

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

Satuan Pendidikan : UPT SMP Negeri 32 Gresik  
 Kelas / Semester : VII/1  
 Mata Pelajaran/Tema : PJOK  
 Materi Pokok/Sub Tema : Atletik / Lompat Jauh  
 Pembelajaran ke- : 1  
 Alokasi Waktu : 10 menit

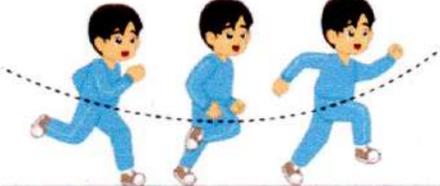
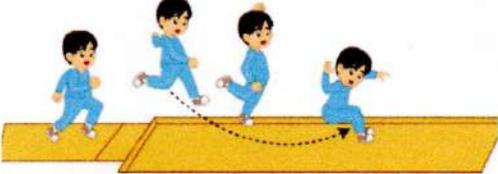
**A. Tujuan Pembelajaran**

Selama dan setelah mengikuti pembelajaran ini peserta didik dapat:

1. Menjelaskan gerak spesifik awalan lompat jauh dengan benar.
2. Menjelaskan gerak spesifik tolakan dengan benar.
3. Menjelaskan gerak spesifik melayang di udara gaya jongkok dengan benar.
4. Menjelaskan gerak spesifik mendarat dengan benar.

**B. Langkah-langkah Pembelajaran**

Kegiatan	Waktu
<p style="text-align: center;"><b>Kegiatan Pendahuluan</b></p> <p><b>Guru :</b>  <b>Orientasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran</li> <li>• Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin</li> <li>• Menyiapkan fisik dan psikis peserta didik dalam mengawali kegiatan pembelajaran.</li> </ul> <p><b>Apersepsi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengaitkan materi/tema/kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi/tema/kegiatan sebelumnya</li> <li>• Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan.</li> </ul> <p><b>Motivasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari.</li> <li>• Apabila materi/tema/ projek ini kerjakan dengan baik dan sungguh-sungguh, maka peserta didik diharapkan dapat menjelaskan tentang Pembelajaran Atletik Melalui Lompat Jauh</li> <li>• Menyampaikan tujuan pembelajaran pada pertemuan yang berlangsung</li> <li>• Mengajukan pertanyaan.</li> </ul> <p><b>Pemberian Acuan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memberitahukan materi pelajaran yang akan dibahas pada pertemuan saat itu.</li> <li>• Memberitahukan tentang kompetensi inti, kompetensi dasar, indikator, dan KKM pada pertemuan yang berlangsung</li> <li>• Pembagian kelompok belajar</li> <li>• Menjelaskan mekanisme pelaksanaan pengalaman belajar sesuai dengan langkah-langkah pembelajaran.</li> </ul>	<p><b>3 menit</b></p>

<b>Kegiatan Inti</b>		<b>7 menit</b>
<b>Sintak Model Pembelajaran</b>	<b>Kegiatan Pembelajaran</b>	
Stimulation (stimulasi/pemberian rangsangan)	<p>Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pembelajaran Atletik Melalui Lompat Jauh dengan cara : <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <b>Melihat</b> Menayangkan gambar/foto tentang mengamati penayangan gambar yang disajikan oleh guru maupun mengamati gambar yang terdapat pada buku siswa</li> </ul> </li> </ul> <div style="text-align: center;">  <p><small>Gambar 3.22 Aktivitas pembelajaran awalan/ansang-ansang lompat jauh</small></p> </div> <div style="text-align: center;">  <p><small>Gambar 3.23 Aktivitas pembelajaran tolakan/tumpuan lompat jauh</small></p> </div> <div style="text-align: center;">  <p><small>Gambar 3.24 Aktivitas pembelajaran sikap mendarat di udara lompat jauh</small></p> </div> <div style="text-align: center;">  <p><small>Gambar 3.25 Aktivitas pembelajaran mendarat lompat jauh</small></p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <b>Mengamati</b> mengamati gambar /foto yang terdapat pada buku maupun melalui penayangan video yang disajikan oleh guru seperti gambar dibawah in</li> <li>❖ <b>Membaca</b> membaca materi dari buku paket atau buku-buku penunjang lain, dari internet/materi yang berhubungan dengan Pembelajaran Atletik Melalui Lompat Jauh</li> <li>❖ <b>Mendengar</b> mendengarkan pemberian materi oleh guru yang berkaitan dengan Pembelajaran Atletik Melalui Lompat Jauh</li> <li>❖ <b>Menyimak,</b> menyimak penjelasan pengantar kegiatan secara garis besar/global tentang materi pelajaran mengenai Pembelajaran Atletik Melalui Lompat Jauh</li> </ul>	

<p>Problem statemen (pertanyaan/identifikasi masalah)</p>	<p>Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan gambar yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar, contohnya :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <b>Mengajukan pertanyaan</b> tentang : <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ Pembelajaran Atletik Melalui Lompat Jauh yang tidak dipahami dari apa yang diamati atau pertanyaan untuk mendapatkan informasi tambahan tentang apa yang diamati untuk mengembangkan kreativitas, rasa ingin tahu, kemampuan merumuskan pertanyaan untuk membentuk pikiran kritis yang perlu untuk hidup cerdas. Misalnya : <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ Apakah posisi kaki berpengaruh pada saat mendarat?</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>
<p>Data collection (pengumpulan data)</p>	<p>Peserta didik mengumpulkan informasi yang relevan untuk menjawab pertanyaan yang telah diidentifikasi melalui kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <b>Mengamati obyek,</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ Peserta didik diminta untuk mengamati gerakan awalan lompat jauh</li> <li>➢ Peserta didik diminta untuk mengamati gerakan tolakan lompat jauh</li> <li>➢ Peserta didik diminta untuk mengamati gerakan melayang di udara lompat jauh</li> <li>➢ Peserta didik diminta untuk mengamati gerakan mendarat lompat jauh</li> </ul> </li> <li>❖ <b>Mengumpulkan informasi</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ Pembelajaran Atletik Melalui Lompat Jauh</li> </ul> </li> <li>❖ <b>Membaca sumber lain selain buku teks</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ Pembelajaran Atletik Melalui Lompat Jauh</li> </ul> </li> <li>❖ <b>Mempresentasikan ulang</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ Pembelajaran Atletik Melalui Lompat Jauh</li> </ul> </li> <li>❖ <b>Aktivitas</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ Peserta didik mencari informasi tentang Pembelajaran Atletik Melalui Lompat Jauh</li> </ul> </li> <li>❖ <b>Mendiskusikan</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ Bersama kelompoknya Peserta didik mencari informasi tentang Pembelajaran Atletik Melalui Lompat Jauh</li> </ul> </li> <li>❖ <b>Saling tukar informasi tentang :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ Pembelajaran Atletik Melalui Lompat Jauh</li> </ul> <p>Setiap kelompok mempresentasikan dengan ditanggapi aktif oleh peserta didik dari kelompok lainnya sehingga diperoleh sebuah pengetahuan baru yang dapat dijadikan sebagai bahan diskusi kelompok.</p> </li> </ul>
<p>Data processing (pengolahan Data)</p>	<p>Peserta didik dalam kelompoknya berdiskusi mengolah data hasil pengamatan dengan cara :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <b>Berdiskusi</b> <p>Tentang data Pembelajaran Atletik Melalui Lompat Jauh yang sudah dikumpulkan / terangkum dalam kegiatan sebelumnya.</p> </li> <li>❖ <b>Mengolah informasi</b> <p>Mengolah informasi yang sudah dikumpulkan dari hasil kegiatan/pertemuan sebelumnya mau pun hasil dari kegiatan mengamati dan kegiatan mengumpulkan informasi yang sedang berlangsung dengan bantuan pertanyaan-pertanyaan pada lembar kerja.</p> </li> </ul>

Verification (pembuktian)	<p>Peserta didik mendiskusikan hasil pengamatannya dan memverifikasi hasil pengamatannya dengan data-data atau teori pada buku sumber melalui kegiatan :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Menambah keluasan dan kedalaman sampai kepada pengolahan informasi yang bersifat mencari solusi dari berbagai sumber yang memiliki pendapat yang berbeda sampai kepada yang bertentangan untuk mengembangkan sikap jujur, teliti, disiplin, taat aturan, kerja keras, kemampuan menerapkan prosedur dan kemampuan berpikir induktif serta deduktif dalam membuktikan : <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pembelajaran Atletik Melalui Lompat Jauh</li> </ul> </li> </ul> <p>antara lain dengan cara peserta didik dan guru secara bersama-sama membahas jawaban soal-soal yang telah dikerjakan oleh peserta didik.</p>	
Generalizatio (menarik kesimpulan)	<p>Peserta didik berdiskusi untuk menyimpulkan dengan cara :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Menyampaikan hasil diskusi berupa kesimpulan berdasarkan hasil analisis secara lisan, tertulis, atau media lainnya.</li> <li>❖ Mempresentasikan hasil diskusi kelompok secara klasikal tentang : Pembelajaran Atletik Melalui Lompat Jauh</li> </ul>	
<p><b>Catatan :</b> Selama pembelajaran berlangsung, guru mengamati sikap siswa dalam pembelajaran yang meliputi sikap: disiplin, rasa percaya diri, berperilaku jujur, tangguh menghadapi masalah tanggungjawab, rasa ingin tahu, peduli lingkungan)</p>		
<b>Kegiatan Penutup</b>		
<p>Peserta didik :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membuat rangkuman dengan bimbingan guru tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.</li> <li>• Mengagendakan pekerjaan rumah.</li> </ul> <p>Guru :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memeriksa pekerjaan siswa yang selesai langsung diperiksa.</li> <li>• Memberikan penghargaan kepada kelompok yang memiliki kinerja dan kerjasama yang baik</li> </ul>		<b>1 menit</b>

### C. Penilaian, Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

#### 1. Teknik Penilaian

##### a. Penilaian Sikap

- 1) Penilaian Observasi

##### b. Penilaian Kompetensi Pengetahuan

- 1) Tes Tertulis

##### c. Penilaian Kompetensi Keterampilan

- 1) Pengamatan dalam mempelajari buku teks dan sumber lain tentang materi pokok
- 2) Pengamatan dalam keikutsertaan siswa dalam forum diskusi

#### 2. Instrumen Penilaian

- a. Instrumen penilaian sikap
- b. Instrumen penilaian pengetahuan
- c. Instrumen penilaian ketrampilan

### 3. Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

#### a. Remedial

- ❖ Remedial dapat diberikan kepada peserta didik yang belum mencapai KKM
- ❖ Guru memberi semangat kepada peserta didik yang belum mencapai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal). Guru akan memberikan tugas bagi peserta didik yang belum mencapai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal), misalnya sebagai berikut :  
Jelaskan teknik dasar dalam cabang atletik lompat jauh gaya jongkok !

#### b. Pengayaan

- ❖ Pengayaan diberikan untuk menambah wawasan peserta didik mengenai materi pembelajaran yang dapat diberikan kepada peserta didik yang telah tuntas mencapai KKM.
- ❖ Direncanakan berdasarkan materi pembelajaran yang membutuhkan pengembangan lebih luas misalnya :  
Melompat dengan jarak yang sudah ditentukan.

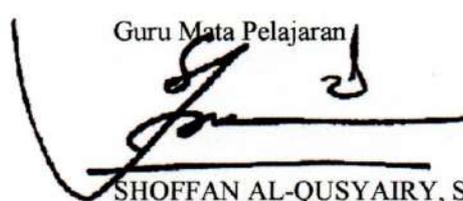
Gresik, 6 April 2021



Mengetahui  
Kepala Sekolah,

  
SHOFFAN AL-OUSYAIRY, S.Pd.,MM  
NIP. 19730822 200007 1 001

Guru Mata Pelajaran

  
SHOFFAN AL-OUSYAIRY, S.Pd.,MM  
NIP. 19730822 200007 1 001

**LEMBAR PENGAMATAN PENILAIAN SIKAP**  
**PENILAIAN OBSERVASI**

1. Penilaian Sikap

- **Penilaian Observasi**

Penilaian observasi berdasarkan pengamatan sikap dan perilaku peserta didik sehari-hari, baik terkait dalam proses pembelajaran maupun secara umum. Pengamatan langsung dilakukan oleh guru. Berikut contoh instrumen penilaian sikap

No	Nama Siswa	Aspek Perilaku yang Dinilai				Jumlah Skor	Skor Sikap	Kode Nilai
		Bekerja Sama	Jujur	Tanggung Jawab	Disiplin			
1	...	75	75	50	75	275	68,75	C
2	...	...	...	...	...	...	...	...

Catatan :

1. Aspek perilaku dinilai dengan kriteria:

- 100 = Sangat Baik
- 75 = Baik
- 50 = Cukup
- 25 = Kurang

2. Skor maksimal = jumlah sikap yang dinilai dikalikan jumlah kriteria =  $100 \times 4 = 400$

3. Skor sikap = jumlah skor dibagi jumlah sikap yang dinilai =  $275 : 4 = 68,75$

4. Kode nilai / predikat :

- 75,01 – 100,00 = Sangat Baik (SB)
- 50,01 – 75,00 = Baik (B)
- 25,01 – 50,00 = Cukup (C)
- 00,00 – 25,00 = Kurang (K)

2. Penilaian Pengetahuan

- a. Teknik Penilaian: Ujian Tulis
- b. Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

a. Soal ujian tulis

Nama : .....

Kelas : .....

No.	Aspek dan Soal Uji Tulis	Jawaban
1	Jelaskan gerak spesifik awalan/ancang-ancang lompat jauh	
2	Jelaskan gerak spesifik tumpuan lompat jauh	
3	Jelaskan gerak spesifik melayang di udara lompat jauh gaya jongkok	
4	Jelaskan gerak spesifik mendarat lompat jauh	

b. Pedoman penskoran

1) Penskoran

a) Soal nomor 1-4

- (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

2) Pengolahan skor

Skor maksimum: 16

Skor perolehan siswa: SP

Nilai yang diperoleh siswa:  $SP/16 \times 100$

3. Penilaian Keterampilan

Lembar Pengamatan Penilaian Keterampilan - Diskusi					
No	Nama	Persiapan Diskusi	Pelaksanaan Diskusi	Kegiatan Akhir	Jumlah Skor
1					
2					
....					

No	Keterampilan yang dinilai	Skor	Rubrik
1	Persiapan Diskusi	30	- Menyiapkan peralatan - Menyiapkan materi - Menyiapkan alat peraga
		20	Ada 2 aspek yang tersedia
		10	Ada 1 aspek yang tersedia
2	Pelaksanaan Diskusi	30	- Ikut menyampaikan materi - Ikut memperkuat materi - ikut menjawab pertanyaan peserta lain
		20	Ada 3 aspek yang tersedia
		10	Ada 2 aspek yang tersedia
3	Kegiatan akhir Diskusi	30	- Membersihkan alat dengan baik - Membersihkan meja diskusi - Mengembalikan alat ke tempat semula
		20	Ada 3 aspek yang tersedia
		10	Ada 2 aspek yang tersedia

4. Remedial

Remedial dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada siswa, nilai yang dicapai tidak memenuhi KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang telah ditentukan.

No	Siswa	Bentuk Remedial	Nilai		Keterangan
			Awal	Remedial	
1					

5. Pengayaan

Pengayaan dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada siswa, nilai yang dicapai tidak memenuhi KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang telah ditentukan.

No	Siswa	Bentuk Pengayaan	Nilai		Keterangan
			Awal	Pengayaan	
1					