

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

**A. IDENTITAS PROGRAM PENDIDIKAN**

NAMA SEKOLAH	: SMK NEGERI 1 KARAWANG
MATA PELAJARAN	: PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
KOMPETENSI KEAHLIAN	: SEMUA KOMPETENSI KEAHLIAN
KELAS / SEMESTER	: X (SEPULUH) / I (SATU)
TAHUN PELAJARAN	: 2020 / 2021
MATERI POKOK	: AKTIVITAS ATLETIK ( LARI JARAK PENDEK )
ALOKASI WAKTU	: 2 X 45 MENIT X 3 PERTEMUAN

**B. KOMPETENSI INTI DAN KOMPETENSI DASAR**

1. KOMPETENSI INTI

a. KOMPETENSI INTI 3 (PENGETAHUAN)

Memahami, menerapkan, menganalisis, dan mengevaluasi tentang pengetahuan faktual, konseptual, prosedural dasar, dan metakognitif sesuai dengan bidang dan lingkup kajian Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan pada tingkat teknis, spesifik, detail, dan kompleks, berkenaan dengan ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dalam konteks pengembangan potensi diri sebagai bagian dari keluarga, sekolah, dunia kerja, warga masyarakat nasional, regional, dan internasional.

b. KOMPETENSI INTI 4 (KETERAMPILAN)

Melaksanakan tugas spesifik dengan menggunakan alat, informasi, dan prosedur kerja yang lazim dilakukan serta memecahkan masalah sesuai dengan bidang kajian Pendidikan Jasmani, Olahraga dan kesehatan. Menampilkan kinerja dibawah bimbingan dengan mutu dan kuantitas yang terukur sesuai dengan standar kompetensi kerja. Menunjukkan keterampilan menalar, mengolah, dan menyaji secara efektif, kreatif, produktif, kritis, mandiri, kolaboratif, komunikatif, dan solutif dalam ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah, serta mampu melaksanakan tugas spesifik dibawah pengawasan langsung. Menunjukkan keterampilan mempersepsi, kesiapan, meniru, membiasakan, gerak mahir, menjadikan gerak alami dalam ranah kongkret terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah, serta mampu melaksanakan tugas spesifik dibawah pengawasan langsung.

## 2. KOMPETENSI DASAR

### a. KD Pada KI Pengetahuan

3.3. Menerapkan salah satu keterampilan aktivitas atletik untuk menghasilkan gerak yang efektif.

### b. KD Pada KI Keterampilan

4.3. Mempraktikkan salah satu keterampilan aktivitas atletik untuk menghasilkan gerak yang efektif.

## C. INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

### 3. Indikator KD Pada KI Pengetahuan

3.3.1. (C4) **Menganalisis** keterampilan teknik dasar lari jarak pendek.

3.3.2. (C5) **Mengevaluasi** keterampilan teknik dasar lari jarak pendek.

### 4. Indikator KD Pada KI Keterampilan

4.3.1. (P1) **Mempraktikkan** keterampilan teknik dasar lari jarak pendek.

4.3.2. (P3) **Melaksanakan** keterampilan teknik dasar lari jarak pendek.

## D. TUJUAN PEMBELAJARAN

3.3.1. Setelah menonton video youtube pada link yang sudah di sediakan oleh guru peserta didik dapat **menganalisis** teknik dasar keterampilan aktivitas atletik melalui pembelajaran lari jarak pendek secara **mandiri dan tanggung jawab**.

3.3.2. Melalui diskusi peserta didik dapat **mengevaluasi** teknik dasar keterampilan aktivitas atletik melalui pembelajaran lari jarak pendek berdasarkan buku panduan PJOK serta media video youtube pada link yang sudah disediakan oleh guru secara **mandiri**.

4.3.1. Disediakan peralatan berupa sarana dan prasarana aktivitas atletik, peserta didik akan dapat **mempraktikkan** teknik dasar keterampilan aktivitas atletik melalui pembelajaran lari jarak pendek sesuai prosedur dengan **percaya diri dan tanggung jawab**.

4.3.2. Disediakan peralatan berupa sarana dan prasarana aktivitas atletik, peserta didik akan dapat **melaksanakan** teknik dasar keterampilan aktivitas atletik melalui pembelajaran lari jarak pendek sesuai prosedur dengan **percaya diri dan tanggung jawab**.

## E. MATERI PEMBELAJARAN

Atletik modern biasanya diorganisir sekitar lari 400m di trek di hampir semua even yang ada. Acara lapangan (melompat dan melempar) biasanya memakai tempat di dalam trek. Atletik termasuk di dalam Olimpiade modern pada tahun 1896 dan membentuk dasar-dasarnya kemudian. Wanita pertama kali dibolehkan berpartisipasi di trek dan lapangan dalam event Olimpiade tahun 1928. Sebuah badan pengelola internasional dibentuk, IAAF dibentuk tahun 1912. IAAF menyelenggarakan beberapa kejuaraan dunia

outdoor pada tahun 1983. Ada beberapa pertandingan regional seperti kejuaraan Eropa, Pan-American Games dan Commonwealth Games. Sebagai tambahan ada sirkuit Liga Emas professional, diakumulasi dalam IAAF World Athletics Final dan kejuaraan dalam ruangan seperti World Indoor Championship. Olahraga tersebut memiliki profil tinggi selama kejuaraan besar, khususnya Olimpiade, tetapi yang lain kurang populer.

AAU (Amateur Athletic Union) adalah badan pengelola di Amerika Serikat sampai runtuh di bawah tekanan profesionalisme pada akhir tahun 1970. Sebuah badan baru bernama The Athletic Congress (TAC) dibentuk, dan akhirnya dinamai USA Track and Field (USATF atau USA T&F). Sebuah tambahan, organisasi dengan struktural yang lebih kecil, Road Runner Club of America (RRCA) juga ada di USA untuk mempromosikan balap jalanan. Pada masa modern, atlet sekarang bisa menerima uang dari balapan, mengakhiri sebutan "amatirisme" yang ada sebelumnya.

Lari merupakan salah satu cabang olahraga tertua di dunia. Sebelum menjadi sebuah cabang olahraga, lari sudah dikenal oleh peradaban-peradaban manusia kuno. Lari sprint atau lari jarak pendek adalah lari yang menempuh jarak antara 50 meter sampai dengan jarak 400 m. Oleh karena itu kebutuhan utama untuk lari jarak pendek adalah kecepatan. Kecepatan dalam lari jarak pendek adalah hasil kontraksi yang kuat dan cepat dari otot-otot yang diubah menjadi gerakan halus lancer dan efisien dan sangat dibutuhkan bagi pelari untuk mendapatkan kecepatan yang tinggi. Seorang pelari jarak pendek (sprinter) yang potensial bila dilihat dari komposisi atau susunan serabut otot persentase serabut otot cepat (fast twitch) lebih besar atau tinggi dengan kemampuan sampai 40 kali perdetik dalam vitro dibanding dengan serabut otot lambat (slow twitch) dengan kemampuan sampai 10 kali perdetik dalam vitro. Oleh karena itu seorang pelari jarak pendek itu dilahirkan /bakat bukan dibuat. Suatu analisis struktural prestasi lari jarak pendek dan kebutuhan latihan dan pembelajaran untuk memperbaiki harus dilihat sebagai suatu kombinasi yang kompleks dari proses-proses biomekanika, biomotor, dan energetik.

#### a. Teknik Dasar Lari Jarak Pendek

##### 1. Gerakan Start

- Start Pendek ( Bunch Start )

Kaki kiri di depan dan lutut kaki kanan diletakkan di sebelah kaki kiri sekitar satu kepal. Kedua tangan diletakkan di belakang garis start dengan jari-jari rapat dan ibu jari terpisah.

- Start Menengah ( Medium Start )

Kaki kiri di depan, lutut kaki kanan diletakkan di sebelah kanan tumit kaki kiri jaraknya sekitar satu kepal. Kedua tangan diletakkan di belakang garis start dengan empat jari-jari rapat. Ibu jari terpisah.

- Start panjang ( Long Start )

Kaki kiri diletakkan di depan lutut kaki kanan di belakang kaki kiri, jaraknya sekitar satu kepal. Kedua tangan diletakkan di belakang garis start dengan jari-jari rapat dan ibu jari terpisah.

## 2. Sikap Tubuh Saat Berlari

- Sikap tubuh condong ke depan dengan tolakan kaki yang sekuat tenaga.
- Langkah kaki yang lebar dengan lenggang tangan ke arah dagu.
- Tubuh dalam keadaan rileks, pandangan mata ke depan.
- Gerakan kaki dengan secepat-cepatnya.

## 3. Sikap Tubuh Saat Memasuki Garis Finish

- Sikap tubuh condong ke depan dengan tolakan kaki yang sekuat tenaga.
- Langkah kaki lebih cepat dengan tidak mengurangi kecepatan.
- Tubuh dalam keadaan rileks, pandangan mata ke depan.
- Membusungkan dada ke depan, kedua lengan ditarik ke belakang

## b. Teknik Awalan Lari Jarak Pendek

### 1. Aba – aba “Bersedia”

- Lutut kaki belakang diletakkan/ditempatkan berjarak satu kepal sejajar dengan ujung kaki depan.
- Kedua lengan lurus sejajar dengan bahu dan letakkan di belakang garis start, dengan pinggir jari telunjuk dan ibu jari menapak di tanah.
- Pandangan lurus ke depan kira-kira 2,5 m. Usahakan badan tetap rileks, berat badan berada di kedua belah tangan.

### 2. Aba – aba “Siap”

- Angkat panggul ke arah depan atas dengan tenang, sampai sedikit lebih tinggi dari bahu.
- Berat badan lebih ke depan, kepala rendah leher tetap kendur, pandangan ke bawah lengan tetap lurus dan siku tetap lurus.
- Pada waktu mengangkat panggul, ambil napas dalam-dalam.
- Pusatkan perhatian pada aba-aba “ya”.

### 3. Aba – aba “Ya”

- Ayun lengan kiri ke depan dan lengan kanan ke belakang kuat-kuat.
- Kaki kiri menolak kuat-kuat sampai terkejut lurus Kaki kanan melangkah secepat mungkin, dan secepatnya mencapai tanah.
- Dari sikap jongkok berubah ke sikap lari, badan harus naik sedikit demi sedikit. Jangan ada gerakan ke samping.
- Langkah lari makin lama makin melebar dengan kecepatan penuh.

## F. MODEL, PENDEKATAN, DAN METODE PEMBELAJARAN

Model : *Discovery Learning*  
Pendekatan : *Saintifik - TPACK*  
Metode : Tanya Jawab, Diskusi, Permainan, Penugasan.

## G. MEDIA DAN BAHAN PEMBELAJARAN

### a. Media

Video : <https://www.youtube.com/watch?v=HI5eV6fs8XI>  
<https://www.youtube.com/watch?v=xPRhLWV7QDw>

### b. Bahan

Alat : Ruang terbuka yang datar dan aman / Lapangan Sepakbola  
Peluit  
Cone / Corong 10 Buah  
Stopwatch

### c. Sumber Belajar

Buku siswa : Sudrajat Wiradihardja dan Syarifudin. 2017. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Kelas X. Jakarta : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (214 hlm).

Situs Internet : <https://id.wikipedia.org/wiki/Atletik>  
<https://sumberbelajar.seamolec.org/Media/Dokumen/5acb1a65865eac2e63321ca4/232b0fbbd1ff0fc274c867d5f3e6ea54.pdf>  
[https://dikbud.ntbprov.go.id/assets/download/mediapembelajaran/PJOK%2027%20\(Lari%20Jarak%20Pendek\).pdf](https://dikbud.ntbprov.go.id/assets/download/mediapembelajaran/PJOK%2027%20(Lari%20Jarak%20Pendek).pdf)

## H. KEGIATAN PEMBELAJARAN

### Pertemuan Ke Satu

Langkah Pembelajaran	Sintak Model Pembelajaran	Deskripsi Kegiatan
Kegiatan Awal		

1. Guru bersama siswa saling memberi dan menjawab salam serta menyampaikan kabarnya masing-masing melalui grup *whats app* kelas.
2. Siswa mengisi absensi kehadiran melalui link <https://forms.gle/AYgJqWHdDR4J7zKm7>
3. Guru mengajak peserta didik untuk **berdo'a** sebelum memulai pembelajaran.
4. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran serta garis besar cakupan materi yang akan dipelajari.
5. Guru memberikan motivasi kepada peserta didik.

## Kegiatan Inti

### Simulation (Pemberian Rangsangan) Mengamati

1. Peserta didik **mengamati teknik gerakan lari jarak pendek** melalui media video *youtube* pada link <https://www.youtube.com/watch?v=HI5eV6fs8XI>

### Problem Statement (Identifikasi Masalah) Menanya

1. Guru meminta peserta didik untuk membaca buku panduan PJOK serta materi pada situs internet [https://dikbud.ntbprov.go.id/assets/download/mediapembelajaran/PJOK%2027%20\(Lari%20Jarak%20Pendek\).pdf](https://dikbud.ntbprov.go.id/assets/download/mediapembelajaran/PJOK%2027%20(Lari%20Jarak%20Pendek).pdf) guna memahami berbagai jenis teknik dasar lari jarak pendek.
2. Guru memberikan kesempatan bertanya kepada peserta didik melalui forum diskusi melalui grup *whats app* untuk **mengidentifikasi masalah** dalam menerapkan teknik dasar lari jarak pendek.

### Data Collection (Pengumpulan Data) Mengumpulkan Informasi/Mencoba

1. Guru meminta peserta didik untuk **menentukan prosedur teknik dasar lari jarak pendek** secara berkelompok melalui *whats app* grup.
2. Peserta didik dapat **menggali informasi mengenai prosedur tentang teknik dasar lari jarak pendek** dengan memanfaatkan video *youtube* pada link <https://www.youtube.com/watch?v=xPRhLWV7QDw> maupun materi pembelajaran melalui link situs internet <https://sumberbelajar.seamolec.org/Media/Dokumen/5acb1a65865eac2e63321ca4/232b0fbbd1ff0fc274c867d5f3e6ea54.pdf> yang berkaitan dengan materi yang sedang dipelajari secara *mandiri*.

## Kegiatan Penutup

1. Peserta didik bersama guru melakukan refleksi pembelajaran.
2. Peserta didik bersama guru melakukan **analisis kelebihan dan kekurangan** kegiatan pembelajaran.
3. Peserta didik bersama guru **berdo'a** untuk menutup pembelajaran.

## Pertemuan Ke Dua

Langkah Pembelajaran	Sintak Model Pembelajaran	Deskripsi Kegiatan
Kegiatan Awal		
		<ol style="list-style-type: none"><li>1. Guru bersama siswa saling memberi dan menjawab salam serta menyampaikan kabarnya masing-masing melalui grup <i>whats app</i> kelas.</li><li>2. Siswa mengisi absensi kehadiran melalui link <a href="https://forms.gle/AYgJqWHdDR4J7zKm7">https://forms.gle/AYgJqWHdDR4J7zKm7</a></li><li>3. Guru mengajak peserta didik untuk <b>berdo'a</b> sebelum memulai pembelajaran.</li><li>4. Guru membuka diskusi melalui grup <i>whats app</i> kelas berkaitan dengan materi pembelajaran yang telah dipelajari pada pertemuan sebelumnya.</li><li>5. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran serta garis besar cakupan materi yang akan dipelajari.</li><li>6. Guru memberikan motivasi kepada peserta didik.</li></ol>
Kegiatan Inti		
	<b>Verification (Pembuktian)</b>	<b>Menalar/Mengasosiasi</b>
		<ol style="list-style-type: none"><li>1. Setelah pada pertemuan sebelumnya peserta didik mengamati dan menggali informasi mengenai teknik dasar keterampilan lari jarak pendek melalui Video pembelajaran yang telah disiapkan melalui link <i>youtube</i> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=HI5eV6fs8XI">https://www.youtube.com/watch?v=HI5eV6fs8XI</a> serta <a href="https://www.youtube.com/watch?v=xPRhLWV7QDw">https://www.youtube.com/watch?v=xPRhLWV7QDw</a></li><li>2. Selanjutnya guru menugaskan peserta didik secara berkelompok yang terdiri 5 orang dalam setiap kelompoknya untuk membuat video dengan model 1 orang untuk <b>melakukan gerakan teknik dasar lari jarak pendek</b> dengan tetap selalu menggunakan protokol kesehatan dan mengunggahnya kedalam akun <i>youtube</i> masing masing dengan durasi 1 menit dan atau dapat di unggah melalui akun <i>instagram</i> dengan menetag akun <i>instagram</i> guru dalam unggahan video tersebut dengan penuh <i>tanggung jawab</i> dan <i>kerjasama team</i>.</li><li>3. Guru melakukan monitoring serta membuka ruang diskusi kepada peserta didik dalam mengerjakan tugasnya melalui grup <i>whats app</i> kelas.</li></ol>

## Kegiatan Penutup

1. Peserta didik bersama guru melakukan refleksi pembelajaran
2. Peserta didik melakukan **analisis kelebihan dan kekurangan** kegiatan pembelajaran.
3. Peserta didik bersama guru **berdo'a** untuk menutup pembelajaran

## Pertemuan Ke Tiga

Langkah Pembelajaran	Sintak Model Pembelajaran	Deskripsi Kegiatan
Kegiatan Awal		

1. Guru bersama siswa saling memberi dan menjawab salam serta menyampaikan kabarnya masing-masing melalui grup *whats app* kelas.
2. Siswa mengisi absensi kehadiran melalui link <https://forms.gle/AYgJqWHdDR4J7zKm7>
3. Guru mengajak peserta didik untuk **berdo'a** sebelum memulai pembelajaran.
4. Guru membuka diskusi melalui grup *whats app* kelas berkaitan dengan materi pembelajaran yang telah dipelajari pada pertemuan sebelumnya.
5. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran serta garis besar cakupan materi yang akan dipelajari.
6. Guru memberikan motivasi kepada peserta didik.

## Kegiatan Inti

### Generalization (Menarik Kesimpulan)

### Mengkomunikasikan

1. Setelah peserta didik membuat tugas video secara berkelompok selanjutnya guru menugaskan setiap kelompok untuk membuat analisis serta evaluasi teknik dasar keterampilan lari jarak pendek dan mempresentasikannya menggunakan **powerpoint** dengan penuh *tanggung jawab* dan *percaya diri*.
2. Guru memfasilitasi kegiatan diskusi untuk menarik kesimpulanbersama secara virtual melalui aplikasi *video confrece* seperti *zoom meeting* atau *google meet*.

## Kegiatan Penutup

1. Siswa mengerjakan evaluasi pembelajaran melalui google form yang sudah disiapkan oleh guru.
2. Peserta didik bersama guru melakukan refleksi pembelajaran
3. Peserta didik melakukan **analisis kelebihan dan kekurangan** kegiatan pembelajaran.
4. Peserta didik bersama guru berdoa menutup pembelajaran

### I. PENILAIAN

#### a. Teknik Penilaian

Penilaian Sikap : Penilaian tidak langsung ( Indirect ) untuk penguatan Karakter (melalui observasi).

Penilaian Pengetahuan : Tes tertulis

Penilaian Keterampilan : Demonstrasi / Praktikum

#### b. Instrumen Penilaian

- Instrumen Penilaian Sikap

No	Nama Siswa	Sikap			Nilai
		Tanggung Jawab	Mandiri	Percaya Diri	
1					
2					
3					
4					
5					

Rubrik Penilaian :

Tanggung Jawab

1. Melakukan tugas dengan serius
2. Mengerjakan tugas yang diberikan guru sesuai dengan instruksi
3. Menyelesaikan tugas yang diberikan tepat waktu
4. Mengakui jika melakukan kesalahan

#### Mandiri

1. Mampu melakukan tugas tanpa bergantung orang lain
2. Mengerjakan tugas dengan berfikir kreatif dan inovatif
3. Menyelesaikan tugas dengan pemikiran/pendapat sendiri
4. Memiliki inisiatif

#### Percaya Diri

1. Mampu berkomunikasi dengan baik dalam pembelajaran
2. Memiliki kecakapan menyesuaikan diri yang baik dengan lingkungan
3. Aktif ketika memberikan contoh/demonstrasi pembelajaran
4. Berani memberikan pendapat atau pun bertanya pada guru

#### Kriteria Penskoran :

- 4 : Jika semua deskriptor terpenuhi
- 3 : Jika hanya 3 deskriptor terpenuhi
- 2 : Jika hanya 2 deskriptor terpenuhi
- 1 : Jika hanya 1 deskriptor terpenuhi

#### Pedoman Penilaian :

$$\frac{\text{Skor yang diperoleh}}{3 \text{ (Jumlah sikap yang dinilai)}}$$

#### Kriteria Penilaian :

- 4 : Sangat Baik
- 3 : Baik
- 2 : Cukup Baik
- 1 : Kurang Baik

- Instrumen Penilaian Pengetahuan

Kisi – kisi soal pengetahuan

Kompetensi Dasar	Materi	Indikator Soal	Bentuk Soal
3.3. Menerapkan salah satu keterampilan aktivitas atletik untuk menghasilkan gerak yang efektif.	Teknik dasar keterampilan lari jarak pendek	1. Peserta didik dapat <b>memahami</b> teknik dasar keterampilan lari jarak pendek. 2. Peserta didik dapat <b>menganalisis</b> teknik dasar keterampilan lari jarak pendek. 3. Peserta didik dapat <b>mengevaluasi</b> teknik dasar keterampilan lari jarak pendek.	Tes tulis ( Essay )

Indikator Pengetahuan

Kompetensi Dasar	Materi	Ranah Kognitif			Indikator
		C3	C4	C5	
3.3. Menerapkan salah satu keterampilan aktivitas atletik untuk menghasilkan gerak yang efektif.	Teknik dasar keterampilan lari jarak pendek	√			1. Peserta didik dapat <i>memahami</i> teknik dasar keterampilan lari jarak pendek.
			√		2. Peserta didik dapat <i>menganalisis</i> teknik dasar keterampilan lari jarak pendek.
				√	3. Peserta didik dapat <i>mengevaluasi</i> teknik dasar keterampilan lari jarak pendek.

Instrumen Soal Pengetahuan :

1. Jelaskan teknik dasar keterampilan lari jarak pendek !
2. Deskripsikan teknik start jongkok pada lari jarak pendek !
3. Jelaskan sejarah perkembangan olahraga atletik !
4. Deskripsikan posisi badan pada saat menentuh garis finish pada lari jarak pendek !
5. Analisis teknik keterampilan lari jarak pendek pada juara lomba lari dalam video yang telah kalian tonton pada link <https://www.youtube.com/watch?v=Hl5eV6fs8XI> !

• Instrumen Penilaian Keterampilan

Kisi – kisi soal keterampilan

Kompetensi Dasar	Materi	Indikator Soal	Bentuk Soal
4.3. Mempraktikkan salah satu keterampilan aktivitas atletik untuk menghasilkan gerak yang efektif.	Teknik dasar keterampilan gerak lari jarak pendek	Teknik dasar keterampilan gerak lari jarak pendek.	Tes Praktik

Indikator Keterampilan

Kompetensi Dasar	Materi	Ranah Keterampilan			Indikator Soal
		P1	P2	P3	
4.3. Mempraktikkan salah satu keterampilan aktivitas atletik untuk menghasilkan gerak yang efektif.	Teknik dasar keterampilan gerak lari jarak pendek		√		Peserta didik dapat mempraktikkan teknik dasar keterampilan lari jarak pendek.

Kriteria penilaian keterampilan KD. 4.3.

Sekolah : SMK Negeri 1 Karawang

Kelas / Semester : X / 1

Materi : Teknik dasar keterampilan gerak lari jarak pendek

No	Nama	Skor				Keterangan
		1	2	3	4	
1						
2						
3						
4						
5						

Penskoran :

Skor 4 : Jika selama melakukan rangkaian gerak sesuai dengan teknik gerak

Skor 3 : Jika selama melakukan rangkaian gerak sebagian besar sesuai dengan teknik gerak

Skor 2 : Jika selama melakukan rangkaian gerak sebagian kecil sesuai dengan teknik gerak

Skor 1 : Jika selama melakukan rangkaian gerak tidak sesuai dengan teknik gerak

Pengolahan skor proses keterampilan

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor Perolehan}}{\text{Skor Maksimum}} \times 100$$

#### J. Pembelajaran Remedial

Remedial dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada peserta didik, nilai yang dicapai tidak memenuhi KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang telah ditentukan, berikut contoh formatnya: remedial terhadap satu peserta didik.

Kompetensi Dasar : 4.3.

Indikator : Mempraktikkan keterampilan teknik dasar lari jarak pendek.

Materi : Teknik dasar keterampilan gerak lari jarak pendek.

KKM : 75

No	Nama Peserta Didik	Bentuk Remedial	Nilai	
			Awal	Remedial
1		Penugasan latihan gerak dasar lari jarak pendek secara individual		
2				
3				
4				
5				

### K. Pembelajaran Pengayaan

Pengayaan dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada peserta didik, nilai yang dicapai melampaui KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang telah ditentukan, berikut contoh formatnya : pengayaan terhadap satu peserta didik.

Kompetensi Dasar : 4.3.

Indikator : Mempraktikkan keterampilan teknik dasar lari jarak pendek.

Materi : Teknik dasar keterampilan gerak lari jarak pendek.

KKM : 75

No	Nama Peserta Didik	Bentuk Pengayaan	Nilai	
			Awal	Remedial
1		Tes praktik dan tes tulis		
2				
3				
4				
5				

Mengetahui,  
Kepala SMK Negeri 1 Karawang

Drs. Makmur, MT.

Karawang, 19 September 2020

Guru Mata Pelajaran

Darwis Prasetyo, S.Pd.