

# RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

|                   |   |
|-------------------|---|
| Satuan Pendidikan | : SMP Negeri 4 Telaga                             |
| Mata Pelajaran    | : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan       |
| Kelas / Semester  | : VIII / Ganjil                                   |
| Tema              | : <b>(Topik 2)</b> Aktivitas Permainan Bola Kecil |
| Sub Tema          | : Bulutangkis                                     |
| Pembelajaran ke   | : 9   |
| Alokasi waktu     | : (1 x Pertemuan (3 JP))                          |

## A. Kompetensi Inti

- **KI1 dan KI2: Menghargai dan menghayati** ajaran agama yang dianutnya serta **Menghargai dan menghayati** perilaku jujur, disiplin, santun, percaya diri, peduli, dan bertanggung jawab dalam berinteraksi secara efektif sesuai dengan perkembangan anak di lingkungan, keluarga, sekolah, masyarakat dan lingkungan alam sekitar, bangsa, negara, dan kawasan regional.
- **KI3:** Memahami dan menerapkan pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif pada tingkat teknis dan spesifik sederhana berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, dan kenegaraan terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
- **KI4:** Menunjukkan keterampilan menalar, mengolah, dan menyaji secara kreatif, produktif, kritis, mandiri, kolaboratif, dan komunikatif, dalam ranah konkret dan ranah abstrak sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang teori.

## B. Kompetensi Dasar Dan Indikator Pencapaian Kompetensi

| Kompetensi Dasar  | Indikator   |
|---|---|
| 3.2 Memahami gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional. *)      | 3.2.1. Mengidentifikasi berbagai gerak servis panjang <i>forehand</i> dalam permainan bulu tangkis. |
| 4.2 Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional. *) | 4.2.1. Melakukan berbagai gerak servis panjang <i>forehand</i> dalam permainan bulu tangkis.        |

Nilai karakter : Religius, jujur, disiplin dan tanggung jawab

## A. TUJUAN PEMBELAJARAN

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat :

1. Menjelaskan berbagai gerak servis panjang *forehand*
2. Melakukan gerakan servis panjang *forehand*

## B. MEDIA, ALAT DAN SUMBER BELAJAR

1. Media : Gambar gerakan
2. Alat : Lapangan, Peluit, *shuttlecock*, Raket
3. Sumber Belajar : Buku Paket Peserta didik PJOK SMP Kelas 8, Internet dan Lingkungan Sekitar

## C. KEGIATAN PEMBELAJARAN

| Kegiatan Pendahuluan ( 15 Menit )  |   |
|--|---|
| Melakukan pembukaan dengan mengucapkan salam dan menanyakan kondisi fisik peserta didik, berdoa, memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin                      |   |
| Mengaitkan kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik, baik kegiatan sebelumnya ataupun kegiatan yang pernah dilakukan peserta didik di kelas 7 |   |
| Menyampaikan manfaat yang diperoleh dengan mempelajari materi servis panjang <i>forehand</i>   |   |
| Menjelaskan hal-hal yang akan dipelajari, kompetensi yang akan di capai, serta metode yang akan digunakan  |   |
| Kegiatan Inti ( 90 Menit )   |   |
| Kegiatan Literasi  | Peserta didik diberi motivasi dan buku panduan untuk melihat, mengamati, membaca dan memahami bentuk gerakan servis panjang <i>forehand</i> |
| Berpikir Kritis  | Memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya apa yang kurang dipahami setelah membaca dan melihat gambar.                      |
| Bekerja Sama   | Peserta didik di bagi menjadi berpasangan untuk mencoba memahami dan melakukan gerakan servis panjang <i>forehand</i>                       |
| Berkomunikasi  | Peserta didik saling menanggapi gerakan yang di lakukan oleh pasangannya  |
| Berpikir   | Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah  |

|   |   |
|---|---|
| Kreatif   | dipelajari tentang servis panjang <i>forehand</i> dan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya hal yang belum dipahami |
| <b>Kegiatan Penutup ( 15 Menit )</b>  |   |
| Peserta didik membuat rangkuman/ kesimpulan pelajaran tentang poin-poin penting dalam pembelajaran yang baru dilakukan. |   |
| Guru menyampaikan materi/ kegiatan pembelajaran untuk minggu berikutnya.  |   |

#### D. PENILAIAN PEMBELAJARAN

Penilaian pengetahuan berupa uji tertulis

Penilaian Keterampilan berupa unjuk kerja pada saat melakukan pembelajaran

Penilaian Sikap berupa kategori perilaku anak saat ataupun diluar pembelajaran.

Telaga , Juli 20....

**Mengetahui,**  
**Kepala SMP NEGERI 4 TELAGA**

**Guru Mapel PJOK.**

**( YURITA TAMSI DAI, S.Pd, M.Pd )**  
**NIP.19680915 199203 2 010**

**( IBRAHIM HUNOWU, S.Pd )**  
**NIP. 19870524 201101 1 001**

**RUBRIK PENILAIAN BULU TANGKIS**

NAMA SISWA :  
KELAS :

**A. PENGETAHUAN**

1. Posisi awal kaki yang benar saat akan melakukan servis *forehand* panjang pada permainan bulu tangkis adalah ....
  - a. Melangkah depan belakang
  - b. Melangkah ke samping
  - c. Menyilang depan belakang
  - d. Memutar depan belakang
  
2. Posisi bola ( *shuttlecock* ) kontak dengan raket saat melakukan gerakan prinsip dasar forehand panjang pada permainan bulu tangkis adalah ....
  - a. Pada ketinggian pinggang
  - b. Pada ketinggian lutut
  - c. Pada ketinggian dada
  - d. Pada ketinggian kepala
  
3. ....

**RUBRIK PENILAIAN BULU TANGKIS**

NAMA SISWA :  
 KELAS :

**B. KETERAMPILAN**

| SERVIS PANJANG <i>FOREHAND</i> |   |   |   |         |   |               |   |   |    | SKOR | NILAI   |
|--------------------------------|---|---|---|---------|---|---------------|---|---|----|------|---------|
| SIKAP AWAL                     |   |   |   | GERAKAN |   | AKHIR GERAKAN |   |   |    |      | .../10X |
| 1                              | 2 | 3 | 4 | 5       | 6 | 7             | 8 | 9 | 10 |      | 100     |
|                                |   |   |   |         |   |               |   |   |    |      |         |

- Ket :
1. Raket dipegang dengan posisi *forehand*
  2. Berdiri siap melangkah ( kaki kiri didepan kaki kanan di belakang jika pegangan raket menggunakan tangan kanan atau sebaliknya )
  3. Bola di pegang sebatas pinggang
  4. Berat badan pada kaki belakang dan tagan yang memegang raket di belakang.
  5. Pindahkan berat badan ke depan bersamaan raket diayun kedepan kea rah jatuhnya bola
  6. Kontak raket dengan bola pada ketinggian lutut
  7. Raket mengarah ke atas lurus dengan arah gerakan bola
  8. Pinggul dan bahu di putar ke depan
  9. Pandangan mengikuti arah bola
  10. Arah bola melambung tinggi dan jauh

**C. SIKAP**

| SIKAP SPIRITUAL |        | SIKAP SOSIAL |              |
|-----------------|--------|--------------|--------------|
| Memberi salam   | Berdoa | Disiplin     | Bekerja sama |
|                 |        |              |              |

- Keterangan :**
- Nilai 4 ( Baik Sekali )
  - Nilai 3 ( Baik )
  - Nilai 2 ( Cukup )
  - Nilai 1 ( Kurang )