

MODUL AJAR



MODUL AJAR PJOK SMA

**FASE E KELAS 10
PERMAINAN BULU TANGKIS**

**IMANUEL SITEPU.S.Si
SMAS PRIMBANA MEDAN**

1. INFORMASI UMUM

A. Identitas Modul

Nama Penyusun	Imanuel Sitepu.S.Si
Institusi	SMAS Primbana Medan
Tahun disusun	2021
Jenjang Sekolah	SMA
Kelas	Kelas 10 (Fase E)
Alokasi Waktu	6 JP (2 x 3x 45 menit)

B. Kompetensi Awal

Siswa dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan hasil evaluasi aktivitas jasmani dan olahraga, aktivitas senam, aktivitas gerak berirama, dan aktivitas permainan dan aktivitas olahraga air (kondisional) secara matang.

C. Profil Pelajar Pancasila

Mandiri, Gotong-Royong, Kreatif dan Tanggungjawab.

D. Sarana dan Prasarana

Sarana	<ul style="list-style-type: none">- Laptop- <i>In Focus</i> (Proyektor)- Speaker- Pluit- Lapangan- Shutleclock- Net
Prasarana	<p>Buku Paket PJOK”</p> <ul style="list-style-type: none">- Buku teknik permainan Bulu Tangkis- Video Bulu Tangkis- Lembar Kerja Siswa- Lembar Penilaian

E. Target Peserta Didik

Target Peserta Didik pada Modul Ajar ini adalah Peserta Didik Reguler/Tipikal

F. Model Pembelajaran

Model Pembelajaran yang digunakan adalah Model Pembelajaran Tatap Muka

2. KOMPONEN INTI

A. Tujuan Pembelajaran

Tujuan Pembelajaran	<ol style="list-style-type: none">1. Mempraktikkan hasil evaluasi aktivitas jasmani dan olahraga permainan bulutangkis (smash, lob, drop dan drive shot, net shot) dan mempraktekkan hasil evaluasi tersebut dalam bentuk permainan sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki oleh siswa.2. Mengevaluasi fakta, konsep, prinsip, dan prosedur dalam melakukan keterampilan gerak dasar dan teknik dasar permainan bulutangkis (smash, lob, drop dan driveshot, netshot) dan melakukan pendalaman evaluatif tentang bagaimana teknik dasar yang dipelajari tersebut diterapkan dalam bentuk permainan sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki oleh siswa..3. Mengevaluasi fakta, konsep, prinsip, dan prosedur dan mempraktikkan permainan bulutangkis sebagai latihan pengembangan kebugaran jasmani terkait kesehatan (health-related physical fitness) dan kebugaran jasmani terkait keterampilan (skills- related physical fitness), berdasarkan prinsip latihan (Frequency Intensity, Time, Type/FITT) untuk mendapatkan kebugaran dengan status baik.4. Mengembangkan tanggung jawab sosial siswa dalam kelompok kecil untuk melakukan perubahan positif, menunjukkan etika yang baik, saling menghormati, dan mengambil bagian dalam kerja kelompok pada aktivitas jasmani atau kegiatan sosial lainnya, melalui pembelajaran permainan bulutangkis.5. Mengevaluasi sikap dan kebiasaan untuk menjadi individu yang sehat, aktif, menyukai tantangan dan cara menghadapinya secara positif dalam konteks aktivitas jasmani dengan menunjukkan perilaku menghormati diri sendiri dan orang lain, serta mengembangkan nilai-nilai gerak: nilai-nilai aktivitas jasmani untuk kesehatan, nilai-nilai
---------------------	---

	aktivitas jasmani untuk kegembiraan dan tantangan, dan nilai-nilai aktivitas jasmani untuk ekspresi diri dan interaksi sosial.
--	--

B. Pemahaman Bermakna

- Kemampuan siswa untuk memahami dan memprediksi konsekuensi emosi dan pengeksperiannya serta menyusun langkah-langkah untuk mengelola emosinya dalam pembelajaran permainan bulutangkis dan interaksinya dengan orang lain dapat membantu siswa memiliki kesehatan mental yang baik, memperkuat kesiapan dan kemampuan siswa

C. Pertanyaan Pemantik

1. Mengapa kalian perlu menguasai keterampilan teknik dasar bermain bulutangkis seperti *forehand*, *backhand*, *smash*, *lob*, *drop shots*, *net shots*?
2. Supaya meraih angka dengan cepat, perilaku kelompok apakah yang perlu dilakukan?
3. Untuk bisa bermain bulutangkis, apakah yang perlu kamu lakukan?
4. Mengapa pemain bulutangkis perlu mengetahui kemana harus berlari dimana harus berdiri?
5. Situasi bermain seperti apakah agar pemain dapat dengan mudah memasukkan bola ke lapangan lawan?

D. Persiapan pembelajaran

- a. Guru menginstruksikan peserta didik untuk menyiapkan lapangan dan alat sehingga tercipta suasana lapangan yang kondusif dan nyaman dalam kegiatan pembelajaran
- b. Guru menginstruksikan agar peserta didik untuk mengganti pakian olahraga
- c. Guru mempersiapkan sarana dan prasarana yang akan digunakan dalam mendukung proses kegiatan pembelajaran.
- d. Rintangan (net) atau sejenisnya (tali rafia, kain atau bilah bambu sebagai tiangnya)
- e. Hula hoops atau lingkaran yang dibuat dari tali rafia digunakan sebagai target
- f. Lembar Kegiatan Siswa (student work sheet) yang berisi perintah dan indikator tugas gerak.

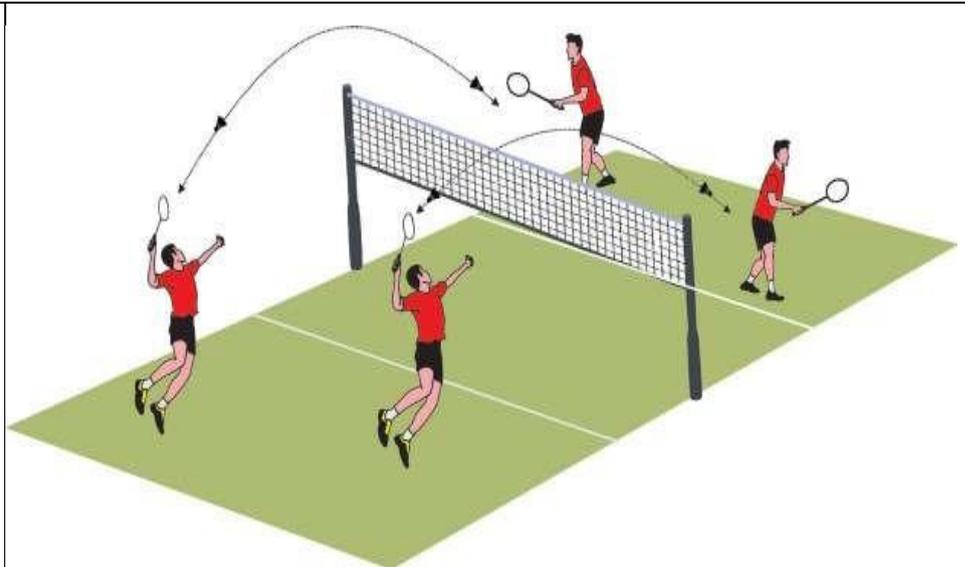
E. Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan 1 (3x 45 menit)

Pendahuluan (10 Menit)	<ol style="list-style-type: none"> a. Guru meminta salah seorang siswa untuk menyiapkan barisan di lapangan sekolah dan mengucapkan salam atau selamat pagi kepada siswa. b. Guru meminta salah seorang siswa untuk memimpin doa, dan siswa berdoa sesuai dengan agamanya masing-masing. c. Guru memastikan bahwa semua siswa dalam keadaan sehat, bila ada siswa yang kurang sehat (sakit), maka guru meminta siswa tersebut untuk beristirahat di kelas. d. Guru memotivasi siswa untuk mengondisikan suasana belajar yang menyenangkan dengan mengajukan pertanyaan tentang manfaat olahraga bagi kesehatan dan kebugaran. e. Guru mengecek penguasaan kompetensi yang sudah dipelajari sebelumnya, dengan cara tanya jawab. f. Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai siswa setelah proses pembelajaran (seperti yang tercantum dalam indikator tujuan pembelajaran) disertai dengan penjelasan manfaat dari kegiatan bermain bulutangkis: misalnya bahwa bermain bulutangkis adalah salah satu aktivitas yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan prestasi cabang olahraga bulutangkis. g. Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari yaitu: teknik dasar smash, drop dan drive, net play, dan pendalaman gerakan pukulan dalam permainan bulutangkis h. Guru mempersilahkan salah satu siswa membawa pemanasan i. Guru membagi siswa menjadi beberapa kelompok
-------------------------------	--

--	--

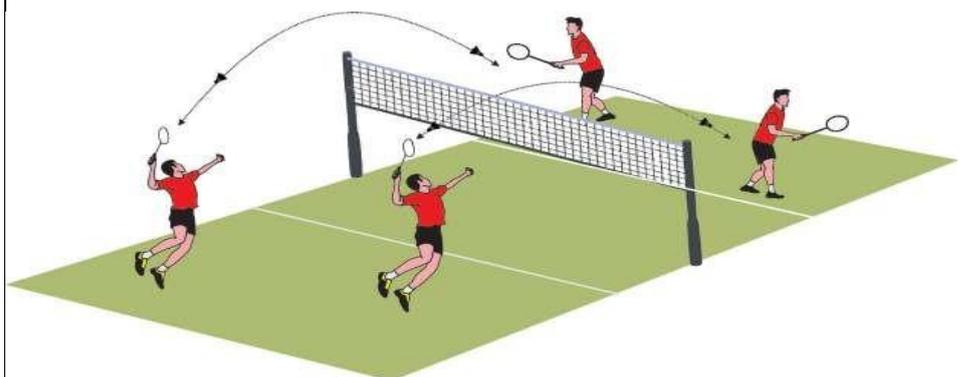
<p>Kegiatan Inti (115 menit)</p> <p>Stimulation/ pemberian rangsangan</p>	<p>Peserta didik diberi motivasi dan panduan untuk melihat, mengamati, membaca dan menuliskannya kembali dari tayangan dan bahan bacaan terkait Teknik permainan bulu tangkis dan Menjelaskan langkah-langkah gerakan pukulan smash.</p> <p>Memberikan situasi di mana siswa dapat mencari variasi dan kombinasi dari berbagai pukulan smash dan lob dengan saling berpasangan sesama temannya.</p>
<p>Problem Statemen/ Identifikasi Masalah</p>	<p>Siswa menerima dan mempelajari kartu tugas (task sheet) yang berisi perintah dan indikator tugas teknik dasar keterampilan gerak spesifik smash, lob, drop dan drive shot, dan pendalaman gerakan pukulan dalam permainan bulutangkis.</p>
<p>Data Colletion/ Pengumpulan Data</p>	<p>a. Siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru pada setiap materi pembelajaran, yaitu: smash, lob, drop dan drive, dan pendalaman gerakan pukulan dalam permainan bulutangkis. Secara rinci tugas ajar keterampilan teknik dasar drop and drive dan dalam permainan bulutangkis</p> <p>b. Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk mendiskusikan, mengumpulkan informasi, Melakukan gerakan drop dan drive, dan pendalaman gerakan pukulan dalam permainan bulutangkis.</p> <p>a).Aktivitas pembelajaran 1: Melakukan langkah-langkah gerakan pukulan drop dan net play di tempat</p> <p>Cara melakukan dropshot</p> <ol style="list-style-type: none"> 1).Pusatkan perhatian dan pandangan ke shuttlecock dan kuasai pegangan raket dengan posisi menyamping (bahu) 2).Upayakan bergerak cepat untuk mendapatkan posisi badan berada di belakang shuttlecock 3).Kontak shuttlecock dengan permukaan raket sedikit di depan badan (sama dengan smash) 4).Perlambat kecepatan raket sebelum bersentuhan 5).Pukul dengan posisi tangan lurus, dorong atau sentuh shuttlecock dengan halus 6).Ikuti gerak lanjutan sehingga shuttlecock hampir tidak melewati net dan jatuh ke lapangan depan <div data-bbox="587 1308 1075 1592" data-label="Image"> </div> <p>2.Aktivitas Pembelajaran 2: Latihan Teknik Dasar Pukulan Smash dan Lob dengan Saling Berpasangan</p> <p>Panduan menampilkan:</p> <ol style="list-style-type: none"> a.siswa masing-masing saling berpasangan sesama temannya dan atur jarak dengan yang sampingnya b.Saling mencoba mengembalikan shuttlecock dan harus melewati net c.Gerakan dilakukan di tempat dilanjutkan bergerak maju-mundur dan bergerak kanan-kiri (atur posisi tubuh terhadap datangnya shuttlecock) d.Lakukan gerakan smash dari gerakan lob-tinggi lawan secara berulang, satu pemain melakukan smash pemain lawannya melakukan lob (untuk umpan pertama lakukan dengan servis lambung setelah itu melakukan gerakan pukulan smash dan yang servis langsung mengumpan shuttlecock dengan gerakan pukulan lob) e.Pembelajaran dilakukan secara berulang-ulang selama 5 menit.



3. Aktivitas Pembelajaran 3: Kombinasi Teknik Dasar Speiik Pukulan Smash dan Lob Secara Bergantian dengan Menggunakan Poin (Angka).

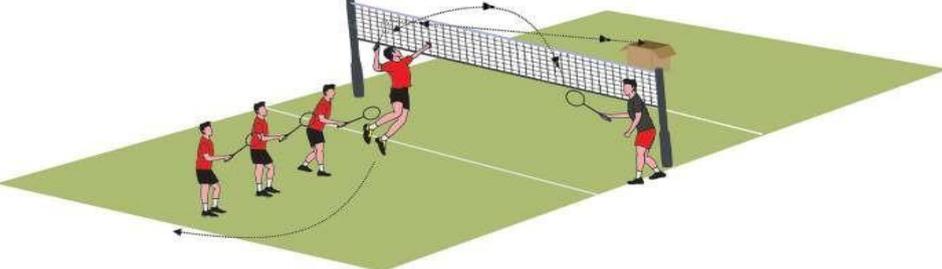
Panduan menampilkan:

- a. Siswa dibagi beberapa kelompok dan saling berpasangan, kelompok 1 vs kelompok 2 dan kelompok 3 vs kelompok 4.
- b. Lakukan aktivitas yang masih sama dengan pembelajaran 2 dengan ditambah rintangan yang berbeda (hal ini dilakukan untuk meningkatkan keseriusan/kompetitif siswa dalam permainan bulutangkis)
- c. siswa dari kelompoknya, dengan pola 1 lawan 1 melakukan pukulan smash dan lob secara bergantian dengan melewati target garis servis, satu pemain yang melakukan smash pukulan smash sebanyak 10 kali. Pada pukulan ke sebelas arahkan ke cone yang telah disediakan.
- d. Pemain yang melakukan smash diganti oleh pemain berikutnya, sedangkan pemain yang tadinya melakukan lob menjadi pemain yang melakukan smash. Demikian seterusnya.
- e. Pemain yang melakukan smash bila bisa mengenai sasaran (target cone) mendapatkan 1 poin.
- f. Kumpulkan poin yang harus didapat oleh setiap kelompok 7 poin (angka). Kelompok yang lebih dahulu meraih angka 7 dinyatakan unggul dalam permainan.



(4) Aktivitas Pembelajaran 4: Melakukan pendalaman gerakan pukulan smash dengan permainan

Panduan menampilkan:

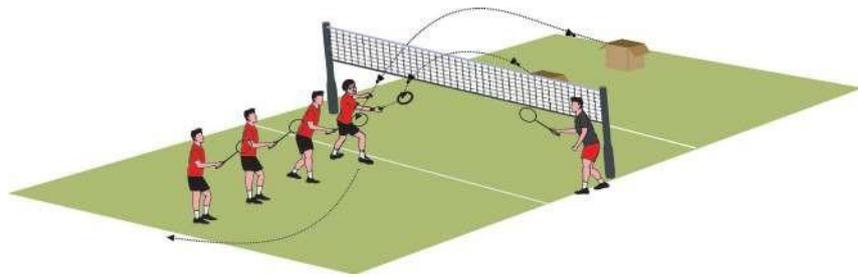
	<p>a.siswa dibagi dalam beberapa kelompok satu kelompok terdiri dari 4 orang b.1 orang melakukan untuk memberi umpan ke teman-temannya bisa saling bergantian dan 3 orang berusaha untuk memasukan shuttlecock ke kardus / keranjang c.Kelompok yang paling banyak memasukan shuttlecock ke kardus / keranjang maka kelompok itu pemenangnya d.Setiap kelompok saling berlomba untuk memasukan shuttlecock ke kardus / keranjang dengan diberi waktu 3-5 menit oleh guru.</p> 
Generalization / Menarik Kesimpulan	<p>a.Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang materi yang telah dilakukan b.Peserta Didik diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal yang belum dipahami terkait materi yang sudah di pelajari dan di lakukan</p>
Penutup (10 menit)	<p>a.Salah seorang siswa di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan, guru mempertanyakan apa manfaatnya. b.Guru dan siswa melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum dan kesalahan-kesalahan yang masih sering timbul saat melakukan aktivitas pembelajaran. c.Guru menginformasikan kepada siswa, kelompok dan siswa yang paling baik penampilannya selama pembelajaran permainan bulutangkis. d.Guru menugaskan siswa yang terkait dengan pembelajaran yang telah dilakukan untuk membaca dan membuat kesimpulan tentang teknik dasar keterampilan gerak spesifik smash dan drive dalam permainan bulutangkis, hasilnya dijadikan sebagai tugas penilaian penugasan. Selanjutnya guru memberi tugas kepada siswa untuk membaca dan mempelajari materi pembelajaran pada pertemuan minggu yang akan datang, yaitu: teknik dasar keterampilan gerak lainnya seperti drop dan net play dalam permainan bulutangkis e.Berdoa dipimpin oleh salah satu siswa dan menyampaikan salam. f.siswa kembali ke kelas yang dilakukan dengan tertib, dan bagi siswa yang bertugas mengembalikan peralatan ke tempat semula</p>

PERTEMUAN KE 2 (3 X 45 Menit)

E.Kegiatan Pembelajaran

Pendahuluan (10 Menit)	<ul style="list-style-type: none"> >.Guru membuka pembelajaran dengan mengucapkan salam >. Salah satu dari siswa memimpin doa dan pemanasan sebelum memulai pelajaran >. Guru memeriksa kehadiran peserta didik dan memberikan motivasi >. Guru menanyakan materi yang sudah di pelajari di pertemuan lalu kepada peserta didik >. Guru menyampaikan topik dan tujuan pembelajaran >. Guru Membagi siswa menjadi beberapa Kelompok
Kegiatan Inti (115 Menit) Stimulation	<p>Peserta didik diberi motivasi dan panduan untuk melihat, mengamati, membaca dan menuliskannya kembali dari tayangan dan bahan bacaan terkait Teknik permainan bulu tangkis dan Menjelaskan langkah-langkah gerakan pukulan drop dan net play.</p>
Problem Statement	<p>Siswa menerima dan mempelajari kartu tugas (task sheet) yang berisi perintah dan indikator tugas teknik dasar keterampilan gerak spesifik pukulan Dropshot, dan net play</p>

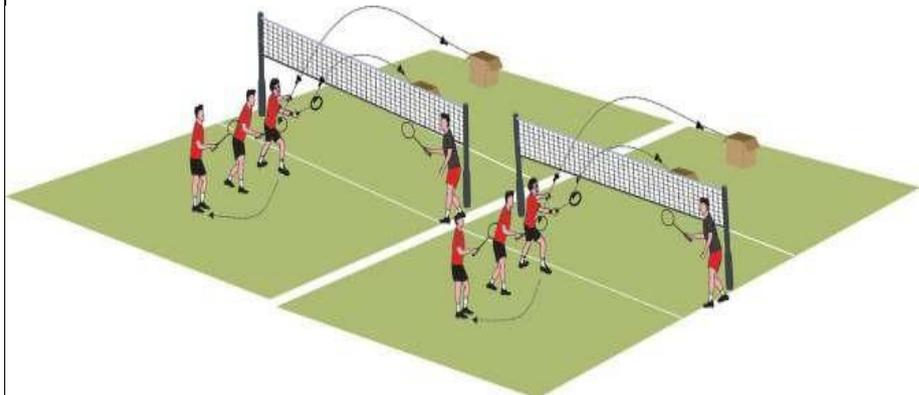
<p>Data Collection</p>	<p>dalam permainan bulutangkis.</p> <ol style="list-style-type: none"> a. a. Siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru pada setiap materi pembelajaran, yaitu: drop dan drive, dan pendalaman gerakan pukulan dalam permainan bulutangkis. Secara rinci tugas ajar keterampilan teknik dasar drop and drive dan dalam permainan bulutangkis b. b. Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk mendiskusikan, mengumpulkan informasi, Melakukan gerakan drop dan drive, dan pendalaman gerakan pukulan dalam permainan bulutangkis <p>A. Aktivitas Pembelajaran 1 : Melakukan langkah-langkah gerakan pukulan drop dan net play di tempat</p> <p>Cara melakukan dropshot</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Pusatkan perhatian dan pandangan ke shuttlecock dan kuasai pegangan raket dengan posisi menyamping (bahu) 2) Upayakan bergerak cepat untuk mendapatkan posisi badan berada di belakang shuttlecock 3) Kontak shuttlecock dengan permukaan raket sedikit di depan badan (sama dengan smash) 4) Perlambat kecepatan raket sebelum bersentuhan 5) Pukul dengan posisi tangan lurus, dorong atau sentuh shuttlecock dengan halus 6) Ikuti gerak lanjutan sehingga shuttlecock hampir tidak melewati net dan jatuh ke lapangan depan  <p>Cara melakukannya net play atau permainan net:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) siswa harus cermat melihat shuttlecock dan diambil di atas atau setinggi mungkin 2) Pegangan raket tidak terlalu kuat dan sedikit memendekkan pegangan 3) Saat melakukan tembakan, ambilah ke bawah shuttlecock dan cobalah untuk mengarahkannya melewati net 4) Lambungan shuttlecock harus serendah mungkin dengan net. Semakin rendah shuttlecock turun sebelum kontak dengan raket, semakin sedikit peluang untuk lawan 5) Mengembalikan shuttlecock sedekat mungkin ke net, dengan mencoba menjatuhkannya tepat di atas. Jika shuttlecock terlalu jauh di atas net lawan dapat memblokirnya (gerakan menyerang. Namun, jika shuttlecock tepat di atas net, lawan harus mengetuk ke atas dan melewati net (gerakan bertahan) <p>B. Aktivitas Pembelajaran 2: Teknik dasar pukulan drop dan net play bersama temannya</p> <p>Cara melakukannya:</p> <ol style="list-style-type: none"> a. siswa masing-masing saling berpasangan sesama temannya dan atur jarak dengan yang sampingnya; b. siswa melakukan pukulan permainan netting, diawali dengan servis lambung atau drive; c. arah shuttlecock melengkung dan sedikit rendah (jatuh di depan net); d. lakukan seterusnya, bila dilakukan dalam formasi berbanjar, yang telah melakukan gerakan menembak pindah tempat; e. pembelajaran ini dilakukan berulang-ulang 10 – 15 menit.
-------------------------------	--



C. Aktivitas Pembelajaran 3: Teknik dasar spesifik pukulan dengan menggunakan target

Cara melakukannya:

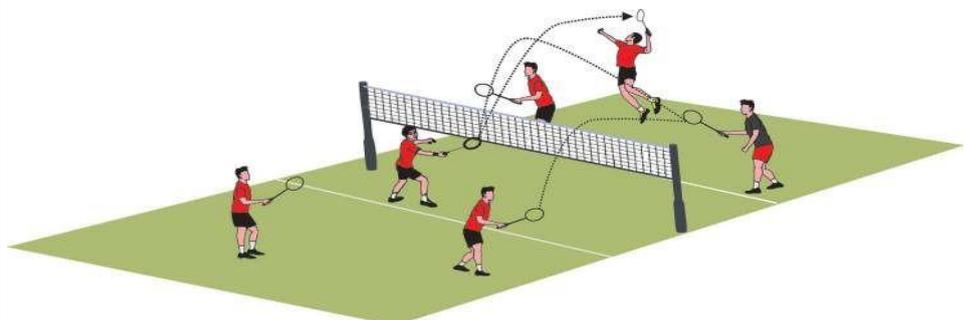
- siswa dibagi dalam beberapa kelompok satu kelompok terdiri dari 3 orang;
- orang pertama melakukan teknik drop atau net play lalu lari ke barisan belakang;
- orang melakukan teknik menembak dengan smash;
- dan orang ke 3 mencoba untuk memberikan umpan kepada pemain 1 dan 2 (saling bergantian untuk melakukannya) 2 orang tersebut sama-sama berusaha untuk memasukan shuttlecock ke kardus/ keranjang;
- setiap orangnya harus saling melakukan minimal 10 kali pukulan dalam setiap sesinya.



D. Aktivitas pembelajaran 4: Melakukan permainan bulutangkis 3 lawan 3 dengan melakukan teknik pukulan drive, smash, dropshot, dan net play.

Cara melakukannya:

- setiap kelompok terdiri dari 3 orang pemain masing-masing disesuaikan dengan posisi berdirinya;
- permainan akan diawali dengan pukulan atau servis forehand (pendek/jauh) dan backhand;
- selama pergerakan permainan, pemain tidak dibolehkan saling bersentuhan baik badan maupun raket;
- perhatikan, sebelum memukul shuttlecock harus menyebutkan nama teman yang akan diberikan shuttlecock;
- pemain yang shuttlecock atau shuttlecock-nya banyak mati dianggap kalah;
- permainan dilakukan selama 10-15 menit.



Generalization / Menarik Kesimpulan	<p>a. Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang materi yang telah dilakukan</p> <p>b. Peserta Didik diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal yang belum dipahami terkait materi yang sudah di pelajari dan di lakukan</p>
Penutup (10 Menit)	<p>a. Salah seorang siswa di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan, guru mempertanyakan apa manfaatnya.</p> <p>b. Guru dan siswa melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum dan kesalahan-kesalahan yang masih sering timbul saat melakukan aktivitas pembelajaran.</p> <p>c. Guru menginformasikan kepada siswa, kelompok dan siswa yang paling baik penampilannya selama pembelajaran permainan bulutangkis.</p> <p>d. Guru menugaskan siswa yang terkait dengan pembelajaran yang telah dilakukan untuk membaca dan membuat kesimpulan tentang teknik dasar keterampilan gerak spesifik smash dan drive dalam permainan bulutangkis, hasilnya dijadikan sebagai tugas penilaian penugasan. Selanjutnya guru memberi tugas kepada siswa untuk membaca dan mempelajari materi pembelajaran pada pertemuan minggu yang akan datang, yaitu: teknik dasar keterampilan gerak lainnya seperti drop dan net play dalam permainan bulutangkis</p> <p>e. Berdoa dipimpin oleh salah satu siswa dan menyampaikan salam.</p> <p>f. siswa kembali ke kelas yang dilakukan dengan tertib, dan bagi siswa yang bertugas mengembalikan peralatan ke tempat semula</p>

F. Asesmen

- a) Penilaian Sikap / Profil Pelajar Pancasila Selama proses mengajar berlangsung guru mengamati profil pelajar Pancasila pada siswa dalam pembelajaran yang meliputi Beriman, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, Kebhinekaan Global, Mandiri, Bernalar Kritis, Gotong Royong dan Kreatif (Instrumen Terlampir)
- b) Penilaian Pengetahuan Penilaian pengetahuan yang dilakukan pada CP ini sesuai dengan tujuan pembelajaran yang ingin di capai adalah dengan tes tertulis (instrumen terlampir)
- c) Penilaian Keterampilan Penilaian keterampilan yang dilakukan pada CP ini sesuai dengan tujuan pembelajaran yang ingin di capai adalah dengan tes unjuk kerja / praktek (instrumen terlampir)

G. Pengayaan dan Remedial

Pengayaan	Untuk siswa atau kelompok siswa yang memperlihatkan kemampuan di atas kompetensi yang sedang diajarkan dapat diberikan tugas mendampingi dan membantu siswa lainnya untuk berlatih keterampilan gerak spesifik, pada saat pembelajaran siswa atau kelompok siswa ini dapat juga diberikan kesempatan untuk melakukan latihan gerak spesifik yang lebih kompleks sekaligus juga sebagai contoh dan untuk memotivasi siswa lain agar termotivasi untuk mencapai kompetensi yang sama. Guru juga dapat meminta siswa atau kelompok siswa berbagi informasi kepada teman-temannya cara untuk melatih kemampuan gerak
Remedial	Untuk siswa atau kelompok siswa yang memperlihatkan kemampuan yang belum baik pada penguasaan gerak spesifik, strategi latihan gerak yang lain dapat diberikan, diidentifikasi kesulitannya di mana siswa bisa dipasangkan dengan siswa yang terampil sehingga siswa terampil dapat membantu siswa yang kesulitan untuk menguasai kemampuan gerak spesifik dengan lebih baik.

H. Refleksi Peserta Didik dan Guru

Bagi Guru	<ol style="list-style-type: none">1. Apakah kegiatan pembelajaran menciptakan situasi yang tepat agar siswa belajar?2. Bagaimana keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran teknik dasar stroke, smash, lob, shot, dan service dalam upaya menerapkan kemampuan evaluasi dalam permainan bulutangkis tersebut.3. Apakah hasil pembelajaran sudah menunjukkan level yang diharapkan, yaitu tiba pada level siswa mampu mengevaluasi seluruh gerak yang dipelajari?
Bagi Peserta Didik	<ol style="list-style-type: none">1. Apakah yang harus diperbaiki dan bagaimana cara memperbaiki proses pembelajaran teknik dasar stroke, smash, lob, shot, dan service di permainan bulutangkis tersebut.2. Kesulitan-kesulitan apa saja yang dialami siswa atau ditemukan guru dalam proses pembelajaran teknik dasar stroke, smash, lob, shot, dan service serta penerapannya dalam permainan bulutangkis?

J. Bahan Bacaan Guru dan Peserta Didik

Guru	<ol style="list-style-type: none">1. Teknik dasar permainan bulu tangkis2. Buku guru pjok kelas X3. Bentuk-bentuk Teknik dasar spesifik permainan bulutangkis.4. Bentuk-bentuk permainan bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.
Peserta Didik	<ol style="list-style-type: none">1. Sejarah singkat permainan bulutangkis. Untuk membantu dalam mencari sumber bacaan tersebut, dapat diperoleh melalui: buku, majalah olahraga, internet, atau sumber lainnya.

	<p>2. Peraturan permainan bulutangkis yang standar. Untuk membantu dalam mencari sumber bacaan tersebut, dapat diperoleh melalui: buku, majalah olahraga, internet, atau sumber lainnya.</p> <p>3. Teknik dasar spesifik permainan bulutangkis. Untuk membantu dalam mencari sumber bacaan tersebut, dapat diperoleh melalui: buku, majalah, koran, internet, atau sumber lainnya.</p> <p>4. Kaji aspek-aspek mandiri apakah yang dapat dikembangkan melalui gerakan-gerakan dalam permainan bulutangkis.</p>
--	---

K. Glosarium

Kata	Arti
Lob	Pukulan yang mengarah jauh kebelakang garis lapangan lawan
Net play	permainan dekat net
Dropshot	pukulan yang rendah mengarahkan kok jatuh dekat net

L. Daftar Pustaka

<ol style="list-style-type: none"> 1. Mahendra, Agus. 2015. Filsafat Pendidikan Jasmani, Dasar-Dasar Pembelajaran Pjok di Sekolah Dasar. WarliBintangArtika. Bandung 2. Graham, G., (1992), "Teaching Children Physical Education: Becoming a Master Teacher", Human Kinetics Books, Champaign, Illinois. 3. Badan Penelitian dan Pengembangan dan Perbukuan. Kemdikbud. 2020. Naskah Akademik Profil Pelajar Pancasila. Balitbangbuk. Jakarta

Medan July 2021

Mengetahui
Kepala Sekolah

Guru Bid Study

Erika Verawati Bangun.S.Si

Immanuel Sitepu.S.Si

LAMPIRAN

1. Lembar Kegiatan Siswa

Lembar kegiatan siswa adalah lembar kegiatan belajar yang dibuat simpel memandu siswa melakukan aktivitas pembelajaran, yaitu:

Tanggal :
Lingkup/materi pembelajaran :
Nama Siswa :
Kelas/Semester : X /

Panduan umum

1. Pastikan kalian dalam keadaan sehat dan siap untuk mengikuti aktivitas pembelajaran.
2. Ikuti gerakan pemanasan dengan baik untuk dan instruksi yang diberikan guru untuk menghindari cedera.
3. Mulailah kegiatan dengan berdo'a.
4. Selama kegiatan perhatikan selalu keselamatan diri dan keselamatan bersama.

Panduan Aktivitas Pembelajaran

1. Bersama dengan teman buatlah kelompok sejumlah maksimal 4 - 10 orang!
2. Lakukan latihan gerak dasar secara berpasangan dengan temanmu dalam satu kelompok!
3. Lakukan gerak *smash-lob shuttlecock* secara berpasangan pada jarak terjangkau!
4. Lakukan gerak *drop* dan *lob shuttlecock* secara berpasangan pada jarak terjangkau!
5. Lakukan saling mengamati antar teman dan berikan koreksi jika bola tidak sampai atau terjadi kesalahan pola gerakan!
6. Kembangkan pola gerakan yang lebih sulit dengan menambah jarak, atau melakukan gerakan dengan hasil pukulan tersulit!
7. Berikan penjelasan rangkaian cara melakukan gerakan smash, lob serta drop shot dan lob shuttlecock!
8. Mengapa gerakan smash pada jarak terjauh dari net lebih sukar dari pada jarak terdekat dari net?

2. Penilaian Sikap(Penilaian diri sendiri oleh siswa dan diisi dengan jujur)

a.Petunjuk Penilaian (dapat berupa tanya jawab, lembar penilaian sikap diri). Jika berupa lembar isian, perhatikan contoh berikut:

- 1).isikan identitas kalian;
- 2).berikan tanda cek (√) pada kolom “ya” jika sikap yang ada dalam. pernyataan sesuai dengan sikap kalian, dan “tidak” jika belum sesuai;
- 3).isilah pernyataan tersebut dengan jujur;
- 4).hitunglah jumlah jawaban “ya”;
- 5).lingkari kriteria Sangat Baik, Baik, atau Baik sesuai jumlah “Ya” yang terisi;

b. Tabel Rubrik Penilaian Sikap

No	Pernyataan	Ya	Tidak
1.	Saya berusaha belajar dengan sungguh-sungguh.		
2.	Saya mengikuti pembelajaran dengan penuh perhatian.		
3.	Saya mengerjakan tugas yang diberikan guru tepat waktu.		
4.	Saya berperan aktif dalam kelompok.		
5.	Saya menghormati dan menghargai orang tua dan guru.		
6.	Saya menghormati dan menghargai teman.		
7.	Saya mengajukan pertanyaan jika ada yang tidak dipahami.		
8.	Saya merasa menguasai dan dapat mengikuti pelajaran.		
9.	Saya menyerahkan tugas tepat waktu ketika dirugaskan		
10.	Saya selalu membuat catatan tentang topik yang dipelajari dan dikumpulkan dalam ben-tuk portopolio		

Sangat Baik	Baik	Perlu Perbaikan
Jika lebih dari 8 per-nyataan terisi "Ya"	Jika lebih dari 6 per-nyataan terisi "Ya"	Jika lebih dari 4 per-nyataan terisi "Ya"

3. Nilai Pengetahuan

a. Bentuk pilihan berganda

- Dalam permainan bulu tangkis, jenis pukulan yang keras dan tajam untuk memetikan lawan secepat-cepatnya...
 - Drive
 - Smash
 - Service
 - Lob
- Dalam permainan bulu tangkis, jenis pukulan pendek yang dilakukan di depan net dan diarahkan ke depan net di daerah lapang lawan dinamakan...
 - Neting
 - Lob
 - Dropshot
 - Drive
- Pukulan cepat dan mendarat dalam permainan bulu tangkis dinamakan ...
 - Neting
 - Lob
 - Dropshot
 - Drive
- . Teknik pukulan permulaan untuk memainkan bola dalam bulu tangkis dinamakan ...
 - Dropshop
 - Smash

- c. Service
- d. Lop
- 5. Permainan bulu tangkis pertama kali dimainkan di Inggris pada tahun ...
 - a. 1874
 - b. 1872
 - c. 1871
 - d. 1873

b. Essay

1. Tuliskan teknik teknik dasar permainan bulu tangkis ?
2. Siapa penemu permainan bulu tangkis ?

4, Penilaian Keterampilan

a. Tes Kinerja Teknik Dasar dan Kinerja Permainan Bulutangkis

1) Pengamatan

Ketika siswa terlibat dalam pembelajaran (melakukan tugas gerak), baik berupa ulangan gerak (drill) maupun dalam situasi bermain, lakukan pengamatan pada kemampuan siswa dalam teknik dasar forehand-backhand stroke, smash, lop, drop shot, atau pada ‘kemampuan bermain.’ Adapun formnya dapat disiapkan oleh guru dan digunakan untuk berbagai aktivitas yang berbeda.

2) Petunjuk Penilaian

Berikan (angka) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan Teknik dasar spesifik yang diharapkan.

3) Tabel Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak

lembar penilaian proses gerak untuk perorangan (setiap siswa satu lembar penilaian).

Nama: _____

Kelas: __

No	Indikator Esensial	Uraian Gerak	Ya (1)	Tidak (0)
1.	Posisi dan Sikap Awal	a. Kaki		
		b. Badan		
		c. Lengan dan tangan		
		d. Pandangan mata		
2.	Pelaksanaan Gerak	a. Kaki		
		b. Badan		
		c. Lengan dan tangan		
		d. Pandangan mata		
3.	Posisi dan Sikap Akhir	a. Kaki		
		b. Badan		
		c. Lengan dan tangan		
		d. Pandangan mata		
5	Keterampilan bermain	a. Menerapkan teknik dasar secara tepat		
		b. Menempatkan bola di lapan- gan lawan secara cermat		
		c. Membuat serangan dan pengembalian secara tepat		
		d. Menjaga motivasi bermain yang tinggi		
Perolehan/Skor maksimum X 100% = Skor Akhir				

b, Pedoman penskoran

a) Penskoran

- (1) Skor 1 jika: siswa dapat melakukan 80% dari komponen gerakan sikap awal, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir dengan benar.
- (2) Skor 0 jika: siswa kurang dari 80% melakukan komponen gerakan sikap awal, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir dengan benar.
- (3) Sikap awalan melakukan gerakan
 - (a) pandangan mata ke arah datangnya *shuttlecock*.
 - (b) badan sedikit dicondongkan ke depan dan berat badan terletak di antara kedua kaki.
 - (c) lutut ditekuk, badan condong ke depan dan jaga keseimbangan.
- (4) Sikap pelaksanaan melakukan gerakan
 - (a) *Shuttlecock* dipukul oleh raket.
 - (b) Pergelangan tangan ikut aktif bergerak.
 - (c) Badan tegak bersiap menerima dan memukul *shuttlecock* pukulan lawan.
 - (d) Pandangan mata tertuju pada lepasnya *shuttlecock*.
- (5) Sikap akhir melakukan gerakan
 - (a) badan tetap tegak dan berposisi sigap.
 - (b) pandangan mata tertuju pada lepasnya *shuttlecock*.
 - (c) kaki kiri ke depan dan kaki kanan di belakang.

b) Pengolahan skor

Skor maksimum: 10

Skor perolehan siswa: SP

Nilai keterampilan yang diperoleh siswa: SP/10..

c) Tabel Konversi Skor Real Siswa ke dalam Kategori dan Angka

Perolehan Nilai		Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>	
..... > 20 kali > 15 kali	Sangat Baik
17 – 19 kali	12 – 14 kali	Baik
14 – 16 kali	9 – 11 kali	Cukup
..... < 14 kali < 9 kali	Kurang

C, Pegamatan Perilaku Kemandirian dan Perilaku Gotong Royong dalam Permainan Bulutangkis

1) Faktor yang Diamati

Lakukan pengamatan terhadap perilaku dan interaksi siswa selama mengikuti pelajaran dari awal sampai akhir pelajaran, apakah mengandung perilaku yang mencerminkan “kemandirian dan gotong royong,” tanggung jawab pribadi, tanggung jawab sosial, kepemimpinan, dsb. Penekanan penilaian diarahkan pada ‘apakah aspek tersebut ditampilkan atau tidak ditampilkan’ dari komponen-komponen perilaku mandiri, gotong royong, dan tanggungjawab.

2) Petunjuk Penilaian

Berikan (angka) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan komponen perilaku mandiri dan gotong royong yang diharapkan.

3) Tabel Rubrik Penilaian Perilaku

Contoh lembar penilaian perilaku untuk perorangan (setiap siswa satu lembar penilaian).

Nama: _____ Kelas: _____

No	Indikator Pengamatan	Uraian pengamatan	Ya (1)	Tidak (0)
1.	Perilaku Kemandirian	a) Perilaku mengenali diri		
		b) Perilaku inisiatif diri		
		c) Perilaku regulasi diri		
		d) Perilaku refleksi diri		
2.	Perilaku Gotong Royong	a) Perilaku berbagi alat		
		b) Perilaku kerjasama bermain		
		c) Perilaku peduli teman		
3.	Perilaku Tanggung-jawab	a. Perilaku mengakui teman		
		b. Perilaku memelihara alat		
		c. Perilaku membantu teman kesulitan gerak		
Perolehan/Skor maksimum X 100% = Skor Akhir				

4) Pedoman Penskoran

a) Penskoran

(1) Skor 1 jika: Ya.

(2) Skor 0 jika: Tidak

(3) Perolehan skor maksimum adalah skor akhir yang diperoleh dari: Jumlah nilai “ya” yang diperoleh dikali 100%.

1) Perilaku Kemandirian

- a) Siswa menunjukkan perilaku mengenali kemampuan diri dalam situasi gerak dan permainan.
- b) Siswa menunjukkan kemampuan memotivasi diri, berpartisipasi dan melibatkan diri dalam situasi gerak dan permainan.
- c) Siswa menunjukkan kemampuan meregulasi diri, berkreasi, dan menata diri dalam menampilkan gerak dan permainan.
- d) Siswa senantiasa merefleksikan diri sebelum menampilkan gerak dan permainan.

2) Perilaku Gotong Royong

- a) Siswa menunjukkan perilaku berbagi alat.
- b) Siswa menunjukkan perilaku kerjasama dalam situasi gerak dan permainan.
- c) Siswa menunjukkan kepedulian pada teman yang menampilkan kesalahan gerak atau kesulitan menampilkan tugas gerak.
- d) Siswa menunjukkan perilaku menghargai dan menghormati teman bermain.

3) Perilaku Bertanggungjawab

- a) Siswa menunjukkan perilaku adanya teman bermain.
- b) Siswa menunjukkan memelihara alat dan mengembalikan alat yang digunakan atau dipinjamnya.
- c) Siswa menunjukkan perilaku menghargai dan

menghormati teman dalam satu regu
permainannya.

b) Pengolahan Skor

Skor maksimum: 10

Skor perolehan siswa: SP

Nilai keterampilan yang diperoleh siswa: $SP/10$.

**c) Tabel Konversi skor perolehan ke dalam kategori
dan angka**

Skor Perolehan	Kategori	Angka
80% - 100%	Sangat Baik	8 - 10
60% - 80 %	Baik	6 - 8
40% - 60 %	Cukup	4 - 6
0% - 40 %	Kurang	0 - 4