

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMAN 2 KOTABARU Mata Pelajaran : PJOK	Kelas/Semester : X / 1 Alokasi Waktu : 1 x 10 menit	KD : 3.9 Pertemuan ke : 1
Materi	: <i>Pergaulan Sehat</i>	

A. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator
3.9. Memahami konsep dan prinsip pergaulan yang sehat antar remaja dan menjaga diri dari kehamilan pada usia sekolah	<ul style="list-style-type: none"> Menjelaskan tentang (konsep pergaulan sehat, prinsip pergaulan sehat, pergaulan tidak sehat, dan dampak pergaulan tidak sehat)

B. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

Media : ➤ Lembar presentasi (banner)	Alat/Bahan : ➤ Buku Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa Kelas X, Kemendikbud, tahun 2013 ➤ e-dukasi.net ➤ Buku referensi yang relevan,
--	--

PENDAHULUAN (2 menit)	Melakukan pembukaan dengan salam pembuka, memanjatkan <i>syukur</i> kepada Tuhan YME dan berdoa untuk memulai pembelajaran Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin Mengaitkan materi/tema/kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik
KEGIATAN INTI	Kegiatan Literasi Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi pergaulan sehat dengan cara : menyimak Penjelasan pengantar kegiatan secara garis besar/global tentang materi <i>pergaulan sehat, prinsip pergaulan sehat, pergaulan tidak sehat dan dampak pergaulan tidak sehat.</i>
	Critical Thinking Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan gambar yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar, Mengajukan pertanyaan tentang materi : <i>pergaulan sehat, prinsip pergaulan sehat, pergaulan tidak sehat dan dampak pergaulan tidak sehat</i>
	Collaboration Mengumpulkan informasi : Mencatat semua informasi tentang : <i>pergaulan sehat, prinsip pergaulan sehat, pergaulan tidak sehat dan dampak pergaulan tidak sehat</i>
	Communication Menyampaikan hasil diskusi tentang materi <i>pergaulan sehat, prinsip pergaulan sehat, pergaulan tidak sehat dan dampak pergaulan tidak sehat</i> berupa kesimpulan berdasarkan hasil analisis secara lisan, tertulis, atau media lainnya untuk mengembangkan sikap jujur, teliti, toleransi, kemampuan berpikir sistematis, mengungkapkan pendapat dengan sopan.
	Creativity Menjawab pertanyaan tentang materi <i>pergaulan sehat, prinsip pergaulan sehat, pergaulan tidak sehat dan dampak pergaulan tidak sehat</i> yang terdapat pada buku pegangan peserta didik atau lembar presentasi yang telah ditayangkan.
PENUTUP (2 menit)	<ul style="list-style-type: none"> Membuat resume dengan bimbingan guru tentang point penting dalam materi : <i>pergaulan sehat, prinsip pergaulan sehat, pergaulan tidak sehat dan dampak pergaulan tidak sehat.</i> Memberikan tugas yang berhubungan dengan materi : <i>pergaulan sehat, prinsip pergaulan sehat, pergaulan tidak sehat dan dampak pergaulan tidak sehat</i>

C, PENILAIAN

Teknik Penilaian

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.

Instrument penilaian sikap

NO	NAMA SISWA	Aspek perilaku yang dinilai				Jumlah skor	Skor sikap	Kode Nilai	Ket
		BS	JJ	TJ	DS				
1									
2									
3									

Keterangan :

- BS : Bekerja Sama
- JJ : Jujur
- TJ : Tanggun Jawab
- DS : Disiplin

Catatan :

1. Aspek perilaku dinilai dengan kriteria: 100 = Sangat Baik 75 = Baik 50 = Cukup 25 = Kurang
2. Skor maksimal = jumlah sikap yang dinilai dikalikan jumlah kriteria = $100 \times 4 = 400$
3. Skor sikap = jumlah skor dibagi jumlah sikap yang dinilai = $275 : 4 = 68,75$
4. Kode nilai / predikat :
75,01 – 100,00 = Sangat Baik (SB)
50,01 – 75,00 = Baik (B)
25,01 – 50,00 = Cukup (C)
00,00 – 25,00 = Kurang (K)

Kotabaru, November 2021

Guru Mata Pelajaran

Abdul Gapur, M.Pd

NIP. 196808081999031008

MATERI :

PERGAULAN SEHAT



A. PERGAULAN SEHAT PADA REMAJA

Pergaulan sehat dapat diartikan sebagai proses interaksi yang dilakukan individu dengan individu atau individu dengan kelompok normal baik tubuh, jiwa maupun kehidupan sosialnya

B. CARA REMAJA BERGAUL SECARA SEHAT

- Adanya kesadaran beragama bagi remaja
- Memiliki rasa setia kawan
- Memiliki teman
- Mengisi waktu dengan kegiatan yang positif
- Laki-laki dan perempuan memiliki batas-batas tertentu
- Menstabilkan emosi



C. PERGAULAN TIDAK SEHAT

Definisi dari pergaulan tidak sehat atau biasa juga disebut pergaulan bebas adalah salah satu bentuk perilaku yang menyimpang

PENYEBABNYA :

- **Agama & Iman**
- **Perubahan Zaman**
- **Kesenjangan**
- **Kurang control**



D. DAMPAK PERGAULAN TIDAK SEHAT

- Pergaulan bebas
- Ketergantungan obat
- Menurunnya derajat kesehatan
- Meningkatkan kriminalitas
- Merenggangkan hubungan keluarga
- Menyebabkan penyakit
- Menurunnya prestasi