

PERANGKAT PEMBELAJARAN PERMAINAN BOLA VOLI

Untuk memenuhi tugas Pengembangan Perangkat Pembelajaran
Pendidikan Profesi Guru (PPG) DALJAB 2021



Oleh :
DENDA WISMANA, S.Pd

**PENDIDIKAN PROFESI GURU DALAM JABATAN
PENDIDIKAN JASMANI OLAHARAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2021**

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMA HANDAYANI 1 PAMEUNGPEUK
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
 Kelas/Semester : X / 1
 Materi Pokok : Aktivitas Keterampilan Gerak Permainan Bola Voli
 Alokasi Waktu : 1 Kali Pertemuan (3 JP)

A. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
<p>Sikap sosial :</p> <p>2.1 Berperilaku sportif dalam bermain</p> <p>2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.</p> <p>2.3 Menunjukkan kemauan bekerja sama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p>	<p>2.1.1 Mengikuti aktivitas dengan taat pada peraturan yang berlaku.</p> <p>2.1.2 Menghormati sesama teman dalam melakukan aktivitas.</p> <p>2.1.3 Tidak menyalahkan teman yang lain apabila terjadi kesalahan dalam melakukan sesuatu.</p> <p>2.1.4 Menerima kemenangan dan kekalahan dengan lapang dada dalam melakukan aktivitas jasmani.</p> <p>2.2.1 Sebagai peserta didik mengerjakan tugas-tugas.</p> <p>2.2.2 Berani menerima resiko atas tindakan yang dilakukan.</p> <p>2.2.3 Mengembalikan barang yang dipinjamkan dari orang lain.</p> <p>2.2.4 Berani meminta maaf jika melakukan kesalahan yang merugikan orang lain.</p> <p>2.3.1 Sebagai anggota melibatkan diri dan mengambil peran secara aktif dalam kelompok.</p> <p>2.3.2 Sebagai anggota kelompok berbagi tugas dengan anggota lain (tidak mendominasi).</p> <p>2.3.3 Tidak mengganggu peserta didik yang lain.</p> <p>2.4.4 Membantu mempersiapkan dan merapikan peralatan pembelajaran.</p>
<p>3.1 Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak</p>	<p>3.1.1. Mengidentifikasi berbagai hasil analisis keterampilan gerak passing bawah, dengan</p>

	<p>berbagai posisi baik tanpa awalan maupun dengan awalan permainan bola voli.</p> <p>3.1.2. Menjelaskan berbagai hasil analisis keterampilan gerak passing bawah, dengan berbagai posisi baik tanpa awalan maupun dengan awalan permainan bola voli.</p> <p>3.1.3. Menjelaskan cara menerapkan berbagai hasil analisis keterampilan gerak passing bawah, dengan berbagai posisi baik tanpa awalan maupun dengan awalan permainan bola voli.</p> <p>3.1.4. Menjelaskan cara melakukan berbagai hasil analisis keterampilan gerak passing bawah, dengan berbagai posisi baik tanpa awalan maupun dengan awalan permainan bola voli.</p>
4.1. Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak	<ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan berbagai hasil analisis keterampilan gerak passing bawah, dengan berbagai posisi baik tanpa awalan maupun dengan awalan permainan bola voli. 2. Melakukan berbagai hasil analisis keterampilan gerak passing bawah, dalam bentuk permainan yang sederhana dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasikan dengan menekankan pada nilai-nilai disiplin, sportifitas, tanggung jawab, dan kerja sama secara berkelompok.

	KD 3	KD 4
Tujuan Pembelajaran	3.1. Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak	4.1. Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak
	IPK 3	IPK 4
	<ul style="list-style-type: none"> • Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan aktivitas keterampilan gerak permainan bola voli 	<ul style="list-style-type: none"> • Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan hasil analisis aktivitas keterampilan gerak permainan bola voli

Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran					
Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran				
<ul style="list-style-type: none"> • Model: Problem Based Learning • Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> ○ Lapangan bola voli ○ Bola voli ○ Net (Seutas tali) ○ <i>Stopwach</i> ○ Gambar ○ Video pembelajaran • Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> ○ Muhajir. 2016. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Erlangga (hal. 26-39). ○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Erlangga (hal. 41-49). • Produk: Keterampilan gerak permainan bola voli. • Deskripsi: Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas keterampilan gerak permainan bola voli. 	<p>➤ Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran, memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin b. Mengaitkan materi/tema/kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi/tema/kegiatan sebelumnya serta mengajukan pertanyaan untuk mengingat dan menghubungkan dengan materi selanjutnya. c. Menyampaikan motivasi tentang apa yang dapat diperoleh (tujuan & manfaat) dengan mempelajari materi : <i>Permainan Bola Besar Melalui Permainan Bola Voli.</i> d. Menjelaskan hal-hal yang akan dipelajari, kompetensi yang akan dicapai, serta metode belajar yang akan ditempuh, e. Dilanjutkan dengan pemanasan agar peserta didik terkondisikan dalam materi yang akan diajarkan dengan perasaan yang menyenangkan. Pemanasan dalam bentuk <i>game</i>. Nama permainannya adalah permainan kucing-tikus: <ol style="list-style-type: none"> a) Peserta didik dibagi menjadi empat kelompok besar (peserta didik putera dan puteri dibagi sama banyak). Kalau jumlah peserta didik 36 orang, maka satu kelompok terdiri dari 9 peserta didik. b) Cara bermain: (1) Masing-masing kelompok peserta didik membentuk lingkaran, (2) Salah seorang peserta didik bertugas sebagai tikus dan peserta didik yang lain sebagai kucing, (3) Bola dioperkan dan ditangkap oleh peserta didik yang menjadi kucing, (4) Kemudian peserta didik yang menjadi tikus berusaha merebut/meraih bola tersebut. Apabila bola tersebut dapat direbut/diraih oleh peserta didik yang sebagai tikus, maka tugasnya berganti sebagai kucing. Begitu juga sebaliknya. c) Berdasarkan pengamatan guru pada <i>game</i>, dipilih sejumlah peserta didik yang dianggap cukup mampu untuk menjadi tutor bagi temannya dalam aktivitas berikutnya. Mereka akan mendapat anggota kelompok dari peserta didik yang tersisa dengan cara berhitung sampai angka sejumlah peserta didik yang terpilih (misalnya 8 orang). Maka jika terdapat 36 peserta didik, setiap kelompok akan memiliki anggota 9 orang. <p>➤ Kegiatan Inti (105 Menit)</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="background-color: black; color: white; width: 20%;">Kegiatan Literasi</td> <td>Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi <i>Passing bawah dan servise bawah dalam permainan bola voli</i> dengan cara melihat, mengamati, membaca melalui tayangan yang di tampilkan.</td> </tr> <tr> <td style="background-color: black; color: white;">Critical Thinking</td> <td>Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan gambar yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar khususnya pada materi <i>Passing bawah dan servise bawah dalam permainan bola voli</i></td> </tr> </table>	Kegiatan Literasi	Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi <i>Passing bawah dan servise bawah dalam permainan bola voli</i> dengan cara melihat, mengamati, membaca melalui tayangan yang di tampilkan.	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 khususnya pada materi <i>Passing bawah dan servise bawah dalam permainan bola voli</i>
	Kegiatan Literasi	Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi <i>Passing bawah dan servise bawah dalam permainan bola voli</i> dengan cara melihat, mengamati, membaca melalui tayangan yang di tampilkan.			
	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 khususnya pada materi <i>Passing bawah dan servise bawah dalam permainan bola voli</i>			

	Collaboration	Peserta didik mendiskusikan, mengumpulkan informasi, mempresentasikan ulang, dan saling bertukar informasi mengenai <i>Passing bawah dan servise bawah dalam permainan bola voli</i>	
	Communication	Peserta didik mempresentasikan hasil kerja kelompok secara klasikal, mengemukakan pendapat atas presentasi yang dilakukan kemudian ditanggapi kembali oleh individu yang mempresentasikan	
	Creativity	Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait <i>Passing bawah dan servise bawah dalam permainan bola voli</i> . Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami	

- Kegiatan Penutup (15 menit)
- Peserta didik dan guru merefleksi kegiatan pembelajaran.
- Peserta didik dan guru menarik kesimpulan dari hasil kegiatan Pembelajaran.
 - Guru Memberikan penghargaan (misalnya Pujian atau bentuk penghargaan lain yang Relevan kepada kelompok yang kinerjanya Baik.
 - Menugaskan Peserta didik untuk terus mencari informasi dimana saja yang berkaitan dengan materi/pelajaran yang sedang atau yang akan pelajari.
 - Guru menyampaikan materi pembelajaran berikutnya.
 - Guru menutup kegiatan pembelajaran dengan mengucapkan salam dan doa.

Asesmen:

- Sikap : Jurnal/observasi.
- Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.
- Keterampilan : Tes praktik dan portopolio.

Tagihan 1/PT 1 (passing).	Pengetahuan			Keterampilan			
	Gerakan	Kesalahan	Perbaikan	Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi
	1.			Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi
	1.			Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi

Kepala SMA Handayani 1 Pameungpeuk

Arjasari, Juni 2021
Guru Mata Pelajaran

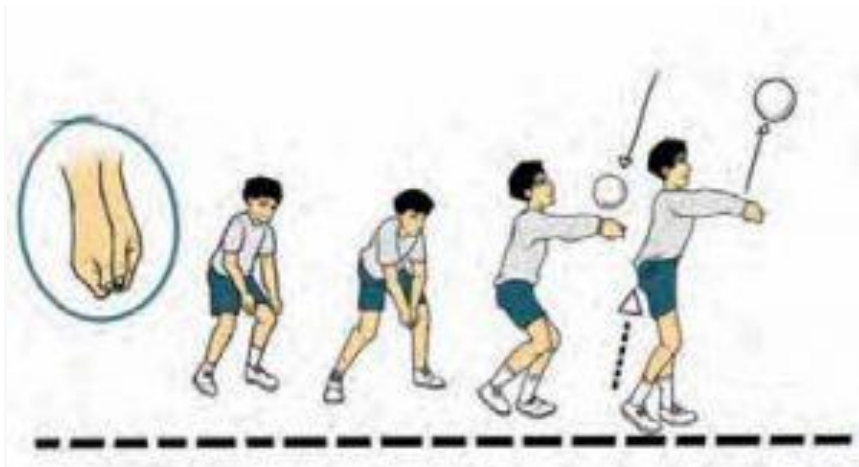
Asep Juanda, S.Pd
NIP.

Denda Wismana, S.Pd

PENGEMBANGAN BAHAN AJAR

Sekolah	: SMA HANDAYANI 1 PAMEUNGPEUK
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
Kelas/Semester	: X / 1
Materi Pokok	: Aktivitas Keterampilan Gerak Permainan Bola Voli
Alokasi Waktu	: 1 Kali Pertemuan (3 JP)

Passing ialah memberikan bola kepada teman baik melakukan umpan maupun menerima servis keteman seregu sehingga bola tersebut mudah diterima oleh teman kita. Passing bawah pada permainan bola voli biasanya dilakukan bertujuan memberikan bola kepada teman seregu atau pada saat pemain menerima servis.



Gerak Dasar Passing Bawah pada Permainan Bola Voli

Untuk mempelajari cara passing bawah pada permainan bola voli kita dapat melakukan kegiatan-kegiatan bermain menggunakan bola secara sederhana diantaranya yaitu sebagai berikut :

- **Langkah Persiapan sebelum melakukan gerak dasar passing bawah pada permainan bola voli:**

Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu dan kedua lutut direndahkan hingga berat badan tertumpu pada kedua ujung kaki di bagian depan.

1. Rapatkan dan luruskan kedua lengan didepan badan hingga kedua ibu jari sejajar.
2. Pandangan ke arah datangnya bola dan siap menerima datangnya bola.

- **Gerakan gerak dasar passing bawah pada permainan bola voli:**

Dorongkan kedua lengan ke arah datangnya bola bersamaan kedua lutut dan pinggul naik serta tumit terangkat dari lantai.

1. Usahakan arah datangnya bola tepat di tengah-tengah badan.
2. Perkenaan bola yang baik tepat pada pergelangan tangan.

- **Akhir gerakan gerak dasar passing bawah pada permainan bola voli:**
 - Tumit terangkat dari lantai.
 - Pinggul dan lutut naik serta kedua lengan lurus.
 - Pandangan mengikuti arah gerakan bola.

Cara Melakukan Passing Bawah Bolavoli

1. Cara Melakukan Passing Bawah Bolavoli sebagai berikut.
2. Sikap badan berdiri, kedua kaki dibuka selebar bahu, dan kedua lutut agak ditekuk.
3. Badan agak condong ke depan, pandangan ke arah datangnya bola.
4. Kedua tangan dirapatkan dan diluruskan di depan badan.
5. Perkenaan bola pada bidang datar lengan bawah dekat pergelangan tangan.
6. Saat perkenaan, gerakkan kedua lengan ke atas dengan sumber gerakan dari pangkal bahu, kemudian luruskan kedua tangan.
7. Gerakan tangan disesuaikan dengan keras atau lemahnya kecepatan bola yang datang

Tahap Pelaksanaan Passing Bawah

Ada 3 tahap dalam melakukan passing bawah bola voli yaitu tahap awal, tahap pelaksanaan, dan tahap akhir. Selengkapnya berikut ini penjelasan serta cara melakukan passing bawah dengan tahap-tahap tersebut.

1. Tahap Awal Passing Bawah

Langkah berdiri ambil posisi berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu.

Selanjutnya tekuk kedua lutut agar badan bisa bertumpu maksimal pada kedua kaki dan bisa seimbang, setelahnya rapatkan kedua lengan di depan badan.

Pandangan ke arah datangnya bola, agar bisa melakukan passing dengan sempurna.

2. Tahap Pelaksanaan Passing Bawah

Tahap pelaksanaan kedua lengan di dorong ke arah datangnya bola.

Pastikan tubuh berada di tengah-tengah arah datangnya bola.

Agar lebih mudah untuk mengumpan balik bola, perkenalan bola tepat pada pergelangang tangan.

3. Tahap Akhir Passing Bawah

Untuk tahap passing bawah yang terakhir yaitu angkat tumit dari lantai, sedangkan pinggul dan lutut naik dengan kedua lengan lurus.

Pandangan mengikuti arah gerakan bola, agar bola bisa mengumpan dengan baik.

Bola voli adalah salah satu olahraga paling populer. Bola voli tidak hanya bisa digunakan untuk kegiatan santai, tetapi juga sebagai solusi olahraga untuk tubuh yang sehat. Nah, banyak sekali teknik dalam bola voli, salah satu teknik yang harus dikuasai adalah passing. Karena passing adalah teknik fundamental dalam bola voli. Teknik handover ada dua macam yaitu handover dan handover. Bagi orang yang sudah menguasai passing, akan

sangat mudah melakukannya. Tentunya bagi mereka yang masih awam belum mengetahui cara bermain bola voli dengan baik.

Penting untuk diketahui bahwa operan yang benar dapat mengarahkan bola langsung ke pemain target. Karena terkadang dengan teknik yang salah, passing bisa salah, sehingga tidak mengarah ke tujuan yang tepat. Oleh karena itu, sangat penting untuk menguasai teknik underpass bola voli agar bola dapat disetir atau diarahkan

Cara untuk melakukan Servis Bawah:

1. Pertama tentunya berdiri di area yang memang digunakan untuk servis.
2. Mengambil sikap awal yakni dengan memajukan kaki kiri, lebih maju dibandingkan dengan kaki kanan.
3. Bola voli kemudian dipegang pada tangan kiri yang diarahkan ke dapan.
4. Tangan kanan mengepal dan kemudian diayunkan dari arah belakang.
5. Bola voli yang ada di tangan kiri dilambungkan ke atas dan kemudian tangan kanan diayunkan ke depan hingga memukul tepat pada bagian bawah bola.
6. Bola dipukul keras hingga melewati net ke daerah lawan, namun tidak sampai keluar garis karena akan dianggap gagal.

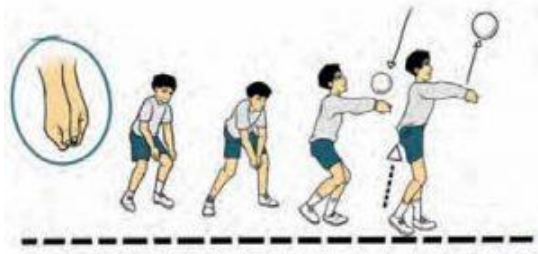


PRODUK MEDIA PEMBELAJARAN

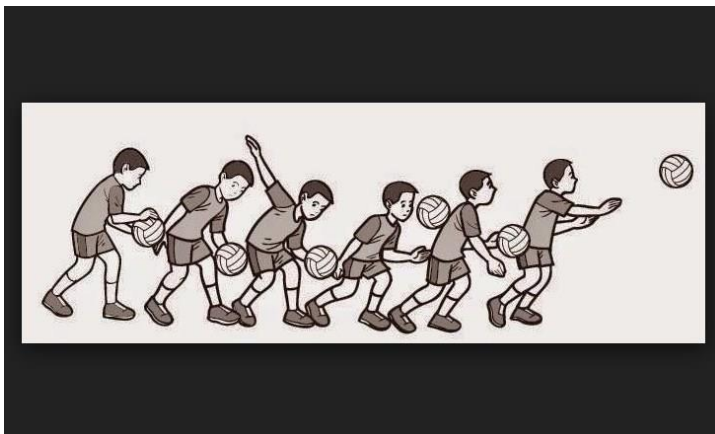
A. MEDIA DAN ALAT PEMBELAJARAN

1. Media Pembelajaran yang digunakan adalah

Passing Bawah



Servise Bawah



Permainan tikus dan kucing



2. Alat yang digunakan adalah bola basket dan cone

No	Alat Pembelajaran	Jenis Alat	Manfaat dan Kegunaan
1.	Bola voli		<ul style="list-style-type: none">• Alat penunjang dalam melakukan praktek latihan passing
2.	cone		<ul style="list-style-type: none">• Alat penunjang dalam melakukan praktek latihan passing sesuai situasi dan kondisi peserta didik.
3.	Net		<ul style="list-style-type: none">• untuk membatasi pemain dari regu yang satu dengan regu yang lain. Dan salah satu indikator pelanggaran jika pemain menyentuh net saat permainan berlangsung, maka poin akan diberikan kepada lawan.

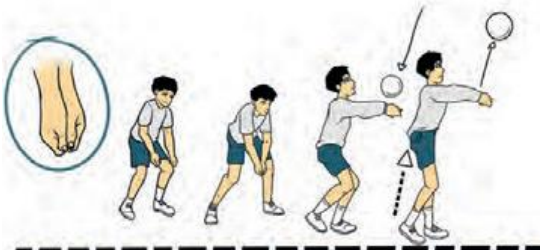

Sumber Pembelajaran

1. Muhajir, Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, SMA Kelas X Kurikulum 2013, hal 25 - 39; Jakarta: PT. Erlangga, 2016.

**PENGEMBANGAN LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK
(LKPD)**

Sekolah : SMA HANDAYANI 1 PAMEUNGPEUK
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
 Kelas/Semester : X / 1
 Materi Pokok : Aktivitas Keterampilan Gerak Permainan Bola Voli
 Alokasi Waktu : 1 Kali Pertemuan (3 JP)

Nama :
 Kelas/ No:

NO	Gambar dan Petunjuk	Hasil Gerak
1	Lakukan latihan Passing Bawah sesuai dengan gambar video dan instruksi guru 	Apakah kamu sudah melakukan gerakan seperti pada gambar/ video? Bagaimana cara melakukannya? Kesulitan apa saja yang kalian temukan pada saat melakukan gerakan tersebut?
2		Kesalahan apa saja yang kalian temukan pada saat melakukan gerakan tersebut?

PRODUK EVALUASI PEMBELAJARAN

Praktik Menyusun Evaluasi Hasil Belajar Kisi-kisi Instrumen Soal

Kompetensi Dasar	Kelas	Materi	Indikator Soal	Level Kognitif	No Soal	Bentuk Soal
3.2 Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak	X SMA	Permainan Bola Voli Melatih Passing Bawah	Disajikan materi teknik dasar latihan passing, peserta didik mampu menganalisis gerakan Passing Bawah	C4	1	PG
		Permainan Bola Voli Melatih Passing Bawah	Disajikan materi teknik dasar latihan passing, peserta didik mampu mengevaluasi Passing Bawah	C5	2	PG
		Permainan Bola Voli Melatih Passing Bawah	Disajikan materi teknik dasar latihan kekuatan, peserta didik mampu menganalisis gerakan Passing Bawah	C4	3	PG
		Permainan Bola Voli Melatih Passing Bawah	Disajikan materi teknik dasar latihan passing, peserta didik mampu menganalisis gerakan Passing Bawah	C4	4	PG
		Permainan Bola Voli Melatih Passing Bawah	Disajikan materi teknik chest pass, peserta didik mampu menganalisis gerakan Passing Bawah dengan koordinasi	C4	5	PG

Soal pilihan ganda

1. Teknik dasar yang wajib pertama kali dipelajari oleh pemula dalam permainan bola voli adalah ...
 - A. Servis
 - B. Smash
 - C. Passing**
 - D. Blocking
 - E. Tosser
2. Gerakan bola hasil passing bawah dalam bola voli adalah ..
 - A. Lurus
 - B. Menukik
 - C. Kembali
 - D. Melengkung**
 - E. Memantul
3. Untuk mengejar bola dengan jarak yang agak jauh dilakukan dengan cara ..
 - A. Passing sambil jongkok
 - B. Passing sambil meloncat
 - C. Passing sambil berlari**
 - D. Passing sambil berdiri di tempat
 - E. Passing sambil berjalan
4. Kedua kaki terbuka, lutut ditekuk, kedua lengan lurus dijulurkan ke depan bawah dan tangan satu sama lain dikaitkan atau berpegangan, teknik ini merupakan gerakan ...
 - A. Passing bawah**
 - B. Passing atas
 - C. Servis
 - D. Smash
 - E. Servis bawah
5. Dalam permainan bola voli, teknik yang dilakukan untuk mengoper bola kepada kawan dinamakan ...
 - A. Servis
 - B. Passing**
 - C. Smash
 - D. Blok
 - E. Shooting