

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran(RPP 3)

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 2 Negara

Mata Pelajaran : Penjasorkes (Wajib)

Kelas / Semester : VII/2

Materi Pokok : Atletik

Sub Materi Pokok : - Lompat Jauh

Alokasi Waktu : 3 x 40 Menit

A. KOMPETENSI INTI

1. **KI1 dan KI2** : Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. **KI3** : Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. **KI4**: Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurangi, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/ teori.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator

Kompetensi Dasar

Kompetensi Dasar

3.3 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental salah satu nomor atletik (lompat jauh).

Indikator

Peserta didik diharapkan dapat:

1. memahami teknik dasar dan peraturan lompat jauh,
2. memahami teknik dasar lompat jauh dan hal-hal yang harus dihindari ketika melakukan lompat jauh.

Kompetensi Dasar

4.3 Mempraktikkan teknik dasar atletik (lompat jauh) menekankan gerak dasar fundamentalnya.

.Indikator

Peserta didik diharapkan dapat:

1. mempraktikkan teknik dasar lompat jauh.
2. mempraktikkan lompat jauh.

C. Tujuan Pembelajaran

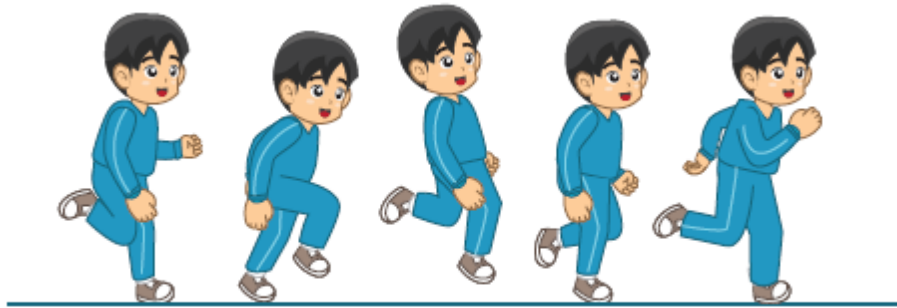
Peserta didik dapat:

1. Mengklasifikasikan sumber-sumber dan bentuk-bentuk energi
2. mensyukuri atas nikmat yang diberikan oleh Tuhan,
3. mengembangkan perilaku sportif, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, kerja sama, toleransi, disiplin, serta sikap menerima kekalahan dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes,
4. memahami dan mempraktikkan teknik dasar lompat jauh.

D. Materi Pembelajaran

1. Lompat Jauh

1. Mempraktikkan gerak dasar fundamental awalan/ancang-ancang lompat jauh gaya melenting/menggangtung dengan koordinasi yang baik. Cara melakukan awalan atau anchang-ancang lompat jauh adalah sebagaiberikut.
 - 1) Tergantung tingkat prestasi, lari anchang-ancang beragam antara 10 sampai 20 langkah.
 - 2) Tambah kecepatan lari anchang-ancang sedikit demi sedikit sebelum bertolak/bertumpu.
 - 3) Kecepatan anchang-ancang dipertahankan tetap maksimal sampai mencapai papan bertolak.
 - 4) Pinggang turun sedikit pada satu langkah akhir anchang-ancang.
 - 5) Jarak awalan 30 – 45 meter

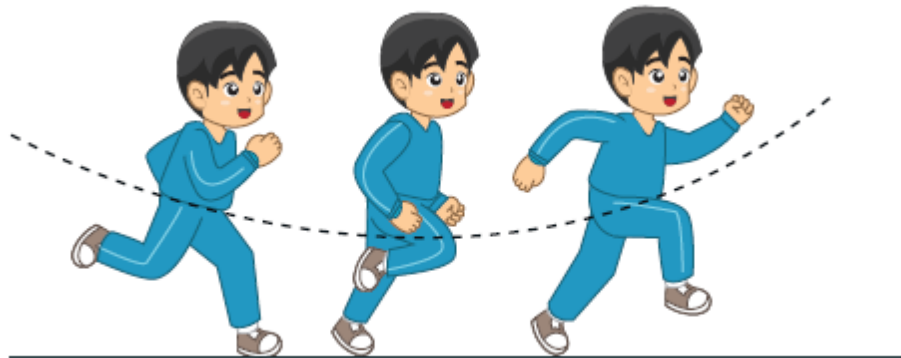


Gambar 3.22 Perhatikan cara melakukan awalan/ancang-ancang lompat jauh

2. Mempraktikkan gerak dasar fundamental tumpuan/tolakan lompat jauh gaya melenting/menggangtung dengan koordinasi yang baik.

Cara melakukan tolakan/tumpuan lompat jauh adalah sebagai berikut.

- 1) Ayunkan paha kaki-bebas cepat ke posisi horizontal dan dipertahankan.
- 2) Luruskan sendi mata kaki, lutut dan pinggang pada waktu melakukan tolakan.
- 3) Bertolaklah ke depan dan ke atas (sudut tolakan 45°).

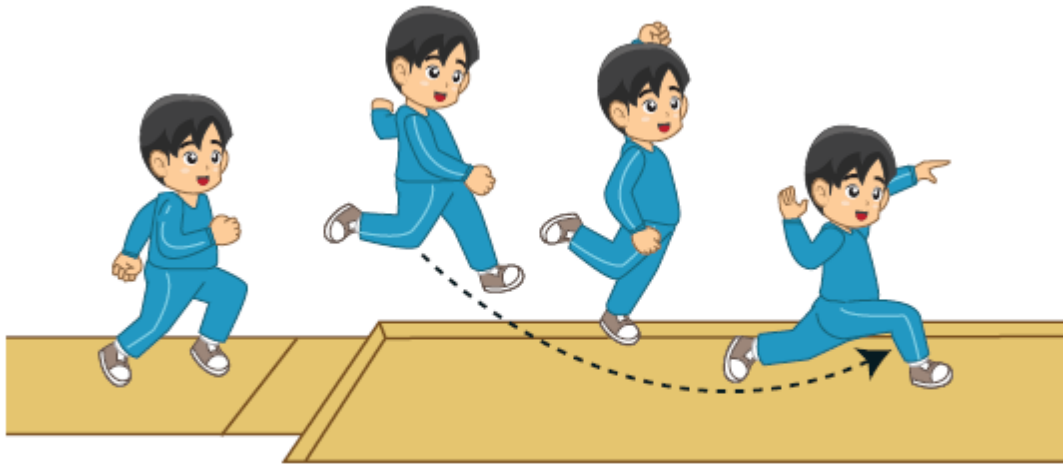


Gambar 3.23 Perhatikan cara melakukan tolakan/tumpuan lompat jauh

3. Mempraktikkan gerak dasar fundamental saat melayang di udara lompat jauh gaya melenting/menggangtung dengan koordinasi yang baik.

Cara melakukan saat melayang di udara dalam lompat jauh adalah sebagai berikut.

- a. Badan melenting ke belakang
- b. Kedua lengan lurus ke atas di samping telinga
- c. Kedua kaki hampir rapat di belakang badan



Gambar 3.24 Perhatikan tiga cara melakukan sikap melayang di udara lompat jauh

4. Mempraktikkan cara melakukan gerak dasar fundamental mendarat lompat jauh gaya melenting/menggangtung dengan benar

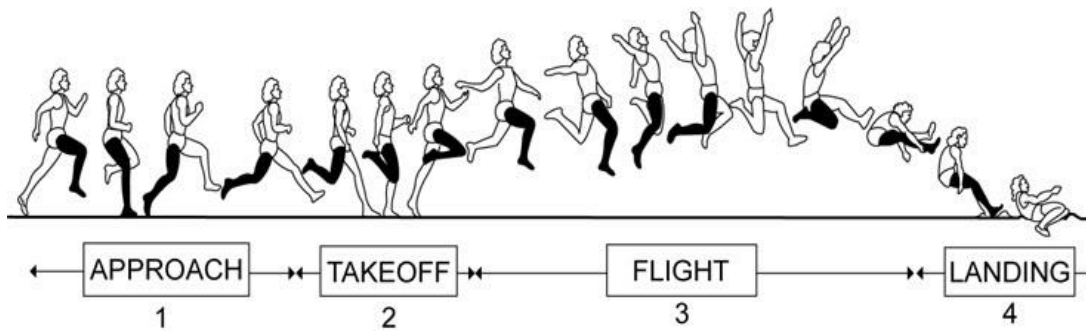
Cara melakukan pendaratan adalah sebagai berikut.

- 1) Tariklah lengan dan tubuh ke depan-bawah.
- 2) Tariklah kaki mendekati badan.
- 3) Luruskan kaki dan tekuk lagi sedikit sesaat sebelum menyentuh tanah.
- 4) Bila kedua kaki telah mendarat di bak pasir, duduklah atas kedua kaki.



Gambar 3.25 Perhatikan cara melakukan mendarat lompat jauh

5. Mempraktikkan koordinasi lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi menggunakan teknik awalan, tumpuan/tolakan, saat melayang di udara dan mendarat dengan koordinasi yang baik.



E. Metode Pembelajaran

Pendekatan : Pendekatan ilmiah (*scientific approach*)

Model : Siklus Eksplorasi, Elaborasi, Konfirmasi

- Metode :
1. Ceramah Plus
 2. Curah Pendapat
 3. Inquiri
 4. Praktik
 5. Diskusi

F. Media dan Sumber Pembelajaran

1. Media

- a. Laptop, CPU
- b. LCD Projector
- c. Film/Video
- d. Gambar/Foto
- e. Peralatan olahraga

2. Sumber Belajar

- a. Buku Ajar Penjasorkes VII Fokus
- b. Hoedaya, Dana. 2001. *Pendekatan Keterampilan Taktis dalam Pembelajaran Bola Basket*. Jakarta: Direktorat Jendral Olahraga.
- c. Referensi lain yang relevan.
- d. Internet (jika tersedia).

G. Langkah-langkah Pembelajaran

Pertemuan ke-1

Pendahuluan (10 menit)

Guru :

Orientasi

- Melakukan pembukaan dengan salam pembuka, memanjatkan syukur kepada Tuhan YME dan berdoa untuk memulai pembelajaran
- Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin
- Menyiapkan fisik dan psikis peserta didik dalam mengawali kegiatan pembelajaran.

Aperpepsi

- Mengaitkan materi/tema/kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi/tema/kegiatan sebelumnya
- Mengingat kembali materi prasyarat dengan bertanya.
- Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan

Motivasi

- Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari.
- Apabila materi/tema/projek ini kerjakan dengan baik dan sungguh-sungguh ini dikuasai dengan baik, maka peserta didik diharapkan dapat menjelaskan tentang materi : Teknik dasar Lompat Jauh
- Menyampaikan Tujuan Pembelajaran pada pertemuan yang berlangsung
- Mengajukan pertanyaan

Pemberian Acuan

- Memberitahukan materi pelajaran yang akan dibahas pada pertemuan saat itu.
- Memberitahukan tentang kompetensi inti, kompetensi dasar, indikator, dan KKM pada pertemuan yang berlangsung
- Pembagian kelompok belajar
- Menjelaskan mekanisme pelaksanaan pengalaman belajar sesuai dengan langkah-langkah pembelajaran.

Kegiatan Inti (100 menit)

- [KEGIATAN LITERASI](#)

Mengamati

1. Membaca buku teks tentang konsep berpikir kronologis (diakronik), sinkronik, ruang dan waktu dalam penjasorkes.
2. Guru meminta peserta didik untuk membaca sebentar tentang teknik lompat jauh, kesalahan dan perbaikan kesalahan dalam lompat jauh, serta peraturan lompat jauh.
3. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengamati beberapa permasalahan yang terkait dengan teknik lompat jauh, kesalahan dan perbaikan kesalahan dalam lompat jauh, serta peraturan lompat jauh.
4. Peserta didik mengamati gambar atau video tentang teknik lompat jauh, kesalahan dan perbaikan kesalahan dalam lompat jauh, serta peraturan lompat jauh.

- [CRITICAL THINKING \(BERPIKIR KRITIK\)](#)

Menanya

1. Guru meminta peserta didik untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan pada cek kemampuan awal.
2. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengajukan pertanyaan terkait hasil pengamatan mereka tentang teknik lompat jauh, kesalahan dan perbaikan kesalahan dalam lompat jauh, serta peraturan lompat jauh.
3. Guru menampung pertanyaan peserta didik dan memberi kesempatan kepada tiap peserta didik atau menunjuk secara acak peserta didik untuk menjawab pertanyaan temannya.
4. Guru mengajukan pertanyaan kepada peserta didik terkait tentang teknik lompat jauh, kesalahan dan perbaikan kesalahan dalam lompat jauh, serta peraturan lompat jauh.

- [KEGIATAN LITERASI](#)

Mengeksplorasi

1. Peserta didik mencari jawaban pertanyaan pada cek kemampuan awal dengan membaca buku ajar dan buku referensi lain.
2. Peserta didik mengumpulkan informasi dari tanya jawab yang dilakukan dan melengkapinya dengan membaca buku ajar dan buku referensi terkait teknik lompat jauh, kesalahan dan perbaikan kesalahan dalam lompat jauh, serta peraturan lompat jauh.
3. Peserta didik berdiskusi secara berkelompok untuk mengidentifikasi dan menganalisis ragam informasi yang diperoleh, kemudian dijadikan bahan untuk menyimpulkan tentang teknik lompat jauh, kesalahan dan perbaikan kesalahan dalam lompat jauh, serta peraturan lompat jauh.

- [COLLABORATION \(KERJASAMA\)](#)

Mengasosiasikan

1. Peserta didik menyusun hasil diskusi tentang teknik lompat jauh, kesalahan dan perbaikan kesalahan dalam lompat jauh, serta peraturan lompat jauh.
2. Peserta didik merumuskan tentang teknik lompat jauh, kesalahan dan perbaikan kesalahan dalam lompat jauh, serta peraturan lompat jauh.
3. Peserta didik menemukan hubungan tentang teknik lompat jauh, kesalahan dan perbaikan kesalahan dalam lompat jauh, serta peraturan lompat jauh dengan pertanyaan konsep 5W + 1H.

Mengomunikasikan

1. Peserta didik menuliskan laporan kerja kelompok.
2. Peserta didik mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan kelas dan peserta didik dari kelompok lain memberikan tanggapan.
3. Guru memberikan penegasan terhadap hasil pembelajaran peserta didik.

Kegiatan Penutup (10 menit)

Peserta didik :

- Membuat resume [\(CREATIVITY\)](#) dengan bimbingan guru tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran tentang materi Pengantar tentang Lompat Jauh yang baru dilakukan.
- Mengagendakan pekerjaan rumah untuk materi Lompat Jauh yang baru diselesaikan.
- Mengagendakan materi atau tugas projek/produk/portofolio/unjuk kerja yang harus mempelajaraipada pertemuan berikutnya di luar jam sekolah atau diruma

Guru :

- Memeriksa pekerjaan siswa yang selesai langsung diperiksa untuk materi pelajaran Pengantar tentang Lompat Jauh.
- Peserta didik yang selesai mengerjakan tugas projek/produk/portofolio/unjuk kerja dengan benar diberi paraf serta diberi nomor urut peringkat, untuk penilaian tugas projek/produk/portofolio/unjuk kerja pada materi pelajaran Pengantar tentang Lompat Jauh.
- Memberikan penghargaan untuk materi pelajaran Pengantar tentang Lompat Jauh kepada kelompok yang memiliki kinerja dan kerjasama yang baik.

H. Penilaian

No.	Kompetensi	Teknik	Instrumen	Keterangan
1.	KI 1 dan KI 2	Observasi	<ul style="list-style-type: none">• Lembar observasi	Terlampir
2.	KI 3	Tes tertulis	<ul style="list-style-type: none">• Pilihan ganda• Uraian• Tugas (mandiri atau kelompok)	Terlampir
3.	KI 4	Proyek	<ul style="list-style-type: none">• Lembar laporan tugas praktik• Lembar laporan tugas proyek	Terlampir

Mengetahui
Kepala SMP Negeri 2 Negara

Negara, 6 Januari 2020
Guru Mata Pelajaran

Drs. I Nyoman Suarna, M.Pd.
NIP. 19660601 199412 1 005

Made Yoga Indra Kusuma, S.Pd.
NIP. -

**Lampiran
Penilaian KI 1**

**INSTRUMEN PENILAIAN SIKAP SPIRITUAL
(LEMBAR OBSERVASI)**

A. Petunjuk Umum

1. Instrumen penilaian sikap spiritual ini berupa *Lembar Observasi*.
2. Instrumen ini diisi oleh guru yang mengajar peserta didik yang dinilai.

B. Petunjuk Pengisian

Berdasarkan pengamatan Anda selama dua minggu terakhir, nilailah sikap tiap peserta didik Anda dengan memberi skor 4, 3, 2, atau 1 pada *Lembar Observasi* dengan ketentuan sebagai berikut:

4 = apabila SELALU melakukan perilaku yang diamati

3 = apabila SERING melakukan perilaku yang diamati

2 = apabila KADANG-KADANG melakukan perilaku yang diamati

1 = apabila TIDAK PERNAH melakukan perilaku yang diamati

C. Lembar Observasi

LEMBAR OBSERVASI

Kelas :

Semester :

Tahun Ajaran :

Periode Pengamatan : Tanggal ... s.d.

Butir Nilai : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.

Indikator Sikap :

Indikator Sikap	Deskripsi	Skor
1. Menjaga tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya yang diberikan oleh Tuhan.	Selalu menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan	4
	Sering menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan	3
	Kadang-kadang menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan.	2
	Tidak pernah menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan.	1
2. Mengembangkan sikap syukur atas apa yang diberikan oleh Tuhan.	Selalu bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	4
	Sering bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	3
	Kadang-kadang bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	2
	Tidak bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	1

Lembar Penilaian :

No.	Nama Peserta Didik	Skor Aspek yang Dinilai (1 – 4)		Jumlah Perolehan Skor	Skor Akhir	Tuntas/ Tidak Tuntas
		Indikator				
		1	2			
1.						
2.						
3.						
dst						

Penilaian KI 2

INSTRUMEN PENILAIAN SIKAP SOSIAL (LEMBAR OBSERVASI)

A. Petunjuk Umum

1. Instrumen penilaian sikap spiritual ini berupa *Lembar Observasi*.
2. Instrumen ini diisi oleh guru yang mengajar peserta didik yang dinilai.

B. Petunjuk Pengisian

Berdasarkan pengamatan Anda selama dua minggu terakhir, nilailah sikap tiap peserta didik Anda dengan memberi skor 4, 3, 2, atau 1 pada *Lembar Observasi* dengan ketentuan sebagai berikut:

4 = apabila SELALU melakukan perilaku yang diamati

3 = apabila SERING melakukan perilaku yang diamati

2 = apabila KADANG-KADANG melakukan perilaku yang diamati

1 = apabila TIDAK PERNAH melakukan perilaku yang diamati

C. Lembar Observasi

LEMBAR OBSERVASI

Kelas :

Semester :

Tahun Ajaran :

Periode Pengamatan : Tanggal ... s.d.

Butir Nilai : Menghayati Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerja sama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.

Indikator Sikap :

Indikator Sikap	Deskripsi	Skor
1. Bermain sportif dalam melakukan permainan sepak bola dan bola voli	Selalu berperilaku sportif dalam bermain.	4
	Sering berperilaku sportif dalam bermain.	3
	Kadang-kadang berperilaku sportif dalam bermain.	2
	Tidak pernah berperilaku sportif dalam bermain.	1
2. Menumbuhkan sikap tanggung jawab saat melakukan permainan sepak bola dan bola voli.	Selalu bertanggung jawab saat melakukan permainan.	4
	Sering bertanggung jawab saat melakukan permainan.	3
	Kadang-kadang bertanggung jawab saat melakukan permainan.	2
	Tidak pernah bertanggung jawab saat melakukan permainan..	1
3. Menunjukkan sikap saling menghargai.	Selalu menghargai pendapat orang lain.	4
	Sering menghargai pendapat orang lain.	3
	Kadang-kadang menghargai pendapat orang lain.	2
	Tidak pernah menghargai pendapat orang lain.	1

Indikator Sikap	Deskripsi	Skor
4. Mengembangkan sikap kerjasama dalam melakukan berbagai permainan olahraga.	Selalu melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	4
	Sering melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	3
	Kadang-kadang melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	2
	Tidak pernah melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	1
5. Menumbuhkan sikap toleransi dalam menggunakan peralatan olahraga.	Selalu menunjukkan sikap toleransi antarteman.	4
	Sering menunjukkan sikap toleransi antarteman.	3
	Kadang-kadang menunjukkan sikap toleransi antarteman.	2
	Tidak pernah menunjukkan sikap toleransi antarteman.	1
6. Menunjukkan sikap disiplin dalam aktivitas olahraga.	Selalu menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	4
	Sering menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	3
	Kadang-kadang menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	2
	Tidak pernah menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	1
7. Memiliki sikap menerima kekalahan dan kemenangan dalam suatu permainan.	Selalu menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	4
	Sering menunjukkan sikap menerima	3

Indikator Sikap	Deskripsi	Skor
	kekalahan dan kemenangan.	
	Kadang-kadang menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	2
	Tidak pernah menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	1

Lembar Penilaian :

No.	Nama Peserta Didik	Skor Aspek yang Dinilai (1 – 4)		Jumlah Perolehan Skor	Skor Akhir	Tuntas/ Tidak Tuntas
		Indikator				
		1	2			
1.						
2.						
3.						
dst						

PETUNJUK PENENTUAN NILAI SIKAP

- Rumus Penghitungan Skor Akhir

$$\text{Skor Akhir} = \frac{\text{Jumlah Perolehan Skor}}{\text{Skor Maksimal}} \times 4$$

$$\text{Skor Maksimal} = \text{Banyaknya Indikator} \times 4$$

- Kategori nilai sikap peserta didik didasarkan pada Permendikbud No 81A Tahun 2013 yaitu:

Sangat Baik (SB) : apabila memperoleh Skor Akhir: $3,33 < \text{Skor Akhir} \leq 4,00$

Baik (B) : apabila memperoleh Skor Akhir: $2,33 < \text{Skor Akhir} \leq 3,33$

Cukup (C) : apabila memperoleh Skor Akhir: $1,33 < \text{Skor Akhir} \leq 2,33$

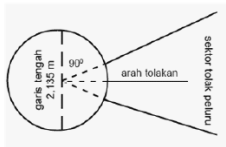
Kurang (K) : apabila memperoleh Skor Akhir: $\text{Skor Akhir} \leq 1,33$

Penilaian KI 3

Uji Kompetensi

- **Kerjakan soal-soal pilihan ganda berikut ini dengan membubuhkan tanda silang (X) pada pilihan jawaban yang tepat! Kerjakanlah dengan jujur! Yakinlah pada kemampuan Anda!**

1. Gerakan awal dalam usaha mengangkat badan ke atas, sehingga badan dapat melayang. Gerakan dalam lompat jauh tersebut merupakan gerakan
 - a. awalan
 - b. tolakan atau tumpuan
 - c. saat melayang di udara
 - d. mendarat
2. Ukuran jarak awalan lapangan lompat jauh adalah
 - a. 10–20 m
 - b. 20–25 m
 - c. 30–40 m
 - d. 45–55 m
3. Perhatikan gambar berikut ini!



- Lapangan tolak peluru berbentuk
- a. persegi panjang
 - b. persegi
 - c. lingkaran
 - d. segitiga
4. Salah satu cabang olahraga atletik yang bertujuan untuk mencapai jarak tolakan yang sejauh-jauhnya adalah
 - a. lempar lembing
 - b. tolak peluru
 - c. lompat jauh
 - d. kasti
 5. Dalam tolak peluru terdapat dua macam gaya, yaitu gaya ortodock dan gaya O'Brien. Gaya ortodock dengan menggunakan awalan
 - a. menyamping
 - b. membelakangi
 - c. menyerong
 - d. mendahului
 6. Alat yang digunakan dalam tolak peluru adalah rol meter, bendera kecil, kapur/tali rafia, dan peluru. Berat peluru untuk senior putra adalah ... kg.
 - a. 4
 - b. 5
 - c. 7.257
 - d. 3
 7. Panjang lintasan lompat jauh hingga papan tumpuan adalah ... meter.
 - a. 42
 - b. 43
 - c. 44
 - d. 45
 8. Berikut yang *bukan* termasuk pembela-jaran dalam lompat jauh adalah
 - a. berlari mengangkat paha
 - b. lompat lewati bangku
 - c. berlari lewati rintangan
 - d. menolak dua kaki

9. Media yang biasa digunakan untuk mengisi bak atau lapangan lompat jauh adalah
 - a. batu
 - b. pasir
 - c. kerikil
 - d. Lumpur
10. Sikap badan melompat di udara seperti orang sedang berjalan di udara disebut gaya
 - a. *schenepfer*
 - b. *walking in the air*
 - c. katak
 - d. *take off*
11. Sudut tolakan yang benar dalam melakukan tolak peluru adalah
 - a. 60°
 - b. 50°
 - c. 45°
 - d. 35°
12. Cara mendarat yang benar dalam lompat jauh adalah
 - a. kaki digerakkan
 - b. kaki dilipat dan diam
 - c. kaki dibengkokkan
 - d. kaki diacungkan/diluruskan ke depan
13. Di bawah ini bahan yang *tidak* digunakan dalam pembuatan peluru adalah
 - a. emas
 - b. besi
 - c. baja
 - d. kuningan
14. Awalan yang bagus dalam lompat jauh adalah
 - a. lompat sejauh-jauhnya
 - b. pandangan ke depan
 - c. lari secepat-cepatnya
 - d. jalan secepat-cepatnya
15. Pada saat akan menolak peluru, sikap badan yang tepat adalah
 - a. badan tegak
 - b. bahu kanan diputar ke belakang
 - c. bahu kanan mendekati lutut kaki kanan
 - d. badan agak membungkuk

Penilaian KI 4

Job Sheet

Nama :

Kelas :

No. Absen :

A. Tugas

Mencari artikel tentang lompat jauh.

B. Alat dan Bahan

1. Buku Penjasorkes kelas VII
2. Koran atau majalah
3. Internet

C. Langkah Kegiatan

1. Peserta didik mencari artikel di internet mengenai kesalahan dan perbaikan kesalahan dalam lompat jauh.
2. Peserta didik mencari artikel tentang peraturan lompat jauh.
3. Peserta didik membaca artikel-artikel yang diperolehnya untuk menambah wawasan pengetahuannya.

D. Penilaian

No.	Aspek yang Dinilai	Skala Nilai			
1.	Hasil Identifikasi	1	2	3	4
2.	Akurasi Analisis				
3.	Materi Presentasi				
4.	Penampilan				
	Nilai Total				
	Keterangan: Sempurna : 4 Kurang Sempurna : 2 – 3 Tidak Sempurna : 1				

E. Analisis Hasil

Analisis Hasil (Diisi Guru)