengan tertib

I. Penilaian Hasil Pembelajaran

1. Pengetahuan

Jawab secara lisan atau tulisan, pertanyaan-pertanyaan mengenai aktivitas gerak bola voli peserta didik mengisi kuis essay di aplikasi quizzes tentang permainan bola voli yang sudah di siapkan oleh guru. (penilaian berbasis ICT)

No	Pertanyaan	Kriteria Pen Skor an				Jumlah
		1	2	3	4	
1.	Jelaskan cara melakukan gerak passing bawah / dig pass pada permainan bola voli					
2.	Jelaskan cara melakukan gerak passing atas / set up pada permainan bola voli					
3.	Jelaskan cara melakukan gerak servis bawah pada permainan bola voli					
4.	Jelaskan cara melakukan gerak block / bendungan pada permainan bola voli					
5.	Jelaskan cara melakukan gerak memainkan bola dengan di tangkap					

Keterangan :

Skor 4 : Jika peserta didik mampu menjelaskan 3 indikator (kaki, tangan, dan pandangan)

Skor 3 : Jika peserta didik mampu menjelaskan 2 indikator

Skor 2 : Jika peserta didik mampu menjelaskan 1 indikator

Skor 1 : Jika peserta didik tidak satupun pertanyaan diatas mampu menjelaskan

Keterangan :

Penialain terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang di peroleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

2. Tes Unjuk Kerja (Keterampilan)

Lakukan variasi dan kombinasi gerak passing bawah, passing atas, servis, smesh dan block

- ❖ Peserta didik di dalam kelompoknya dengan memakai HP nya masing-masing mempraktikkan kelebihan dan kekurangan variasi dan kombinasi tentang keterampilan gerak permainan bola voli, hasilnya dikirim ke email guru

No	Kompetensi Dasar	Indikator Esensial	Uraian Gerak	Pen Skor an
1.	Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi yang baik	<p>1. Passing bawah</p> <p>2. Passing atas</p> <p>3. Servis</p>	<p>1. Sikap badan menghadap ke arah datangnya bola</p> <p>2. Kedua kaki terbuka, lutut ditekuk, kedua lengan lurus ke depan bawah, tangan kanan dan kiri saling berpegangan</p> <p>3. Tungkai diluruskan apabila bola mengenai lengan bagian bawah</p> <p>4. Gerakkan lengan keatas setinggi bahu</p> <p>1. Tempatkan badan di bawah bola</p> <p>2. Kedua kaki di buka, lutut ditekuk sehingga posisi badan setengah jongkok</p> <p>3. Sikut dibengkokkan, jari-jari tangan di regangkan diatas dahi</p> <p>4. Sikap tangan seperti membentuk mangkuk</p> <p>5. Pandangan ke arah datangnya bola</p> <p>6. Saat bola datang, bola di dorong dengan jari-jari tangan, pergelangan tangan dan perkenaannya melalui ruas pertama dan kedua dari jari telunjuk sampai kelingking, sedangkan ibu jari hanya pada ruas pertama</p> <p>7. Untuk membantu gerakan jari-jari tangan, pergelangan tangan di gerakkan ke arah depan atas</p> <p>8. Setelah bola terlepas, lengan lurus, diikuti gerakan badan dan langkahkan kaki ke depan untuk menjaga keseimbangan</p> <p>1. Kaki kiri di depan, kaki kanan di belakang. Bola di pegang dengan tangan kiri. Lambungkan bola dengan tidak terlalu tinggi</p> <p>2. Pada saat yang bersamaan, lengan kanan ke belakang lalu</p>	<p>○ Skor 4, jika seluruh uraian gerak dilakukan dengan benar</p> <p>○ Skor 3, jika 3 uraian gerak dilakukan dengan benar</p> <p>○ Skor 2, jika 2 uraian gerak dilakukan dengan benar</p> <p>○ Skor 1, jika 1 uraian gerak dilakukan dengan benar</p>

			<p>pukul bola dengan tangan kanan setelah bola turun kira-kira setinggi pinggang di depan badan</p> <p>3. Perkenaan bola tepat pada tangan, telapak tangan menghadap ke bola</p> <p>4. Tangan ditegangkan untuk mendapatkan pantulan yang kuat dan sempurna</p> <p>5. Pukulan dapat juga dengan tangan dalam keadaan mengepal dan kepalan menghadap ke bola</p> <p>6. Setelah bola dipukul, teruskan dengan melangkahakan kaki kanan ke depan dan terus masuk ke lapangan permainan untuk mengambil sikap siap dalam posisinya</p>	
		4. Smesh / spike		
		5. Block	<p>1. Tahap pertama bergerak menuju kearah bola</p> <p>2. Tahap kedua take off atau melompat</p> <p>3. Tahap ketiga kontak dengan bola</p> <p>4. Tahap keempat mendarat</p>	

❖ Rubrik Penilaian Aktivitas gerak sepak bola

Menilai unjuk kerja siswa selama pembelajaran berlangsung menggunakan aplikasi google form

No	Nama Peserta Didik	Passing bawah / atas				Servis bawah / atas				Smesh / block				Jumlah Skor
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	
1.	M. Bintang Djalu													
2.	Rayyan Sonjaya													
3.	Chelseandra													
4.	Ghaisanny													

Keterangan :

- Peserta mendapatkan nilai 4, apabila ada 4 indikator yang dilakukan benar
- Peserta mendapatkan nilai 3, apabila ada 3 indikator yang dilakukan benar
- Peserta mendapatkan nilai 2, apabila ada 2 indikator yang dilakukan benar
- Peserta mendapatkan nilai 1, apabila ada 1 indikator yang dilakukan benar

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang di peroleh}}{\text{Jumlah skor maksimum}} \times 100$$

Jumlah skor maksimal

3. Lembar sikap

❖ Lembar pengamatan observasi

No	Nama Peserta Didik	Observasi			Jumlah Skor
		Aktivitas	Tanggung jawab	Kerjasama	
		(1)	(2)	(3)	
1	M Bintang	4	3	3	
2.	Rayyan				
3.	Chelseandra				
4.	Ghaisanny				

Mengetahui,
Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Cibadak

Drs. H. Saufi Muchtadin, M.Pd
NIP. 196804101995121003

Cibadak, 10 September 2020
Guru Mata Pelajaran

Euis Ratna, S.Pd
NIP. 197803122006042006