

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 3 Pati	Materi Pokok : Perkembangan Tubuh Remaja
Mapel : Penjasorkes	Alokasi Waktu : 2 x pertemuan (6 JP)
Kelas/Semester : VII/1	

A. Tujuan Pembelajaran

Melalui Pembelajaran Jarak Jauh:

Peserta didik memahami dan mempratekkan Perkembangan Tubuh Remaja (perubahan fisik sekunder dan mental) dengan menunjukkan sikap percaya diri, mandiri, kerjasama melalui metode pembelajaran saintifik dengan indikator mempratekkan Perkembangan Tubuh Remaja (perubahan fisik sekunder dan mental).

B. Langkah-langkah Pembelajaran

Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran	
Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
<ul style="list-style-type: none"> • Metode: <i>Discovery base learning</i> • Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> o Laptop o HP android o Ruangun rumah o Gambar o Vidio pembelajaran • Produk: • Hasil presentasi siswa tentang Perkembangan Tubuh Remaja (perubahan fisik sekunder dan mental) • Deskripsi: Peserta didik secara mandiri memahami dan mempratekkan Perkembangan Tubuh Remaja (perubahan fisik sekunder dan mental) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kegiatan Pendahuluan (10 Menit) Guru mengkondisikan siswa agar siap untuk belajar melalui WA group, <i>zoom</i> dan <i>google classroom</i> dan berdo'a. Guru melakukan presensi dan motivasi pembelajaran melalui WA group atau <i>zoom</i>; guru menyampaikan tujuan pembelajaran dan cakupan materi yang akan dipelajari, melalui WA group, dan <i>google classroom</i> 2. Kegiatan Inti (50 Menit) <ol style="list-style-type: none"> 1. Membaca informasi tentang perkembangan tubuh remaja (perubahan fisik sekunder dan mental) dari berbagai sumber baik cetak maupun elektronik dan membuat kesimpulannya. 2. Mengamati video pembelajaran perkembangan tubuh remaja (perubahan fisik sekunder dan mental) yang di upload <i>via google classroom</i> dan memberikan komentar hasil pengamatan tentang perkembangan tubuh remaja tersebut di kolom komentar pribadi. 3. Peserta didik diberi kesempatan secara bergantian saling bertanya/menanggapi tentang berbagai perkembangan tubuh remaja <i>via google classroom</i> di kolom komentar. 4. Peserta didik mencoba mempresentasikan hasil diskusi kelompok dari perkembangan tubuh remaja yang menekankan pada nilai-nilai disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras secara mandiri di rumah <i>via GCR</i>. 5. Peserta didik mengasosiasikan/menghubungkan, yaitu dengan melakukan diskusi kelompok secara virtual untuk menemukan hal-hal berikut ini. <ol style="list-style-type: none"> a. Mencari hubungan antara perubahan fisik sekunder dengan perkembangan mental 6. Peserta didik mengkomunikasikan dengan cara mengirimkan video rekaman presentasi hasil diskusi kelompok secara virtual dan diupload <i>via google classroom</i>. 7. Guru memberikan tanggapan dan umpan balik dari temuan rekaman video peserta didik yang dikirim <i>di google classroom</i> 8. Selanjutnya Secara mandiri siswa memperbaiki hasil kerja berdasarkan masukan dan tanggapan dari guru yang ditulis melalui kolom komentar. 3. Kegiatan Penutup (10 menit) <ol style="list-style-type: none"> a. Guru melakukan evaluasi dan tanya jawab dengan siswa yang berkenaan dengan materi pembelajaran yang telah diberikan. b. Bersama guru, peserta didik membuat rangkuman/ kesimpulan pelajaran; c. Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran; d. Guru memberikan tugas kepada peserta didik berupa soal di <i>google classroom</i> Menginformasikan materi minggu depan, dan berdo'a
C. Asesmen Penilaian Sikap : Kehadiran di <i>Whatshap group</i> , dan <i>zoom</i> Penilaian Pengetahuan : Tes tertulis soal di <i>google classroom</i> Penilaian Keterampilan : Tes Unjuk kerja berupa penilaian rekaman video pembelajaran perkembangan tubuh remaja dan (perubahan fisik dan mental) yang diupload <i>via google classroom</i>	

Memeriksa dan Menyetujui
Kepala SMP N 3 Pati

Pati, Juli 2021
Guru Mata Pelajaran

RUQAYAH, S.Pd., M.Pd
NIP. 196310131985012002

JUWARTO, S.Pd. M.Pd
NIP. 19821223 200903 1004

LAMPIRAN 1

1. Jenis/teknik penilaian

a. Sikap (spiritual dan sosial)

Sikap spiritual

No.	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Butir Instrumen	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
	Observasi	Jurnal	Lihat Lampiran 1	pembelajaran berlangsung	Penilaian untuk dan pencapaian pembelajaran (<i>assessment for and of learning</i>)

Sikap Sosial

No.	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Butir Instrumen	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
1	Observasi	Jurnal	Lihat Lampiran 1	Saat pembelajaran berlangsung	Penilaian untuk dan pencapaian pembelajaran (<i>assessment for and of learning</i>)

b. Pengetahuan

No.	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Butir Instrumen	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
1.	Tertulis	Pertanyaan dan/atau tugas tertulis berbentuk uraian	Jelaskan tentang perkembangan remaja	Setelah pembelajaran usai	Penilaian pencapaian pembelajaran (<i>assessment of learning</i>)
2.	Penugasan	Pertanyaan dan/atau tugas tertulis berbentuk esei.	sebutkan ciri ciri perkembangan remaja, baik sekunder maupun mental	Saat pembelajaran berlangsung	Penilaian untuk pembelajaran (<i>assessment for learning</i>)

c. Keterampilan

No.	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Butir Instrumen	Waktu pelaksanaan	Keterangan
1.	Praktik	Tugas (keterampilan)	Lakukan latihan	Pada akhir pembelajaran	Penilaian pencapaian pembelajaran (<i>assessment of learning</i>)

2. Pembelajaran remedial

Dengan pemanfaatan tutor sebaya melalui belajar kelompok tentang perkembangan tubuh remaja untuk menjawab pertanyaan yang diberikan guru tentang hal-hal yang berkaitan dengan perkembangan remaja

3. Pembelajaran pengayaan

Mencari artikel dari majalah atau internet tentang perkembangan remaja.

Lampiran 1

1. Penilaian Sikap

Penilaian perkembangan sikap spiritual dan sosial dalam bentuk jurnal.

JURNAL PERKEMBANGAN SIKAP SPIRITUAL

Nama Sekolah : SMP Negeri 3 Pati

Kelas/Semester : VII/ 1

Tahun Pelajaran : 2021/2022

No	Waktu	Nama Siswa	Catatan Perilaku	Butir Sikap	Tanda Tangan	Tindak Lanjut
1						
2						

JURNAL PERKEMBANGAN SIKAP SOSIAL

Nama Sekolah : SMP Negeri 3 Pati

Kelas/Semester : VII/Semester 1

Tahun Pelajaran : 2021/2022

No	Waktu	Nama Siswa	Catatan Perilaku	Butir Sikap	Tanda Tangan	Tindak Lanjut
1						
2						

2. Penilaian Pengetahuan

a. Tes Tertulis

1) Kisi-kisi

No	Kompetensi Dasar	Materi	Indikator Pencapaian Kompetensi	Bentuk Soal	Jml Soal
1	3.9 Memahami perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental. 4.9 Memaparkan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.	Perkembangan tubuh remaja	1. Mengidentifikasi perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental. 2. Menjelaskan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental. 3. Menjelaskan cara menganalisis perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental. 4. Memaparkan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental. 5. Mendiskusikan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.	n	1 1 1

2) Soal

- a. Jelaskan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental !
 - b. Sebutkan ciri-ciri perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.
 - c. Jelaskan cara menganalisis perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.
- 3) Kunci jawaban
- a. Pertumbuhan dan perkembangan mempengaruhi dan dipengaruhi oleh (intercrtiaon) dan keputusan-keputusan yang diambilnya setiap saat sehingga merupakan suatu proses yang dinamis.
 - b. Perubahan fisik sekunder laki-laki :
 - Tumbuh jakun pada leher
 - Tumbuh rambut pada bagian tubuh tertentu seperti pada kemluah, ketiak, kumis.
 - Dada lebih bidang
 - Suara lebih jadi berat
 Perubahan fisik sekunder perempuan :
 - Pinggul membesar
 - Payudara membesar
 - Tumbuh rambut pada sekitar kemaluan dan ketik
 Perkembangan mental :
 - Mulai belajar menghitung, membaca dan menulis, sdh mulai mengadakan konsepsi , simbolisasi dan belajar mengadakan komunikasi
 - Dimulai suatu perkembangan “ kepribadian sosial” dan mulai menyadari konsep-konsep hidup
 - Energi meluap-luap . ang fonturisme dan hubungan dengan orang lain masing canggung
 - Nilai religi atau agama , etik, dan estetika belum mendalam.
 - c. Cara menganalisis
 - Dapat dilihat dari perubahan bentuk tubuh
 - Sikap sehari-hari
 - Perkembangan rohani / religi.

4) Pedoman penskoran

a) Penskoran

(1) Sikap awalan melakukan gerakan

Skor baik jika:

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

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

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

(2) Sikap pelaksanaan melakukan gerakan

Skor baik jika:

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

Skor sedang jika : hanya tiga kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor kurang jika : hanya satu sampai dua kriteria yang dilakukan secara benar.

(3) Sikap akhir melakukan gerakan

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 siswa: SP

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

- 5) . Lembar pengamatan penilaian hasil penyajian tentang perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.
- a) Penilaian hasil penyajian tentang perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.
 - b) Tahap pelaksanaan pengukuran Penilaian hasil/produk penyajian perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental dengan cara:
 - (1) Siswa diminta untuk membuat makalah tentang perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.
 - (2) Kemudian makalah tersebut dipresentasikan oleh siswa di depan kelas secara berkelompok.
 - (3) Petugas menilai kelengkapan materi, sistematika materi, dan kerapihan materi, dan ketepatan melakukan diskusi yang dilakukan oleh siswa.
 - (4) Ketepatan diskusi yang dilakukan dengan benar memenuhi persyaratan dihitung untuk diberikan skor.
- 6) Konversi ketetapan melakukan diskusi dengan skor

No	Jenis gerakan	Kriteria pengskoran
1	Kelengkapan materi	3
2	Sistematika penyusunan materi	3
3	Ketepatan dalam penyusunan materi	3
4	Ketepatan dalam menyampaikan materi	3
5	Ketepatan dalam menyusun laporan diskusi	3
Jumlah skor maksimal		15