

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

### Permainan Sepak Bola

**Satuan Pendidikan : SDN.2 BULIAN**

**Mata Pelajaran : PJOK**

**Kelas : V (lima)**

**Semester : 1 (satu)**

**Alokasi Waktu : 4 x 35 menit (1 x pertemuan)**

#### A. Kompetensi Inti (KI)

1. Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangganya serta cinta tanah air.
3. Memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan cara mengamati, menanya, dan mencoba berdasarkan rasa ingin tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

#### B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.1 Menerapkan kombinasi pola gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional. *	3.1.1 Siswa dapat memahami kombinasi pola gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif permainan sepakbola menendang bola. 3.1.2 Siswa dapat memahami kombinasi pola gerak, non lokomotor, dan manipulatif permainan sepak bola menghentikan bola.
4.1 Mempraktikkan kombinasi gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional. *	3.1.3 Siswa dapat memahami kombinasi pola gerak lokomotor, dan manipulatif permainan sepak bola menggiring bola. 4.1.1 Siswa dapat mempraktikkan kombinasi gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulatif permainan sepak bola dalam menendang bola. 4.1.2 Siswa dapat mempraktikkan kombinasi gerak non lokomotor, dan manipulatif permainan sepak

	<p>bola dalam menghentikan bola.</p> <p>4.1.3 Siswa dapat mempraktikkan kombinasi gerak lokomotor, dan manipulatif permainan sepak bola dalam menggiring bola.</p>

### C. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat memahami kombinasi pola gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif permainan sepakbola menendang bola.
2. Siswa dapat memahami kombinasi pola gerak, non lokomotor, dan manipulatif permainan sepak bola menghentikan bola.
3. Siswa dapat memahami kombinasi pola gerak lokomotor, dan manipulatif permainan sepak bola menggiring bola.
4. Siswa dapat mempraktikkan kombinasi gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulatif permainan sepak bola dalam menendang bola dengan benar
5. Siswa dapat mempraktikkan kombinasi gerak non lokomotor, dan manipulatif permainan sepak bola dalam menghentikan bola dengan benar
6. Siswa dapat mempraktikkan kombinasi gerak lokomotor, dan manipulatif permainan sepak bola dalam menggiring bola dengan benar

### D. Materi Pembelajaran.

Sepak bola:

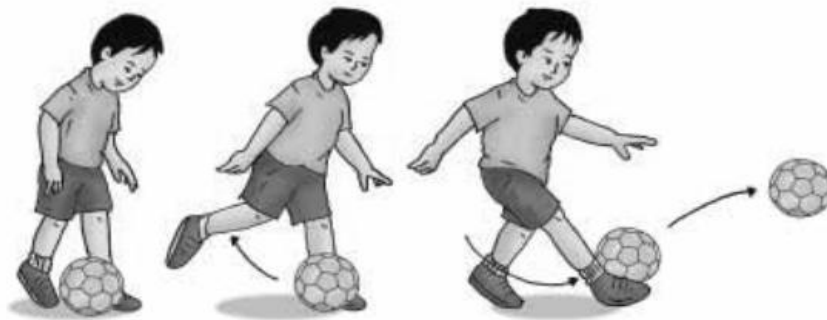
- Menendang bola
- Menghentikan bola
- Menggiring bola

- a. Menendang Bola adalah mendorong bola dengan salah satu kaki baik kaki kiri maupun kaki kanan. Menendang bola dapat dilakukan dengan bagian dalam kaki, bagian luar kaki, dan bagian punggung kaki.

#### 1) Menggunakan bagian dalam kaki

Cara-cara melakukan tendangan dengan bagian dalam kaki adalah sebagai berikut.

- a) Sikap permulaan berdiri di belakang bola.
- b) Kaki menumpu di belakang bola.
- c) Sikap badan tegak atau agak condong sedikit.
- d) Pandangan ke arah bola.
- e) Kaki untuk menendang diayunkan.
- f) Bola ditendang dengan kaki bagian dalam.

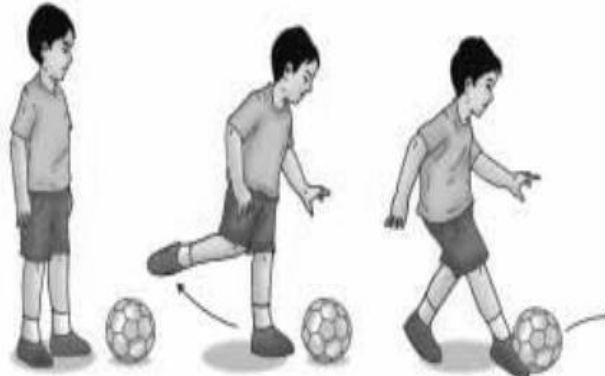


Gambar 1.15 Cara menendang dengan bagian dalam kaki

## 2) Menggunakan bagian luar kaki

Cara-cara melakukan tendangan dengan bagian luar kaki adalah sebagai berikut.

- Sikap permulaan berdiri di belakang bola.
- Persentuhan kaki dengan bola harus tepat.
- Pandangan ke arah bola.
- Badan agak condong sedikit ke depan.
- Kaki untuk menendang diayunkan.
- Bola ditendang dengan bagian dalam kaki.

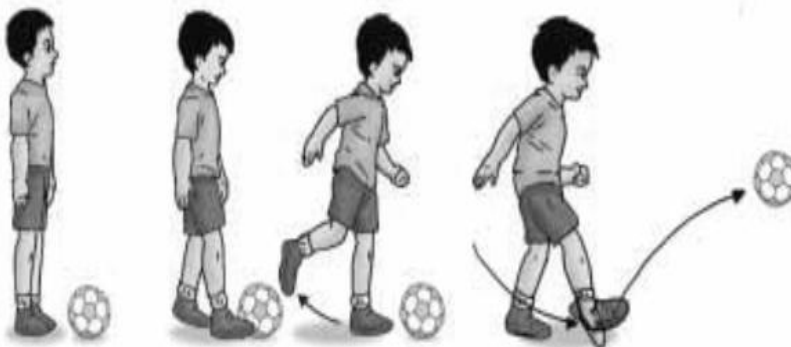


Gambar 1.16 Cara menendang dengan bagian luar kaki

## 3) Menggunakan punggung kaki

Cara-cara melakukan tendangan dengan bagian luar kaki adalah sebagai berikut.

- Sikap permulaan berdiri di belakang bola.
- Kaki tumpu di sebelah bola.
- Pandangan ke arah bola.
- Sikap badan agak condong ke depan.
- Kaki untuk menendang diayunkan.
- Tendang bola dengan punggung kaki.

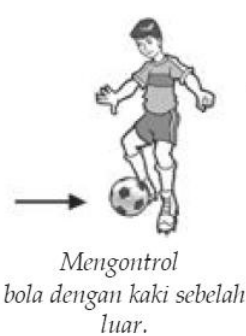
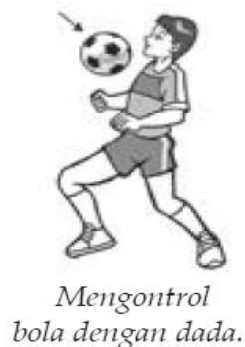


Gambar 1.17 Cara menendang dengan menggunakan punggung kaki

## b. Menghentikan bola

Menghentikan bola adalah Suatu teknik dasar dalam permainan sepak bola yang bisa disebut juga dengan kontrol. Kontrol dalam sepak bola adalah usaha untuk

menahan bola dengan membendung laju bola yang terarah ke badan (kaki, dada, paha, dan kepala) yang bertujuan untuk mengendalikan bola agar mudah dikuasai.



### c. Menggiring bola

Menggiring bola adalah salah satu teknik mengontrol bola yang dilakukan dengan cara digiring dari satu tempat ke tempat lain atau digiring mendekati gawang lawan. Menggiring dapat dilakukan dengan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, dan dengan punggung kaki.



### E. Media pembelajaran, sumber belajar, dan peralatan

1. Media pembelajaran : Laptop, power point, gambar, video yang relevan.

2. a. Sumber belajar :

- Buku siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan “Aktif Berolahraga” Kelas V (Kemendikbud)
- Ruang terbuka yang datar dan aman/ lapangan.
- Peluit
- Bola Besar
- Buku Teks.
- Buku referensi

b. Video Pembelajaran.

- <http://www.youtube.com/watch?v=VoaTgoq3AN0>
- <http://www.youtube.com/watch?v=Io0VeFbEtoA>

3. Peralatan

- a. Bola kaki karet
- b. Bola plastik

**F. Metode Pembelajaran**

Metode Pembelajaran : Tanya jawab, diskusi, Cooperative Learning, demonstrasi.

Pendekatan Pembelajaran : Sainifik

• **Langkah-Langkah Pembelajaran**

No	Fase	Langkah-Langkah Pembelajaran	Waktu
1.	Kooperatif STAD	<b>1. Persiapan Guru PJOK Sebelum Pembelajaran</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Menyiapkan perangkat pembelajaran (silabus, RPP, lembar presensi dan penilaian).</li><li>• Menyiapkan peralatan (bola besar) dan peta setting/tata letak alat</li></ul>	10 menit
2.	Fase 1: Menyampaik kan tujuan dan memotivasi	<b>2. Kegiatan Pendahuluan</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Guru memberi salam dan mengecek kesiapan diri dengan mengisi lembar kehadiran dan memeriksa kerapian pakaian, posisi / tempat disesuaikan dengan kegiatan pembelajaran.</li><li>• Kelas dilanjutkan dengan doa bersama dipimpin oleh salah seorang siswa</li><li>• Menyanyikan lagu “Garuda Pancasila”bersama-sama.</li><li>• Mengajak siswa melakukan Tepuk PPK dan Salam PPK</li><li>• <b>Apersepsi</b> (menghubungkan materi pembelajaran</li></ul>	20 menit

No	Fase	Langkah-Langkah Pembelajaran	Waktu
		<p>dengan pengetahuan awal siswa).</p> <p>-Pernahkah kalian melihat orang yang melakukan permainan di lapangan?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menyampaikan <b>Tujuan</b> pembelajaran dan memotivasi siswa.</li> <li>• <b>Pemanasan</b> terkait dengan materi pembelajaran, dilakukan oleh siswa secara berkelompok yaitu. Pemanasan statis dan pemanasan dinamis.</li> </ul>	
3.	<p>Fase 2: Menyajikan atau menyampaikan informasi Berpikir (<i>thinking</i>)</p> <p>Fase 3 : Mengoganisasikan dalam kelompok-kelompok belajar.</p> <p>Fase 4 : Membimbing kelompok bekerja dan belajar</p>	<p><b>3. Kegiatan Inti</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru menampilkan gambar bola.</li> <li>• Guru bertanya tentang kegunaan dari gambar yang diberikan</li> <li>• Guru menyajikan materi pembelajaran berupa gambar <ol style="list-style-type: none"> <li>1. cara menendang bola dengan kaki bagian dalam.</li> <li>2. cara menendang bola dengan kaki bagian luar.</li> <li>3. cara menendang bola dengan bagian punggung kaki.</li> </ol> </li> <li>• Siswa mencermati gerakan yang diberikan sambil memikirkan konsep gerakan yang dijelaskan</li> <li>• Guru membagi siswa menjadi beberapa kelompok yang masing-masing kelompok terdiri dari 4 orang sampai 5 orang siswa dengan anggota kelompok yang heterogen.</li> <li>• Guru memberikan <b>Tugas</b> gerak (singkat dan jelas) kepada siswa. Tugas gerak pertama adalah melakukan gerak menendang bola dengan kaki bagian dalam, dengan kaki bagian luar, dengan punggung kaki.</li> <li>• Guru <b>Memonitor</b> dan evaluasi tugas gerak pertama yang dilakukan oleh siswa</li> <li>• Memberikan <b>Feedback</b> (kebenaran gerakan menendang bola dengan kaki bagian dalam, luar, dan</li> </ul>	95 menit

No	Fase	Langkah-Langkah Pembelajaran	Waktu
	Fase 5 : Evaluasi	<p>punggung kaki dan kesesuaiannya dengan tujuan pembelajaran)</p> <p><i>Materi INI dapat diulang apabila masih ada siswa yang belum memenuhi kriteria ketuntasan minimal (KKM:75)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Konstruksi</b> prilaku yang dinilai: disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam melakukan tugas gerak.</li> <li>• Guru menyampaikan <b>Tugas</b> gerak kedua kepada siswa untuk melakukan gerakan menghentikan bola.</li> <li>• Guru <b>Memonitor</b> dan Evaluasi tugas gerak ke dua yang dilakukan oleh siswa</li> <li>• Guru memberikan <b>Feedback</b> (kebenaran teknik kesesuaiannya dengan tujuan pembelajaran).</li> </ul> <p><i>Materi dapat diulang apabila masih ada siswa yang belum memenuhi kriteria ketuntasan minimal (KKM)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Konstruksi</b> prilaku yang dinilai: disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam melakukan tugas gerak.</li> <li>• Guru menyampaikan <b>Tugas</b> gerak ketiga kepada kelompok siswa untuk melakukan gerak menggiring bola.</li> <li>• Guru <b>Memonitor</b> dan Evaluasi tugas gerak siswa</li> <li>• Guru memberikan <b>Feedback</b> (kebenaran teknik/ dan kesesuaiannya dengan tujuan pembelajaran).</li> </ul> <p><i>Materi INI dapat diulang apabila masih ada siswa yang belum memenuhi kriteria ketuntasan minimal (KKM)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Konstruksi</b> prilaku yang dinilai: disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam melakukan tugas gerak.</li> </ul>	
4.	Fase 6 : Mem	<p><b>4. Kegiatan Penutup</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pendinginan</b></li> </ul>	15 menit

No	Fase	Langkah-Langkah Pembelajaran	Waktu
	berikan penghargaan.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Refleksi</b> Pengalaman Belajar Siswa</li> <li>• <b>Evaluasi</b> Umum terhadap Proses dan Hasil Belajar Siswa (pengetahuan, sikap, dan keterampilan)</li> <li>• <b>Apresiasi</b> (Memberikan penghargaan atas hasil kerja siswa, baik kelompok dan atau individu)</li> <li>• Tindak <b>Lanjut</b> (Pembiasaan dalam Kehidupan Sehari-hari dan Kegiatan Pembelajaran Berikutnya)</li> </ul>	

## G. PENILAIAN

### 1. Format Penilaian Sikap Spiritual dan Sikap Sosial

- Teknik penilaian, yaitu pengamatan.
- Instrumen penilaian, yaitu jurnal.
- Butir sikap yang dinilai

**H.** Butir nilai sikap spiritual : berdoa

**I.** Butir nilai sikap sosial : disiplin, kerja sama, tanggung jawab, percaya diri

**J.** Penilaian sikap spiritual dan sosial dicatat dalam jurnal.

**K.** Contoh format jurnal lihat halaman 19.

### Penilaian Observasi

Penilaian observasi berdasarkan pengamatan sikap dan perilaku peserta didik sehari-hari, baik terkait dalam proses pembelajaran maupun secara umum. Pengamatan langsung dilakukan oleh guru. Berikut contoh instrumen penilaian sikap

No	Nama Siswa	Aspek Perilaku yang Dinilai				Jumlah Skor	Skor Sikap	Kode Nilai
		DS	KS	TJ	PD			
1	...	75	75	50	75	275	68,75	C
2	...	...	...	...	...	...	...	...

### 2. Format Penilaian Pengetahuan

Penilaian pengetahuan meliputi tes lisan, tes tertulis, dan penugasan.

- Teknik penilaian, yaitu tertulis.
- Instrumen penilaian, yaitu soal pilihan ganda (10 butir) dan uraian (5 butir).
- Kunci Jawaban.
  - Kunci Jawaban Pilihan Ganda
    - c            6. b
    - c            7. c
    - d            8. d
    - a            9. a
    - b            10. a



Penskoran soal pilihan ganda:  
 Jika benar (skor 1)  
 Jika salah (skor 0)  
 Total skor 10.  
 2) Kunci Jawaban Soal Uraian

### Kriteria Jawaban Uraian

Nomor soal	Kriteria	Skor
1	Menghentikan bola dengan dada.	1
	Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam.	1
	Menghentikan bola dengan kaki bagian luar.	1
2	Berlari menuju bola.	1
	Satu kaki tumpuan di samping bola, satu kaki ke belakang sebelum menendang.	1
	Kaki diayun ke depan.	1
	Perkenaan bola mengenai kaki bagian dalam.	1

Nomor soal	Kriteria	Skor
3	Badan harus dalam kondisi siap dengan kaki dibuka selebar bahu.	1
	Kedua lutut agak ditekuk dan badan agak condong ke depan.	1
	Kedua lengan lurus ke arah bawah serta pandangan tertuju pada bola.	1
	Pada saat bola datang, kedua tungkai diluruskan dan kedua tangan diangkat dengan ayunan hingga bola terangkat. Saat mengayun bola, gerak langkah kaki disesuaikan ke arah bola datang.	1
	Pada akhir gerakan, kedua lengan ditahan lurus ke depan dan pandangan mengikuti arah bola.	1
4	Kedua tangan ditekuk di samping kepala. Saat bola di atas depan kepala.	1
	Mendorong bola dengan kedua tangan.	1
	Bola didorong saat kedua tangan lurus ke atas. Arah bola membentuk parabola.	1
	Bergerak mengarah ke bola saat menerima bola. Pantulkan kembali bola dengan gerak <i>passing</i> atas.	1
5	posisi awal kaki dibuka sejajar.	1
	Kedua siku tangan juga diangkat setinggi kepala.	1
	Bola diayun ke depan menggunakan kedua tangan.	1
	Lemparkan bola sesuai tujuan	1
Jumlah skor yang diperoleh		20
Nilai akhir		

Jumlah skor maksimum: 20

$$\text{Nilai akhir} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimum}} \times 100$$

Nilai Akhir Pengetahuan =  $\frac{\text{Nilai Akhir Pilihan Ganda} + \text{Nilai Akhir Uraian}}{2}$

### 3. Format Penilaian Keterampilan

Penilaian keterampilan untuk menilai kinerja, yaitu penilaian yang menuntut peserta didik mempraktikkan kompetensi tertentu dengan tes praktik.

- a. Teknik penilaian, yaitu tes praktik.
- b. Instrumen penilaian, yaitu lembar pengamatan keterampilan.

- 1) Lembar penilaian kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan sepak bola.
- 2) Lembar penilaian kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan sepak bola.
- 3) Lembar penilaian kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan sepak bola.

c. Butir Soal Keterampilan

1) Keterampilan Kombinasi Gerak Locomotor, Nonlokomotor, dan Manipulatif dalam Permainan Sepak bola.

- a) Kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif dalam gerakan menendang bola sepak secara berpasangan atau kelompok.

No	Nama Peserta Didik	Indikator Penilaian Kombinasi Gerak Locomotor dan Manipulatif dalam Gerakan Menendang Bola			Total Skor
		Sikap Awal	Pelaksanaan	Sikap Akhir	

**Kriteria penilaian**

1. Sikap Awal

- a. Berdiri tegak di belakang bola.
- b. Sikap awalan dengan berlari ke arah bola.

Penskoran:

- 2 jika memenuhi 2 kriteria,
- 1 jika memenuhi 1 kriteria.

2. Pelaksanaan

- a. Ayunan satu kaki ke belakang untuk menendang
- b. Posisi badan dicondongkan ke depan.
- c. Satu kaki bertumpu di samping bola.
- d. Perkenaan kaki dengan bola.
- e. Menendang dengan menggunakan salah satu bagian kaki.

Penskoran:

- 5 (memenuhi 5 kriteria),
- 4 (memenuhi 4 kriteria),
- 3 (memenuhi 3 kriteria),
- 2 (memenuhi 2 kriteria), dan
- 1 (memenuhi 1 kriteria).

### 3. Sikap Akhir

- a. Ayunkan kaki ke depan setelah menendang bola.
- b. Pandangan mengikuti pergerakan bola.

Penskoran:

2 (memenuhi 2 kriteria), dan

1 (memenuhi 1 kriteria).

$$\text{Nilai akhir} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimum}} \times 100$$

- b) Kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif dalam gerakan menghentikan bola secara berpasangan atau kelompok.

No.	Nama Peserta Didik	Indikator Penilaian Kombinasi Gerak Nonlokomotor dan Manipulatif dalam Gerakan Menghentikan Bola			Total Skor
		Sikap Awal	Pelaksanaan	Sikap Akhir	

### Kriteria penilaian

#### 1. Sikap Awal

- a. Posisi awal berdiri dan badan condong ke depan.
- b. Pandangan tertuju ke arah datangnya bola.

Penskoran: 2 (memenuhi 2 kriteria), dan

1 (memenuhi 1 kriteria)

#### 2. Pelaksanaan

- a. Kaki menyongsong datangnya bola.
- b. Kaki diayunkan ke belakang mengikuti arah bola.
- c. Laju bola diredam dengan bagian kaki tertentu.

Penskoran: 3 (memenuhi 3 kriteria),

2 (memenuhi 2 kriteria), dan

1 (memenuhi 1 kriteria)

#### 3. Sikap Akhir

- a. Posisi awal berdiri dan badan condong ke depan.
- b. Pandangan tertuju ke arah bola.

Penskoran: 2 (memenuhi 2 kriteria), dan

1 (memenuhi 1 kriteria)

$$\text{Nilai akhir} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimum}} \times 100$$

- c) Kombinasi gerak lokomotor dan manipulatif dalam gerakan menggiring bola sepak melewati rintangan.

No.	Nama Peserta Didik	Indikator Penilaian Kombinasi Gerak Lokomotor dan Manipulatif dalam Gerakan Menggiring Bola			Total Skor
		Sikap Awal	Pelaksanaan	Sikap Akhir	

### Kriteria penilaian

#### 1. Sikap Awal

Posisi awal berdiri menghadap bola.

Penskoran:

1 (memenuhi 1 kriteria)

#### 2. Pelaksanaan

a. Menggiring bola menggunakan salah satu bagian kaki.

b. Pandangan ke arah bola.

Penskoran:

2 (memenuhi 2 kriteria), dan

1 (memenuhi 1 kriteria)

#### 3. Sikap Akhir

a. Menghentikan bola dengan salah satu bagian kaki.

b. Pandangan tertuju ke arah bola.

Penskoran:

2 (memenuhi 2 kriteria), dan

1 (memenuhi 1 kriteria).

$$\text{Nilai akhir} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimum}} \times 100$$

Perolehan Nilai Akhir:

$$\text{Total skor sepakbola} = \frac{a+b+c}{\text{skor maksimum}} \times 100$$

**Mengetahui,  
Kepala SD.Negeri 2 B ulian**

**Bulian, 18 Nopember 2021  
Guru PJOK**

**(NYOMAN ARIASA, S.P.d. )  
NIP. 196607111988041005**

**(NYOMAN ARIASA, S.P.d. )  
NIP. 196607111988041005**