

## PERANCANGAN PEMBELAJARAN (PP)

**Satuan Pendidikan** : SMP NEGERI 2 PADAHERANG  
**Mata Pelajaran** : PJOK  
**Kelas /Semester** : VIII Ganjil  
**Materi** : Permainan Bola Kecil (Badminton)  
**Tahun Pelajaran** : 2021/2022  
**Alokasi Waktu** : 2 JP (2 x 40 menit)

### A. Tujuan Pembelajaran

#### **Sikap : Spiritual**

- ✦ Peserta didik membiasakan berdoa sebelum dan sesudah melaksanakan pembelajaran

#### **Sikap : Sosial**

- ✦ Peserta didik dapat membuktikan sikap disiplin dalam mengikuti pembelajaran

#### **Kognitif**

- 3.3.1 Peserta didik dapat menjelaskan cara memegang raket, dan pukulan backhand pada permainan bulutangkis
- 3.3.2 Peserta didik dapat menguraikan pukulan backhand drive dalam permainan bulutangkis
- 3.3.3 Melalui pendekatan dan model discovery learning, Peserta didik dapat mendesain pola permainan untuk meningkatkan kemampuan hasil backhand drive

#### **Psikomotor**

- 4.3.1 Peserta didik mendemonstrasikan berbagai cara memegang raket dalam permainan bulutangkis
- 4.3.2 Peserta didik mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar pukulan backhand drive dalam permainan bulutangkis dengan benar

### B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi (IPK)

<b>Kompetensi Dasar (KD)</b>	<b>Indikator Pencapaian Kompetensi (IPK)</b>
3.2 Memahami variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional	<ul style="list-style-type: none"><li>3.3.1 Peserta didik dapat menjelaskan cara memegang raket</li><li>3.3.2 Peserta didik dapat menguraikan pukulan backhand drive dalam permainan bulutangkis</li><li>3.3.3 Melalui pendekatan dan model discovery learning Peserta didik dapat mendesain pola permainan untuk meningkatkan kemampuan hasil pukulan backhand drive</li></ul>
4.2 Mempraktikkan variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional	<ul style="list-style-type: none"><li>4.3.1 Peserta didik mendemonstrasikan berbagai cara memegang raket</li><li>4.3.2 Peserta didik dapat mempraktikkan rangkaian gerak pukulan backhand drive</li><li>4.3.3 Peserta didik dapat mempraktikkan rangkaian gerak pukulan backhand drive</li></ul>

### C. Materi Pembelajaran

Berikut ini adalah beberapa teknik memegang raket dalam bulu tangkis

## 1. Cara Memegang Raket Forehand Grip Badminton

Raket berada pada posisi miring, kemudian dipegang oleh ibu jari dan jari telunjuk seperti tangan mengepal. Posisi pegangan tidak boleh berubah ubah, usahakan bentuk pegangan selalu menyerupai seperti huruf V. Saat memegang raket pastikan anda tetap rileks dan tidak kaku sehingga pukulan yang Anda hasilkan sangat kuat.

## 2. Cara memegang Raket Backhand Grip

Teknik kedua adalah dengan teknik backhand grip, cara ini hampir sama dengan forehand namun posisi pegangan sedikit masuk kedalam. Untuk pegangan tangan berada pada raket yang lebar, gunakan kekuatan pergelangan tangan untuk melakukan latihan pukulan ke kanan atau kekiri dan belakang ke depan.



### D. Metode Pembelajaran

1. Model Pembelajaran : discovery/inquiry Learning

### D. Media Pembelajaran

1. Laptop
2. Hand Phone
3. Bahan Tayang

### E. Sumber Belajar

1. Buku Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas VIII Kurikulum 2013
2. Modul/bahan ajar,
3. Internet,
4. Sumber lain yang relevan
5. <https://www.youtube.com/watch?v=L1mvfIbNoHM>
6. <https://www.youtube.com/watch?v=GPcnJQP-Kqc>

### F. Langkah-langkah Pembelajaran

- Jenis Permainan : Permainan Bola kecil ( Badminton )  
Keterampilan : Variasi dan Kombinasi gerak spesifik Permainan Bola

Kecil (Badminton)  
Pendekatan/Strategi

: Taktis/ Game

KEGIATAN	MATERI	KEGIATAN GURU	KEGIATAN PERDIK	FORMASI ATAU BENTUK PERMAINAN
Pendahuluan 20 Menit	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kegiatan berdoa</li> <li>2. Penjelasan tujuan pembelajaran dan persiapan kegiatan</li> <li>3. Siswa mengamati video pemanasan dan vidio pola gerak inti</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru membuka kegiatan melalui goggle meet</li> <li>2. Guru menugaskan ketua kelas untuk memimpin doa</li> <li>3. Guru membuka pembelajaran dan menjelaskan kegiatan pembelajaran menggunakan powerpoint, menyimak tayangan video pemanasan dan vidio pola gerak inti sekaligus memberikan arahan tugas pembelajaran yang harus dilaksanakan siswa.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anak memasuki link goggle meet</li> <li>2. Masing-masing anak berdoa</li> <li>3. Peserta didik menyimak penjelasan melalui media powerpoint dan menyimak vidio pemanasan dan pola gerak inti</li> </ol> <p><b>Ket.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Video diberikan kepada siswa sehari sebelum pelajaran dimulai</b></li> <li>2. <b>Siswa membuat kapal terbang yang terbuat dari kertas sehari sebelum pelajaran dimulai</b></li> </ol>	Menyimak
Inti 45 Menit	Aktivitas pembelajaran atletik melalui Tolak Peluru	Guru Mengawasi tugas gerak siswa	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan Kagiatan pemanasan Statis (5 menit) dan Dinamis (3 Menit)</li> <li>2. Mempraktekan cara memegang raket dengan cara Forehand dan backhand</li> <li>3. Mempraktikan pukulan backhan drive tanpa shutlecock.5 menit</li> <li>4. Mempraktikan gerakan backhand drive dengancara memantulkan shutlecock ke dinding dengan ketinggian 1,5 m dan jarak 2 meter.lakukan sebanyak 10 menit</li> </ol>	Peserta didik melakukan kegitan dengan tugas gerak yang sudah di intruksikan oleh guru

			5. Siswa mempraktikan gerakan yang dbuat sendiri untuk meningkatkan pukulan backhand.10 menit 6. Istirahat selama 5 menit sebelum kegiatan penutupan	
Penutup 15 menit	Peregangan	1. Guru menyimpulkan, dan mengevaluasi hasil pembelajaran 2. menutup pelajaran.	1. Peserta didik merespon penyampaian guru tentang evaluasi 2. Peserta didik melakukan peregangan seperti di awal dan ditutup dengan doa	Kegiatan dilakukan di rumah masing-masing

Mengetahui  
Kepala SMP N 2 Padaherang

Pangandaran, 4 Juli 2021

Guru Mata Pelajaran

**TOTO S.Pd**  
NIP.

**GALIH GUNTUR R, S.Pd**  
NIP. -

## INSTRUMEN PENILAIAN

**Satuan Pendidikan : SMP NEGERI 2 PADAHERAN**  
**Mata Pelajaran : PJOK**  
**Kelas /Semester : VIII/Ganjil**  
**Tahun Pelajaran : 2021/2022**

### A. PENILAIAN SIKAP

Penilaian yang dilakukan menggunakan pengamatan langsung (Observasi) pada proses pembelajaran berlangsung

#### 1. Bentuk Instrumen Penilaian

No.	Nama	Disiplin											
		BS	B	C	PB	BS	B	C	PB				
1.	Agung												
2.	Andi												
3.	Lala												
4.	Kansha												

Keterangan : BS = Baik Sekali  
 B = Baik  
 C = Cukup  
 PB = Perlu Bimbingan

#### 1. Instrumen Penilaian :

No.	Kriteria	Baik Sekali (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Perlu Bimbingan (1)
1	Disiplin	Siswa datang di media tatap maya (Google meet sebelum waktu yang ditentukan dan on cam selama pembelajaran berlangsung	Siswa datang tepat waktu di media tatap maya (google meet)	Siswa datang terlambat 5 menit ke media tatap maya (Google meet)	Siswa datang terlambat lebih dari 15 menit di media tatap maya (google meet)

*Lembar Penilaian*

*Cara Penilaian :*

(Jumlah skor perolehan x4) : Jumlah skor maksimal

Contoh :

$$\text{Nilai Bima} = \frac{8 \times 4}{8} = \frac{32}{8} = 4$$

Jadi predikat Bima (4) = A

Untuk rentang nilai 0 – 100, maka :  

$$\frac{\text{Jumlah skor perolehan}}{\text{Jumlah Skor maksimal}} \times 100$$

## B. PENILAIAN PENGETAHUAN

### 1. Instrumen Penilaian

**Jawablah soal-soal di bawah ini dengan jawaban yang tepat!**

1. Uraikan gerakan teknik dasar pukulan backhand?
2. Bandingkan perbedaan memukul shuttlecock cara backhand shuttlecock masih diatas dan shuttlecock dibawah?!!

### 2. Kunci Jawaban

- a. Kebijakan guru sesuai kondisi kelas masing—masing.

### 3. Pedoman Penilaian

- a. Setiap soal skor 5
- b. Jumlah soal 2 x skor 5 = 10
- c.  $\frac{\text{Jumlah skor perolehan}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$
- d. Contoh :  
 Khansa hanya bisa menjawab 1 soal.  

$$\text{Nilai akhir} = \frac{5 \times 100}{10} = 50$$
- e. Konversi Nilai =  $\frac{50 \times 4}{100} = 2$
- f. Predikat nilai 2 adalah C

## C. PENILAIAN KETERAMPILAN

### 1. Rubrik Penilaian unjuk kerja atletik ( lempar lembing )

No.	Kriteria	Baik Sekali (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Perlu Bimbingan (1)
1	Kemampuan melakukan variasi dan kombinasi gerak dasar pukulan backhand drive melalui permainan dan atau olah raga tradisional	Peserta didik mampu melakukan kegiatan dengan bagus dan sesuai hasil ciptaan /desain sendiri	Peserta didik mampu melakukan kegiatan dengan bagus dan hasil desain Guru	Peserta didik mampu melakukan kegiatan dengan bagus akan tetapi tidak sesuai dengan hasil desain	Siswa mampu melakukan kegiatan tapi tidak berdasarkan desain

### 2. Format Penilaian Praktik:

No	ASPEK YANG DINILAI	Skala Penilaian			
		4	3	2	1
1.	variasi dan kombinasi gerak dasar memegang raket dan pukulan backhand drive				
2.	Peserta didik mendemonstrasikan hasil desainnya, mendesain pola permainan untuk meningkatkan kemampuan melakukan pukulan backhand drive				

Keterangan:

Kriteria penilaian dapat dilakukan sebagai berikut:

4 = sangat baik

3 = baik

2 = kurang

1 = sangat kurang

### 3. Lembar Penilaian

No.	Nama	variasi dan kombinasi gerak dasar memegang raket dan pukulan backhand drive yang baik melalui permainan dan atau olah raga tradisional				Peserta didik mendemonstrasikan hasil desainnya, mendesain pola permainan untuk meningkatkan kemampuan lempar lembing				JML skor
		BS	B	C	PB	BS	B	C	PB	
1	Agung									
2	Andi									
3	Lala									
4	Kansha									
Dst										

Nilai Akhir :

(Jumlah skor perolehan x 4): Jml skor maksimal

Contoh :

$$\text{Nilai Agus} = \frac{8 \times 4}{12} = 2,66$$

Jadi predikat Agus (2,66) = B-

Untuk rentang nilai 0 – 100, maka :

(Jumlah skor perolehan x 100) : jumlah skor maksimal

KONVERSI NILAI PENGETAHUAN, KETERAMPILAN, DAN SIKAP

<b>Predikat</b>	<b>Nilai Kompetensi</b>
-----------------	-------------------------

	Pengetahuan	Keterampilan	Sikap
A	4	4	SB
A-	3,66	3,66	
B+	3,33	3,33	B
B	3	3	
B-	2,66	2,66	
C+	2,33	2,33	C
C	2	2	
C-	1,66	1,66	
D+	1,33	1,33	K
D	1	1	

### Rubrik Penilaian Tugas Proyek

Satuan Pendidikan : SMP NEGERI 2 PADAHERANG

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas /Semester : VIII/Ganjil

Tahun Pelajaran : 2021/2022

### Tugas

Rubrik penilaian proyek untuk mengumpulkan lembar kegiatan

No	Nama	Penilaian			
		Keakuratan Data dan Informasi	Ketepatan Analisis	Kerapian Penulisan Laporan	Kelancaran Presentasi
1.	....	....	....	....	....
2.	....	....	....	....	....
....	....	....	....	....	....

Pedoman penskoran :

Aspek yang Dinilai	Skor
Keakuratan data dan informasi	
• Data dan informasi yang digunakan sangat akurat dan lengkap	3
• Data dan informasi yang digunakan akurat tetapi kurang lengkap	2
• Data dan informasi yang digunakan tidak akurat dan tidak lengkap	1
Ketepatan analisis	
• Analisis tepat	3
• Analisis kurang tepat	2
• Analisis tidak tepat	1



Kerapian penulisan laporan	
• Penulisan laporan rapi	3
• Penulisan laporan kurang rapi	2
• Penulisan laporan tidak rapi	1

## BAHAN AJAR

Bulu tangkis dimainkan dengan raket dan kok (shuttlecock), sebuah bola kerucut terbuka yang terbuat dari gabus dan bulu angsa. Permainan ini bisa dimainkan oleh dua orang (tunggal) atau dua pasangan yang berlawanan (ganda).

Permainan bulu tangkis dilakukan dengan memukul sebuah kok menggunakan raket untuk melewati jaring wilayah lawan. Hal ini dilakukan hingga lawan tidak dapat mengembalikan kok.

Jika pemain tidak dapat mengembalikan kok, maka lawan akan mendapatkan poin. Nantinya, permainan akan berakhir bila salah satu pemain atau pasangan telah unggul dengan poin tertentu.

### 1. Teknik Memegang Raket atau Grip

#### Forehand Grip

Teknik ini dilakukan dengan tangan kanan kiri dan posisi kepala raket menyamping. Kemudian, raket dipegang seperti sedang menjabat tangan. Bentuk "V" tangan diletakkan pada bagian gagang raket. Lalu, jari lainnya menggenggam raket.



#### Backhand Grip

Backhand Grip dilakukan dengan mengarahkan kepala raket sedikit menyamping. Lalu, ibu jari sedikit terpisah dari keempat jari lain. Sementara itu, keempat jari lain menggenggam raket dengan erat.



# LEMBAR KEGIATAN PESERTA DIDIK (LKPD)

DARING

## 1. Identitas

- a. **Nama Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
b. **Semester** : VIII / Ganjil  
c. **Kompetensi Dasar** :

- 3.2 Memahami variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional  
4.2 Mempraktikan variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional

d. **Indikator Pencapaian Kompetensi :**

- 3.3.1 Peserta didik dapat menjelaskan cara memegang raket  
3.3.2 Peserta didik dapat menguraikan pukulan backhand drive dalam permainan bulutangkis  
3.3.3 Melalui pendekatan dan model discovery learning Peserta didik dapat mendesain pola permainan untuk meningkatkan kemampuan hasil pukulan backhand drive  
4.3.1 Peserta didik mendemonstrasikan berbagai cara memegang raket  
4.3.2 Peserta didik dapat mempraktikan rangkaian gerak pukulan backhand drive

- e. **Materi Pokok** : Bulutangkis (pukulan Backhand drive)  
f. **Alokasi Waktu** : 2 x 40 menit  
g. **Tujuan Pembelajaran** :

*Melalui kegiatan pembelajaran dengan menggunakan pendekatan saintifik, peserta didik dapat membandingkan, dan mempraktikan pukulan backhand drive dengan rasa ingin tahu, tanggung jawab, disiplin dan pantang menyerah selama proses pembelajaran.*

- h. **Materi Pembelajaran** : permainan bola kecil ( bulutangkis ), ,

## 2. Uraian Materi

### 1. Teknik Memegang Raket atau Grip

#### Forehand Grip

Teknik ini dilakukan dengan tangan kanan kiri dan posisi kepala raket menyamping. Kemudian, raket dipegang seperti sedang menjabat tangan. Bentuk "V" tangan diletakkan pada bagian gagang raket. Lalu, jari lainnya menggenggam raket.



#### Backhand Grip

Backhand Grip dilakukan dengan mengarahkan kepala raket sedikit menyamping. Lalu, ibu jari sedikit terpisah dari keempat jari lain. Sementara itu, keempat jari lain menggenggam raket dengan erat.

## 3. Uraian Kegiatan

### a. Petunjuk Kegiatan

- 1) Bacalah dengan teliti langkah – langkah cara melakukan aktivitas permainan bola kecil (bulutangkis) serta amati materi lainnya pada e-learning LMS, berupa video pembelajaran <https://www.youtube.com/watch?v=W1a3OgmxEFg>

- 2) Lakukan analisa mandiri dari setiap teknik gerak yang dilakukan dan tuliskan pada lembar pengamatan siswa. kemudian diskusikan dalam kelompok melalui WAG sesuai tema pada lembar pengamatan siswa.
- 3) Cobalah mempraktikan pukulan backhand drive ke dinding dengan jarak 2 meter dan tinggi 1,5 meter, lakukan 16 x repetisi
- 4) Dokumentasikan hasil latihan berupa video aktivitas jalan cepat secara individu.
- 5) Presentasikan video yang telah dibuat melalui WAG kepada guru dan rekan lainnya.
- 6) Buatlah kesimpulan hasil yang didapatkan.

**b. Hasil Kegiatan**

**LEMBAR PENGAMATAN**

**Mata Pelajaran** : PJOK  
**Kelas** : VIII (Delapan)  
**Nama Peserta didik** :

<b>Materi</b> :
<b>Hasil analisa gerakan :</b> 1. Bagaimana cara raket forehand dan backhand? <hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin: 5px 0;"/> 2. Uraikan gerakan memukul shuttlecock dengan pukulan backhand ? <hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin: 5px 0;"/> 3. Bandingkan pukulan forehand drive dengan badan menghadap ke depan dan badan menyamping ? <hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin: 5px 0;"/>
<b>Tema Diskusi</b> : 1. Apa yang menjadi kesulitan pada saat melakukan gerakan pukulan backhand? 2. Bagaimana posisi badan saat melakukan pukulan backhand?
<b>Latihan</b> : <b>Alat dan Bahan</b> - Raket, shuttlecock <b>Petunjuk kegiatan</b> - Praktikkan pukulan forehand drive ke dinding - Dokumentasikan dalam bentuk video dan kirim pada aplikasi e-learning LMS/WAG.

**5. Penilaian**

Penilaian yang dilakukan meliputi Pengetahuan dan Keterampilan

**A. PENGETAHUAN**

Nilai Pengetahuan diperoleh dari deskripsi hasil analisis yang dilakukan peserta didik

No	Indikator	SKOR
----	-----------	------

		1	2	3	4
1	Bagaimana cara memegang raket backhand	Kurang lengkap dan analisa kurang sesuai	Kurang lengkap dan analisa sesuai	Lengkap dan analisa sesuai	Lengkap, spesifik dan analisa sesuai
2	Menguraikan cara melakukan pukulan backhand drive?	Kurang lengkap dan analisa kurang sesuai	Kurang lengkap dan analisa sesuai	Lengkap dan analisa sesuai	Lengkap, spesifik dan analisa sesuai
3	Membandingkan posisi badan menghadap ke depan dan menyamping dalam pukulan backhand drive?	Kurang lengkap dan analisa kurang sesuai	Kurang lengkap dan analisa sesuai	Lengkap dan analisa sesuai	Lengkap, spesifik dan analisa sesuai

#### B. KETERAMPILAN

Penilaian keterampilan diperoleh dari observasi Presentasi dan konsep kualitas gerak pada penugasan video peserta didik

No	Indikator	SKOR			
		1	2	3	4
1	Presentasi Individu melalui zoom cloud meeting	Tidak mampu mempresentasikan video dengan baik	Mampu mempresentasikan video namun kurang aktif dan komunikatif	Cukup Mampu mempresentasikan video secara aktif, komunikatif, dan sesuai dengan materi ajar	Mampu mempresentasikan video secara aktif, komunikatif, dan sesuai dengan materi ajar
2	Video Praktik peserta didik	Postur badan, gerak lengan dan kaki kurang baik	Ada salah satu dari Postur badan, gerak lengan dan kaki yang dilakukan kurang baik	Postur badan, gerak lengan dan kaki cukup baik	Postur badan, gerak lengan dan kaki sangat baik

#### SKOR AKHIR (SIKAP, PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN )

$$\text{SKOR SIKAP} = \frac{\text{SKOR YANG DIDAPAT}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 100$$

$$\text{SKOR PENGETAHUAN} = \frac{\text{SKOR YANG DIDAPAT}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 100$$

$$\text{SKOR KETERAMPILAN} = \frac{\text{SKOR YANG DIDAPAT}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 100$$

**Selamat Mengerjakan!**