

Sekolah : SMKS SINAR HUSNI 2 TR
 Mata Pelajaran : PJOK
 Kelas/Semester : X/I
 Materi Pokok : Teknik Pukulan dan Tendangan Pencak Silat
 Materi : Pencak Silat
 Alokasi waktu : 3 x Pertemuan

A. Kompetensi Inti

- KI-3:** Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenefaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan procedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
- KI-4:** Mengolah, menalar dan menyaji dalam ranah konkret, dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

B. Kompetensi Dasar Dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.3 Menganalisis keterampilan gerak seni dan olahraga beladiri untuk menghasilkan gerakan yang efektif**	Mampu menganalisis konsep keterampilan gerakan pukulan dan tendangan dalam pencak silat
4.3 Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak seni dan olahraga beladiri untuk menghasilkan gerak yang efektif**	Melakukan gerakan pukulan dan tendangan pencak silat

C. Materi Evaluasi Pembelajaran

Adapun bahan materi evaluasi pembelajaran adalah Teknik gerakan pukulan dan tendangan pada pencak silat selama proses belajar daring

D. Tujuan Pembelajaran

Tujuan Pembelajaran

1. Aspek Afektif

- Siswa dapat menunjukkan sikap , bertindak jujur, disiplin, bekerjasama, dan tanggung jawab, dalam mengikuti kegiatan pembelajaran

2. Aspek Kognitif

- Peserta didik dapat memahami konsep gerakan pukulan dalam pencak silat
- Peserta didik dapat memahami konsep gerakan tendangan daalam pencak silat.

3. Aspek Psikomotor

- Peserta didik dapat mempraktikkan teknik gerakan pukulan dan tendangan pada olahraga beladiri pencak silat untuk menghasilkan gerak yang efektif

1. Penilaian Afektif

Uraian Evaluasi Pembelajaran

Penilaian afektif berisi penilaian observasi dan penilaian diri siswa

- Penilaian observasi berdasarkan pengamatan sikap dan perilaku peserta didik sehari-hari, baik terkait dalam proses pembelajaran daring maupun secara umum. Pengamatan langsung dilakukan oleh guru. Penilaian Sikap dilakukan dalam bentuk:
 - Menunjukkan sikap rasa syukur kepada Tuhan YME baik melalui doa maupun syukur lainnya (religius)
 - Menunjukkan keaktifan selama forum belajar daring berlangsung dengan menunjukkan rasa ingin tahu (*curiosity*) dan berpartisipasi; menanya, mengomentari atau menjawab permasalahan/persoalan, menyampaikan ide, dan menghargai pendapat orang lain yang dimungkinkan di bahas pada kegiatan pembelajaran daring (bekerjasama),
 - Menunjukkan sikap jujur *in case* ada yang berusaha berbohong atau tidak menipu (kejujuran),
 - Menunjukkan ketekunan dan tanggungjawab dalam belajar maupun mengerjakan tugas belajar yang dikerjakan baik secara individu maupun berkelompok (tanggung jawab),
 - Menunjukkan ketepatan waktu dalam masuk atau keluar pada kelas daring dan mengumpulkan tugas (disiplin),

• Lembar Observasi Untuk Di isi Oleh Guru

NO	Nama Peserta Didik	Aspek Yang Dinilai				Jumlah Skor	Nilai	Predikat	Ket
		Disiplin (1-4)	Tanggung Jawab (1-4)	Jujur (1-4)	Kerja Sama (1-4)				
1	Aprian								
2	Ardiansyah								
3	Ibnu arfa								
4	Elfiyan wijaya								
5	Fauzan Rifky								

Keterangan :

- Skor 4 = Sangat Baik
- Skor 3 = Baik
- Skor 2 = Cukup
- Skor 1 = Perlu Bimbingan

- Lembar Observasi (angket) yang harus diisi oleh orang tua/wali murid (Untuk dapat mengawasi anak selama belajar di rumah

Orang tua memberikan penilaian atas sikap anaknya selama mengikuti pembelajaran daring dari rumah. Adapun lembar observasi yang harus di isi oleh orang tua dapat dilihat melalui link berikut <https://forms.gle/RAmFDYnKHJAz8Lh48>

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Skor Capaian Peserta Didik}}{\text{Skor Maksimal (16)}} \times 100 = \text{Nilai Afektif}$$

Pedoman Predikat Nilai

A = 87-100

B = 73 - 86

C = 60 – 72

D = < 60

b. Penilaian Diri

Penilaian ini dilakukan selama proses pembelajaran berlangsung, dengan cara peserta didik untuk menilai dirinya sendiri. Bentuk penilaian daringnya dapat melalui aplikasi whatsapp yang dikirim hasilnya. Sama halnya dengan penilaian, hendaknya guru telah menjelaskan maksud dan tujuan penilaian, membuat kriteria penilaian, dan juga menentukan format penilaiannya. Berikut contoh instrumen penilaian diri pada sikap siswa.

PENILAIAN DIRI SISWA

Nama Siswa :

Kelas :

Mata Pelajaran :

Materi Ajar :

Tanggal / Pukul :

Berilah tanda \surd pada kolom ‘Ya’ jika kalian sudah menguasai materi tersebut dan pada kolom ‘Tidak’ jika kalian belum menguasainya.

No.	Kemampuan Diri	Ya	Tidak	Keterangan
1.	Saya dapat menyebutkan jenis-jenis teknik pukulan dalam olahraga beladiri pencak silat			
2.	Saya dapat menyebutkan jenis-jenis teknik tendangan dalam olahraga pencak silat.			
3.	Saya dapat menyebutkan teknik gerak pada olahraga beladiri pencak silat			

2. Penilaian Kognitif

Penilaian kognitif berisi soal ujian atau tugas pengetahuan peserta didik yang di kerjakan selama atau setelah proses pembelajaran daring berlangsung. Penilaian kognitif yang disediakan oleh guru terdiri dari 2 jenis: 1) Penilaian materi bentuk tugas soal essay dikirim oleh guru dalam bentuk link <https://forms.gle/ALKY7L2Eg2RCHLks9> yang dikirim melalui aplikasi whatsapp ataupun *google classroom*, kemudian hasil pengerjaan peserta didik dikirim dengan format microsoft excel melalui aplikasi whatsapp dengan waktu yang ditentukan sebagai tugas pekerjaan rumah siswa. 2) Penilaian pembelajaran daring (Evaluasi) selama proses pembelajaran dapat melalui *google form* berbasis CBT yang di share link <https://forms.gle/6DZYD5mkyWPjayC59> untuk dikerjakan oleh peserta didik.

Berikut ini contoh kartu soal evaluasi materi pencak silat

KARTU SOAL Penilaian Kognitif Evaluasi Materi Pencak Silat

Nama Sekolah : SMKS SINAR HUSNI 2 TR
Mata Pelajaran : P J O K
Bentuk/Jumlah Soal : Pilihan Berganda/10 soal
Kelas/Semester : X / I(SATU)

KOMPETENSI DASAR	SOAL	Kunci Jawaban	Skor	Tingkat Berfikir
Menganalisis keterampilan gerak seni dan olahraga beladiri untuk menghasilkan gerakan yang efektif**	1. Salah satu tangan memukul kearah depan, sasaran yaitu dada si lawan dan tangan satunya lagi menutup arah point, yaitu sasaran perut keatas... a. Lurus b. Bandul c. Tegak d. Melingkar e. Atas	A	10	
	2.Sikap pasang dalam pencak silat ditinjau dari teknik penggunaannya terdiri atas ... a. Terbuka b. Tertutup c. Terbuka dan tertutup d. Melangkah dan mundur e. Kesamping	C	10	
	3.Mengayunkan tangan salah satunya berbentuk kepalan kearah sasaran ulu hati, dan tangan yang satu lagi tetap menutup arah sasaran lawan disebut pukulan.... a. Lurus b. Bandul c. Tegak d. Melingkar e. Samping	B	10	

	<p>4. Teknik pukulan yang sasarannya adalah bahu atau sendi bahu bagian kanan (lawan yang dengan kita yang saling berhadapan)...</p> <p>a. Lurus b. Bandul c. Tegak d. Melingkar e. Samping</p>	C	10	
	<p>5. Posisi kaki tertentu sebagai dasar tumpuan untuk melakukan sikap dan gerakan bela-serang disebut sikap..</p> <p>a. Sikap berdiri kuda-kuda b. Sikap duduk c. Sikap berdiri tegak d. Sikap jongkok e. Sikap melompat</p>	A	10	
	<p>6. Teknik dengan tendangan samping pada umumnya menggunakan hentakan telapak kaki, oleh karena itu tendangan yang menggunakan unsur gerak telapak kaki disebut...</p> <p>a. Tendangan lurus b. Tendangan melingkr c. Tendangan T d. Tendangan samping e. Tendangan sabit</p>	C	10	
	<p>7. Pada hakekatnya pencak silat memiliki ciri-ciri sebagai berikut, kecuali...</p> <p>a. Lebih bersifat pertahanan b. Banyak varian dalam langkah c. Kekuatan penuh d. Berfungsi melindungi diri e. Merupakan unsur beladiri</p>	C	10	
	<p>8. Faktor utama dalam melaksanakan olah raga pencak silat agar menghasilkan teknik yang tinggi adalah pembentukan...</p> <p>a. Sikap dan gerak b. Teknik dan taktik c. Strategi dan taktik d. Sikap dan posisi e. Menyerang dan bertahan</p>	A	10	
	<p>9. Pukulan yang dilakukan dengan lintasan dari arah samping luar tubuh menuju kearah dalam tubuh, adalah...</p> <p>a. Pukulan depan b. Pukulan lingkaran c. Pukulan samping d. Pukulan bandul e. Pukulan belakang</p>	B	10	
	<p>10. Dalam pencak silat berdiri tegak dan kaki rapat dengan kedua tangan mengepal berada di samping pinggang</p>	D	10	

	disebut... a. Sikap salam b. Sikap syukur c. Sikap tegak d. Sikap pasang e. Sikap serang			
--	---	--	--	--

3. Penilaian Psikomotor

Penilaian Psikomotor melalui pembelajaran daring berisi penilaian unjuk kerja atau uji kompetensi gerak siswa melalui tugas pekerjaan rumah membuat dokumentasi/rekaman video gerakan kuda-kuda, pukulan hingga tendangan pencak silat. Video rekaman berisi aktifitas gerak yang ditugaskan dengan deskripsi atau uraian gerakan berdurasi 7-10 menit. Kemudian video tersebut dikirimkan melalui aplikasi smartphone (*whatshap*) ataupun di *google classroom* kepada guru, sehingga guru dapat memberi penilaian. Berikut contoh instrument penilaian psikomotorik

Penilaian Psikomotor

Nama pesertra didik :
NIS :
Kelas :

No	Dimensi	Indikator	Deskripsi gerakan	Nilai			Rata-rata
				3	2	1	
1	Sikap awal	Kuda-kuda denga pukulan	Pukulan dengan tangan lurus kedepan dengan kuda-kuda tengah				
		Tendangan dengan kuda-kuda serang	Tendangan dengan kaki lurus dengan kuda-kuda serang.				
2	Pelaksanaan	Tangan	Tangan bergerak kearah depan ketika melakukan pukulan				
			Tangan bergerak kearah samping ketika melakukan tendangan.				
		Kaki	Kaki digeser kearah samping pada saat melakukan pukulan				
			Salah satu kaki ditarik kebelakang pada saat akan melakukan tendangan				
			Salah satu kaki diangkat keatas pada saat akan melakuakn tendangan				
			Mendorong kaki lurus kedepan atas pada saat melakukan tendangan				
	Tangan	Menarik tangan kesamping pinggang setelah melakukan pukulan.					

3	Gerakan akhir		Mengganti salah satu tangan yang melakukan pukulan				
		Kaki	Menarik kaki pada posisi berdiri seperti biasa setelah melakukan pukulan.				
			Menarik kaki kebelakang setelah melakukan tendangan				
			Kembali pada posisi kuda-kuda serang (berdiri)				

$$\text{Penilaian Psikomotor} = \frac{\text{Skor Capaian Peserta Didik}}{\text{Skor Maksimal (9)}} \times 100 = \text{Nilai Psikomotor}$$

Pedoman Predikat Nilai

A = 87-100

B = 73 - 86

C = 60 – 72

D = < 60