

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

### (RPP 7.1.1.1)

**Sekolah** : SMP N 1 SEMIN  
**Mata Pelajaran** : PJOK  
**Kelas/ Semester** : VII/ Satu  
**Materi Pokok** : Permainan bola besar (Sepakbola )  
**Alokasi Waktu** : 3 x 3 JP ( 3 xPertemuan)

Tujuan Pembelajaran	KD 3	KD 4
	3.1 Memahami konsep gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *)	4.1 mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *)
	IPK 3	IPK 4
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan aktivitas gerak spesifik permainan sepak bola dengan benar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan aktivitas gerak spesifik permainan sepak bola dengan benar.</li> </ul>
Langkah – Langkah Kegiatan Pembelajaran		
Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Metode: Sainifik</li> <li>Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>Lapangan sepak bola</li> <li>Bola sepak</li> <li>Rintangan (corong)</li> <li>Stopwach</li> <li>Gambar</li> <li>Vidio pembelajaran</li> </ul> </li> <li>Produk: Gerak spesifik permainan sepak bola.</li> <li>Deskripsi: Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas gerak spesifik permainan sepak bola.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>Peserta didik berbaris dan mengucapkan salam, berdoa, dan guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat.</li> <li>Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai.</li> <li>Peserta didik melakukan pemanasan (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan dalam bentuk game (bermain kucing-tikus).</li> </ol> </li> <li>Kegiatan Inti (90 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>Peserta didik dibagi menjadi empat kelompok besar (putera dan puteri dibagi sama banyak).</li> <li>Peserta didik menyimak informasi dan peragaan materi tentang aktivitas gerak spesifik permainan sepak bola secara berpasangan dan berkelompok.</li> <li>Peserta didik mencoba dan melakukan aktivitas gerak spesifik permainan sepak bola secara berpasangan dan berkelompok.</li> <li>Peserta didik mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru tentang gerak spesifik permainan sepak bola.</li> <li>Peserta didik memperagakan dan mengomunikasikan gerak spesifik permainan sepak bola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras. Lamanya waktu bermain misalnya: 10 menit.</li> <li>Guru mengamati seluruh aktivitas peserta didik dalam melakukan gerak spesifik permainan sepak bola secara seksama.</li> </ol> </li> </ol>	

	<p>3. Kegiatan Penutup (15 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.</li> <li>Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan.</li> <li>Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.</li> </ol>
<p>Asesmen:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Sikap : Jurnal.</li> <li>Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.</li> <li>Keterampilan : Tes praktik dan portopolio.</li> </ol>	

Mengetahui  
Kepala Sekolah



NUR SUTANTA, S.Pd.,M.Or  
NIP 196809121998021004

Playen, 13 Juli 2021  
Guru Mata Pelajaran



NUR SUTANTA, S.Pd.,M.Or  
NIP 196809121998021004

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**( RPP 7.1.1.1 )**

**Sekolah** : SMP N 1 SEMIN  
**Mata Pelajaran** : PJOK  
**Kelas/ Semester** : VII/ Satu  
**Materi Pokok** : Permainan bola besar (Sepakbola )  
**Alokasi Waktu** : 3 x 3 JP ( 3 x Pertemuan/ 9 JP)

**A. Kompetensi Inti**

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati 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 faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif pada tingkat teknis dan spesifik sederhana berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, dan budaya dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, dan kenegaraan terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Menunjukkan keterampilan menalar, mengolah, dan menyaji secara kreatif, produktif, kritis, mandiri, kolaboratif, dan komunikatif, dalam ranah konkret dan ranah abstrak sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang teori.

**B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi**

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.1 Memahami konsep gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional	3.1.1. Mengidentifikasi cara menendang, menahan, dan menggiring bola dengan kaki bagian dalam, dan luar 3.1.2. Menjelaskan cara menendang mengontrol, menggiring bola dengan kaki bagian dalam dan bagian luar dengan benar. 3.1.3. Menjelaskan cara melakukan menendang, mengontrol, dan menggiring bola dengan kaki bagian dalam dengan benar. 3.1.4. Menjelaskan cara bermain sepak bola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi menggunakan teknik menendang, mengontrol dan menggiring dengan benar.
4.1 Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional	4.1.1. Mempraktikkan cara menendang bola dengan kaki bagian dalam dan bagian luar dengan koordinasi yang baik. 4.1.2. Mempraktikkan cara mengontrol bola dengan kaki bagian dalam dengan koordinasi yang baik. 4.1.3. Mempraktikkan cara menggiring bola dengan kaki bagian dalam dan bagian luar dengan koordinasi yang baik. 4.1.4. Mempraktikkan permainan sepak bola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi

Nilai karakter : **Religius, mandiri, kerjasama, disiplin dan tanggung jawab**

### C. Tujuan Pembelajaran :

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran penemuan ini, peserta didik diharapkan dapat :

1. Mengidentifikasi cara menendang, menahan, dan menggiring bola dengan kaki bagian dalam, dan luar kaki
2. Menjelaskan cara menendang bola dengan kaki bagian dalam dan bagian luar dengan benar.
3. Menjelaskan cara mengontrol bola dengan kaki bagian dalam dengan benar.
4. Menjelaskan cara menggiring (dribbling) bola dengan kaki bagian dalam dan bagian luar dengan benar.
5. Menjelaskan cara bermain sepak bola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi menggunakan teknik menendang, mengontrol dan menggiring dengan benar.
6. Melakukan teknik menendang bola dengan kaki bagian dalam dan bagian luar dengan koordinasi yang baik.
7. Melakukan teknik mengontrol bola dengan kaki bagian dalam dengan koordinasi yang baik.
8. Melakukan teknik menggiring bola dengan kaki bagian dalam dan bagian luar dengan koordinasi yang baik.
9. Bermain sepak bola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi .

**Fokus penguatan karakter :Sportifitas,tanggungjawab,kerjasama dan disiplin**

### D. Materi Pembelajaran :

#### 1. Materi pembelajaran reguler

- 1) Menendang dengan menggunakan kaki bagian dalam dan bagian luar
- 2) Menahan bola dengan kaki bagian dalam
- 3) Menggiring bola dengan kaki bagian dalam dan kaki bagian luar
  - Sumber: Buku Siswa Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (2016) halaman 1-23 dan Buku Guru hal 1- 44)
- 4) Bermain sederhana

#### 2. Materi pembelajaran remedial

Pada dasarnya materi pembelajaran remedial adalah adalah materi pembelajaran reguler yang disederhanakan sehingga mudah dipahami dan dilakukan. Misalnya jarak latihan di perpendek.

#### 3. Materi pembelajaran pengayaan

Materi pengayaan dikembangkan dari materi pembelajaran reguler dengan meningkatkan faktor kesulitan. Misalnya jarak latihan diperjauh.

### E. Metode Pembelajaran :

- Pembelajaran penemuan (*Discovery Learning*)
- Penugasan dan resiprokal/timbal-balik

### F. Media dan Bahan Pembelajaran :

- Gambar gerak menendang, menahan dan menggiring bola permainan sepak bola.
- Video pembelajaran gerak menendang, menahan dan menggiring bola permainan sepak bola.
- Model siswa atau guru yang memperagakan gerak menendang, menahan dan menggiring bola permainan sepak bola. Lapangan permainan sepak bola atau lapangan sejenisnya (lapangan bola voli, halaman sekolah atau lapangan terbuka).
- Panduan Pembelajaran Siswa (Judul: Panduan Pembelajaran Siswa oleh MGMP PJOK SMP/M.Ts).
- Sepak bola atau bola sejenisnya (bola terbuat dari plastik, karet, dll).
- Bendera (corong) atau sejenisnya (kursi atau bilah bambu).
- Beberapa gawang dan bola yang dimodifikasi.
- Peluit dan Stopwatch.

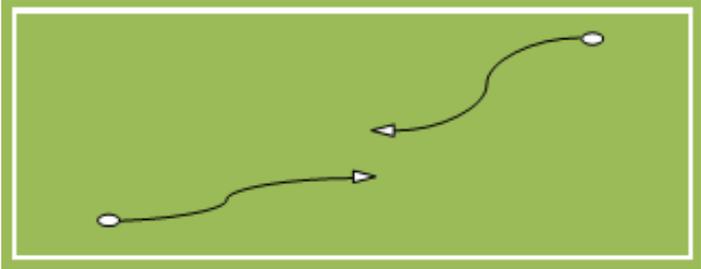
### G. Sumber Belajar

- Muhajir. Cetakan ke-3,2016 ( Edisi Revisi ). PJOK (Buku siswa). Jakarta: Kemdikbud (hal.1-23)
- Muhajir . Cetakan ke-3,2016 ( Edisi Revisi ). PJOK (Buku Guru). Jakarta: Kemdikbud (hal.1-44 )

### H. Langkah- langkah Pembelajaran :

#### Langkah - Langkah Pembelajaran Penemuan ( Discovery Learning )

KEGIATAN PEMBELAJARAN		
<b>PENDAHULUAN</b>	<p><b>Kegiatan pendahuluan yang harus dilakukan oleh guru sebagai berikut.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Mengucapkan salam</li> <li>2) Ice Breaking dengan tepuk PPK untuk memusatkan konsentrasi,</li> <li>3) Berdoa</li> <li>4) Presensi,</li> <li>5) Apersepsi,</li> <li>6) Memotivasi peserta didik</li> <li>7) Menjelaskan tujuan pembelajaran.</li> <li>8) Menjelaskan penilaian yang akan kita ambil baik sikap, pengetahuan maupun keterampilan</li> </ol> <p style="color: red;">( Nasionalis, Relegius dan Semangat hidup)</p>	<b>15 menit</b>
<b>KEGIATAN INTI</b>	<p><b>Kegiatan inti yang dilakukan oleh guru antara lain.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Peserta didik mengamati video dan mengamati pada buku pegangan siswa tentang permainan sepak bola Muhajir. Cetakan ke-3,2016 ( Edisi Revisi ). PJOK (Buku siswa). Jakarta: Kemdikbud (hal.1-23)(penguatan literasi)</li> <li>2) Guru memotivasi siswa untuk bertanya, dan bersama siswa merumuskan pertanyaan yang akan dicari jawabannya.misalnya: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apakah posisi badan mempengaruhi pergerakan bola saat melakukan menendang, menggiring dan menghentikan bola? Apakah perkenaan bola dengan kaki mempengaruhi jalannya bola saat menendang, menggiring dan menghentikan bola? Apakah jenis pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan menendang, menggiring, menyundul dan menghentikan bola?</li> <li>• tentang manfaat permainan sepak bola terhadap kesehatan dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan sepak bola.</li> </ul> <p style="color: red;">( Menumbuhkan rasa ingin tahu )</p> </li> </ol>	<b>90 menit</b>
2. Merencanakan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Menemukan jawaban atas pertanyaan-pertanyaan tersebut melalui kegiatan eksplorasi gerak secara individual, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan sikap kerja sama</li> <li>2) Melakukan pemanasan yang mengarah pada teknik dasar permainan sepak bola,seperti <b>Permainan ular-ularan</b> atau permainan yang lainnya. Aturan dan peraturan permainan :</li> </ol>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Peserta didik dibagi menjadi 2 kelompok, kelompok satu yaitu ular 1 dan kelompok dua yaitu ular 2</li> <li>➤ Ular 1 harus berusaha merebut ekor ular 2</li> <li>➤ Kepala ekor dari ular 2 harus berusaha melindungi ekornya agar tidak terebut oleh kepala ular 1</li> <li>➤ Apabila ekor ular (ular 1 atau ular 2) dapat terebut oleh kepala ular (ular 1 atau ular 2) maka permainan diulang kembali</li> <li>➤ Peserta didik berhenti melakukan pemanasan permainan ini setelah mendengar suara peluit dilanjutkan melakukan penguluran.</li> </ul>  <p>Gambar 1. Peamanasan dalam bentuk permainan ular-ularan</p> <p>Keterangan :</p> <p>△ : kepala ular ○ : ekor ular</p> <p><b>(kerja sama, kerja keras dan dilakukan dengan sungguh-sungguh)</b></p>	
<p>3. Mengumpulkan dan menganalisa data</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Guru membuka dan menjelaskan pembelajaran permainan sepak bola bagi kesehatan dan kebugaran jasmani.</li> <li>2) Peserta didik menyimak informasi dan peragaan materi tentang gerak spesifik permainan sepakbola (menendang, menahan, dan menggiring bola dengan kaki bagian dalam dan bagian luar). <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Aktivitas menendang bola dengan kaki bagian dalam</b> Cara menendang bola dengan kaki bagian dalam sebagai berikut : <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Berdiri sikap melangkah, dengan kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang.</li> <li>b. Badan condong ke depan.</li> <li>c. Letakkan bola di depan kaki kanan.</li> <li>d. Bola ditendang dengan menggunakan kaki kanan bagian dalam dengan perlahan-lahan sehingga bola bergulir perlahan ke depan.</li> <li>e. Lakukan gerakan tersebut berulang-ulang hingga kamu dapat mengontrol jalannya bola.</li> <li>f. Setelah lancar menggunakan kaki kanan, sekarang coba kamu lakukan dengan menggunakan kaki bagian kiri.</li> </ol> </li> </ul> </li> </ol>	



Gambar 1. menendang bola dengan kaki bagian dalam

➤ **Aktivitas menendang bola dengan punggung kaki**

Cara menendang bola dengan kaki bagian luar sebagai berikut :

- a. Berdiri sikap tegap dan melangkah dengan rileks, kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang.
- b. Letakkan bola di samping bagian dalam kaki kiri segaris dengan kaki kanan.
- c. Pandangan ke arah bola.
- d. Ayunkan kaki kanan lurus ke arah bola, perkenaan bola dengan punggung kaki.



Gambar 2. Menendang bola dengan punggung kaki

➤ **Aktivitas menahan bola dengan kaki bagian dalam**

Cara menahan bola dengan kaki bagian dalam sebagai berikut :

- a. Berdiri sikap melangkah rileks, kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang.
- b. Pandangan ke arah datangnya bola.
- c. Julurkan kaki kanan ke depan ke arah datangnya bola.
- d. Pada saat akan menyentuh bola, kaki ditarik kembali ke belakang, bola dihentikan di samping kaki kiri.
- e. Peserta didik disuruh mengamati dan rasakan perkenaan bola dengan bagian kaki dan guliran bola, lalu temukan pola yang paling sesuai buat mereka.



Gambar 3. Menahan bola dengan kaki bagian dalam

➤ **Aktivitas menggiring bola dengan kaki bagian dalam**

Cara menenggiring bola dengan kaki bagian dalam sebagai berikut :

- a. Berdiri sikap melangkah, dengan kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang.
- b. Badan condong ke depan.
- c. Letakkan bola di depan kaki kanan.
- d. Bola ditendang dengan menggunakan kaki kanan bagian dalam dengan perlahan-lahan sehingga bola bergulir perlahan ke depan.
- e. Lakukan gerakan tersebut berulang-ulang hingga kamu dapat mengontrol jalannya bola.
- f. Setelah lancar menggunakan kaki kanan, sekarang coba kamu lakukan dengan menggunakan kaki bagian kiri.



Gambar 4. Menggiring bola dengan kaki bagian dalam

➤ **Aktivitas menggiring bola dengan kaki bagian luar**

Cara menggiring bola dengan kaki bagian luar sebagai berikut :

- a. Berdiri sikap melangkah, dengan kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang.
- b. Badan condong ke depan.
- c. Letakkan bola di depan kaki kiri bagian dalam sejaris dengan kaki kanan.
- d. Bola ditendang dengan menggunakan kaki kanan bagian luar dengan perlahan-lahan sehingga bola bergulir perlahan ke depan.
- e. Lakukan gerakan tersebut berulang-ulang hingga kamu dapat mengontrol jalannya bola.

- f. Setelah lancar menggunakan kaki kanan, sekarang coba lakukan dengan menggunakan kaki bagian kiri.



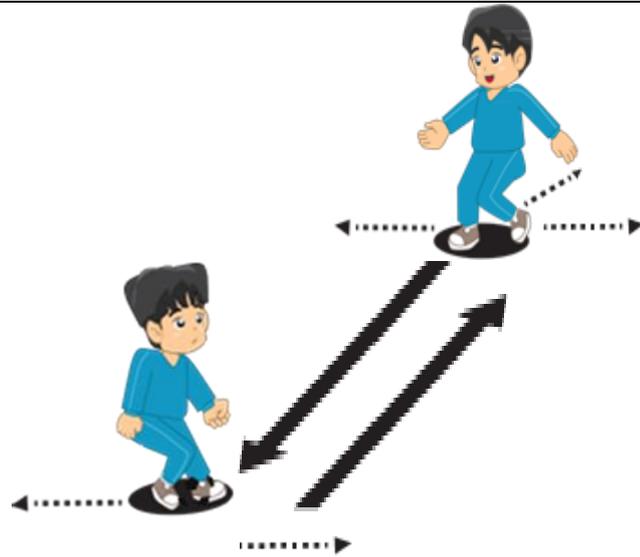
Gambar 5. Menggiring bola dengan kaki bagian luar

**Bentuk-bentuk pembelajaran menendang dan menahan/mengontrol bola, yaitu :**

❖ **Pembelajaran bola berpasangan**

Cari pasangan yang seimbang, kemudian minta mereka membuat kesepakatan sederhana tentang permainan menendang dan memberhentikan bola.

- a) Pembelajaran 1: peserta didik tendang bola menggunakan kaki kanan bagian dalam dan hentikan bola menggunakan kaki kanan bagian dalam dengan dan sebaliknya, setelah melakukan 2 – 3 menit dilanjutkan dengan pembelajaran berikutnya.
- b) Pembelajaran 2: peserta didik tendang bola menggunakan kaki kiri bagian dalam dan hentikan bola menggunakan kaki kiri bagian dalam dan sebaliknya.
- c) Pembelajaran 3: peserta didik tendang bola menggunakan kaki kanan bagian dalam dan tikan bola menggunakan kaki kiri bagian dalam dan sebaliknya.
- d) Pembelajaran 4: peserta didik tendang bola menggunakan kaki kiri bagian dalam dan temanmu menahan bola menggunakan kaki kanan bagian dalam dan sebaliknya.
- e) Pembelajaran 5: peserta didik dapat memvariasikan dengan pembelajaran menendang dan memberhentikan sambil bergerak maju-mundur, ke samping kiri dan kanan, dalam intensitas pelan, agak cepat dan cepat dengan temanmu.
- f) Pembelajaran 6: peserta didik labungkan bola ke temanmu dan mereka memberhentikan dengan paha, dan sebaliknya.
- g) Setelah melakukan dengan kaki kanan, coba kamu melakukannya dengan kaki kiri.
- h) Peserta didik amati keterampilan temanmu, bila ada kekurangtepatan maka diskusikan sehingga teknik dasar permainan dapat diperbaiki.

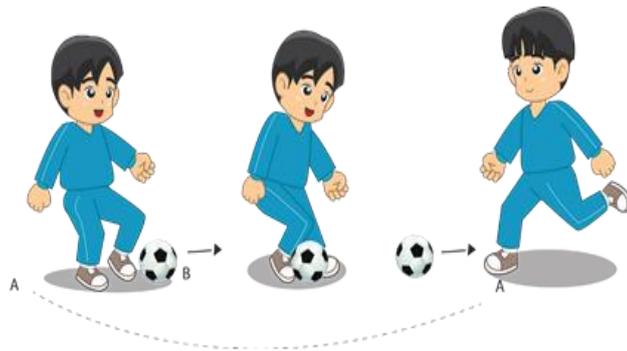


Gambar 7. Menendang dan menahan bola di tempat

❖ **Bentuk-bentuk pembelajaran menggiring bola, yaitu : Pembelajaran menggiring bola berpasangan dan berhadapan dengan jarak kurang lebih 5 – 7 meter.**

Cara melakukannya adalah sebagai berikut.

- Berdiri berhadapan dengan jarak 5 – 7 meter dari temanmu.
- Lalu kamu menggiring bola menggunakan kaki kanan bagian dalam dan luar ke arah temanmu dan mengoperkan ke temanmu.
- Kemudian temanmu menggiring bola kembali ke posisi awal kamu berdiri.
- Selama pembelajaran ini coba kamu saling mengamati dan memberikan saran perbaikan dengan temanmu.
- Setelah lancar menggunakan kaki kanan, coba lakukan gerakan yang sama dengan menggunakan kaki kiri.



Gambar 7. Aktivitas pembelajaran menggiring bola dengan berpasangan dan berhadapan.

(keberanian, kreatif, kerja keras, menghargai, kerjasama, kejujuran dan tanggung jawab)

4. Menarik kesimpulan

1) Seluruh gerakan menendang, menahan, dan menggiring bola dengan kaki bagian dalam dan bagian luar siswa diawasi dan diberikan koreksi oleh guru apabila ada kesalahan gerakan.

	<p>2) Peserta didik mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru. (keberanian, kreatif, kerja keras, menghargai, kerjasama, kejujuran dan tanggung jawab)</p>	
<p>5. Aplikasi dan tindak lanjut</p>	<p>1) Peserta didik memperagakan hasil belajar gerak spesifik permainan sepakbola ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, sportif, kerja sama, dan percaya diri, dan guru mengamati seluruh aktivitas peserta didik dalam melakukan permainan sepak bola sederhana, secara seksama.</p> <p>❖ <b>Pembelajaran Bermain Sepakbola,</b> cara melakukannya adalah sebagai berikut.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Jumlah pemain 12 orang (untuk dua tim) masing-masing 6 pemain untuk satu tim.</li> <li>○ Pada garis lapangan dipasang gawang atau tiang bendera kecil.</li> <li>○ Lapangan yang dapat digunakan adalah lapangan basket atau bolavoli yang memiliki garis tengah.</li> <li>○ Tiap tim menempatkan 3 pemain penyerang pada daerah lapangan lawan dan 2 pemain bertahan pada daerah lapangan sendiri.</li> <li>○ Setiap pemain berusaha mempertahankan gawangnya dan melakukan serangan.</li> <li>○ Pemain bertahan dan penyerang hanya boleh bergerak di daerah yang ditematinya.</li> <li>○ Bila pemain bertahan dapat merebut bola segera berikan operan pada temannya yang ada di daerah lawan.</li> <li>○ Tim dianggap menang apabila dapat memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin.</li> <li>○ Waktu permainan untuk setiap tim 5 – 10 menit.</li> </ul>  <p>Gambar 8. Aktivitas pembelajaran bermain sepak bola dengan peraturan dimodifikasi</p>	
<p><b>PENUTUP</b></p>	<p><b>Kegiatan penutup pembelajaran yang harus dilakukan oleh guru antara lain.</b></p> <p>1) Pendinginan (colling down) dengan melemaskan otot-otot tungkai kaki.</p>	<p><b>15 menit</b></p>

1. Refleksi aktivitas pembelajaran 2. Umpan balik 3. Kegiatan tindak lanjut 4. Rencana kegiatan berikutnya.	2) Melakukan refleksi dan tanya-jawab materi pembelajaran yang telah dipelajari, memberi tugas pengayaan bagi yang tuntas dan remedial yang belum tuntas, dan memberitahu materi yang akan dipelajari pada minggu yang akan datang. 3) Guru menugaskan kepada peserta didik untuk mencatat pola gerak fundamental permainan sepak bola yang telah dipelajari dalam buku tugas/kerja, dan dikumpulkan pada pertemuan yang akan datang. 4) Berbaris dan berdoa, kembali ke kelas dengan penuh disiplin. <b>(relegius dan nasionalis)</b>	
--	---	--

## I. Penilaian Hasil Belajar

### 1. Jenis/teknik penilaian

#### a. Sikap (spiritual dan sosial)

##### Sikap spiritual

No.	Teknik	Bentuk Instrumen	Butir instrumen	Waktu pelaksanaan	Keterangan
	Observasi	Jurnal	Lihat Lampiran 1	Saat pembelajaran berlangsung	Penilaian untuk dan pencapaian pembelajaran (assessment for and of learning)

##### Sikap Sosial

No.	Teknik	Bentuk Instrumen	Butir instrumen	Waktu pelaksanaan	Keterangan
	Observasi	Jurnal	Lihat Lampiran 1	Saat pembelajaran berlangsung	Penilaian untuk dan pencapaian pembelajaran (assessment for and of learning)

#### b. Pengetahuan

No.	Teknik	Bentuk instrumen	Butir instrumen	Waktu pelaksanaan	Keterangan
1.	Tertulis Lisan	Pertanyaan dan/ atau tertulis berbentuk uraian, tanya jawab	Sebutkan 3 macam teknik dasar menahan bola dalam permainan sepak bola!	Sebelum/Setelah pembelajaran usai	Penilaian pencapaian pembelajaran (assessment of learning)

2.	Penugasan	Pertanyaan dan/atau tugas tertulis berbentuk essay	Jelaskan prosedur menendang bola dengan kaki bagian dalam dimulai dari sikap awalan, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir	Saat pembelajaran berlangsung	Penilaian untuk pembelajaran ( <i>assessment for learning</i> )
----	-----------	--	---	-------------------------------	---

c. Keterampilan

No.	Teknik	Bentuk Instrumen	Butir Instrumen	Waktu pelaksanaan	Keterangan
1.	Praktik	Tugas (keterampilan)	Lakukan bermain sepak bola dengan peraturan sederhana.	Pada akhir pembelajaran	Penilaian untuk pembelajaran ( <i>assessment of learning</i> )

2. Pembelajaran remedial

Remedial diselenggarakan bagi peserta didik dengan skor pengetahuan dan atau keterampilan belum mencapai 71. Remedial dilakukan dengan mengulang proses pembelajaran atau pemberian tugas yang relevan untuk meningkatkan kompetensi peserta didik.

3. Pembelajaran pengayaan

Pengayaan diselenggarakan bagi peserta didik dengan skor pengetahuan dan/atau keterampilan telah mencapai 71 dan masih tersedia waktu untuk pembelajaran dengan materi pembelajaran yang sama. Pengayaan dilakukan dengan memperdalam pemahaman dan memperhalus keterampilan melalui proses pembelajaran (latihan) atau pemberian tugas yang relevan untuk meningkatkan kompetensi peserta didik.



Playen, 13 Juli 2021  
Guru Mata Pelajaran

NUR SUTANTA, S.Pd., M.Or  
NIP 196809121998021004

## Rancangan Penilaian

No	Kompetensi Dasar	Teknik Penilaian			Keterangan
		Sikap	Pengetahuan	Keterampilan	
1	3.1 Memahami konsep gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional	Pengamatan	Tes tertulis		<ul style="list-style-type: none"> <li>Diberikan di akhir pelajaran dengan durasi 5 menit.</li> <li>Bentuk soal esay Jumlah soal : 3 butir</li> </ul>
	4.1 mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional			Tes kinerja	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dilakukan pada saat proses pembelajaran (penilaian proses)</li> <li>Penilaian produk dilakukan akhir pembelajaran inti</li> </ul>

### 1. Penilaian Kompetensi Sikap Spiritual dan Sikap Sosial: (Lampiran1)

- a. Teknik Penilaian  
Teknik Observasi
- b. Instrumen Penilaian  
Jurnal/ Catatan
- c. Jurnal penilaian sikap spiritual dan sosial  
 Butir nilai sikap spiritual : 1. Berdoa sebelum dan sesudah pelajaran  
 2. Berusaha secara maksimal dan tawakal  
 Butir nilai sikap sosial : Jujur, Disiplin, Kerjasama

#### Contoh Catatan Jurnal

No	Waktu	Nama Siswa	Catatan Perilaku	Nilai karakter	Tanda tangan	Tindak lanjut
1.	23 Juli '18	Arman	Mengingatkan temannya untuk berdo'a sebelum dan sesudah pelajaran	Toleransi beragama		Diberikan pujian dan apersepsi
2.	23 Juli '18	Batik	Membantu mengeluarkan peralatan permainan bola voli dari ruang OR	Kepedulian		Diberikan pujian dan apersepsi
3.	30 Juli '18	Cadar	Sering terlambat masuk sekolah	Disiplin		Diberikan penjelasan pentingnya hidup disiplin

### 2. Penilaian Kompetensi Pengetahuan

- a. Teknik Penilaian :  
Penugasan (Lampiran 2)
- b. Instrumen Penilaian  
Daftar Tugas
- c. Indikator dan Instrumen

NO	KOMPETENSI DASAR	MATERI	INDIKATOR SOAL	BENTUK SOAL	JML SOAL
1	3.1 Memahami konsep gerak spesifik dalam berbagai	<ul style="list-style-type: none"> <li>Menendang dengan menggunakan kaki bagian dalam</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Menjelaskan konsep menendang dengan menggunakan kaki</li> </ul>	Tertulis	1

	permainan bola besar sederhana atau tradisional	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Menahan bola dengankaki bagian dalam</li> <li>▪ Menggiring bola dengan kakibagian luar</li> </ul>	bagian dalam permainan sepakbola.	Tertulis	1
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Menyebutkan macam-macam menahan boladengan berbagai macam bagian kakidalam permainan sepakbola.</li> <li>▪ Menjelaskan cara melakukan sikap menggiring bola dengan kaki bagian luar dalam permainan sepakbola.</li> </ul>	Tertulis	1

Butir Soal ( Instrumen)

1. Apa yang di maksud menendang bola dengan kaki bagian dalam permainan sepakbola ?
2. Sebutkan 3 macam menahan bola dalam permainan sepakbola.
3. Jelaskan cara melakukan menggiring bola dengan kakiluar dalam permainan sepakbola.

Pedoman penskoran soal uraian

No	Kunci Jawaban	Skor
1	<p><b>Teknik dasar menendang dengan kaki bagian dalam permainan sepakbola adalah :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Berdiri sikap melangkah rileks, kaki kiri di depan dankaki kanan di belakang.</li> <li>b. Letakkan bola di samping bagian dalam kaki depan, segaris dengan kaki belakang.</li> <li>c. Pandangan ke arah bola.</li> <li>d. Ayunkan kaki belakang ke arah bola, perkenaan bola dengan sisi dalam kaki.</li> <li>e. Peserta didik disuruh mengamati dan merasakan perkenaan bola dengan bagian kaki dan guliran bola, lalu temukan pola yang paling sesuai buat mereka. Kemudian coba ubah titik perkenaan bola dengan kaki bagian dalam pada posisi bawah, tengah, dan atas; serta amati arah jalannya bola.</li> </ol>	5
2	<p><b>Menahan bola dengankaki bagian dalam, bagian luar ,punggung kaki, dan telapak kaki</b></p>	3
3	<p><b>Pembelajaran menggiring bola dengan kaki bagian luar, yaitu :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Berdiri sikap melangkah, dengan kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang.</li> <li>b. Badan condong ke depan.</li> <li>c. Letakkan bola di depan kaki kiri bagian dalam segaris dengan kaki kanan.</li> <li>d. Bola ditendang dengan menggunakan kaki kanan bagian luar dengan perlahan-lahan sehingga bola bergulir perlahan ke depan.</li> <li>e. Lakukan gerakan tersebut berulang-ulang hingga kamu dapat mengontrol jalannya bola.</li> <li>f. Setelah lancar menggunakan kaki kanan, sekarang coba lakukan dengan menggunakan kaki bagian kiri.</li> </ol>	5
Jumlah skor Maksimal		13

$$\text{Nilai} = ( \text{skor perolehan} ) / ( \text{skor maksimum} ) \times 100$$

Catatan : 1. Jika hanya menyebutkan ciri-ciri tanpa dijelaskan, maka skor menjadi 1 tiap jawaban

2. Jika menyebutkan ciri-ciri dan dijelaskan namun penjelasannya salah, maka nilai menjadi setengahnya (skor : 1)

3. Penilaian Kompetensi Keterampilan
  - a. Teknikpenilaian  
Tes Kinerja (Lampiran 3)
  - b. Instrumen Penilaian :  
Lembar observasi keterampilan sepakbola
  - c. Indikator dan Instrumen penilaian

No	Kompetensi Dasar	Materi	Indikator	Teknik Penilaian
	4.1 Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional	Menendang, menahan, dan menggiring bola	Siswa dapat melakukan gerakan : <ul style="list-style-type: none"> <li>Menendang dengan menggunakan kaki bagian dalam dan bagian luar,</li> <li>Menahan bola dengan kaki bagian dalam,</li> <li>Menggiring bola dengan kaki bagian dalam dan bagian luar</li> </ul>	Kinerja

#### Instrumen Tes Kinerja

Indikator	Teknik Penilaian	Instrumen
Siswa dapat melakukan gerakan : <ul style="list-style-type: none"> <li>Menendang dengan menggunakan kaki bagian dalam dan bagian luar,</li> <li>Menahan bola dengan kaki bagian dalam,</li> <li>Menggiring bola dengan kaki bagian dalam dan bagian luar</li> </ul>	Kinerja	Lakukan gerakan : <ul style="list-style-type: none"> <li>Menendang dengan menggunakan kaki bagian dalam dan bagian luar</li> <li>Menahan bola dengan kaki bagian dalam</li> <li>Menggiring bola dengan kaki bagian dalam dan bagian luar dengan benar</li> </ul>

No	Nama Siswa	Aspek yang dinilai dan skor yang diperoleh		
		Data Pengamatan	Kesimpulan	Presentasi
1	Aksan			
2	Baru			
3	Cece			
4	Dst			

#### Rubrik Penilaian

No	Aspek yang dinilai	Rubrik
1	Data Pengamatan	2 = data lengkap sesuai dengan pengamatan 1 = data tidak lengkap 0 = tidak ada data
2	Kesimpulan	2 = simpulan benar dan sistematis 1 = simpulan benar tapi kurang sistematis 0 = simpulan salah
3	Presentasi/diskusi	2 = Jelas, sistematis dan dapat menjawab pertanyaan 1 = Jelas, sistematis dan tidak dapat menjawab pertanyaan 0 = tidak jelas, kurang sistematis dan tidak mampu menjawab pertanyaan
	Skor maksimum	6
	Nilai =	$( \text{skor perolehan} ) / ( \text{skor maksimum} ) \times 100$

Lembar pengamatan penilaian hasil gerak dasar menendang, menahan dan menggiring bola permainan sepak bola.

1) Penilaian hasil gerak dasar menendang dan menahan bola

a) Tahap pelaksanaan pengukuran

Penilaian hasil/produk keterampilan gerak spesifik menendang dan menahan bola dilakukan siswa selama 30 detik dengan cara:

(1) Mula-mula siswa berdiri di tengah-tengah antaradinding atau papan pantul.

(2) Setelah petugas pengukuran memberi aba-aba "mulai" siswa mulai menendang dan menahan bola secara bergantian ke kiri dan ke kanan.

(3) Petugas menghitung ulangan/pantulan bola yang dapat dilakukan oleh siswa.

(4) Jumlah ulangan/pantulan bola yang dilakukan dengan benar memenuhi persyaratan dihitung untuk diberikan skor.

b) Konversi jumlah ulangan dengan skor

Perolehan Nilai		Predikat Nilai	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... $\geq 20$ kali	..... $\geq 15$ kali	86 – 100	Sangat Baik
17 – 19 kali	12 – 14 kali	71 – 85	Baik
14 – 16 kali	9 – 11 kali	56 – 70	Cukup
..... $\leq 13$ kali	..... $\leq 8$ kali	..... $\leq 55$	Kurang

**Bentuk-bentuk pembelajaran menendang dan menahan/mengontrol bola, yaitu :**

❖ **Pembelajaran secara individual**

Pembelajaran secara individual dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut.

- a) Pembelajaran 1: coba kamu tendang bola menggunakan kaki kanan bagian dalam ke dinding dan menahan dengan menggunakan kaki kanan bagian dalam di tempat, selama melakukan permainan ini coba kamu amati perkenaan bola dengan kaki, guliran bola dan coba cari pola yang lebih tepat dan sesuai buatmu sendiri.
- b) Pembelajaran 2: coba kamu tendang bola menggunakan kaki kanan bagian dalam ke dinding dan menahan dengan menggunakan kaki kiri bagian dalam di tempat, selama proses suruh mereka mengamati dan merasakan gerakan yang mereka lakukan.
- c) Apakah kamu sudah merasa nyaman melakukannya dengan kaki kanan, Jika sudah, lakukan gerakan yang sama menggunakan kaki kiri.
- d) Pembelajaran ini dapat kamu variasikan dengan jarak yang berbeda, tujuannya agar kamu dapat memperkirakan tenaga yang dibutuhkan untuk menendang ke sasaran.
- e) Pembelajaran 3: coba kamu lambungkan bola tinggi dan perkirakan mendarat di depan badan, kemudian diberhentikan menggunakan sisi bagian dalam kaki, suruh mereka memposisikan badan sehingga menemukan hasil yang baik.
- f) Pembelajaran 4: coba kamu lambungkan bola tinggi dan perkirakan mendarat di depan badan, kemudian diberhentikan menggunakan telapak kaki, suruh mereka memposisikan badan sehingga menemukan hasil yang baik.

❖ **Pembelajaran bola berpasangan**

Cari pasangan yang seimbang, kemudian minta mereka membuat kesepakatan sederhana tentang permainan menendang dan memberhentikan bola.

- i) Pembelajaran 1: peserta didik tendang bola menggunakan kaki kanan bagian dalam dan hentikan bola menggunakan kaki kanan bagian dalam dengan dan sebaliknya, setelah melakukan 2 – 3 menit dilanjutkan dengan pembelajaran berikutnya.
- j) Pembelajaran 2: peserta didik tendang bola menggunakan kaki kiri bagian dalam dan hentikan bola menggunakan kaki kiri bagian dalam dan sebaliknya.
- k) Pembelajaran 3: peserta didik tendang bola menggunakan kaki kanan bagian dalam dan tikan bola menggunakan kaki kiri bagian dalam dan sebaliknya.
- l) Pembelajaran 4: peserta didik tendang bola menggunakan kaki kiri bagian dalam dan temanmu menahan bola menggunakan kaki kanan bagian dalam dan sebaliknya.
- m) Pembelajaran 5: peserta didik dapat memvariasikan dengan pembelajaran menendang dan memberhentikan sambil bergerak maju-mundur, ke samping kiri dan kanan, dalam intensitas pelan, agak cepat dan cepat dengan temanmu.
- n) Pembelajaran 6: peserta didik labungkan bola ke temanmu dan mereka memberhentikan dengan paha, dan sebaliknya.
- o) Setelah melakukan dengan kaki kanan, coba kamu lakukannya dengan kaki kiri.
- p) Peserta didik amati keterampilan temanmu, bila ada kekurangtepatan maka diskusikan sehingga teknik dasar permainan dapat diperbaiki.

❖ **Pembelajaran menendang dan menahan bola sambil bergerak ke kanan dan kiri, dilakukan secara berpasangan.**

- Berdiri jarak 3 – 5 meter dari temanmu.
- Tendang bola menggunakan kaki bagian dalam ke temanmu, kemudian bergerak beberapa langkah ke kanan dan berhenti.
- Temanmu memberhentikan bola dengan kaki kanan bagian dalam dan mendang bola dengan kaki kana bagian dalam.
- Demikian seterusnya hingga 3 - 5 menit.

❖ **Pembelajaran menendang dan menahan bola berkelompok**

- a) Pembelajaran 1: bermain 2 lawan 1, cara melakukannya adalah sebagai berikut.

- Berdiri berhadapan pada jarak 5 – 10 meter.
  - Kemudian pemain C yang merupakan lawan yang bertugas merebut bola yang dimainkan dengan temanmu.
  - Memainkan bola, pemain C datang untuk merebutnya, temanmu mencari posisi yang tepat agar kamu mudah mengoper bola dengannya. Jika pemain C berhasil merebut bola, maka pemain yang melakukan kesalahan menggantikan pemain C sebagai pengejar bola.
- b) Pembelajaran 2: bermain 3 lawan 1, cara melakukannya adalah sebagai berikut.
- Berdiri membentuk formasi segitiga dengan jarak 5 – 10 meter dengan 2 orang teman-temanmu (pemain A, B dan C).
  - Pemain D berdiri ditengah-tengah segitiga.
  - Setelah mengoper bola ke teman, pemain D berusaha merebutnya.
  - Jika pemain D dapat mengejar bola, maka pemain yang melakukan kesalahan menggantikan pemain D sebagai pengejar bola.
  - Dalam melakukan permainan ini, kamu dapat dapat menggunakan kaki bagian dalam, luar atau punggung kaki.
- c) Pembelajaran 3: bermain 3 lawan 1, cara melakukannya adalah sebagai berikut.
- Formasi sama dengan pembelajaran 2. Perbedaannya jika pada pembelajaran 2 pemain yang menguasai bola menunggu untuk diserang, baru kemudian mengirim bola kepada temannya.
  - Pada pembelajaran 3 ini pemain A yang menguasai bola menggiring bola tersebut ke arah pemain D, dengan maksud memancing pemain D untuk menyerang.
  - Pemain A pada saat diserang oleh pemain D dapat melakukan operan. Setelah itu pemain A melanjutkan gerakannya mencari tempat yang baik untuk dapat membantu teman yang menguasai bola.
  - Pemain yang sekarang menguasai bola (dalam hal ini pemain B), dapat memutuskan apakah akan menggiring bola ke arah lawan, atau melakukan operan kepada salah seorang temannya.
  - Pembelajaran ini dilaksanakan dalam ruang gerak sekitar 10 meter persegi.
- d) Pembelajaran 4: bermain 3 atau 4 pemain, cara melakukannya adalah sebagai berikut.
- Ukuran lapangan permainan 30 x 20 meter. ditengah lapangan dibuat sebuah lingkaran dengan diameter 8 meter.
  - Ditengah-tengah lingkaran tersebut diletakkan sebuah "*medicine ball*" yaitu sebuah bola yang agak besar dan berat.
  - Tim yang terdiri dari 3 atau 4 pemain, bermain dengan cara biasa dan masingmasing tim berusaha untuk mengenakan *medicine ball* tersebut dengan bola yang dimainkan.
  - Pemain dilarang memasuki lingkaran. Tim yang paling banyak dapat mengenakan "*medicine ball*" selama waktu tertentu dinyatakan sebagai pemenang.

❖ **Bentuk-bentuk pembelajaran menggiring bola, yaitu :**

- a) Pembelajaran menggiring bola berpasangan dan berhadapan dengan jarak kurang lebih 5 – 7 meter. Cara melakukannya adalah sebagai berikut.
- Berdiri berhadapan dengan jarak 5 – 7 meter dari temanmu.
  - Lalu kamu menggiring bola menggunakan kaki kanan bagian dalam dan luar ke arah temanmu dan mengoperkan ke temanmu.
  - Kemudian temanmu menggiring bola kembali ke posisi awal kamu berdiri.
  - Selama pembelajaran ini coba kamu saling mengamati dan memberikan saran perbaikan dengan temanmu.
  - Setelah lancar menggunakan kaki kanan, coba lakukan gerakan yang sama dengan menggunakan kaki kiri.

- b) Pembelajaran menggiring bola dengan berlari berantai memutar bendera dalam bentuk kelompok. Cara melakukannya adalah sebagai berikut.
- Pasangkan sebuah bendera di lapangan permainan.
  - Setelah itu berdiri dengan jarak 7 – 10 meter menghadap ke bendera.
  - Lakukan gerakan menggiring bola dengan menggunakan kaki kanan bagian dalam dan luar secara bergantian, sesampai di bendera berputar kembali ke titik awal.
  - Setelah lancar menggunakan kaki kanan, lakukan gerakan yang sama dengan menggunakan kaki kiri.
  - Variasikan pembelajaran ini dengan memvariasikan menggiring bola dengan menggunakan kaki kanan dan kiri secara bergantian.
  - Selama pembelajaran, coba rasakan perkenaan bola dengan kaki dan kekuatan yang digunakan untuk menggiring bola.
- c) Pembelajaran menggiring bola mengikuti gerakan teman yang di depan. Cara melakukannya adalah sebagai berikut.
- Carilah teman secara berpasang-pasangan (satu di depan dan satu di belakang).
  - Kemudian menggiring bola dan temanmu mengikuti dari belakang.
  - Menggiring bola dapat dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam dan kaki bagian luar secara bergantian.
  - Teman yang dibelakangmu berusaha merampas bola yang kamu giring/kuasai.
  - Apabila bola tersebut berhasil bersentuh oleh temanmu, maka giliran teman yang menggiring bola.
  - Lakukan pembelajaran ini berulang-ulang dengan waktu 3 – 5 menit.
- d) Pembelajaran lomba dalam menggiring bola melewati bendera yang dipasang zig-zag. Cara melakukannya adalah sebagai berikut.
- Buatlah tiga kelompok yang jumlah pemainnya sama banyak.
  - Pancangkanlah bendera 5 buah bendera dengan jarak 1 – 1,5 meter.
  - Kemudian masing-masing kelompok berdiri berbaris berjajar menghadap bendera yang dipasang 15 – 20 meter di depannya.
  - Setelah ada aba-aba dimulai, pemain yang paling depan menggiring bola ke depan dengan zig-zag sampai bendera terakhir dan berbalik arah ke bendera pertama.
  - Pemenangnya adalah kelompok yang terlebih dahulu menyelesaikan aktivitas menggiring bola, tanpa melakukan kesalahan.
  - Coba diskusikan dengan teman, cara menggiring bola yang bagaimana paling baik dilakukan dalam menyelesaikan menggiring bola.