

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Luring

Sekolah : SMA Negeri 2 Amfoang Timur
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XI / Ganjil
Materi Pokok : Bola voli (*Pasing Bola*)
Alokasi Waktu : 3 X 60 menit (3 Jam Pelajaran)

A. Kompetensi Inti

- **KI 1 dan KI 2:** Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, santun, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), bertanggung jawab, responsif, dan pro-aktif dalam berinteraksi secara efektif sesuai dengan perkembangan anak di lingkungan, keluarga, sekolah, masyarakat dan lingkungan alam sekitar, bangsa, negara, kawasan regional, dan kawasan internasional”.
- **KI 3:** Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural 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, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metode sesuai kaidah keilmuan

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

| Kompetensi Dasar | Indikator |
|---|--|
| 3.1 Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan* | 3.1.1 Menganalisis teknik dasar passing bawah permainan bolavoli 3.1.2 Menemukan kesalahan-kesalahan dan mendiskusikan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerakan teknik dasar passing bawah bolavoli 3.1.3 Menganalisis teknik dasar passing atas permainan bolavoli 3.1.4 Menemukan kesalahan-kesalahan dan mendiskusikan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerakan teknik dasar passing atas bolavoli |

| | |
|---|---|
| 4.1 Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan* | 4.1.1 Mempraktikkan hasil analisis passing bawah bolavoli melalui permainan dan peraturan yang dimodifikasi. 4.1.2 Mempraktikkan hasil analisis passing atas bolavoli melalui permainan dan peraturan yang dimodifikasi. |
|---|---|

C. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat:

1. Menunjukkan pentingnya berdoa yang diwujudkan dengan berdoa bersama sesuai keyakinan masing-masing sebelum memulai pembelajaran
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, santun, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), bertanggung jawab, responsif, dan pro-aktif dalam berinteraksi secara efektif sesuai dengan perkembangan anak di lingkungan, keluarga, sekolah, masyarakat dan lingkungan alam sekitar, bangsa, negara, kawasan regional, dan kawasan internasional
3. Menganalisis teknik dasar passing bawah permainan bolavoli dengan benar
4. Menemukan kesalahan-kesalahan dan mendiskusikan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerakan teknik dasar passing bawah bolavoli
5. Menganalisis teknik dasar passing atas permainan bolavoli dengan benar
6. Menemukan kesalahan-kesalahan dan mendiskusikan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerakan teknik dasar passing atas bolavoli
7. Mempraktikkan hasil analisis passing bawah bolavoli dengan benar melalui permainan dan peraturan yang dimodifikasi.
8. Mempraktikkan hasil analisis passing atas bolavoli dengan benar melalui permainan dan peraturan yang dimodifikasi.

Fokus penguatan karakter : Percaya Diri, Kedisiplinan, Kejujuran, Gotong royong.

D. Materi Pembelajaran

Bola voli:

- Passing bawah
- Passing atas

E. Metode Pembelajaran

- Pendekatan Santifik.
- Model Kooperatif Tipe TGT (Team Games Tournament)
- Gaya mengajar: Latihan, Komando.

F. Media Pembelajaran

1. Media:

- a. Video pembelajaran teknik dasar gerakan passing bawah dan passing atas permainan bola voli.
- b. Model peserta didik atau guru yang memperagakan teknik dasar gerak passing bawah dan passing atas permainan bola voli.

2. Alat dan Bahan:

- a. Lapangan permainan bola voli
- b. Bola voli dan bola modifikasi.

- c. Jaring /net bolavoli
- d. Peluit
- e. Stopwatch.
- f. Cone
- g. Meteran
- h. Balok kayu

G. Sumber Belajar

- Buku Peserta didik Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan kelas XI
- Sunardi & Deddy Whinanta Kardiyanto. *Bola Voli*. Cetakan Ke 1. Surakarta. UNS Press 2015
- Internet dan video dari youtube

H. Langkah-Langkah Pembelajaran

| | |
|--|---|
| 1. Pertemuan Ke-1 (3 x 45 Menit) | |
| Kegiatan Pendahuluan (15 Menit) | |
| Orientasi | |
| <ul style="list-style-type: none"> ● Melakukan pembukaan dengan salam, memanjatkan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berdoa untuk memulai pembelajaran ● Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin | |
| Motivasi | |
| <ul style="list-style-type: none"> ● Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari. ● Apabila materi ini kerjakan dengan baik dan dikuasai dengan baik juga sungguh-sungguh, maka peserta didik diharapkan dapat menjelaskan tentang materi : <i>Teknik, kesalahan dan perbaikan dalam Passing bawah dan atas bolavoli</i> ● Menyampaikan tujuan pembelajaran pada pertemuan yang berlangsung ● Mengajukan pertanyaan ● Memberitahukan materi pelajaran yang akan dibahas. | |
| Pemanasan | |
| <ul style="list-style-type: none"> ● Pemanasan statis dan dinamis dipimpin oleh salah satu peserta didik. ● Pemanasan melalui permainan yang berhubungan dengan materi passing bawah bolavoli. Cara permainan sebagai berikut : <ul style="list-style-type: none"> a. Kelas dibagi menjadi dua kelompok dengan dibariskan 2 berbaris b. Setiap kelompok diinstruksikan untuk memberikan bola kepada teman kelompoknya secara estafet melalui sela-sela kaki dan atas kepala masing-masing. c. Dilakukan 3 kali permainan. | |
| Kegiatan Inti (60 Menit) | |
| Sintak Model Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran |
| Penyajian Materi (Class | <u>KEGIATAN LITERASI</u> Peserta didik diberi motivasi dan rangsangan untuk memusatkan perhatian pada materi teknik, kesalahan dan perbaikan dalam passing bawah dan atas bolavoli dengan cara: |

| | |
|--|---|
| <p>Presentation)</p> | <p>→ Melihat (tanpa atau dengan Alat) Menayangkan gambar/foto/video yang relevan atau demonstrasi dari peserta didik atau guru</p> <p>→ Mengamati Pemberian contoh-contoh materi tentang teknik, kesalahan dan perbaikan dalam passing bawah dan atas bolavoli untuk dapat dikembangkan peserta didik.</p> <p>→ Membaca. Kegiatan literasi ini dilakukan di rumah dan di sekolah dengan membaca materi dari buku paket atau buku-buku penunjang lain, dan materi dari internet yang berhubungan dengan teknik, kesalahan dan perbaikan dalam passing bawah dan atas bolavoli</p> <p>→ Menulis Menulis resume dari hasil pengamatan dan bacaan terkait teknik, kesalahan dan perbaikan dalam passing bawah dan atas bolavoli pada lembar obseravsi peserta didik yang dibagikan oleh guru. (<i>Lampiran RPP 3</i>)</p> <p>→ Mendengar Pemberian materi teknik, kesalahan dan perbaikan dalam passing bawah dan atas bolavoli oleh guru.</p> <p>→ Menyimak Penjelasan pengantar kegiatan secara garis besar/global tentang materi pelajaran mengenai materi: teknik, kesalahan dan perbaikan dalam passing bawah dan atas bolavoli. (Untuk melatih kesungguhan dan <i>kedisiplinan</i>, ketelitian, mencari informasi.)</p> <p><u>CRITICAL THINKING (BERPIKIR KRITIK)</u></p> <p>Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan demonstrasi yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar, contohnya:</p> <p>→ Mengajukan pertanyaan tentang materi: <i>Teknik, kesalahan dan perbaikan dalam passing bawah dan atas bolavoli.</i></p> <p>Informasi 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 untuk hidup cerdas.</p> |
| <p>Pembagian kelompok (Teams)</p> | <p><u>COLLABORATION (KERJASAMA)</u></p> <p>Peserta didik dibentuk dalam 4 kelompok untuk:</p> <p>→ Mendiskusikan</p> |

- Peserta didik bersama-sama membahas contoh atau demonstrasi yang sudah disampaikan oleh guru mengenai materi teknik, kesalahan dan perbaikan dalam passing bawah dan atas bolavoli.
- Peserta didik dalam satu kelompok melakukan gerakan passing bawah atau atas menggunakan 1 bola modifikasi untuk 2 peserta didik secara bergantian kemudian saling mengoreksi dan mendiskusikan tentang teknik, kesalahan dan perbaikan dalam passing bawah dan atas bolavoli serta mengamati arah datangnya bola.

→ **Mengumpulkan informasi**

Mencatat semua informasi tentang materi teknik, kesalahan dan perbaikan dalam passing bawah dan atas bolavoli yang telah diperoleh pada masing-masing kelompok pada lembar kerja kelompok yang diberikan oleh guru. (LAMPIRAN RPP RPP 3)

→ **Mempresentasikan ulang**

Peserta didik mengkomunikasikan secara lisan atau mempresentasikan hasil diskusi kelompok dengan rasa percaya diri mengenai teknik, kesalahan dan perbaikan dalam passing bawah dan atas bolavoli sesuai dengan pemahaman kelompok masing-masing.

→ **Saling tukar informasi** tentang materi:

Hasil presentasi kelompok ditanggapi aktif oleh peserta didik dari kelompok lainnya sehingga diperoleh sebuah pengetahuan baru yang dapat dijadikan sebagai bahan diskusi kelompok kemudian.

**Permainan
(Games)**

COLLABORATION (KERJASAMA) dan CRITICAL THINKING (BERPIKIR KRITIK)

1. Guru menginstruksikan peserta didik dibagi dalam 4 kelompok untuk kegiatan permainan “Menyusun Balok” yang akan dilakukan oleh 2 kelompok setiap permainan. Permainnya sebagai berikut:
 - Dipersiapkan 2 paket balok kayu untuk permainan.
 - Dipersiapkan 2 bola modifikasi untuk permainan.
 - Dipersiapkan area passing 4x4 meter beserta rafia sebagai net setinggi 2,24 meter.
 - Diberikan jarak \pm 6 meter antara balok kayu dengan area passing.
 - Secara berurutan peserta didik melakukan passing bawah atau passing atas dengan pemahaman teknik dasar yang telah diperoleh saat kegiatan diskusi sebelumnya dan bola harus bisa melewati net/tali rafia dilakukan berpasangan dan berurutan dengan teman satu kelompok yang bertugas melambungkan bola. (apabila peserta didik tidak dapat melakukan gerakan passing bawah atau atas dan bola gagal melewati net/tali, maka kesempatan menyusun balok hilang dan menunggu giliran lagi).
 - Kemudian lari kearah balok kayu untuk menyusun balok setinggi mungkin. (bagi peserta didik yang gagal melakukan passing bawah atau atas dapat menyusun perbaikan teknik dan

| | |
|--|---|
| | <p>kesalahan passing bawah dan atas dengan kelompok masing-masing serta meningkatkan kepercayaan diri peserta didik)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kelompok yang menyusun balok kayu tertinggi adalah kelompok pemenang. • Waktu permainan 5 menit. <p>Tujuan dari permainan ini adalah peserta didik dapat menyusun perbaikan tentang teknik dan kesalahan passing bawah dan atas bolavoli menggunakan bola modifikasi yang sudah disediakan oleh guru bersama kelompok masing-masing.</p> <p>2. Guru menginstruksikan seluruh peserta didik melakukan gerakan passing bawah atau passing atas dengan waktu selama 60 detik untuk penilaian hasil keterampilan.</p> <p>Langkah-langkah :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bola modifikasi dibagi kepada peserta didik, 1 bola untuk 2 peserta didik • Peserta didik secara bergantian melakukan passing atas sendiri selama 60 detik. • Peserta didik yang belum mendapat giliran melakukan gerakan passing bawah atau atas bertugas menghitung jumlah passing bawah atau atas yang berhasil. (Passing bawah atau atas berhasil apabila bola melewati tinggi net 2,24 meter) • Peserta didik yang menghitung melaporkan hasil kepada guru. <p>Setelah passing bawah selesai dilanjutkan passing atas.</p> |
|--|---|

| | |
|------------------------------|---|
| Turnamen (Tournament) | <p><u>COLLABORATION (KERJASAMA) dan CREATIVITY (KREATIVITAS)</u></p> <p>Guru menjelaskan peraturan permainan yang sesungguhnya kepada seluruh peserta didik tetapi hanya menggunakan teknik passing bawah dan passing atas bolavoli kemudian mempertandingkan 2 tim, masing-masing tim terdiri dari 6 peserta didik yang berasal dari 3 peserta didik setiap kelompok sebelumnya:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Setiap tim bekerjasama dan menjaga kekompakan tim untuk memperoleh point agar timnya menang. • Seluruh peserta didik bebas untuk berkreasi dalam permainan atau dalam memberi dukungan. • Menjunjung tinggi sportivitas. • Peserta didik yang belum mendapat kesempatan bermain memberi semangat timnya masing-masing untuk menjaga kekompakan tim. |
|------------------------------|---|

| | |
|---|---|
| Pemberian Penghargaan (Team Recognition) | <p><u>COMMUNICATION (BERKOMUNIKASI)</u></p> <p>Peserta didik dibariskan, kemudian guru mengumumkan tim yang memenangkan pertandingan dan mengumumkan kelompok kategori “Terkompak”.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tim yang kalah memberikan selamat bagi tim yang menang. • Guru memberi penghargaan bagi tim yang kalah berupa julukan “SUPER TEAM” dan tepuk tangan dari peserta didik yang lain. |
|---|---|

- Guru memberi penghargaan bagi tim yang menang berupa julukan “SPECIAL TEAM” dan tepuk tangan dari peserta didik yang lain.

Catatan : Selama pembelajaran berlangsung guru mengamati sikap peserta didik dalam pembelajaran yang meliputi sikap: kedisiplinan, kejujuran, gotong royong, rasa percaya diri, berperilaku jujur, tangguh menghadapi masalah, tanggungjawab, rasa ingin tahu. Selain itu guru juga mengamati proses keterampilan gerak passing bawah dan passing atas peserta didik.

Kegiatan Penutup (15 Menit)

Peserta Didik:

- Diberikan 4 bersap.
- Guru memberikan kesempatan peserta didik untuk menjawab pertanyaan yang sudah ditanyakan dari peserta didik pada awal pembelajaran untuk mengetahui keaktifan peserta didik.

Guru:

- Mengevaluasi pembelajaran secara keseluruhan.
- Guru memberi motivasi kepada peserta didik.
- Guru menginstruksikan ketua kelas untuk memimpin berdoa dan dibubarkan.

I. Penilaian Hasil Pembelajaran

a. Sikap (spiritual dan sosial)

Sikap spiritual

| No | Teknik | Bentuk Instrumen | Contoh Butir Instrumen | Waktu Pelaksanaan | Keterangan |
|----|-----------|------------------|------------------------|-------------------------------|---|
| 1 | Observasi | Jurnal | Lihat Lampiran 3 | Saat pembelajaran berlangsung | Penilaian untuk pencapaian pembelajaran |

Sikap sosial

| No | Teknik | Bentuk Instrumen | Contoh Butir Instrumen | Waktu Pelaksanaan | Keterangan |
|----|-----------|------------------|------------------------|-------------------------------|---|
| 1 | Observasi | Jurnal | Lihat Lampiran 3 | Saat pembelajaran berlangsung | Penilaian untuk pencapaian pembelajaran |

b. Pengetahuan

| No. | Teknik | Bentuk Instrumen | Contoh Butir Instrumen | Waktu Pelaksanaan | Keterangan |
|-----|----------|------------------|------------------------|-------------------|------------|
| 1 | Tertulis | Pertanyaan | Terlampir | Saat | Penilaian |

| | | | | |
|------------|-------------------------|---|--------------------------|-------------------------|
| (individu) | tertulis berbentuk LKPD | dalam lembar kerja Peserta didik (LKPD) | pembelajaran berlangsung | pencapaian pembelajaran |
|------------|-------------------------|---|--------------------------|-------------------------|

c. Keterampilan

Penilaian Proses

| No | Teknik | Bentuk Instrumen | Contoh Butir Instrumen | Waktu pelaksanaan | Keterangan |
|----|---------|----------------------|--|---|-----------------------------------|
| 1. | Praktik | Tugas (keterampilan) | Praktikkan gerakan passing bawah, passing atas, passing bawah dengan benar | Pada saat pembelajaran berlangsung/ saat pertandingan berlangsung | Penilaian pencapaian pembelajaran |

Penilaian Hasil

| No | Teknik | Bentuk Instrumen | Contoh Butir Instrumen | Waktu pelaksanaan | Keterangan |
|----|---------|----------------------|--|-------------------------------------|-----------------------------------|
| 1. | Praktik | Tugas (keterampilan) | Praktikkan gerakan passing bawah dan passing atas, selama 60 detik | Pada saat pembelajaran berlangsung. | Penilaian pencapaian pembelajaran |

PENILAIAN

1. Penilaian Sikap

Penilaian perkembangan sikap spiritual dan sosial dalam bentuk jurnal.

JURNAL PERKEMBANGAN SIKAP SPIRITUAL

Nama Sekolah : SMA

Kelas : XI

Tahun Pelajaran : 2020/2021

| No | Waktu | Nama | Catatan Perilaku | Butir Sikap | Tanda Tangan | Tindak Lanjut |
|------|-------|------|------------------|-------------|--------------|---------------|
| 1 | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| Dst. | | | | | | |

JURNAL PERKEMBANGAN SIKAP SOSIAL

Nama Sekolah : SMAN
 Kelas : XI/Ganjil
 Tahun Pelajaran : 2020/2021

| No | Waktu | Nama | Catatan Perilaku | Butir Sikap | Tanda Tangan | Tindak Lanjut |
|------|-------|------|------------------|-------------|--------------|---------------|
| 1 | | | | | | |
| Dst. | | | | | | |

2. Penilaian Pengetahuan

a. Kisi-kisi

| No | Kompetensi Dasar | Materi | Indikator Pencapaian Kompetensi | Bentuk Soal | Jml Soal |
|----|---|-----------------------------|---|-------------|----------|
| 1 | 3.1 Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan* | Passing bawah, passing atas | 3.1.1 Menganalisis teknik dasar passing bawah permainan bolavoli | Uraian | 1 |
| | | | 3.1.2 Menemukan kesalahan-kesalahan dan mendiskusikan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerakan teknik dasar passing bawah bolavoli | Uraian | 1 |
| | | | 3.1.3 Menganalisis teknik dasar passing atas permainan bolavoli | Uraian | 1 |
| | | | 3.1.4 Menemukan kesalahan-kesalahan dan mendiskusikan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerakan teknik dasar passing atas bolavoli | Uraian | 1 |

b. Soal

- 1) Sebutkan dan jelaskan cara melakukan gerakan teknik dasar passing bawah bolavoli !
- 2) Sebutkan dan jelaskan kesalahan yang sering terjadi pada saat melakukan gerakan teknik dasar passing bawah bola voli beserta perbaikannya !

- 3) Sebutkan dan jelaskan cara melakukan gerakan teknik dasar passing atas bolavoli !
- 4) Sebutkan dan jelaskan kesalahan yang sering terjadi pada saat melakukan gerakan teknik dasar passing atas bola voli beserta perbaikannya !

c. Kunci jawaban

1) Cara melakukan passing bawah :

- a) Badan dalam sikap setimbang labil, lengan diulurkan ke depan bawah, siku tidak ditekuk (sudut antara lengan dengan badan kira-kira 45 derajat)
- b) Kaki yang satu di depan kaki yang lain, kedua kaki dengan jarak kira-kira selebar kedua paha. Kedua lutut ditekuk sedikit, sehingga tubuh bagian atas membungkuk sedikit kedepan, kedua lengan ditekuk sedikit di depan tubuh.
- c) Perkenaan bola dengan bagian sebelah atas pergelangan tangan kearah ibu jari (bagian proksimal pergelangan tangan). Tubuh harus siap di belakang bola sehingga menghadap arah laju bola. Dengan meluruskan kedua kaki.
- d) Pemain menerima bola di bagian dalam kedua lengan bagian bawah, kemudian menggalinya sesuai dengan arah yang dituju, kedua lengan tetap lurus selama memukul bola. Kedua bahu bergerak kedepan supaya pemain tidak terpengaruh oleh pantulan bola, yang dapat menyebabkan tubuh kita tidak seimbang. Lengan siap pukul harus lurus dan sedikit ditegangkan dengan siku tidak ditekuk diayun kearah bola. Ataurlah gerakan lengan ini hingga arah bola agak lurus pada bidang perkenaan, sehingga bola akan terpantul sempurna.
- e) Setelah perkenaan bola, gerakan dilanjutkan dengan langkah kaki ke depan, selanjutnya ambil sikap permulaan.
- f) Pandangan mengikuti arah bola, kemudian segera mengambil posisi berikutnya, mempersiapkan diri menerima pukulan musuh.

2) Kesalahan yang sering terjadi pada passing bawah beserta perbaikannya :

- a) Hanya mempergunakan kekuatan lengan dari bahu kebawah, tanpa mengikutsertakan kekuatan kedua kaki. (Seharusnya kedua kaki diluruskan saat mengayun lengan)
- b) Siku ditekuk sewaktu mengadakan kontak dengan bola. (Seharusnya siku tetap diluruskan saat kontak dengan bola)
- c) Kurangnya konsentrasi. (Seharusnya peserta didik lebih konsentrasi dan fokus)

3) Cara melakukan passing atas :

- a) Sikap kaki sejajar atau depan belakang, lutut ditekuk berdiri pada ujung kaki (tumit diangkat) dan badan sedikit condong ke depan. Tangan siap di depan dada, telapak tangan menghadap kearah bola di depan dahi. Pada saat melakukan passing, segera badan bersikap sehingga tangan dapat menyongsong bola dengan baik dan enak. Telapak tangan beserta jari-jari membentuk setengah bulatan, jari-jari renggang dan diakhiri dengan kedua ibu jari membentuk sudut.
- b) Sesaat bola dekat menuju ke telapak tangan, jari-jari agak ditegangkan, lengan bawah agak ditarik ke belakang, kemudian digerakkan ke arah bola, pada saat perkenaan bola, telapak tangan dilecutkan dari pergelangan tangan.

- c) Sentuhan terjadi antara bola dengan ujung-ujung jari saja (terutama ibu jari, telunjuk, dan jari tengah). Pada saat jari menyentuh bola, baik jari-jari maupun tangan yang kita tegangkan itu digerakkan mengikuti gerak bola.
- d) Bola itu digerakkan tubuh dan lengannya ke belakang pada waktu terjadi kontak dengan bola. Mula-mula bola disentuh dengan ujung-ujung jari yang dibebaskan selebar mungkin. Selama melakukan, kepala selalu ditegakkan ke belakang.
- e) Setelah perkenaan dengan bola, harus diikuti dengan gerakan lanjutan dari tangan, lengan, badan, kaki hingga lurus, pandangan pada bola.
- f) Setelah selesai melambungkan bola, pindah pada posisi berikutnya dan ambil sikap awalan kembali.
- 4) **Kesalahan yang sering terjadi pada passing atas :**
- a) Sebelum terjadi perkenaan antara jari dan bola, siku sudah diluruskan hingga tidak ada tenaga dorongan. (Seharusnya siku sedikit ditekuk untuk memberi tenaga dorongan saat perkenaan pada bola)
- b) Perkenaan bola pada telapak tangan. (Seharusnya pada jari-jari tangan)
- c) Jari-jari terlalu rapat. (Seharusnya jari-jari dibuka lebar)

d. Pedoman Penskoran dan Pengolahan Skor

1) Passing Bawah

- a) Penskoran soal nomor 1
Skor 6, jika dijelaskan secara lengkap dan benar
Skor 5, jika dijelaskan 5 butir jawaban secara benar
Skor 4, jika dijelaskan 4 butir jawaban secara benar
Skor 3, jika dijelaskan 3 butir jawaban secara benar
Skor 2, jika dijelaskan 2 butir jawaban secara benar
Skor 1, jika dijelaskan 1 butir jawaban secara benar
- b) Penskoran soal nomor 2:
Skor 3, jika dijelaskan secara lengkap dan benar
Skor 2, jika dijelaskan 2 butir jawaban secara benar
Skor 1, jika dijelaskan 1 butir jawaban secara benar
- c) Pengolahan Skor
Skor maksimum: 9
Skor perolehan peserta didik : SP

$$\text{Nilai} = (\text{SP}/9) \times 100$$

2) Passing Bawah

- a) Penskoran soal nomor 3
Skor 6, jika dijelaskan secara lengkap dan benar
Skor 5, jika dijelaskan 5 butir jawaban secara benar
Skor 4, jika dijelaskan 4 butir jawaban secara benar
Skor 3, jika dijelaskan 3 butir jawaban secara benar
Skor 2, jika dijelaskan 2 butir jawaban secara benar
Skor 1, jika dijelaskan 1 butir jawaban secara benar
- b) Penskoran soal nomor 4
Skor 3, jika dijelaskan secara lengkap dan benar
Skor 2, jika dijelaskan 2 butir jawaban secara benar
Skor 1, jika dijelaskan 1 butir jawaban secara benar
- c) Pengolahan Skor

Skor maksimum: 9
 Skor perolehan peserta didik : SP

$$\text{Nilai} = (\text{SP}/9) \times 100$$

**LEMBAR PENILAIAN PENGETAHUAN
 PASSING BAWAH DAN PASSING ATAS BOLAVOLI**

| No | Nama | Passing Bawah | | | | Passing Atas | | | |
|-----------------|------|---------------|--------|------------------|-----------|--------------|--------|------------------|-----------|
| | | Soal 1 | Soal 2 | Nilai (SP/9)x100 | Ket. T/BT | Soal 3 | Soal 4 | Nilai (SP/9)x100 | Ket. T/BT |
| | | | | | | | | | |
| KKM = 70 | | | | | | | | | |

3) Penilaian Keterampilan

a. Penilaian Proses

1) Petunjuk Penilaian

Beri tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan jika kriteria gerak dipraktikkan oleh peserta didik, setiap peserta didik menunjukkan atau mempraktikkan gerak yang diharapkan.

2) Instrumen Penilaian Keterampilan Gerak *Passing* bawah

| No | Teknik | Kriteria Gerak | √ = 1 | Jumlah |
|----|-------------|---|-------|---------|
| 1 | Sikap Awal | Sikap Badan | | (max 7) |
| | | Badan dalam sikap setimbang, Lengan diuluruskan dan dikaitkan | | |
| | | Siku tidak ditekuk (sudut antara lengan dengan badan kira-kira 45 derajat) | | |
| | | Tubuh bagian atas membungkuk sedikit kedepan | | |
| | | Sikap Kaki | | |
| | | Kaki yang satu di depan kaki yang lain. | | |
| | | Kedua kaki dibuka dengan jarak kira-kira selebar kedua bahu | | |
| | | Kedua lutut ditekuk sedikit | | |
| 2 | Pelaksanaan | Perkenaan bola dengan bagian sebelah atas pergelangan tangan kearah ibu jari. | | (max 5) |
| | | Menghadap arah laju bola. | | |
| | | Meluruskan kedua kaki. | | |
| | | Kedua lengan tetap lurus selama memukul bola. | | |

| | | | | |
|--------------------|--------------------|--|--|----------------|
| | | Lengan diayunkan ke arah bola. | | |
| 3 | Sikap Akhir | Gerakan dilanjutkan dengan langkah kaki ke depan, Pandangan mengikuti arah bola | | (max 2) |
| Jumlah Skor | | | | |

3) **Instrumen Penilaian Keterampilan Gerak *Passing* atas**

| No | Teknik | Kriteria Gerak | (√) = 1 | Jumlah |
|--------------------|--------------------|---|---------|----------------|
| 1 | Sikap Awal | Sikap Badan | | (max 7) |
| | | Badan dalam sikap setimbang | | |
| | | Tangan siap di depan dada (sedikit ditekuk kurang lebih 90 derajat) | | |
| | | Telapak tangan menghadap ke arah bola di depan dahi | | |
| | | Telapak tangan beserta jari-jari membentuk setengah bulatan | | |
| | | Sikap kaki | | |
| | | Kaki yang satu di depan kaki yang lain. | | |
| | | Kaki dibuka selebar bahu | | |
| 2 | Pelaksanaan | Sentuhan terjadi antara bola dengan ujung-ujung jari saja | | (max 4) |
| | | Jari-jari digerakkan mengikuti gerak bola. | | |
| | | Tangan dilecutkan ke arah gerak bola. | | |
| | | Selama melakukan, kepala selalu ditegakkan ke belakang. | | |
| | | | | |
| 3 | Akhiran | Gerakan dilanjutkan dengan langkah kaki ke depan, | | (max 2) |
| | | Pandangan mengikuti arah bola | | |
| Jumlah Skor | | | | |

4) **Pengolahan Skor *Passing* Bawah dan *Passing* Atas**

a) *Passing* Bawah

Skor maksimum proses keterampilan: 14

Skor perolehan peserta didik: SP

$$\text{Nilai} = (SP/14) \times 100$$

b) *Passing* Atas

Skor maksimum proses keterampilan: 13

Skor perolehan peserta didik: SP

$$\text{Nilai} = (SP/13) \times 100$$

LEMBAR PENILAIAN KETERAMPILAN PROSES PASSING BAWAH BOLAVOLI

| No | Nama | Kriteria Gerakkan Passing Bawah | | | | | | | | | | | | | | SP | Nilai | Ket | |
|-----|------|---------------------------------|---|---|---|---|---|---|-------------|---|---|---|---|-------------|---|----|-------|-----|--|
| | | Sikap Awal | | | | | | | Pelaksanaan | | | | | Sikap Akhir | | | | | |
| | | a | b | c | d | e | F | g | a | B | c | d | e | a | b | | | | |
| 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Dst | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

KKM = 70

LEMBAR PENILAI 1 KETERAMPILAN PROSES PASSING ATAS BOLAVOLI

| No | Nama | Kriteria Gerakkan Passing Atas | | | | | | | | | | | | | | SP | Nilai | Ket | |
|----|------|--------------------------------|---|---|---|---|---|---|-------------|---|---|---|---|-------------|--|----|-------|-----|--|
| | | Sikap Awal | | | | | | | Pelaksanaan | | | | | Sikap Akhir | | | | | |
| | | a | b | c | d | e | f | g | A | b | c | e | a | b | | | | | |
| 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

KKM = 70

b. Penilaian Produk

1) Teknik

Praktik (Dalam Pembelajaran)

2) Tahap pelaksanaan

Penilaian hasil/produk gerak passing bawah dan passing atas dilakukan peserta didik selama 30 detik dengan dengan cara:

- a) Mula-mula peserta didik berdiri dengan memegang bola
- b) Setelah guru memberi aba-aba "mulai" peserta didik mulai passing bawah / passing atas dengan bola setinggi 2,24 meter
- c) Petugas / teman menghitung bola yang dapat melewati net/tali.
- d) Petugas melaporkan jumlah bola yang berhasil melewati net/tali.

3) Konversi jumlah bola yang sah dihitung menjadi nilai

a) Passing Bawah

| Perolehan Jumlah Bola Passing Bawah Yang Sah Dihitung | | Nilai |
|---|-----------|-------|
| Putra | Putri | |
| ≥ 47 kali | ≥ 45 kali | 100 |

| | | | | | | | | | |
|----------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 3 | | | | | | | | | |
| dst | | | | | | | | | |
| KKM = 70 | | | | | | | | | |

Mengetahui,
Kepala SMA Negeri 2 Amfoang Timur

Fransiscus X.A Asi,S.Pd
NIP 196310101 199312 002

Nunuanah, 02 Oktober 2020
Guru Mata Pelajaran

AMFIN FAOT S.Pd
NIP.-

PPG KELOMPOK 6 PJOK UNS 2020@AMFIN-MUSA-ULTANUS



PPG KELOMPOK 6 POK UNS 2020 @AMFIN MUSA-ULTANUS

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
DARING

Sekolah : SMA Negeri 2 Amfoang Timur
 Mata pelajaran : Pendidikan jasmani Olahraga dan Kesehatan
 Kelas / semester : XII / Ganjil
 Materi pembelajaran : Permainan bola besar (bola voli) **Pola Permainan**
 Alokasi waktu : 1 x 3 JP @ 45 menit

Kompetensi Dasar

| | |
|---|--|
| 3. 1 Menganalisis pola penyerangan dan pertahanan salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan* | 4.1Mempraktikan rancangan pola penyerangan dan pertahanan salah satu permainan bola besar* |
|---|--|

Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat :

- o Mengidentifikasi teknik permainan bola voli (pasing bawah, pasing atas, servis dan smash) yang telah diamati melalui cuplikan vidio yang disajikan guru.
- o Melalui pengamatan peserta didik dapat mempraktikan bentuk-bentuk latihan teknik dasar permainan bola voli serta membuat vidio praktik tersebut.

| Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran | |
|--|--|
| Materi pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran |
| <ul style="list-style-type: none"> ➤ Model <i>Discoveri Learning</i> ➤ Metode Penugasan Diskusi Group (Kelompok Belajar) ➤ Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Videoa Pembelajaran ✓ Buku Siswa ✓ <i>Handphone</i> ✓ <i>Laptop</i> ✓ <i>Whats App Group</i> ✓ <i>Google Form</i> ✓ <i>Google Classroom</i> ✓ <i>Youtube</i> ➤ Sumber Belajar <ul style="list-style-type: none"> ✓ https://youtu.be/rEPIcpB_4 ✓ https://youtu.be/_11ok6UfuK8 ✓ https://youtu.be/H-5qlwIZHZM ➤ Materi Pola penyerangan dan pertahanan salah satu permainan bola voli ➤ Fokus penguatan Karakter <ul style="list-style-type: none"> ✓ Berani ✓ Percaya diri ✓ Kerja sama ✓ Kejujuran ✓ Menghargai sesame ✓ Pantang menyerah | <ol style="list-style-type: none"> 1. Kegiatan Pendahuluan <ol style="list-style-type: none"> a. Kelas dimulai dengan guru memberi salam dan berdoa yang dipimpin oleh salah satu peserta didik sesuai nomor absen. b. Memeriksa kehadiran peserta didik dengan sesuai daftar nama yang masuk mengikuti pembelajaran melalui aplikasi zoom meeting c. Menyiapkan psikis maupun fisik peserta didik dalam mengawali kegiatan pembelajaran d. Memotivasi peserta didik untuk tetap belajar dan berolahraga disekitar rumah saat pandemi virus corona 2. Kegiatan Inti <ol style="list-style-type: none"> a. Guru membuka dan menjelaskan manfaat tujuan pembelajaran tehnik rancangan pola penyerangan dan pertahanan dslam permainan bola voli b. Guru memberikan bahan ajar berupa vidio bentuk latihan pola penyerangan dan pertahanan dalam permainan bola voli c. Peserta didik mengamati cuplikan vidio yang diberikan guru melalui link <ul style="list-style-type: none"> - https://youtu.be/rEPIcpB_4 - https://youtu.be/_11ok6UfuK8 - https://youtu.be/H-5qlwIZHZM d. Peserta didik setelah mengamati vidio pembelajaran pola penyerangan dan pertahanan melalui cuplikan vidio tersebut diharapkan dapat menganalisis tehnik gerakan tersebut e. Peserta didik membuat vidio saat melakukan tehnik permainan bola voli berkaitan dengan pola penyerangan dan pertahanan f. Peserta didik mengirimkan vidio yang dibuat kepada guru melalui jejaring sosial /WA grub g. Guru mengamati seluruh vidio yang dikirimkan peserta didik kepada guru dan selanjutnya dinilai selama proses dan akhir pembelajaran. |

3. Kegiatan Penutup

1. Guru dan peserta didik melakukan refleksi tentang materi yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum.
2. Sebelum pembelajaran ditutup, guru memberikan tugas berupa soal online dalam bentuk *Google form* dengan batas waktu pengerjaan 2 x 24 jam.
3. *Link* soal pada *google form* akan dikirim melalui *whats app group*.
4. Guru menunjuk salah satu peserta didik untuk memimpin doa melalui *whats app group*

A. Penilaian

| Penilaian kognitif | Keterampilan | Penilaian afektif |
|---|-------------------------------|---|
| (https://docs.google.com) (tes tertulis melalui google form) | (tes praktik melalui vidio) | (pengamatan dan rekaman sikap selama proses pembelajaran berlangsung |

Mengetahui,
Kepala SMA Negeri 2 Amfoang Timur

Nunuanah, 02 Oktober 2020
Guru Mata Pelajaran

Fransiscus X.A Asi,S.Pd
NIP 196310101 199312 002

AMFIN FAOT
NIP.-

PPG KELOMPOK 6 PJOK UNS 2020@AMFIN-MUSA-ULTANUS