

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan pendidikan : SDN 23 Pontianak Barat
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/Semester : V / 1
Materi Pokok : Pencak Silat
Alokasi Waktu : 1 x Pertemuan (4 x 30 Menit)

A. Kompetensi Inti

- KI 1 : Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
KI 2 : Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangga serta cinta tanah air.
KI 3 : Memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan cara mengamati, menanya, dan mencoba berdasarkan rasa ingin tahunya tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah, dan tempat bermain.
KI 4 : Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas sistematis, logis dan kritis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

B. Kompetensi Dasar

Kompetensi dasar	Indikator pencapaian kompetensi
3.4 Menerapkan variasi gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri	3.4.1 Menganalisis variasi gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerakan kuda – kuda dalam pencak silat. (HOTS – C4)
4.4 Mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri	4.4.1 Menggabungkan variasi gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerakan kuda – kuda dalam pencak silat. (HOTS – P4)

C. Tujuan Pembelajaran

Melalui kegiatan pembelajaran **Sinkronus (Google Meet)** dan **Asinkronus (Google Classroom)** dengan media power point dan video pembelajaran (**C**) diharapkan :

1. Peserta didik (**A**) dapat **Menganalisis (B)** variasi gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerakan kuda – kuda dalam pencak silat dengan baik dan benar (**D**). **(HOTS – C4)**
2. Peserta didik (**A**) dapat **Menggabungkan (B)** variasi gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerakan kuda – kuda dalam pencak silat

- dengan percaya diri (**D**). **(HOTS – P4)**
3. Menunjukkan sikap religius seperti berdo'a, bersyukur, dan berperilaku baik. **(KI-1)**
 4. Menunjukkan sikap disiplin, tanggung jawab, kerjasama dan percaya diri, serta memiliki keterampilan berpikir dan bertindak kreatif, produktif, kritis, mandiri, kolaboratif, dan komunikatif **(KI-2)**.

D. Materi Pembelajaran

1. Materi Regular

- a. Sejarah Pencak silat **(Faktual)**
- b. Teknik dasar pencak silat **(Prosedural)**
 - 1) Kuda – kuda depan
 - 2) Kuda – kuda belakang
 - 3) Kuda – kuda samping
 - 4) Kuda – kuda tengah
- c. Peraturan dalam pencak silat **(Konseptual)**

2. Materi Remedial

- a. Sejarah Pencak silat **(Faktual)**
- b. Teknik dasar pencak silat **(Prosedural)**
 - 1) Kuda – kuda depan
 - 2) Kuda – kuda belakang
 - 3) Kuda – kuda samping
 - 4) Kuda – kuda tengah

3. Materi Pengayaan

Mencari artikel lain dari Internet tentang pencak silat :

- a. Teknik dasar pencak silat **(Prosedural)**
 - 1) Kuda – kuda depan
 - 2) Kuda – kuda belakang
 - 3) Kuda – kuda samping
 - 4) Kuda – kuda tengah
- b. Peraturan dalam pencak silat **(Konseptual)**

E. Metode Pembelajaran

1. Model : *Problem Based Learning*
2. Pendekatan : Saintifik, Pembelajaran abad 21 dan TPACK
3. Metode : Diskusi, tanya jawab, ceramah dan penugasan

F. Media Pembelajaran

1. Alat Pembelajaran
 - Laptop
 - Handphone
 - Lapangan

2. Media Pembelajaran
 - Whatsapp Grup
 - Goggle Classroom
 - Google Meet
 - Google Form
 - PPT (Power Point)
 - Video pembelajaran

G. Sumber Belajar

- ✓ Buku Guru PJOK Kelas V Kurikulum 2013 Revisi 2019; Kemendikbud
- ✓ Buku Siswa PJOK Kelas V Kurikulum 2013 Revisi 2019; Kemendikbud
- ✓ Handout (materi ajar)
- ✓ Media Pembelajaran
- ✓ <https://www.youtube.com/watch?v=-ecpIzob4Ng&t=322s>

H. Langkah – langkah Kegiatan Pembelajaran.

Kegiatan Pendahuluan (20 Menit)	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Memberikan salam dan mengajak semua peserta didik berdo'a menurut agama dan keyakinan masing-masing serta memberi penguatan tentang sikap bersyukur. "<i>Assalamualaikum warrahmatullahi wabarakatuh. Selamat Pagi anak-anak. Bagaimana kabar nya hari ini? Sebelum belajar, mari kita berdo'a bersama- sama.</i>" (Orientasi) 2. Mengecek kehadiran peserta didik dengan mengabsen melalui grub Whatshap. (Disiplin) 3. Mengaitkan materi sebelumnya dengan materi yang akan dipelajari dan diharapkan dengan pengalaman peserta didik (Apersepsi) 4. Memperhatikan penjelasan guru tentang kompetensi dasar dan tujuan pembelajaran: Pada pembelajaran ini, bapak harap kalian dapat menganalisis variasi gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerakan kuda – kuda dalam pencak silat dengan baik. dengan benar, serta mengabungkan variasi gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerakan kuda – kuda dalam pencak silat dengan benar, dan menunjukkan sikap percaya diri dan sikap disiplin 5. Memperhatikan penjelasan guru tentang manfaat pembelajaran "Manfaat dari kegiatan ini: Meningkatkan kebugaran jasmani lewat kegiatan pencak silat" (Motivasi) 	
Kegiatan Inti (100 Menit)	
Sintak	Deskripsi Kegiatan

<p>Orientasi peserta didik pada masalah</p>	<p>Peserta didik melakukan tes awal (Pre-tes), menjawab pertanyaan</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Apa yang kamu ketahui tentang pencak silat ? ➤ Bagaimana cara melakukan kuda – kuda dalam pencak silat ? <p>Penyampaian panduan cara belajar selama Covid-19/ PJJ Kepadapeserta didik oleh guru (Google meet).</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Mengamati - Peserta didik mengamati PPT tentang sejarah pencak silat, teknik kuda – kuda dalam pencak silat dan peraturan dalam pencak silat melalui Video pembelajaran yang disajikan melalui google meeting (Creativity and innovation)
<p>Mengorganisasikan peserta didik untuk belajar</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Menanya – Peserta didik mempunyai kesempatan untuk bertanya dan mengajukan suatu permasalahan terkait dengan materi sejarah pencak silat, teknik kuda – kuda dalam pencak silat dan peraturan dalam pencak silat (Critical Thinking and problem solving)
<p>Membimbing penyelidikan individu maupun kelompok</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Menalar – Peserta didik berdiskusi dengan teman dan orang disekitar, guru hanya sebagai fasilitator (Collaboration and communication) melalui Google Classroom ❖ Memberikan ruang kepada peserta didik untuk mencari informasi tentang pencak silat (Creativity and Critical Thinking)
<p>Mengembangkan dan menyajikan hasil karya</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Mencoba – Peserta didik dengan bimbingan orang tua melakukan kegiatan praktik teknik dasar kuda – kuda dalam seni beladiri pencak silat (Creativity) ❖ Peserta didik mengirim video praktik pembelajaran melalui google meeting atau whatsapps group
<p>Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah</p>	<ul style="list-style-type: none"> □ Mengkomunikasikan - Peserta didik menarik kesimpulan tentang materi pencak silat dan diskusi (Comunication) melalui google meet □ Evaluasi – Guru melakukan penilaian peserta didik
<p>Kegiatan Penutup (20 Menit)</p>	
<ul style="list-style-type: none"> ❖ Guru memberikan refleksi dan menyampaikan materi selanjutnya melalui Google Meet ❖ Berdo'a dan mengucapkan salam 	

I. PENILAIAN

1. Penilaian Kognitif (Sikap)

Diri Sendiri <https://forms.gle/oPwZgJSzyiNLfnwe9>

No	Pernyataan	Ya	Tidak	Jumlah Skor	Skor Sikap	Kode Nilai
1	Selama berdiskusi dengan orang tua, saya ikut serta mengusulkan ide/gagasan.	50		250	62,50	C
2	Ketika kami berdiskusi, tidak melawan dengan kata-kata kasar kepada orang tua.		50			
3	Saya ikut serta dalam membuat kesimpulan hasil diskusi bersama orang tua saya.	50				
4	Selama mendengar penjelasan guru dan menyaksikan video ketika mematikan microphone, saya tetap menyimak dan mencatat hal-hal penting.	100				

Seiring dengan bergesernya pusat pembelajaran dari guru kepada peserta didik, maka peserta didik

diberikan kesempatan untuk menilai kemampuan dirinya sendiri. Peserta didik selama diskusi dan belajar diharapkan dapat aktif, tidak melawan orang tua dan guru. Adapun formatnya sebagai berikut: *Catatan* :

1. Skor penilaian Ya = 100 dan Tidak = 50
2. Skor maksimal = jumlah pernyataan dikalikan jumlah kriteria = $4 \times 100 = 400$
3. Skor sikap = (jumlah skor dibagi skor maksimal dikali 100) = $(250 : 400) \times 100 = 62,50$
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)
5. Format di atas dapat juga digunakan untuk menilai kompetensi pengetahuan dan keterampilan
 - **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
		BS	JJ	TJ	DS			
1	...	75	75	50	75	275	68,75	C
2

Keterangan :

- BS : Bekerja Sama
- JJ : Jujur
- TJ : Tanggun Jawab
- DS : Disiplin

Catatan :

- a. Aspek perilaku dinilai dengan kriteria:
 - 100 = Sangat Baik
 - 75 = Baik
 - 50 = Cukup
 - 25 = Kurang
- b. Skor maksimal = jumlah sikap yang dinilai dikalikan jumlah kriteria = $100 \times 4 = 400$
 Skor sikap = jumlah skor dibagi jumlah sikap yang dinilai = $275 : 4 = 68,75$
 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)
- c. Format di atas dapat diubah sesuai dengan aspek perilaku yang ingin dinilai

2. PENILAIAN PENGETAHUAN (KOGNITIF)

a) Petunjuk Penilaian

Pengetahuan

Penilaian aspek pengetahuan dilakukan dengan memberikan pertanyaan berupa

Pilihan ganda, Tautan Link Soal di Google Form :

<https://forms.gle/9xb355EJCpuwGiyg7>

b) Kisi – kisi Soal

Satuan Pendidikan	: SDN 23 Pontianak Barat
Kelas / Semester	: 5 /1
Materi	: Sejarah, Teknik kuda – kuda dalam pencak silat, lapangan pencak silat dan peraturan pencak silat
Materi Pokok	: Gerak dasar kuda – kuda dalam pencak silat
Alokasi waktu	: 20 Menit

Kompetensi Dasar	Indikator Soal	Penilaian			
		Aspek Kognitif	Bentuk Soal	Nomor Soal	Kunci Jawaban
3.3 Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional	1. Dapat menentukan salah satu Gerakan kuda – kuda dalam pencak silat	C 4	PG	1	A
	2. Dapat menentukan salah satu Gerakan kuda – kuda dalam pencak silat	C 4	PG	2	B
	3. Dapat menentukan gerak dasar pada gerakan kuda-kuda dalam pencak silat.	C 4	PG	3	B
	4. Dapat memilih sejarah pencak silat.	C 4	PG	4	D
	5. Dapat menentukan induk organisasi pencak silat	C 4	PG	5	C

3. PENILAIAN KETERAMPILAN (PSIKOMOTOR)

a) Petunjuk Penilaian Keterampilan

Penilaian aspek Keterampilan dilakukan dengan **mempraktikkan dan merekam** gerakan kuda – kuda dalam pencak silat

Tautan Link Unjuk Kerja di Google Form :

<https://forms.gle/ihE4YgZbLzrPXce7>

b) Rubrik Penilaian Keterampilan

Berilah tanda centang (√) pada bagian yang memenuhi kriteria.

No.	Nama siswa	Kuda -kuda																Jlh skor	Nilai Akhir
		Depan				Belakang				Samping				Tengah					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1.	Liberta																		
2.	Kenji																		
3.	Fahmi																		

1. Kuda – kuda depan

Kriteria Gerakan sebagai berikut :

- Posisi kaki didepan ditekuk dan kaki belakang lurus, telapak kaki belakang serong ke arah luar,
- Berat badan ditumpukan pada kaki depan,
- Badan posisi tegap
- Pandangan kedepan.

a) Mendapatkan skor 4, jika melakukan semua gerakan

b) Mendapatkan skor 3 jika memenuhi 3 kriteria gerak diatas

c) Mendapatkan skor 2 jika memenuhi 2 kriteria gerak diatas

d) Mendapatkan skor 1 jika memenuhi 1 kriteria gerak diatas

2. Kuda – kuda belakang

Kriteria Gerakan sebagai berikut :

- Salah satu kaki aki di
- Berat badan kuda-kuda belakang di bentuk dengan bertumpu pada kaki belakang, Tumit yang dipakai sebagai tumpuan tegak dengan panggul
- Badan agak condong ke depan,
- Pandangan ke arah depan

- a) Mendapatkan skor 4, jika melakukan semua gerakan
- b) Mendapatkan skor 3 jika memenuhi 3 kriteria gerak diatas
- c) Mendapatkan skor 2 jika memenuhi 2 kriteria gerak diatas
- d) Mendapatkan skor 1 jika memenuhi 1 kriteria gerak diatas

3. Kuda – kuda samping

Kriteria Gerakan sebagai berikut :

- Salah satu kaki ditekuk dan kaki yang lain lurus ke samping
- Berat badan ditumpukan pada kaki depan
- Bahu sejajar dengan kaki
- Kedua tangan bersiap di depan dada

- a) Mendapatkan skor 4, jika melakukan semua Gerakan
- b) Mendapatkan skor 3 jika memenuhi 3 kriteria gerak diatas
- c) Mendapatkan skor 2 jika memenuhi 2 kriteria gerak diatas
- d) Mendapatkan skor 1 jika memenuhi 1 kriteria gerak diatas

4. Kuda – kuda tengah

Kriteria Gerakan sebagai berikut :

- Kedua kaki dibuka lebar
- Badan tegak
- Posisi tangan mengepal di samping pinggang
- Pandangan ke depan

- a) Mendapatkan skor 4, jika melakukan semua Gerakan
- b) Mendapatkan skor 3 jika memenuhi 3 kriteria gerak diatas
- c) Mendapatkan skor 2 jika memenuhi 2 kriteria gerak diatas
- d) Mendapatkan skor 1 jika memenuhi 1 kriteria gerak diatas

Pengolahan skor

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{Jumlah Skor}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$$

Kode Nilai:

- a) 90 – 100 = Sangat Baik (SB)
- b) 80 – 89 = Baik (B)
- c) 70 – 79 = Cukup (C)
- d) Kurang dari 70 = Kurang (K)

4. INSTRUMEN REMEDIAL

Satuan Pendidikan : SDN 23 Pontianak Barat
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas /Semester : V/Ganjil
Tahun Pelajaran : 2021 / 2022

Remedial dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada peserta didik, nilai yang dicapai tidak memenuhi KB (Ketuntasan Belajar) yang telah ditentukan, berikut contoh formatnya: remedial terhadap tiga peserta didik.

No.	Nama Peserta Didik	KD	Aspek	Materi	Indikator	KB	Bentuk Remedial	Nilai	
								Awal	Remedial
1.	Ramadhani					70		66	83

5. FORMAT PENGAYAAN

Satuan Pendidikan : SDN 23 Pontianak Barat
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas /Semester : V/Ganjil
Tahun Pelajaran : 2021 / 2022

Pengayaan dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada peserta didik, nilai yang dicapai melampaui KB (Ketuntasan Belajar) yang telah ditentukan, berikut contoh formatnya : pengayaan terhadap enam peserta didik.

No.	Nama Peserta Didik	KD	Aspek	Materi	Indikator	KB	Bentuk Pengayaa	Nilai	
								Awal	Pengayaan
1	Bella					70		80	85
2	Fajri							80	85

Mengetahui :

Pontianak,

2021



Guru PJOK

DAHRI, S.Pd

NIP. 19840103 201903 1 001