

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SMP Islam Cipasung
Mata Pelajaran : Penjasorkes
Kelas/ Semester : VII / 2
Materi Pokok : Perkembangan Tubuh Remaja
Alokasi Waktu : 3 JP (1 kali pertemuan)

A. Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan 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.
3. Memahami dan menerapkan pengetahuan factual, konseptual, procedural, dan metakognitif pada tingkat teknis dan spesifik sederhana berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, dan budaya dengan wawasan kebudayaan, kebangsaan, dan kenegaraan terkait fenomena dan Tampak . dunia nyata.
4. Menunjukkan keterampilan menalar, mengolah dan menyaji secara kreatif, produktif, kritis, mandiri, kolaboratif, dan komunikatif dalam ranah konkret dan ranah abstrak sesuai dengan yang di pelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang teori.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.9. Memahami perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental	3.9.1. Mengidentifikasi perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental. 3.9.2. Menjelaskan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental. 3.9.3. Menjelaskan cara menganalisis perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.
4.9. Memaparkan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental	4.9.1. Memaparkan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental. 4.9.2. Mendiskusikan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.

C. Tujuan Pembelajaran

Setelah selesai pembelajaran siswa dapat :

Pengetahuan :

- 3.9.1. Mengidentifikasi perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.
- 3.9.2. Menjelaskan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.
- 3.9.3. Menjelaskan cara menganalisis perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.

Keterampilan :

- 4.9.1. Memaparkan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.
- 4.9.2. Mendiskusikan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.

Focus Penguatan Karakter :

- Kerjasama
- Disiplin
- Keberanian

D. Materi Pembelajaran

Tema : Perkembangan tubuh remaja

Sub Tema : Perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental

1. Materi Pembelajaran Reguler

- a. Mengidentifikasi perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.
- b. Menjelaskan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.
- c. Menjelaskan cara menganalisis perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental

2. Materi Pembelajaran Remedial

- a. Mengidentifikasi perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.
- b. Menjelaskan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.
- c. Menjelaskan cara menganalisis perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental

3. Materi pengayaan

- a. Menganalisis perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental dan menuangkan kedalam tulisan (makalah)

E. Metode Pembelajaran

Inquiry / Discovery Learning

F. Media Pembelajaran**1. Media Pembelajaran :**

- a. Gambar perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.
- b. Rekaman/cuplikan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.

2. Alat Pembelajaran :

- a. Ruangan
- b. Laptop
- c. Infokus
- d. Kapur / Spidol
- e. Stop watch

G. Sumber Belajar

1. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2013. Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan SMP/MTs kelas VII, Edisi Revisi. 2016. Jakarta. Kemendikbud (hal.335-367)
2. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2013. Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan SMP/MTs kelas VII, Edisi Revisi. 2016. Jakarta. Kemendikbud (hal.273-283)

1. Kegiatan Pembelajaran :

Pendekatan : *Scientifik*

- a. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)
Baik Tatap muka ataupun daring (Zoom)
 - 1) Guru menyiapkan peserta didik di dalam kelas dan mengucapkan salam atau selamat pagi kepada peserta didik.
 - 2) Guru/ salah satu peserta didik memimpin doa.
 - 3) Guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat,

- 4) Guru memotivasi peserta didik untuk mengondisikan suasana belajar yang menyenangkan dengan menjelaskan manfaat pembelajaran bagi perkembangan tubuh remaja.
- 5) Guru mengecek penguasaan kompetensi yang sudah dipelajari sebelumnya dengan cara tanya jawab.
- 6) Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai peserta didik setelah proses pembelajaran (seperti yang tercantum dalam indikator ketercapaian kompetensi) disertai dengan penjelasan manfaat dari kegiatan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental: misalnya bahwa pembelajaran ini bermanfaat bagi perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.
- 7) Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari yaitu: perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.
- 8) Guru menjelaskan teknik penilaian untuk kompetensi perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental, baik kompetensi sikap spiritual dengan observasi dalam bentuk jurnal: yaitu perilaku keseriusan dalam berdoa dan berusaha secara maksimal, kompetensi sikap sosial: perilaku jujur, disiplin, dan kerjasama, kompetensi pengetahuan: pemahaman mengenai perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental menggunakan penugasan atau tes tertulis, dan kompetensi terkait keterampilan yaitu perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.

b. Kegiatan Inti

Tahap	Deskripsi
Tahap 1 Persiapan	<ul style="list-style-type: none"> - Guru menentukan tujuan pembelajaran, identifikasi karakteristik peserta didik (kemampuan awal, minat, gaya belajar, dan sebagainya) atau, - Guru memberikan penjelasan tentang tujuan pembelajaran materi perkembangan tubuh remaja dalam kehidupan sehari-hari
Tahap 2 Stimulasi/pemberian rangsangan	<ul style="list-style-type: none"> - Siswa dibagi dalam beberapa kelompok - Siswa mencari informasi dan membuat catatan tentang perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental dari sumber (buku paket dan tayangan video).
Tahap 3 Identifikasi masalah	<ul style="list-style-type: none"> - Siswa mengamati tampilan seseorang secara fisik dan mental dari kesehariannya dan dari tayangan video, serta membuat catatan tentang point point penting. Siswa membuat catatan tentang hal hal yang dianggap belum jelas dan perlu ditanyakan
Tahap 4 Mengumpulkan data	<ul style="list-style-type: none"> - Siswa secara bergantian menanyakan kepada sesama siswa maupun guru tentang perkembangan tubuh remaja berdasarkan hasil pengamatan. - Siswa secara bergantian menanyakan kepada sesama siswa maupun guru tentang perubahan fisik sekunder dan mental berdasarkan hasil pengamatan - Siswa secara bergantian menanyakan kepada sesama siswa maupun guru tentang faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan tubuh dan mental remaja berdasarkan pengamatan.
Tahap 5 Pengolahan data	<ul style="list-style-type: none"> - Siswa mendiskusikan tentang konsep tentang perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental secara berkelompok mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama. Selama diskusi tugas siswa untuk saling mengutarakan pengalaman dan argumentasinya - Siswa mendiskusikan tentang perkembangan tubuh

Tahap	Deskripsi
	remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental secara berkelompok mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama Selama diskusi tugas siswa untuk saling mengutarakan pengalaman dan argumentasinya <ul style="list-style-type: none"> - Siswa mendiskusikan tentang faktor-faktor perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental secara berkelompok mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama .Selama diskusi tugas siswa untuk saling mengutarakan pengalaman dan argumentasinya
Tahap 6 Pembuktian	<ul style="list-style-type: none"> - Siswa mendiskusikan secara berkelompok memahami tentang perkembangan tubuh remaja dan menemukan faktor-faktor yang mempengaruhi perubahan fisik sekunder dan mental remaja. Guru mengamati siswa selama berdiskusi. - Siswa membuat laporan hasil diskusi tentang perkembangan tubuh remaja dan faktor-faktor yang mempengaruhi perubahan fisik sekunder dan mental remaja secara berkelompok.
Tahap 7 Menarik kesimpulan	<ul style="list-style-type: none"> - Siswa mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan kelas tentang perkembangan tubuh remaja dan faktor-faktor yang mempengaruhi perubahan fisik sekunder dan mental remaja dengan menunjukkan sikap tanggung jawab . - Guru mengamati jalannya presentasi (apakah Siswa dapat memahami dan menemukan faktor-faktor yang mempengaruhi perubahan fisik sekunder dan mental remaja).

c. Kegiatan Penutup (15 Menit)

- 1) Peserta didik bersama guru, melakukan refleksi tanya jawab terhadap materi yang telah dipelajari.
- 2) Peserta didik bersama guru menyimpulkan konsep perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.
- 3) Guru menyampaikan materi yang akan dipelajari pada minggu yang akan datang.
- 4) Mengakhiri pembelajaran dengan doa untuk mensyukuri keselamatan dan kesehatan dalam pembelajaran
- 5) Setiap kelompok mengembalikan alat ke tempat penyimpanan dengan tertib

H. Penilaian, Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

1. Penilaian Kompetensi Sikap Spiritual dan Sikap Sosial:

- a. Teknik Penilaian : Observasi
- b. Instrumen Penilaian : Jurnal
- c. Contoh jurnal penilaian sikap spiritual dan sikap sosial

Butir nilai sikap spiritual : - Berdoa sebelum dan sesudah pelajaran
- Berusaha maksimal dan tawakal

Butir nilai sikap sosial : Jujur, Disiplin, Kerjasama, Percaya Diri

No	Tanggal	Nama Peserta Didik	Catatan Pendidik	Aspek Yang Diamati	Sikap
1					
2					
dst					

2. Kompetensi Pengetahuan

- a. Teknik Penilaian : Penugasan
- b. Instrumen Penilaian : Daftar Tugas
- c. Indikator dan Contoh Instrumen

No	ASPEK DAN SOAL UJI TULIS	Jawaban
1.	Fakta a. Sebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan remaja! b. Sebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi pertumbuhan remaja ! c. Sebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan mental remaja !	
2.	Konsep a. Jelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan remaja! b. Jelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi pertumbuhan remaja ! c. Jelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan mental remaja !	
3.	Prosedur a. Bagaimana langkah-langkah mempengaruhi perkembangan remaja! b. Jelaskan bagaimana cara mempengaruhi pertumbuhan remaja ! c. Jelaskan bagaimana cara mempengaruhi perkembangan mental remaja !	

Pedoman penskoran

1) Penskoran

- a) Soal nomor 1
 - (1) Skor 3, jika jenis disebut secara lengkap
 - (2) Skor 2, jika jenis disebut secara kurang lengkap
 - (3) Skor 1, jika jenis disebut tidak lengkap
- b) Soal nomor 2
 - (1) Skor 4, jika penjelasan benar dan lengkap
 - (2) Skor 3, jika penjelasan benar tetapi kurang lengkap
 - (3) Skor 2, jika sebagian penjelasan tidak benar dan kurang lengkap
 - (4) Skor 1, jika hanya sebagian penjelasan yang benar dan tidak lengkap
- c) Soal nomor 3
 - (1) Skor 3, jika jenis disebut secara lengkap
 - (2) Skor 2, jika jenis disebut secara kurang lengkap
 - (3) Skor 1, jika jenis disebut tidak lengkap
- d) Soal nomor 4
 - (1) Skor 4, jika urutan benar dan lengkap
 - (2) Skor 3, jika urutan benar tetapi kurang lengkap
 - (3) Skor 2, jika sebagian urutan tidak benar dan kurang lengkap
 - (4) Skor 1, jika hanya sebagian urutan yang benar dan tidak lengkap.

2) Pengolahan skor

Skor maksimum: 36

Skor perolehan peserta didik: SP

Nilai pengetahuan yang diperoleh peserta didik: $SP/36 \times 100$

3. Kompetensi Keterampilan

- a. Teknik penilaian : Tes praktik/diskusi/persentasi
- b. Instrumen Penilaian : Lembar observasi keterampilan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.
- c. Rubrik Penilaian Keterampilan Berdiskusi

No.	Indikator Penilaian	Hasil Penilaian		
		Baik (3)	Cukup (2)	Kurang (1)
1.	Persiapan awal menyiapkan materi diskusi			
2.	Pelaksanaan melakukan diskusi			
3.	Menyimpulkan hasil diskusi			
Skor Maksimal (9)				

Pedoman penskoran

a) Penskoran

(1) Persiapan awal menyiapkan materi diskusi

Skor Baik jika :

- (1) mempersiapkan bahan diskusi
- (2) melengkapi materi materi diskusi
- (3) sistematika penyusunan materi diskusi

Skor Sedang jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor Kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

(2) Pelaksanaan melakukan diskusi

Skor Baik jika :

- (1) membuka diskusi
- (2) menyampaikan materi dengan sistimatis
- (3) ketepatan menjawab pertanyaan-pertanyaan dengan runtun

Skor Sedang jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor Kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

(3) Menyimpulkan hasil diskusi

Skor Baik jika :

- (1) menyimpulkan hasil diskusi
- (2) menyusun laporan secara sistimatis
- (3) kelengkapan laporan hasil diskusi

Skor Sedang jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor Kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

b) Pengolahan skor

Skor maksimum: 9

Skor perolehan peserta didik: SP

Nilai keterampilan yang diperoleh peserta didik: $SP/9 \times 100$

Rentang nilai keterampilan:

Nilai	Predikat	Nilai Sikap
0-55	D	KURANG
56-70	C	CUKUP
71-85	B	BAIK
86-100	A	SANGAT BAIK

4. Penilaian Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

a. Instrumen penilaian pembelajaran remedial pada dasarnya sama dengan instrumen penilaian pembelajaran regular.

Memeriksa dan menyetujui,
Kepala SMP Islam Cipasung

Drs H Mansur M.SI
NIP. -

Tasikmalaya, Januari 2021

Guru Mata Pelajaran PJOK

Rizki Utami Dewi, SH, S.Pd
NIP : -