

LAPORAN AKHIR
Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) II
SEMESTER GENAP TAHUN AKADEMIK 2023/2024
DI SMA NEGERI 1 AROSBAYA



Disusun Oleh:
Ani Wahyuni (2047711005)

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAH RAGA
STKIP PGRI BANGKALAN
2023

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Individu Pelaksanaan Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) II oleh:

Nama Mahasiswa : Ani Wahyuni

NIM : 2047711005

Program studi : Pendidikan olahraga

Telah diperiksa dan disetujui pada tanggal : 16 bulan September tahun 2023/2024

Dosen Pembimbing Lapangan
STKIP PGRI Bangkalan

Guru pamong

Septyaningrum Putri P. S.Or., M.Kes

NIDN: 0729099202



Muhammad Syaifuddin, S.Pd

NIP. 197704222005011006

Mengetahui :

Kepala SMA Negeri 1 Arosbaya



Abdurrazak, S.Pd., M.Pd
NIP. 196802112002121006

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah membuka rahmat dan hidayah kepada saya sehingga saya dapat menyusun dan menyelesaikan penulisan pengenalan lapangan persekolahan (PLP) II di SMA NEGERI 1 AROSBAYA. Keberhasilan kami tentunya tidak lepas dari dukungan yang diberikan dosen, pihak sekolah, siswa dan pihak lainnya.

kami mengucapkan banyak terima kasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung kami dalam program pengenalan lapangan persekolahan (PLP) II:

1. Fajar Hidayatullah, M.Pd selaku ketua STKIP PGRI Bangkalan
2. Arfiyan Ridwan, M.Pd selaku dosen pembimbing lapangan
3. Heni Yuli Handayani, S.Pd., M.Kes selaku koordinator lapangan
4. Abdurrazak, S.Pd., M.pd selaku kepala sekolah SMA Negeri 1 Arosbaya
5. Muhammad Syaifuddin, S.Pd selaku guru pamong mata pelajaran PJOK di SMA Negeri 1 Arosbaya
6. Bapak/Ibu guru, staf tata usaha serta pegawai-pegawai di SMA Negeri 1 Arosbaya
7. Semua siswa-siswi SMA Negeri 1 Arosbaya yang telah membantu kami dan aktif dalam kegiatan proses belajar mengajar
8. Teman-teman seangkatan dan seperjuangan PLP II

Laporan individu pelaksanaan PLP II ini merupakan suatu catatan nyata yang tertulis mengenai kegiatan Pengenalan Lapangan Persekolahan yang telah saya lakukan dan laksanakan di sekolah SMA Negeri 1 Arosbaya. Kegiatan belajar mengajar, membimbing siswa dalam kelas, mengenal ruang lingkup sekolah, dan segala aturan yang terdapat di sekolah untuk menjadi panutan yang baik bagi siswa. Semua hal tersebut telah tercatat dan terangkum dalam laporan individu pelaksanaan PLP II ini.

Sehingga dapat menjadi bahan bacaan yang berguna dan bermanfaat bagi pembaca, terutama kepada calon guru seperti saya. Semoga laporan individu ini

dapat dipahami bagi siapapun pembacanya. Saya mohon maaf bila terdapat kesalahan dalam laporan ini, dan mohon untuk mengkritik dan memberikan saran yang membangun untuk penyempurnaan laporan saya selanjutnya.

Bangkalan 15 september 2023

Penyusun

Ani Wahyuni

2047711005

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
BAB I	6
PENDAHULUAN	6
A. Latar Belakang Masalah PLP II	6
B. Tujuan PLP II	6
C. Manfaat PLP II	7
BAB II	8
PENYAJIAN LAPORAN	8
A. Persiapan Pelaksanaan Program	8
B. Pelaksanaan Program	10
C. Hasil Pelaksanaan Program	13
BAB III	15
PENUTUP	15
A. Simpulan	15
B. Saran	15
DAFTAR PUSTAKA	17
LAMPIRAN-LAMPIRAN	18

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah PLP II

Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) 2 merupakan salah satu kegiatan pendidikan dan pelatihan Pendidikan tenaga kependidikan. Pelatihan tersebut bertujuan untuk mempersiapkan calon-calon tenaga pendidik atau guru. Pengenalan lapangan persekolahan (PLP) 2 mencakup pembinaan dan pelatihan kemampuan pendidikan guru secara terbimbing dan terpadu guna memenuhi syarat pendidikan kependidikan. Kegiatan ini dilakukan agar calon tenaga pendidik atau guru bisa melatih mental juga kesiapan sebelum nantinya menjadi tenaga pendidik atau guru yang pendidikan.

STKIP PGRI Bangkalan adalah Lembaga yang Pendidikan yang salah satu misinya adalah menyiapkan tenaga pendidik yang berkualitas, maka dari itu kegiatan pengenalan lapangan persekolahan (PLP) 2 ini sangat penting bagi mahasiswa yang nantinya akan menjadi tenaga pendidik atau guru. Melalui program ini saya sebagai mahasiswa PLP dilatih menjadi calon pendidik/guru yang tepat dan profesional.

Sebelum pelaksanaan pengenalan lapangan persekolahan (PLP) II ini seluruh mahasiswa sudah dibekali, pada peerteaching dan microteaching. Adanya pembekalan ini agar mahasiswa tahu bagaimana cara mengelola kelas, siswa, dan menghadapi segala situasi yang memungkinkan terjadi dalam proses pembelajaran, sehingga ketika turun langsung ke lapangan mahasiswa sudah tahu apa yang harus dilakukan. Pelaksanaan pengenalan lapangan persekolahan (PLP) II ini tentu tidak sempurna, namun bimbingan dosen, kepala sekolah, guru-guru, dan rekan-rekan seperjuangan dapat membantu pengenalan lapangan persekolahan (PLP) II ini lebih baik.

B. Tujuan PLP II

1. Memberikan pengalaman dan pelajaran bagi mahasiswa kependidikan agar dapat mempersiapkan dirinya sebagai tenaga kependidikan.
2. Mempraktikkan ilmu yang telah diperoleh selama proses pembelajaran.

Menambah ilmu pengetahuan serta dapat mengetahui bagaimana cara mengolah kelas, berinteraksi dengan siswa dan guru di sekolah.

C. Manfaat PLP II

1. Mendapatkan kesempatan untuk mempraktekkan bekal yang diperoleh selama proses pembelajaran.
2. Mengetahui dan mengenal secara langsung kegiatan pembelajaran.
3. Memperdalam pengalaman mahasiswa tentang pelaksanaan pendidikan.

BAB II

PENYAJIAN LAPORAN

A. Persiapan Pelaksanaan Program

Persiapan atau perencanaan adalah tahap awal yang harus dilalui oleh guru dalam pembelajaran. Pada tahap ini guru mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan untuk pembelajaran agar dapat dilaksanakan secara efektif dan efisien. Proses pembelajaran dikatakan efektif apabila penyampaian dari bahan pembelajaran sudah sesuai dengan perangkat pembelajaran. Perangkat pembelajaran sangat perlu disiapkan untuk mempermudah guru dalam mengajar. Maksudnya, dari setiap bagian-bagian perangkat pembelajaran memiliki kegunaan masing-masing agar proses pembelajaran dapat berlangsung secara efektif dan maksimal. Bagian-bagian dari perangkat pembelajaran yang harus disiapkan sebelum proses belajar mengajar beserta penjelasan kegunaan dari setiap bagian perangkat pembelajaran ialah:

a. Pembelajaran Microteaching

Pembelajaran *microteaching* merupakan mata kuliah wajib ditempuh oleh mahasiswa sebelum melakukan praktik mengajar di sekolah atau PLP II. Pembelajaran ini bertujuan untuk mempersiapkan mahasiswa untuk melakukan praktik di sekolah sebagai kewajiban yang harus dilakukan setiap mahasiswa. Pembelajaran *microteaching* juga dikatakan sebagai salah satu model pelatihan praktik mengajar dalam lingkup terbatas (mikro) untuk mengembangkan keterampilan dasar mengajar (base teaching skill).

b. Pembekalan PLP II

Pembekalan PLP dilaksanakan oleh pihak kampus STKIP PGRI Bangkalan secara luring. Pembekalan tersebut dilaksanakan untuk menyiapkan mahasiswa peserta PLP tentang hal-hal yang berkaitan dengan pelaksanaan PLP mata kuliah yang wajib ditempuh oleh mahasiswa peserta PLP.

c. Kalender Pendidikan Tahun Ajaran 2023-2024 (Terlampir)

Kalender pendidikan (Kaldik) merupakan suatu pengaturan waktu untuk kegiatan pembelajaran siswa selama satu tahun ajaran yang mencakup

permulaan tahun pelajaran, minggu efektif belajar, waktu pembelajaran efektif, dan hari libur. Kalender pendidikan dirancang untuk mempermudah guru dalam pelaksanaan proses belajar mengajar di kelas selama satu tahun. Perancangan kalender pendidikan juga untuk menjadikan seluruh indikator dari kompetensi dasar agar terlaksana sesuai waktu efektif pembelajaran selama satu tahun.

d. Rencana Pekan Efektif (Terlampir)

Rencana Pekan Efektif (RPE) adalah hitungan hari-hari efektif yang ada pada tahun pelajaran yang sedang berlangsung. Untuk menyusun RPE yang harus dilihat dan diperhatikan adalah kalender akademik yang sedang berlangsung serta menjadi pedoman sekolah dalam menetapkan jumlah minggu/pekan efektif.

e. Program Tahunan (Terlampir)

Program Tahunan (Prota) adalah rencana penetapan alokasi waktu satu tahun untuk mencapai tujuan (SK/KI, dan KD) yang telah ditetapkan. Program tahunan tersebut sebagai rencana umum pelaksanaan pembelajaran muatan mata pelajaran setelah diketahui kepastian jumlah jam pelajaran efektif dalam satu tahun.

f. Program Semester (Terlampir)

Program semester (Promes) adalah rumusan kegiatan belajar mengajar untuk satu semester yang kegiatannya dibuat berdasarkan pertimbangan alokasi waktu yang tersedia, jumlah pokok bahasan yang ada dalam semester tersebut dan frekuensi ujian yang disesuaikan dengan kalender pendidikan.

g. Alur Tujuan Pembelajaran

Alur tujuan pembelajaran pada kurikulum merdeka merupakan rangkaian tujuan pembelajaran yang sudah disusun secara sistematis dan logis dalam fase capaian pembelajaran secara utuh dari fase awal hingga akhir. Alur tujuan pembelajaran ini memang disusun secara linear sesuai urutan kegiatan pembelajaran dengan tujuan mengukur capaian pembelajaran.

Secara umum, Alur Tujuan Pembelajaran mempunyai fungsi sama seperti silabus, yaitu untuk acuan perencanaan pembelajaran. Alur Tujuan Pembelajaran ini bukan hanya dijadikan acuan atau panduan guru.

h. Modul Ajar (Terlampir)

Modul ajar adalah dokumen yang berisi tujuan, langkah, dan media pembelajaran, serta asesmen yang dibutuhkan dalam satu unit/topik berdasarkan Alur Tujuan Pembelajaran (ATP). Modul ajar sekurang-kurangnya berisi tujuan pembelajaran, langkah pembelajaran yang mencakup media pembelajaran yang akan digunakan asesmen, serta informasi dan referensi belajar lainnya yang dapat membantu guru dalam melaksanakan pembelajaran.

B. Pelaksanaan Program

Setiap guru yang berhasil melakukan pembelajaran merupakan hal membahagiakan dan membanggakan, namun tentu tidak mudah menjadi seorang guru. Butuh kesabaran serta ketelatenan menghadapi setiap siswanya, karena karakter setiap siswa bermacam-macam.

Pengalaman yang telah saya peroleh di SMAN 1 Arosbaya selama mengajar di sana adalah:

1. Berinteraksi dengan guru-guru yang sudah berpengalaman di bidangnya, serta mendapat ilmu baru dalam proses belajar mengajar.
2. Menghadapi siswa-siswi yang tentunya mempunyai karakter yang berbeda-beda.
3. Dapat menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran.
4. Bertanggung jawab atas tugas yang diberikan.

Saya mendapat tugas praktik mengajar di kelas XI atau setiap adanya jadwal olahraga di SMAN 1 Arosbaya, dengan jumlah siswa perkelas 33, tetapi setiap olahraga ada yang dua kelas digabung menjadi satu. Materi yang diberikan oleh guru pamong untuk saya ajarkan kepada siswa sesuai dengan perangkat pembelajaran yang telah saya buat yaitu mengenai, gerak dominan bertumpu dan melatih keseimbangan, variasi gerak lokomotor, gerak melatih kelonchan dalam permainan bola besar, Atletik.

Tabel 1. Kegiatan di Sekolah

NO.	Hari/tgl	Kegiatan
1.	Senin 21-Agustus-2023	mbukaan Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) 2 SMAN 1 Arosbaya
2.	Selasa 22-Agustus-2023	kenalan dan mengajar PJOK kelas 11
3.	Senin, 28-Agustus-2023	acara bendera dan mendampingi SMAN 1 Arosbaya dalam acara Karnava
4.	Selasa 29-Agustus-2023	Mendampingi guru pamong mengajar PJOK kelas 11
5.	Rabu 30-Agustus-2022	Mendampingi guru pamong mengajar PJOK kelas 11
6.	Kamis, 30 -Agustus-2023	ndampingi guru pamong mengajar PJOK kelas 11
7.	Selasa 5-September-2023	ndampingi guru pamong mengajar PJOK kelas 11
8.	Rabu, 6-September-2023	ndampingi guru pamong mengajar PJOK kelas 11
9.	Selasa, 12-September-2023	ngajar PJOK kelas 11
10.	Rabu, 13-September-2023	ngajar PJOK kelas 11
11.	Kamis 14-September-2023	Mengajar PJOK kelas 11

12.	Juma'at 15- September-2023		ngisi pembelajaran PJOK kelas 12
13.	Sabtu 16-September- 2023		utupan pengenalan lapangan persekolahan (PLP) SMAN 1 Arosbaya

a. Persiapan Sebelum Mengajar

Sebelum praktek mengajar langsung di hari pertama, kami diberikan beberapa arahan oleh guru pamong mengenai materi-materi apa saja yang harus kami ajarkan, media apa saja yang harus kami siapkan saat mengajar, menghadapi masalah siswa dalam mengajar dan juga jadwal pelaksanaan pembelajaran yang ditentukan berdasarkan kelas yang akan saya ajari.

b. Pembuatan Modul

Modul ajar merupakan salah satu jenis perangkat ajar yang memuat rencana pelaksanaan pembelajaran, untuk membantu mengarahkan proses pembelajaran mencapai Capaian Pembelajaran (CP). Kami diwajibkan untuk membuat Modul Ajar sebagai acuan kami dalam mengajar di kurikulum merdeka, hal itu karena kami akan mengajar kelas XI yang mana pembelajaran dilakukan dengan mengikuti modul yang dibuat oleh guru. Guru pamong kami mengarahkan kami agar membuat modul sebagai acuan kami dalam mengajar yang mana di dalam modul tersebut kami akan menjelaskan tujuan pembelajaran dan juga tahapan-tahapan apa saja yang akan diajarkan kepada siswa-siswi.

c. Praktik Mengajar

Keterampilan mengajar merupakan kegiatan yang dilakukan oleh guru untuk mempersiapkan mental dan menimbulkan perhatian siswa. Hal ini dimaksudkan agar siswa terpusat pada hal-hal yang akan dipelajari. Dalam praktik mengajar langsung di kelas XI 2 dan XI 3 ini, saya harus mengenali masing-masing karakter siswa yang beragam. Ada yang nakal, ada yang rajin, ada yang tidak dapat diatur dan juga ada yang harus telaten dalam mengajar karena kemampuan menangkap pelajaran yang kurang. Hal-hal tersebut

menjadi perhatian yang penting dalam mengajar agar kegiatan belajar mengajar berjalan efektif.

d. Umpan Balik dari Guru Pamong

Adanya umpan balik sangatlah penting bagi mahasiswa mengenai bagaimana kegiatan belajar pembelajaran berlangsung selama PLP. Guru pamong memberikan umpan balik yang konstruktif kepada mahasiswa PLP tentang kekuatan dan kelemahan mereka dalam mengajar. Hal ini membantu mahasiswa dalam mengidentifikasi area yang perlu ditingkatkan dan mengembangkan keterampilan mahasiswa. Dengan adanya umpan balik, kinerja mahasiswa PPL dapat dievaluasi secara objektif dan terukur. Guru pamong dapat merekam berbagai aspek kinerja mahasiswa, seperti persiapan pelajaran, pengelolaan kelas, kemampuan berkomunikasi, dan interaksi dengan siswa. Umpan balik ini juga dapat digunakan sebagai alat untuk pengembangan profesional mahasiswa PLP. Dalam catatan ini, guru pamong dapat memberikan saran dan rekomendasi untuk membantu mahasiswa meningkatkan keterampilan mahasiswa.

C. Hasil Pelaksanaan Program

a. Faktor Pendukung

1. Kesiapan kepala sekolah menyambut SMAN 1 Arosbaya sebagai tempatnya pelaksanaan PPL.
2. Siswa yang terbuka dengan mahasiswa PLP sehingga memudahkan komunikasi.
3. Guru pamong yang memberikan keleluasaan untuk mengelola kelas sehingga pembelajaran berlangsung secara mandiri dan terarah.
4. Guru pamong yang selalu berkoordinasi dan memberikan arahan dan bimbingan sehingga mahasiswa mahasiswi PLP dapat mengetahui langkah yang harus dilakukan dalam mengajar.
5. DPL yang selalu memberikan arahan dalam proses kegiatan mahasiswa PLP.

6. Rekan-rekan PLP SMAN 1 Arosbaya yang saling membantu dalam permasalahan pengajaran maupun kegiatan non pengajaran di SMAN 1 Arosbaya.

b. Faktor Penghambat

Faktor yang dapat menghambat keberhasilan suatu kegiatan pada saat pelaksanaan PLP di SMAN 1 Arosbaya antara lain:

1. Teknik penguasaan pembelajaran yang masih kurang.
2. Adanya siswa yang kurang memperhatikan dan mengobrol sehingga mengganggu proses pembelajaran.
3. Cakupan materi yang sangat luas.
4. Minat dan motivasi belajar siswa kurang dalam pembelajaran olahraga.

c. Upaya Mengatasi

1. Mahasiswa PLP melakukan konsultasi dengan guru pamong mengenai teknik penyampaian materi yang sesuai untuk mata pelajaran yang akan diajarkannya.
2. Diciptakan suasana belajar yang serius tapi santai, yakni penyampaian materi dengan diselingi sedikit humor tetapi tidak berlebihan. Hal ini dilakukan untuk menghindari kurangnya konsentrasi, rasa jenuh dan bosan.
3. Memadukan beberapa games menarik agar para siswa tidak merasa bosan.

BAB III

PENUTUP

A. Simpulan

Dari seluruh kegiatan dan agenda selama pengenalan lapangan persekolahan (PLP) II di SMAN 1 Arosbaya, saya mendapatkan banyak ilmu, pengalaman dan teman baru. Dengan segala pembekalan yang dilakukan sebelum pengenalan lapangan persekolahan (PLP) II oleh dosen, saya bisa melakukan praktek nyata dalam mengajar dengan baik, meskipun tidak sempurna namun saya tetap berusaha maksimal dalam setiap melakukan proses pembelajaran. Berbagai macam karakter siswa yang ada di sekolah SMAN 1 Arosbaya ini, sehingga butuh kesabaran untuk bisa memahaminya. Peran guru pamong yang memberi arahan serta bekal sebelum mengajar, juga membuat kesiapan yang cukup untuk melaksanakan pembelajaran dengan baik.

Banyak hal yang telah saya peroleh dalam pelaksanaan pengenalan lapangan persekolahan (PLP) II, tidak hanya pengalaman yang diperoleh namun, ilmu serta teman juga bisa merasakan kekeluargaan dalam sebuah tim.

B. Saran

Setelah melaksanakan PLP II ini, kami dapat merasakan bagaimana hidup sebagai seorang tenaga profesional guru dalam lingkungan sekolah, oleh karena itu kami ingin menyarankan hal sebagai berikut :

1. Untuk Sesama Mahasiswa PLP II

Mahasiswa Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP II) harus mampu menjaga komunikasi dan hubungan yang baik dengan sesama mahasiswa, guru, dan karyawan sekolah, tim UPPL, DPL, serta lebih meningkatkan disiplin dalam mengikuti semua kegiatan yang telah dijadwalkan dalam PLP.

2. Untuk Pihak Sekolah

Diharapkan pihak sekolah dapat meningkatkan dalam pemberian bimbingan, motivasi, dukungan, serta evaluasi kepada mahasiswa PLP II agar

semangat dalam proses pembelajaran serta hal-hal yang berhubungan dengan praktik di sekolah.

3. Untuk Pihak UPPL STKIP PGRI Bangkalan

Sebelum pelaksanaan PLP II sebaiknya mahasiswa diberikan sosialisasi PLP II agar paham mengenai sistem yang digunakan pada saat PLP II tahun ini. Serta mengomunikasikan dengan baik kepada mahasiswa hal-hal yang harus dan akan dilaksanakan oleh mahasiswa sehingga tidak terjadi praduga yang tidak baik.

DAFTAR PUSTAKA

<https://edeposit.perpusnas.go.id/collection/buku-interaktif-pendidikan-olahraga-dan-kesehatan-sumber-elektronis/116694> jasmani-

2. Rencana Pekan Efektif

RINCIAN PEKAN EFEKTIF

Nama Sekolah : SMAN I Arosbaya

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/Semester : X / Ganjil

Tahun Pelajaran : 2023/ 2024

1. Jumlah Pekan Dalam Satu Semester

	NAMA BULAN	BANYAKNYA PEKAN
a.	Juli	2
b.	Agustus	5
c.	September	4
d.	Oktober	4
e.	Nopember	5
f.	Desember	4
Jumlah		24

2. Jumlah Pekan Yang Tidak Efektif

a.	MPLS	1
b.	Kegiatan Tengah Semester	1
c.	Sumatif Akhir Semester	3
d.	Libur Semester	1
Jumlah		6

3. **Jumlah Pekan Efektif dlm 1 semester**

Jumlah pekan efektif dalam semester I – jumlah pekan tidak efektif dalam semester I

24 pekan – 5 pekan = 18 pekan x 2 jam pelajaran = 36 jam pelajaran

Mengetahui

Kepala SMAN I Arosbaya

Arosbaya, 16 September 2023

Guru Mata Pelajaran

Abdurrazak, S.Pd, M.Pd

NIP. 19680211 200212 1 006

Muhammad Syaifuddin, S.Pd

NIP. 197704222005011006

3. Program Tahunan (Prota)

PROGRAM TAHUNAN

Nama Sekolah : SMA NEGERI 1 AROSBAYA
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas : XI
Tahun Ajaran : 2023/2024
Durasi Waktu : 108 JP

Tujuan Pembelajaran	Capaian Pembelajaran	Alokasi Waktu
GANJIL		
3.1 Elemen ketrampilan gerak	Pada akhir fase F peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan hasil rancangan sesuai ragam pola yang ada berupa penerapan keterampilan gerak (motor skills) permainan dan olahraga, aktivitas senam, aktivitas gerak berirama, dan aktivitas permainan dan olahraga air (kondisional) dengan berbagai bentuk taktik dan strategi	18 JT
3.2 Elemen pengetahuan gerak	Pada akhir fase F peserta didik dapat merancang prosedur, strategi, dan taktik dengan mengikuti beragam pola yang ada terkait dengan aktivitas penerapan keterampilan gerak (motor skills) berupa permainan dan olahraga, aktivitas senam,	18 JT

	<p>aktivitas gerak berirama, dan aktivitas permainan dan olahraga air (kondisional).</p>	
<p>3.3 Elemen pemanfaatan gerak</p>	<p>Pada akhir fase F peserta didik dapat merancang dan mempraktikkan program latihan pengembangan kebugaran jasmani terkait kesehatan (physical fitness related health) dan kebugaran jasmani terkait keterampilan (physical fitness related skills) sesuai ragam pola yang ada, serta penggunaan instrumen pengukurannya untuk mendapatkan kebugaran dengan status baik. Peserta didik juga dapat menganalisis bahaya, cara penularan, dan cara pencegahan HIV/AIDS, serta menganalisis langkah-langkah melindungi diri dan orang lain dari Penyakit Menular Seksual (PMS).</p>	<p>18 JT</p>
<p>GENAP</p>		
<p>3.4 Elemen kebugaran dan kesehatan</p>	<p>Pada akhir fase F Peserta didik juga dapat menganalisis bahaya, cara penularan, dan cara pencegahan HIV/AIDS, serta menganalisis langkah-langkah melindungi diri dan orang lain dari Penyakit Menular Seksual</p>	<p>27 JT</p>

	(PMS).	
3.5 Elemen Pengembangan Karakter dan Internalisasi Nilai- nilai Gerak	<p>Pada akhir fase F peserta didik dapat mengambil peran sebagai pemimpin kelompok yang lebih besar dalam aktivitas jasmani dan olahraga dengan tetap menjunjung tinggi moral dan etika. Selain itu peserta didik dapat menginisiasi pembentukan komunitas peminatan agar orang lain menjalankan etika yang baik, saling menghormati, dan mengambil bagian dalam kerja kelompok sosial lainnya. Peserta didik juga dapat memengaruhi kelompoknya dalam mengekspresikan diri melalui aktivitas jasmani.</p>	27 JT

Arosbaya, 15 September 2023
Mahasiswa

ANI WAHYUNI
2047711005

4. Program Semester

PROGRAM SEMESTER																														
Tahun Pelajaran : 20.../20...						Kelas/Semester : XI / Ganjil																								
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan						Alokasi Waktu : 3 Jam / Minggu																								
Materi Pokok / Kompetensi Dasar	Jml JP	JULI				Agustus					September				Oktober				November				Desember				Ket			
		1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3		4		
3.1 Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan*	18 JP			3	3			3	3	3	3																			
4.1 Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan*																														
3.2 Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan bola kecil serta menyusun rencana perbaikan*	15 JP											3	3	3	3	3														
4.2 Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola kecil serta menyusun rencana perbaikan*																														
3.3 Menganalisis keterampilan jalan, lari, lompat, dan lempar untuk menghasilkan gerak yang efektif serta menyusun rencana perbaikan*	9 JP																3	3	3											
4.3 Mempraktikkan hasil analisis keterampilan jalan, lari, lompat, dan lempar untuk menghasilkan gerak yang efektif serta menyusun rencana perbaikan*																														
3.4 Menganalisis strategi dalam pertarungan bayangan (shadow fighting) olahraga beladiri untuk menghasilkan gerak yang efektif**	9 JP																													
4.4 Mempraktikkan hasil analisis strategi dalam pertarungan bayangan (shadow fighting) olahraga beladiri untuk menghasilkan gerak yang efektif**																														
3.5 Menganalisis konsep latihan dan pengukuran komponen kebugaran jasmani terkait keterampilan (kecepatan, kelincahan, keseimbangan, dan koordinasi) menggunakan instrumen terstandar	12 JP																													
4.5 Mempraktikkan hasil analisis konsep latihan dan pengukuran komponen kebugaran jasmani terkait keterampilan (kecepatan, kelincahan, keseimbangan, dan koordinasi) menggunakan instrumen terstandar																														
Jumlah Jam Efektif	63 JP			3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
Jumlah Jam Cadangan	0 JP																													
Jumlah Jam Total Semester Ganjil	63 JP			3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	

5. Modul Ajar

01 SMA XI M... 2021 OKE

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

MODUL AJAR PJOK SMA FASE F KELAS XI

Penyusun : Muhammad Syaifuddin
 Jenjang : SMA Kelas XI
 Alokasi Waktu : 2 x 45 Menit (3 Kali pertemuan).

Kompetensi Awal:
 Peserta didik telah dapat menunjukkan kemampuan dalam menganalisis hasil evaluasi keterampilan gerak melempar/mengoper, menangkap, menggiring, menembak, rebound, dan pivot permainan bola basket sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki.

Profil Pelajar Pancasila:
 Profil Pelajar Pancasila yang dikembangkan pada Fase F adalah Mandiri dan Gotong Royong yang ditunjukkan melalui proses pembelajaran mempraktikkan hasil rancangan permainan invasi melalui permainan bola basket.

Sarana Prasarana

- Lapangan permainan bola basket atau lapangan sejenisnya (lapangan bola voli atau halaman sekolah).
- Bola basket atau bola sejenisnya (bola terbuat dari plastik, karet, dll).
- Rintang (corong) atau sejenisnya (kursi atau bilah bambu).
- Peluit dan stopwatch.

Target Peserta Didik

- Peserta didik regular/typikal.
- Peserta didik dengan hambatan belajar.
- Peserta didik cerdas istimewa berbakat (CIBI).
- Peserta didik meregulasi diri belajar.
- Peserta didik dengan ketunaan (tunanetra, tunarungu, tunagrahita, tunadaksa, tunalaras, tunaganda).

Jumlah Peserta Didik

- Maksimal 36 peserta didik.

Ketersediaan Materi

- Pengayaan untuk peserta didik CIBI atau yang berprestasi tinggi : YA/TIDAK.
- Alternatif penjelasan, metode, atau aktivitas, untuk peserta didik yang sulit memahami konsep : YA/TIDAK (Jika memilih YA, maka di dalam pembelajaran disediakan alternatif aktivitas sesuai kebutuhan peserta didik).

Materi Ajar, Media, dan Bahan yang Diperlukan

1. Materi Pokok Pembelajaran

kebutuhan peserta didik).

29

Materi Ajar, Media, dan Bahan yang Diperlukan

1. Materi Pokok Pembelajaran

a. Materi Pembelajaran Reguler

Aktivitas pembelajaran hasil rancangan keterampilan gerak mengoper, menangkap, menggiring, menembak, rebound dan pivot dalam permainan bola basket melalui fakta, konsep dan prosedur serta praktik/latihan:

- Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak mengoper dan menangkap menggiring bola secara zig-zag (berkelok-kelok).
- Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak menggiring bola dengan lari berantai berputar mengitari bendera.
- Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak menembak sambil melompat menggunakan dua atau satu tangan dalam formasi di tempat.
- Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak menggiring dan menembak, lay-up shoot bola melewati atas tali.
- Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak rebound dan pivot dengan permainan "siapa cepat dia dapat".
- Bermain bola basket dengan peraturan yang dimodifikasi, menggunakan melempar tangkap, dan menembak.

b. Materi Pembelajaran Remedial

Materi pembelajaran untuk remedial sama dengan materi reguler. Akan tetapi penekanan materinya hanya pada materi yang belum dikuasai (berdasarkan identifikasi) yang akan dipelajari peserta didik kembali. Materi dapat dimodifikasi dengan menambah jarak, pengulangan, intensitas, dan kesempatan/frekuensi melakukan bagi peserta didik. Setelah dilakukan identifikasi kelemahan peserta didik, guru dapat mengubah strategi dengan memasangkan peserta didik dan belajar dalam kelompok agar bisa saling membantu, serta berbagai strategi lain sesuai kebutuhan peserta didik.

c. Materi Pembelajaran Pengayaan

Materi pembelajaran untuk pengayaan sama dengan reguler. Materi dapat dikembangkan dengan meningkatkan kompleksitas materi, mengubah lingkungan permainan, dan mengubah jumlah pemain di dalam permainan yang dimodifikasi.

2. Media Pembelajaran

- Peserta didik sebagai model atau guru yang memperagakan aktivitas keterampilan gerak melempar/mengoper, menangkap, menggiring, menembak, rebound, dan pivot permainan bola basket.
- Gambar aktivitas keterampilan gerak melempar/mengoper, menangkap, menggiring, menembak, rebound, dan pivot permainan bola basket.
- Video pembelajaran aktivitas keterampilan gerak melempar/mengoper, menangkap, menggiring, menembak, rebound, dan pivot permainan bola basket.

3. Bahan Pembelajaran

- Buku Ajar.
- Link video (jika diperlukan)

30

Materi Ajar, Media, dan Bahan yang Diperlukan

c. Lembar Kerja (student work sheet) yang berisi perintah dan indikator tugas gerak.

31

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

Moda Pembelajaran

- Daring.
- Luring.
- Paduan antara tatap muka dan PJJ (*blended learning*).

(Guru memilih moda pembelajaran yang diinginkan sesuai dengan kebutuhan dan lingkungan belajar yang ada, pada modul ini menggunakan moda luring).

Pengaturan Pembelajaran

Pengaturan Peserta didik:	Metode:
<ul style="list-style-type: none"> • Individu. • Berpasangan. • Berkelompok (3 s.d 5 orang). • Klasikal <p>(Guru dapat mengatur sesuai dengan jumlah siswa di setiap kelasnya serta formasi yang diinginkan).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Diskusi • Presentasi • Demonstrasi • Project • Eksperimen • Eksplorasi • Permainan • Ceramah • Simulasi • Resiprokal <p>(Guru dapat memilih salah satu atau menggabungkan beberapa metode yang diinginkan).</p>

Asesmen Pembelajaran

Menilai Ketercapaian Tujuan Pembelajaran:	Jenis Asesmen:
<ul style="list-style-type: none"> • Asesmen individu • Asesmen berpasangan • Asesmen kelompok 	<ul style="list-style-type: none"> • Pengetahuan (lisan, tertulis) • Keterampilan (praktik, kinerja) • Sikap (mandiri dan gotong royong).

Tujuan Pembelajaran

Peserta didik melalui aktivitas pembelajaran latihan dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan dan menganalisis hasil racangan keterampilan gerak dan fungsional permainan dan olahraga (melempar/mengoper, menangkap, menggiring, menembak, *rebound*, dan *pivot*) permainan bola basket sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki serta mengembangkan nilai-nilai karakter Profil Pelajar Pancasila dengan meregulasi dan menginternalisasi nilai-nilai gerak seperti: berkolaborasi, kepedulian, berbagai, pemahaman diri dan situasi yang dihadapi, dan meregulasi diri, serta dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Pemahaman Bermakna

1. Peserta didik dapat memanfaatkan aktivitas keterampilan gerak melempar/mengoper, menangkap, menggiring, menembak, *rebound*, dan *pivot* permainan bola basket dalam kehidupan nyata sehari-hari. Contohnya:
 - a. Dengan bermain bola basket dapat membuat tubuh menjadi bugar dan sehat.

32

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

- b. Dengan bermain bola basket dapat menyalurkan kelebihan energi dengan hal yang positif.

2. Peserta didik dapat menerapkan makna dan nilai-nilai yang terkandung dalam aktivitas keterampilan gerak permainan bola basket dalam kehidupan nyata sehari-hari, seperti sportifitas, gotong royong dll.

Pertanyaan Pemantik

1. Mengapa peserta didik perlu menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan hasil rancangan keterampilan gerak permainan bola basket?
2. Jika peserta didik menjadi pemain bola basket yang handal apa saja yang bisa diperolehnya?

Prosedur Kegiatan Pembelajaran

1. **Persiapan mengajar**
Hal-hal yang harus dipersiapkan guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut:
 - a. Membaca kembali Modul Ajar yang telah dipersiapkan guru sebelumnya.
 - b. Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan permainan bola basket.
 - c. Menyiapkan alat pembelajaran, diantaranya:
 - 1) Bola basket atau bola sejenisnya (bola terbuat dari plastik, karet, dll).
 - 2) Lapangan permainan bola basket atau lapangan sejenisnya (lapangan bola voli atau halaman sekolah) yang aman.
 - 3) Rintangan (*corong*) atau sejenisnya (kursi atau bilah bambu).
 - 4) Peluit dan *stopwatch*.
 - 5) Lembar Kegiatan Peserta Didik (*student work sheet*) yang berisi perintah dan indikator tugas gerak.
2. **Kegiatan pengajaran**
Langkah-langkah kegiatan pengajaran antara lain sebagai berikut:
 - a. **Kegiatan pendahuluan (15 Menit)**
 - 1) Guru meminta salah seorang peserta didik untuk menyiapkan barisan di lapangan sekolah dan mengucapkan salam atau selamat pagi kepada peserta didik.
 - 2) Guru meminta salah seorang peserta didik untuk memimpin doa, dan peserta didik berdoa sesuai dengan agamanya masing-masing.
 - 3) Guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat, bila ada peserta didik yang kurang sehat (sakit), maka guru meminta peserta didik tersebut untuk beristirahat.
 - 4) Guru memotivasi peserta didik untuk mengondisikan suasana belajar yang menyenangkan dengan mengajukan pertanyaan tentang manfaat olahraga bagi kesehatan dan kebugaran.
 - 5) Guru mengecek penguasaan kompetensi yang sudah dipelajari sebelumnya, dengan cara tanya jawab.
 - 6) Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai peserta didik setelah proses pembelajaran (seperti yang tercantum dalam indikator ketercapaian kompetensi) disertai dengan penjelasan manfaat dari kegiatan bermain bola basket: misalnya bahwa bermain bola basket adalah salah satu aktivitas yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan prestasi cabang olahraga bola basket.

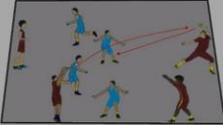
34

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

35

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

- 7) Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari yaitu: aktivitas hasil rancangan keterampilan gerak melempar/mengoper, menangkap, menggiring, menembak, *rebound*, dan pivot permainan bola basket.
- 8) Guru menjelaskan teknik asesmen untuk kompetensi aktivitas keterampilan hasil rancangan keterampilan gerak permainan bola basket, baik kompetensi sikap (Profil Pelajar Pancasila) dengan observasi dalam bentuk jurnal, yaitu pengembangan nilai-nilai karakter gotong royong dan mandiri, kompetensi pengetahuan: menunjukkan hasil rancangan keterampilan gerak melempar/mengoper, menangkap, menggiring, menembak, *rebound*, dan pivot permainan bola basket, menggunakan tes tertulis, dan kompetensi terkait keterampilan yaitu: mempraktikkan aktivitas keterampilan gerak melempar/mengoper, menangkap, menggiring, menembak, *rebound*, dan pivot permainan bola basket dalam bentuk yang sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi dengan menekankan pada pengembangan nilai-nilai karakter antara lain: gotong royong dan mandiri.
- 9) Dilanjutkan dengan pemanasan agar peserta didik terkondisikan dalam materi yang akan diajarkan dengan perasaan yang menyenangkan. Pemanasan dalam bentuk *game* antara lain:
 - a) Peserta didik dibagi menjadi dua kelompok (peserta didik putra dan putri dibagi sama banyak). Kalau jumlah peserta didik 36 orang, maka satu kelompok terdiri dari 18 peserta didik.
 - b) Cara bermain: (1) Gunakan bola yang terbuat dari palstik atau spon (2) Semua anggota kelompok pertama berada di tepi lapangan sedangkan kelompok kedua berada di dalam lapangan (3) Kelompok pertama menggunakan dua buah bola untuk mengoper (kerjasama) dan menembakkan bola ke sasaran (lutut ke bawah) lawan/kelompok lain. (4) Setiap kelompok mendapat kesempatan mengoper dan menembak selama 5 menit dan hitung jumlah lawan yang berhasil ditembak. (5) Setelah waktu habis maka kedua kelompok berganti peran. (6) Tim dengan jumlah tembakan tepat sasaran paling banyak akan menang, bagi kelompok yang kalah diberi hukuman berjoget atau bernyanyi.
 - c) Berdasarkan pengamatan guru pada *game*, dipilih sejumlah peserta didik yang dianggap cukup mampu untuk menjadi tutor bagi temannya dalam aktivitas berikutnya. Mereka akan mendapat anggota kelompok dari peserta didik yang tersisa dengan cara berhitung sampai angka sejumlah peserta didik yang terpilih (misalnya 6 orang). Maka jika terdapat 36 peserta didik, setiap kelompok akan memiliki anggota 6 orang.



36

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

- d) Dalam pembelajaran ini disamping dapat mengembangkan elemen keterampilan gerak dan pengetahuan gerak, peserta didik juga diharapkan dapat

37

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

mengembangkan nilai-nilai Profil Pelajar Pancasila pada elemen Gotong Royong dan Mandiri dengan meregulasi dan menginternalisasi nilai-nilai gerak seperti: berkolaborasi, kepedulian, berbagai, pemahaman diri dan situasi yang dihadapi, dan meregulasi diri, serta dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan Inti (60 Menit)
Langkah-langkah kegiatan pembelajaran inti dengan prosedur sebagai berikut.

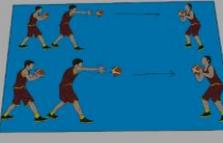
- 1) Peserta didik melihat tayangan video, gambar atau model yang diperagakan oleh guru atau peserta didik.
- 2) Peserta didik menerima dan mempelajari kartu tugas (*task sheet*) yang berisi perintah dan indikator tugas aktivitas keterampilan hasil rancangan keterampilan gerak mengoper, menangkap, menggiring, dan menembak bola permainan bola basket. Selain itu guru juga menampilkan media sebagai alat bantu pembelajaran.
- 3) Peserta didik melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru untuk mencapai ketuntasan belajar pada setiap materi pembelajaran, yaitu: aktivitas hasil rancangan keterampilan gerak mengoper, menangkap, menggiring, dan menembak bola permainan bola basket. Secara rinci tugas ajar sebagai berikut:

Aktivitas 1

pengetahuan mengenai fakta, konsep, dan prosedur keterampilan gerak mengoper dan menangkap bola permainan bola basket dipelajari melalui membaca dan berdiskusi isui lembar tugas yang diberikan oleh guru. Bentuk-bentuk aktivitas pembelajaran bagai berikut:

Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak mengoper dan menangkap bola berpasangan di tempat
Prosedur pelaksanaan:

- (1) Peserta didik dibagi menjadi kelompok pelaksana gerakan dan pengamat.
- (2) Berdiri tegak, berpasang-pasangan, dan saling berhadapan.
- (3) Mengoper dan menangkap bola berpasangan di tempat.
- (4) Dilanjutkan sambil bergerak maju, mundur, dan menyamping (mengoper dari dada, pantul dan dari atas kepala).
- (5) Pembelajaran dilakukan secara berulang-ulang selama 5 menit.
- (6) Peserta didik saling mengamati dan memberikan masukan kepada temannya dalam



38

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

melakukan keterampilan gerak.

37

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

mengembangkan nilai-nilai Profil Pelajar Pancasila pada elemen Gotong Royong dan Mandiri dengan meregulasi dan menginternalisasi nilai-nilai gerak seperti: berkolaborasi, kepedulian, berbagai, pemahaman diri dan situasi yang dihadapi, dan meregulasi diri, serta dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

b. Kegiatan Inti (60 Menit)
Langkah-langkah kegiatan pembelajaran inti dengan prosedur sebagai berikut:

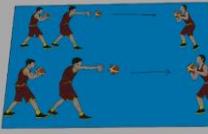
- 1) Peserta didik melihat tayangan video, gambar atau model yang diperagakan oleh guru atau peserta didik.
- 2) Peserta didik menerima dan mempelajari kartu tugas (*task sheet*) yang berisi perintah dan indikator tugas aktivitas keterampilan hasil rancangan keterampilan gerak mengoper, menangkap, menggiring, dan menembak bola permainan bola basket. Selain itu guru juga menampilkan media sebagai alat bantu pembelajaran.
- 3) Peserta didik melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru untuk mencapai ketuntasan belajar pada setiap materi pembelajaran, yaitu: aktivitas hasil rancangan keterampilan gerak mengoper, menangkap, menggiring, dan menembak bola permainan bola basket. Secara rinci tugas ajar sebagai berikut:

Aktivitas 1

Pengetahuan mengenai fakta, konsep, dan prosedur keterampilan gerak mengoper dan menangkap bola permainan bola basket dipelajari melalui membaca dan berdiskusi sesuai lembar tugas yang diberikan oleh guru. Bentuk-bentuk aktivitas pembelajaran sebagai berikut:

a) **Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak mengoper dan menangkap bola berpasangan di tempat**
Prosedur pelaksanaan:

- 1) Peserta didik dibagi menjadi kelompok pelaksana gerakan dan pengamat.
- 2) Berdiri tegak, berpasang-pasangan, dan saling berhadapan.
- 3) Mengoper dan menangkap bola berpasangan di tempat.
- 4) Dilanjutkan sambil bergerak maju, mundur, dan menyamping (mengoper dari dada, pantul dan dari atas kepala).
- 5) Pembelajaran dilakukan secara berulang-ulang selama 5 menit.
- 6) Peserta didik saling mengamati dan memberikan masukan kepada temannya dalam



38

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

melakukan keterampilan gerak.

39

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

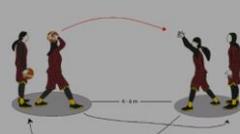
b) **Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak mengoper dan menangkap bola formasi berbaris (*passing run*)**
Prosedur pelaksanaan:

- 1) Berdiri tegak, berpasang-pasangan, dan saling berhadapan.
- 2) Mengoper dan menangkap bola dalam formasi berbaris (*passing run*) atau setelah melakukan bergerak lari pindah tempat.
- 3) Pembelajaran dilakukan secara berulang-ulang selama 5 menit.



c) **Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak mengoper dan menangkap bola dari atas kepala tanpa pantulan**
Prosedur pelaksanaan:

- 1) Dilakukan secara berpasangan atau kelompok saling berhadapan.
- 2) Jika dilakukan secara berpasangan, dapat dilakukan di tempat, bergerak maju, mundur dan menyamping.
- 3) Jika dilakukan dalam bentuk kelompok dan formasi berbaris, maka yang telah melakukan gerakan berpindah tempat.
- 4) Pembelajaran dilakukan secara berulang-ulang selama 5 menit.



d) **Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak mengoper dan menangkap bola formasi lingkaran**
Prosedur pelaksanaan:

- 1) Dilakukan secara berpasangan atau kelompok saling berhadapan.
- 2) Passing dan menangkap bola basket pada formasi lingkaran.
- 3) Setelah melakukan lemparan bergerak berpindah tempat (dari tengah lingkaran pindah ke garis lingkaran dan dari garis lingkaran pindah ke tengah lingkaran).
- 4) Pembelajaran dilakukan secara berulang-ulang selama 5 menit.



Aktivitas 2

35

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

11 / 36

Setelah peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran hasil rancangan keterampilan gerak mengoper dan menangkap bola permainan bola basket, dilanjutkan dengan mempelajari aktivitas hasil rancangan keterampilan gerak menggiring dan menembak bola permainan bola basket.

Pengetahuan mengenai fakta, konsep, dan prosedur keterampilan gerak menggiring, dan menembak bola permainan bola basket dipelajari melalui membaca dan berdiskusi sesuai lembar tugas yang diberikan oleh guru. Bentuk-bentuk aktivitas aktivitas hasil rancangan keterampilan gerak menggiring bola permainan bola basket, antara lain sebagai berikut:

- a) Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak menggiring bola secara zig-zag (berkelok-kelok)
- Prosedur pelaksanaan:
- (1) Berdiri dengan sikap melangkah.
 - (2) Badan agak condong ke depan.
 - (3) Berat badan tertumpu pada kaki depan.
 - (4) Menggiring bola secara zig-zag (berkelok-kelok) melalui rintangan sambil berjalan dan dilanjutkan sambil berlari (menggunakan tangan kanan dan kiri).
 - (5) Pembelajaran dilakukan secara perorangan atau kelompok.
 - (6) Pembelajaran dilakukan sejauh 20 – 30 meter.



- b) Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak menggiring bola dengan lari berantai berputar mengitari cone

Prosedur pelaksanaan:

- (1) Berdiri dengan sikap melangkah.
- (2) Badan agak condong ke depan.
- (3) Berat badan tertumpu pada kaki depan.
- (4) Menggiring bola dengan lari berantai berputar mengitari cone dalam bentuk kelompok (menggunakan tangan kanan dan kiri).
- (5) Pembelajaran dilakukan secara perorangan atau kelompok.
- (6) Pembelajaran dilakukan sejauh 20 – 30 meter.



Misi Cipriat, 2023

36

- c) Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak menembak bola sambil melompat menggunakan dua atau satu tangan di tempat
- Prosedur pelaksanaan:
- (1) Pemain 1 melakukan tembakan sambil melompat ke pemain 2.
 - (2) Pemain 2 menangkap bola, kembalikan bola pada pemain 1 dengan teknik menembak sambil melompat.
 - (3) Lakukan seterusnya, bila dilakukan dalam formasi berbanjar, yang telah melakukan gerakan menembak pindah tempat.
 - (4) Pembelajaran ini dilakukan berulang-ulang 15 – 20 tembakan.



- (6) Pembelajaran dilakukan sejauh 20 – 30 meter.

36

Misi Cipriat, 2023

- c) Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak menembak bola sambil melompat menggunakan dua atau satu tangan di tempat
- Prosedur pelaksanaan:
- (1) Pemain 1 melakukan tembakan sambil melompat ke pemain 2.
 - (2) Pemain 2 menangkap bola, kembalikan bola pada pemain 1 dengan teknik menembak sambil melompat.
 - (3) Lakukan seterusnya, bila dilakukan dalam formasi berbanjar, yang telah melakukan gerakan menembak pindah tempat.
 - (4) Pembelajaran ini dilakukan berulang-ulang 15 – 20 tembakan.



- d) Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak menggiring dan menembak, lay-up shoot bola melewati atas tali
- Prosedur pelaksanaan:
- (1) Pemain 1 melakukan teknik menggiring ke arah tali dan menembak dengan arah bola melewati atas tali, lalu lari ke barisan belakang.
 - (2) Pemain 2 menangkap bola dan mengopernya pada pemain 3.
 - (3) Pemain 3 melakukan seperti pemain 1.
 - (4) Lakukan seterusnya dan yang menangkap bola bisa bergantian.
 - (5) Gerak menembak yang dapat digunakan (menembak dengan dua atau satu tangan tanpa melompat dilanjutkan dengan melompat).
 - (6) Pembelajaran ini dilakukan berulang-ulang 15 – 20 tembakan.



Misi Cipriat, 2023

37

13 / 36

37

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

Aktivitas 3

Setelah peserta didik melakukan aktivitas 1 dan 2 hasil rancangan keterampilan gerak mengoper, menangkap, menggiring dan menembak bola permainan bola basket, dilanjutkan dengan mempelajari aktivitas 3 hasil rancangan keterampilan gerak *rebound* dan *pivot* serta bermain bola basket dengan menggunakan peraturan dimodifikasi.

Pengetahuan mengenai fakta, konsep, dan prosedur keterampilan gerak *rebound* dan *pivot* serta bermain bola basket dengan menggunakan peraturan dimodifikasi dipelajari melalui membaca dan berdiskusi sesuai lembar tugas yang diberikan oleh guru. Bentuk-bentuk aktivitas pembelajaran hasil rancangan keterampilan gerak *rebound* dan *pivot* serta bermain bola basket menggunakan peraturan yang dimodifikasi dapat dilakukan dengan berbagai cara antara lain sebagai berikut:

a) Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak *rebound* dan *pivot* dengan permainan "siapa cepat dia dapat"

Prosedur pelaksanaan:

- (1) Jumlah pemain adalah 3 peserta didik untuk setiap kelompok.
- (2) Peserta didik 1 menempati sisi kanan ring basket dan peserta didik 2 dan peserta didik 3 sebagai lawan berada sekitar ring.
- (3) Peserta didik 1 memegang bola untuk siap melakukan tembakan ke ring.
- (4) Setelah melakukan tembakan apabila bola tidak masuk maka peserta didik 2 dan 3 berusaha secepat mungkin untuk meraih bola (*rebound*).
- (5) Setelah bola berhasil diraih bola harus ditahan dulu sambil berpindah arah dengan menumpu pada salah satu kaki (*pivot*).
- (6) Peserta didik yang berhasil menguasai bola berkesempatan untuk menembak ke arah ring jika sudah melakukan gerakan *pivot*.
- (7) Dari 3 Peserta didik yang berhasil melakukan *rebound*, *pivot* dan tembakan masuk masing-masing akan mendapat poin 1.
- (8) Peserta didik dengan poin terbanyak sebagai pemenang
- (9) Permainan dilakukan selama 5-10 menit.

38

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

38

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

b) Aktivitas pembelajaran bermain bola basket dengan peraturan yang dimodifikasi, menggunakan melempar tangkap, dan menembak

Prosedur pelaksanaan:

- (1) Aktivitas pembelajaran permainan dilakukan oleh dua regu, yang masing-masing 4 - 8 pemain.
- (2) Lapangan dapat menggunakan lapangan bola basket, voli atau bulu tangkis.
- (3) Setiap regu berusaha memasukan pada gawang lawan, dengan teknik dasar lempar tangkap, menggiring, dan menembak.
- (4) Regu yang banyak memasukan bola ke gawang keluar sebagai pemenang.
- (5) Peraturan dapat ditambah sesuai dengan situasi dan kebutuhan (dapat dikompromikan antara guru dan peserta didik).

- (4) Guru mengamati seluruh gerakan peserta didik secara individu maupun kelompok.
- (5) Seluruh aktivitas hasil rancangan keterampilan gerak melempar/mengoper, menangkap, menggiring, menembak, *rebound*, dan *pivot* permainan bola basket peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh guru apabila ada kesalahan gerakan.
- (6) Peserta didik secara individu dan dan kelompok melakukan aktivitas hasil rancangan keterampilan gerak sesuai dengan koreksi oleh guru.
- (7) Seluruh aktivitas hasil rancangan keterampilan gerak peserta didik setelah diberikan umpan balik diamati oleh guru secara individu maupun kelompok.
- (8) Guru mengamati seluruh aktivitas hasil rancangan keterampilan gerak peserta didik secara seksama. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran.

c. Kegiatan Penutup (15 menit).

- (1) Salah seorang peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan, guru mempertanyakan apa manfaatnya.
- (2) Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum dan kesalahan-kesalahan yang masih sering timbul saat melakukan aktivitas pembelajaran.
- (3) Guru menginformasikan kepada peserta didik, kelompok dan peserta didik yang paling baik penampilannya, kemandiriannya dan gotong royongnya selama pembelajaran permainan bola basket.

39

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

- 4) Guru menugaskan peserta didik yang terkait dengan pembelajaran yang telah dilakukan untuk membaca dan membuat kesimpulan tentang aktivitas hasil rancangan keterampilan gerak melempar/mengoper, menangkap, menggiring, menembak, rebound, dan pivot permainan bola basket, hasilnya dijadikan sebagai tugas penilaian penugasan.
- 5) Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.
- 6) Peserta didik kembali ke kelas yang dilakukan dengan tertib, dan bagi peserta didik yang bertugas mengembalikan peralatan ke tempat semula.

Asesmen

1. Asesmen Sikap

Penilaian Pengembangan Karakter (Dimensi Mandiri dan Gotong Royong)

a. Petunjuk Penilaian (Lembar Penilaian Sikap Diri)

- 1) Isikan identitas kalian.
- 2) Berikan tanda cek (√) pada kolom "Ya" jika sikap yang ada dalam pernyataan sesuai dengan sikap Kalian, dan "Tidak" jika belum sesuai.
- 3) Isilah pernyataan tersebut dengan jujur.
- 4) Hitunglah jumlah jawaban "Ya".
- 5) Lingkari kriteria Sangat Baik, Baik, atau Baik sesuai jumlah "Ya" yang terisi.

b. Rubrik Asesmen Sikap

No	Pernyataan	Ya	Tidak
1.	Saya membuat target penilaian yang realistis sesuai kemampuan dan minat belajar yang dilakukan.		
2.	Saya memonitor kemajuan belajar yang dicapai serta memprediksi tantangan yang dihadapi.		
3.	Saya menyusun langkah-langkah dan strategi untuk mengelola emosi dalam pelaksanaan belajar.		
4.	Saya merancang strategi dalam mencapai tujuan belajar.		
5.	Saya mengkritisi efektivitas diri dalam bekerja secara mandiri dalam mencapai tujuan.		
6.	Saya berkomitmen dan menjaga konsistensi dalam mencapai tujuan yang telah direncanakannya.		
7.	Saya membuat tugas baru dan keyakinan baru dalam melaksanakannya.		
8.	Saya menyamakan tindakan sendiri dengan tindakan orang lain untuk melaksanakan tujuan kelompok.		
9.	Saya memahami hal-hal yang diungkapkan oleh orang lain secara efektif.		
10.	Saya melakukan kegiatan kelompok dengan kelebihan dan kekurangannya dapat saling membantu.		

40

Mari Ciptani, 2022

11.	Saya membagi peran dan menyelaraskan tindakan dalam kelompok untuk mencapai tujuan bersama.		
12.	Saya tanggap terhadap lingkungan sosial sesuai dengan tuntutan peran sosialnya di masyarakat.		
13.	Saya menggunakan pengetahuan tentang sebab dan alasan orang lain menampilkan reaksi tertentu.		

14.	Saya mengupayakan memberi hal yang dianggap penting dan berharga kepada masyarakat.		
	Sangat Baik	Baik	Perlu Perbaikan
	Jika lebih dari 10 pernyataan terisi "Ya"	Jika lebih dari 8 pernyataan terisi "Ya"	Jika lebih dari 6 pernyataan terisi "Ya"

2. Asesmen Pengetahuan

Teknik	Bentuk	Contoh Instrumen	Kriteria Penilaian
Tes Tulis	Pilihan ganda dengan 4 opsi	<p>1) Perhatikan pernyataan-pernyataan berikut ini, yang merupakan keterampilan gerak permainan bola basket.</p> <p>1) Posisi bola berada di atas kepala dengan dipegang oleh dua tangan dan cenderung agak di belakang kepala.</p> <p>2) Bola dilemparkan dengan lekukan pergelangan tangan arahnya agak menyerong ke bawah disertai dengan meluruskan lengan.</p> <p>3) Lepasnya bola dari tangan juga menggunakan jentikan ujung jari tangan.</p> <p>4) Posisi kaki berdiri tegak, tetapi tidak kaku. Bila berhadapan dengan lawan, untuk mengamankan bolanya dapat dilakukan dengan meninggikan badan, yaitu mengangkat kedua tumit.</p> <p>Berdasarkan pernyataan-pernyataan di atas, gerakan tersebut merupakan teknik</p> <p>.....</p> <p>A. melempar bola dari atas kepala B. melempar bola dari samping C. melempar bola lengkung (kaitan) D. melempar bola dari bawah E. melempar bola pantulan</p> <p>Kunci: A. melempar bola dari</p>	Jawaban benar mendapatkan skor 1 dan salah 0.

42

Mari Ciptani, 2022

		atas kepala.	
--	--	--------------	--

Uraian tertutup	1. Jelaskan cara melakukan keterampilan gerak menembak bola sambil melompat menggunakan dua tangan di tempat permainan bola basket.	Mendapatkan skor; 4, jika seluruh urutan dituliskan	

Mika Diponei 2023

43



Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

	<p>Kunci:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Bola dipegang dengan kedua telapak tangan dan jari-jari terbuka menutupi bagian samping dan belakang dari bola. 2) Tekuk kedua siku dengan mendekati badan, dan atur bola setinggi dada. 3) Tembakan bola dengan meluruskan lengan sambil melompat 4) Bersamaan dengan itu, langkahkan kaki, kedua lengan menolak lurus ke depan disertai dengan lekukan pergelangan tangan dan diakhiri dengan jentikan jari-jari. 5) Tembakan bola mengarah dan masuk ke dalam ring. 	<p>dengan benar dan isi benar.</p> <ol style="list-style-type: none"> 3, jika urutan dituliskan salah tetapi isi benar. 2, jika sebagian urutan dituliskan dengan benar dan sebagian isi benar. 1, jika urutan dituliskan salah dan sebagian besar isi salah.
--	---	--

3. Penilaian Keterampilan
 - a. Tes kinerja aktivitas hasil rancangan keterampilan gerak mengoper dan menangkap bola permainan bola basket
- 1) Butir Tes

Lakukan aktivitas hasil rancangan keterampilan gerak mengoper dan menangkap bola permainan bola basket. Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan melakukan gerakan (penilaian produk).
- 2) Petunjuk Penilaian

Berikan (angka) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan hasil rancangan keterampilan gerak yang diharapkan.
- 3) Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak

Contoh lembar penilaian proses gerak untuk perorangan (setiap peserta didik satu lembar penilaian).

Nama : _____ Kelas : _____

No	Indikator Esensial	Uraian Gerak	Ya (1)	Tidak (0)
1.	Posisi dan Sikap Awal	a. Kaki b. Badan c. Lengan dan tangan d. Pandangan mata		
2.	Pelaksanaan Gerak	a. Kaki b. Badan c. Lengan dan tangan d. Pandangan mata		
3.	Posisi dan Sikap Akhir	a. Kaki b. Badan		

Mika Diponei 2023

44



Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

	c. Lengan dan tangan d. Pandangan mata		
Perolehan/Skor maksimum X 100% = Skor Akhir			

- 4) Pedoman penskoran
 - a) Penskoran

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

- Skor 1 jika: Peserta didik dapat melakukan 90% dari komponen gerakan sikap awal, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir dengan benar.
- Skor 0 jika: Peserta didik kurang dari 80% melakukan komponen gerakan sikap awal, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir dengan benar.
 - (1) Sikap awalan melakukan gerakan
 - (a) pandangan mata ke arah datangnya bola.
 - (b) badan sedikit dicondongkan ke depan dan berat badan terletak di antara kedua kaki.
 - (c) lutut ditekek, badan condong ke depan dan jaga keseimbangan.
 - (2) Sikap pelaksanaan melakukan gerakan
 - (a) bola didorong dari depan.
 - (b) kedua lengan lurus ke depan.
 - (c) badan dicondongkan ke depan.
 - (d) pandangan mata tertuju pada lepasnya bola.
 - (3) Sikap akhir melakukan gerakan
 - (a) badan tetap condong ke depan.
 - (b) pandangan mata tertuju pada lepasnya bola.
 - (c) kaki kiri ke depan dan kaki kanan di belakang.

b) Pengolahan skor
 Skor maksimum: 10
 Skor perolehan peserta didik: SP
 Nilai keterampilan yang diperoleh peserta didik: SP/10.

c) Konversi jumlah ulangan dengan skor

Perolehan Nilai		Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri	
..... > 18 kali > 14 kali	Sangat Baik
15 – 17 kali	11 – 13 kali	Baik
12 – 14 kali	8 – 10 kali	Cukup
..... < 12 kali < 8 kali	Kurang

b. Tes kinerja aktivitas hasil rancangan keterampilan gerak menggiring bola permainan bola basket

- 1) Butir Tes
Lakukan aktivitas hasil rancangan keterampilan gerak menggiring bola permainan bola basket. Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan melakukan gerakan (penilaian produk).
- 2) Petunjuk Penilaian
Berikan (angka) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan keterampilan gerak yang diharapkan.
- 3) Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak
Sama dengan rubrik mengoper dan menangkap bola permainan bola basket.
- 4) Pedoman Penskoran

46

Masi Cipta 2022

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

a) Penskoran

47

Masi Cipta 2022

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

- Skor 1 jika: Peserta didik dapat melakukan 80% dari komponen gerakan sikap awal, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir dengan benar.
- Skor 0 jika: Peserta didik kurang dari 80% melakukan komponen gerakan sikap awal, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir dengan benar.
 - (1) Sikap awalan melakukan gerakan
 - (a) Berdiri dengan sikap melangkah.
 - (b) Badan agak condong ke depan.
 - (c) Berat badan tertumpu pada kaki depan.
 - (2) Sikap pelaksanaan melakukan gerakan
 - (a) Doronglah menggunakan telapak tangan ke lantai dengan sumber gerakan dari sikut dibantu pergelangan tangan diaktifkan.
 - (b) Ketinggian bola memantul adalah sebatas atau di bawah pinggang.
 - (c) Pandangan mata ketika menggiring bola tertuju bebas ke arah depan.
 - (3) Sikap akhir melakukan gerakan
Kedua tangan rileks dan badan ditegakkan kembali.

b) Pengolahan skor
 Skor maksimum: 10
 Skor perolehan peserta didik: SP
 Nilai keterampilan yang diperoleh peserta didik: SP/10.

c) Konversi jumlah ulangan dengan skor

Perolehan Nilai		Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri	
..... > 16 rintangan > 14 rintangan	Sangat Baik
13 – 15 rintangan	11 – 13 rintangan	Baik
10 – 12 rintangan	8 – 10 rintangan	Cukup
..... < 10 rintangan < 8 rintangan	Kurang

c. Tes kinerja aktivitas hasil rancangan keterampilan gerak menembak bola permainan bola basket

- 1) Butir Tes
Lakukan aktivitas hasil rancangan keterampilan gerak menembak bola ke ring basket (*shooting*) permainan bola basket. Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan melakukan gerakan (penilaian produk).
- 2) Petunjuk Penilaian
Berikan (angka) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan keterampilan gerak yang diharapkan.
- 3) Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak
Sama dengan rubrik mengoper dan menangkap bola permainan bola basket.
- 4) Pedoman penskoran
 - a) Penskoran

48

Masi Cipta 2022

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

- Skor 1 jika: Peserta didik dapat melakukan 80% dari komponen gerakan sikap awal, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir dengan benar.



- Skor 0 jika: Peserta didik kurang dari 80% melakukan komponen gerakan sikap awal, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir dengan benar.
 - (1) Sikap awalan melakukan gerakan
 - (a) pandangan mata ke arah datangnya bola.
 - (b) badan sedikit dicondongkan ke depan dan berat badan terletak di antara kedua kaki.
 - (c) lutut ditekan, badan condong ke depan dan jaga keseimbangan.
 - (2) Sikap pelaksanaan melakukan gerakan
 - (a) bola didorong dari depan.
 - (b) kedua lengan lurus ke depan.
 - (c) badan dicondongkan ke depan.
 - (d) pandangan mata tertuju pada lepasnya bola.
 - (3) Sikap akhir melakukan gerakan
 - (a) badan tetap condong ke depan.
 - (b) pandangan mata tertuju pada lepasnya bola.
 - (c) kaki kiri ke depan dan kaki kanan di belakang.
- b) Pengolahan skor

Skor maksimum: 10

Skor perolehan peserta didik: SP

Nilai keterampilan yang diperoleh peserta didik: SP/10.
- c) Konversi jumlah tembakan yang masuk ke ring basket dengan skor

Perolehan Nilai		Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri	
..... > 14 masuk > 11 masuk	Sangat Baik
11 – 13 masuk	8 – 10 masuk	Baik
8 – 10 masuk	5 – 7 masuk	Cukup
..... < 8 masuk < 5 masuk	Kurang

Pengayaan dan Remedial

1. Pengayaan

Pengayaan diberikan oleh guru terhadap proses pembelajaran yang dilakukan pada setiap aktivitas pembelajaran. Pengayaan dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada peserta didik pada setiap aktivitas pembelajaran, nilai yang dicapai melampaui kompetensi yang telah ditetapkan oleh guru. Pengayaan dilakukan dengan cara menaikkan tingkat kesulitan permainan dengan cara mengubah jumlah pemain, memperketat peraturan, menambah alat yang digunakan, serta menambah tingkat kesulitan tugas keterampilan yang diberikan.
2. Remedial

Remedial dilakukan oleh guru terintegrasi dalam pembelajaran yaitu dengan



memberikan intervensi yang sesuai dengan level kompetensi peserta didik dari mana guru mengetahui level kompetensi peserta didik. Level kompetensi diketahui dari refleksi yang dilakukan



setiap kali pembelajaran. Remedial dilakukan dengan cara menetapkan atau menurunkan tingkat kesulitan dalam materi pembelajaran.

Refleksi Peserta Didik dan Guru

1. Refleksi Peserta Didik

Pada setiap 2 topik dan di akhir aktivitas pembelajaran peserta didik ditanya tentang:

 - a. Apa yang sudah dipelajari.
 - b. Dari apa yang sudah dipelajari apa yang sudah dikuasai.
 - c. Kesulitan-kesulitan apa saja yang peserta didik alami/temukan dalam aktivitas pembelajaran hasil rancangan keterampilan gerak permainan bola basket.
 - d. Kesalahan-kesalahan apa saja yang peserta didik alami/temukan dalam melakukan aktivitas pembelajaran hasil rancangan keterampilan gerak permainan bola basket.
 - e. Bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang peserta didik alami/temukan dalam melakukan aktivitas pembelajaran hasil rancangan keterampilan gerak permainan bola basket.

Contoh Format Refleksi.

Setelah peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran hasil rancangan keterampilan gerak permainan bola basket, peserta didik diminta untuk menuliskan kesulitan-kesulitan, kesalahan-kesalahan, dan bagaimana cara memperbaikinya dalam melakukan aktivitas pembelajaran. Kemudian laporkan hasil capaian belajar yang diperoleh dalam buku catatan atau buku tugas kepada guru.

No	Aktivitas Pembelajaran	Hasil Refleksi	
		Tercapai	Belum Tercapai
1.	Aktivitas pembelajaran hasil rancangan keterampilan gerak permainan bola basket *)		
2.	Menunjukkan nilai-nilai karakter profil Pelajar Pancasila pada elemen mandiri dan gotong royong dalam proses aktivitas pembelajaran hasil rancangan keterampilan gerak permainan bola basket.		

*) Materi disesuaikan dengan pokok bahasan.

Catatan:

- Bagi peserta didik yang belum mampu mencapai batas kompetensi dalam aktivitas pembelajaran hasil rancangan keterampilan gerak permainan bola basket yang ditentukan oleh guru, maka diminta remedial.
- Bagi peserta didik yang mampu mencapai atau melebihi batas kompetensi dalam aktivitas pembelajaran hasil rancangan keterampilan gerak permainan bola basket yang ditentukan oleh guru, maka lanjutkan pembelajaran pada materi yang lebih kompleks dan



2. Refleksi Guru

Refleksi yang dilakukan oleh guru terhadap proses pembelajaran yang dilakukan pada setiap aktivitas pembelajaran. Hasil refleksi bisa digunakan untuk menentukan perlakuan kepada peserta didik, apakah remedial atau pengayaan. Remedial dan pengayaannya di

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

setiap kali pembelajaran. Remedial dilakukan dengan cara menetapkan atau menurunkan tingkat kesulitan dalam materi pembelajaran.

Refleksi Peserta Didik dan Guru

1. Refleksi Peserta Didik

Pada setiap 2 topik dan di akhir aktivitas pembelajaran peserta didik ditanya tentang:

- Apa yang sudah dipelajari.
- Dari apa yang sudah dipelajari apa yang sudah dikuasai.
- Kesulitan-kesulitan apa saja yang peserta didik alami/temukan dalam aktivitas pembelajaran hasil rancangan keterampilan gerak permainan bola basket.
- Kesalahan-kesalahan apa saja yang peserta didik alami/temukan dalam melakukan aktivitas pembelajaran hasil rancangan keterampilan gerak permainan bola basket.
- Bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang peserta didik alami/temukan dalam melakukan aktivitas pembelajaran hasil rancangan keterampilan gerak permainan bola basket.

Contoh Format Refleksi.

Setelah peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran hasil rancangan keterampilan gerak permainan bola basket, peserta didik diminta untuk menuliskan kesulitan-kesulitan, kesalahan-kesalahan, dan bagaimana cara memperbaikinya dalam melakukan aktivitas pembelajaran. Kemudian laporkan hasil capaian belajar yang diperoleh dalam buku catatan atau buku tugas kepada guru.

No	Aktivitas Pembelajaran	Hasil Refleksi	
		Tercapai	Belum Tercapai
1.	Aktivitas pembelajaran hasil rancangan keterampilan gerak permainan bola basket *)		
2.	Menunjukkan nilai-nilai karakter profil Pelajar Pancasila pada elemen mandiri dan gotong royong dalam proses aktivitas pembelajaran hasil rancangan keterampilan gerak permainan bola basket.		

*) Materi disesuaikan dengan pokok bahasan.

Catatan:

- Bagi peserta didik yang belum mampu mencapai batas kompetensi dalam aktivitas pembelajaran hasil rancangan keterampilan gerak permainan bola basket yang ditentukan oleh guru, maka diminta remedial.
- Bagi peserta didik yang mampu mencapai atau melebihi batas kompetensi dalam aktivitas pembelajaran hasil rancangan keterampilan gerak permainan bola basket yang ditentukan oleh guru, maka lanjutkan pembelajaran pada materi yang lebih kompleks dan

Mari Cipta 2021

52

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

2. Refleksi Guru

Refleksi yang dilakukan oleh guru terhadap proses pembelajaran yang dilakukan pada setiap aktivitas pembelajaran. Hasil refleksi bisa digunakan untuk menentukan perlakuan kepada peserta didik, apakah remedial atau pengayaan. Remedial dan pengayaannya di

9) Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak *rebound* dan *pivot* dengan permainan "siapa cepat dia dapat".

10) Aktivitas pembelajaran bermain bola basket dengan peraturan yang dimodifikasi, menggunakan melempar tangkap, dan menembak.

d. Lakukan refleksi aktivitas pembelajaran dengan mengisi di bawah ini!

Bentuk Pembelajaran	Kesulitan yang sering dialami	Kesalahan yang sering dilakukan	Cara memperbaiki kesalahan tersebut
Aktivitas keterampilan gerak melempar dan menangkap bola basket			
Aktivitas keterampilan gerak menggiring bola basket			
Aktivitas keterampilan gerak menembak, <i>pivot</i> , <i>rebound</i> dan bermain bola basket			

3. Bahan Bacaan Peserta Didik

- Peraturan permainan bola basket yang standar. Untuk membantu dalam mencari sumber bacaan tersebut, dapat diperoleh melalui: buku, majalah, koran, internet, atau sumber lainnya.
- Materi hasil rancangan keterampilan gerak permainan bola basket. Untuk membantu dalam mencari sumber bacaan tersebut, dapat diperoleh melalui: buku, majalah, koran, internet, atau sumber lainnya.

4. Bahan Bacaan Guru

- Teknik dasar permainan bola basket.
- Bentuk-bentuk keterampilan gerak permainan bola basket.
- Bentuk-bentuk permainan bola basket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

Glosarium

Mari Cipta 2021

56

Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

- Bola basket merupakan permainan yang gerakannya sangat kompleks, yaitu gabungan dari jalan, lari, lompat, serta unsur kekuatan, kecepatan, ketepatan, kelenturan, dan lain-lain. Untuk melakukan gerakan-gerakan bola basket secara baik diperlukan kemampuan dasar fisik yang memadai. Dengan kondisi fisik yang baik akan memudahkan melakukan gerakan-gerakan yang lebih sulit (kompleks).
- Dribbling** = gerakan menggiring bola.
- Menembak merupakan sasaran akhir setiap bermain. Keberhasilan suatu regu dalam permainan selalu ditentukan oleh keberhasilan dalam menembak. Dasar-dasar teknik menembak sebenarnya sama dengan teknik lemparan.
- Menggiring bola adalah upaya membawa bola dengan cara memantulkan bola di tempat, memantulkan bola sambil berjalan dan memantulkan bola sambil berlari. Menggiring bola merupakan suatu usaha untuk membawa bola menuju ke depan/ke lapangan lawan.

- 9) Aktivitas pembelajaran keterampilan gerak *rebound* dan *pivot* dengan permainan "siapa cepat dia dapat".
 10) Aktivitas pembelajaran bermain bola basket dengan peraturan yang dimodifikasi, menggunakan melempar tangkap, dan menembak.
 d. Lakukan refleksi aktivitas pembelajaran dengan mengisi di bawah ini!

Bentuk Pembelajaran	Kesulitan yang sering dialami	Kesalahan yang sering dilakukan	Cara memperbaiki kesalahan tersebut
Aktivitas keterampilan gerak melempar dan menangkap bola basket			
Aktivitas keterampilan gerak menggiring bola basket			
Aktivitas keterampilan gerak menembak, <i>pivot</i> , <i>rebound</i> dan bermain bola basket			

3. Bahan Bacaan Peserta Didik
 a. Peraturan permainan bola basket yang standar. Untuk membantu dalam mencari sumber bacaan tersebut, dapat diperoleh melalui: buku, majalah, koran, internet, atau sumber lainnya.
 b. Materi hasil rancangan keterampilan gerak permainan bola basket. Untuk membantu dalam mencari sumber bacaan tersebut, dapat diperoleh melalui: buku, majalah, koran, internet, atau sumber lainnya.
4. Bahan Bacaan Guru
 a. Teknik dasar permainan bola basket.
 b. Bentuk-bentuk keterampilan gerak permainan bola basket.
 c. Bentuk-bentuk permainan bola basket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

Glosarium

- Bola basket merupakan permainan yang gerakannya sangat kompleks, yaitu gabungan dari jalan, lari, lompat, serta unsur kekuatan, kecepatan, ketepatan, kelentukan, dan lain-lain. Untuk melakukan gerakan-gerakan bola basket secara baik diperlukan kemampuan dasar fisik yang memadai. Dengan kondisi fisik yang baik akan memudahkan melakukan gerakan-gerakan yang lebih sulit (kompleks).
- Dribbling** = gerakan menggiring bola.
- Menembak merupakan sasaran akhir setiap bermain. Keberhasilan suatu regu dalam permainan selalu ditentukan oleh keberhasilan dalam menembak. Dasar-dasar teknik menembak sebenarnya sama dengan teknik lemparan.
- Menggiring bola adalah upaya membawa bola dengan cara memantulkan bola di tempat, memantulkan bola sambil berjalan dan memantulkan bola sambil berlari. Menggiring bola merupakan suatu usaha untuk membawa bola menuju ke depan/ke lapangan lawan.

Mari Ciptailah 2023

57



Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

- Mengoper bola adalah salah satu usaha dari seorang pemain untuk membagi atau memberi bola kepada temannya agar dapat memasukkan bola ke keranjang lawan.
- Operan bola dengan dua tangan dari depan dada adalah operan yang sering dilakukan dalam suatu pertandingan bola basket.
- Operan pantulan adalah operan yang dilakukan dengan dua tangan dalam posisi bola di depan dada. Operan pantulan sangat baik dilakukan untuk menerobos lawan yang tinggi. Bola dipantulkan di samping kiri/kanan lawan, dan teman sudah siap menjemputnya di belakang lawan.
- Operan dari atas kepala adalah operan yang dilakukan dengan dua tangan dan bola berada di atas kepala agak ke belakang. Terutama dilakukan oleh pemain jangkung (tinggi) untuk menghindari bola dari raihannya (serobotan) lawan.
- Operan samping adalah operan yang dilakukan dengan satu tangan. Namun sebelum mengoperkan, bola tetap dipegang dengan dua tangan. Operan ini gerakannya lebih wajar (rileks) sebab dapat lebih kuat dan lebih jauh.
- Operan kaitan adalah senjata yang ampuh untuk pemain berpostur pendek, tetapi ingin mencoba mengoperkan bola melewati di atas pemain lawan yang jauh lebih tinggi.
- Passing** = lemparan bola atau operan.
- Pembelajaran adalah proses interaksi antarpeserta didik, antara peserta didik dengan tenaga pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar.
- Shooting** = melakukan lemparan ke keranjang.
- Teknik adalah cara melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efisien dan efektif. Teknik dalam permainan bola basket dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal.

Referensi

- Muhajir. 2017. *Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*, untuk SMA/MA Kelas XI. Jakarta: PT. Erlangga.
 Muhajir. 2017. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*, untuk SMA/MA Kelas XI. Jakarta: PT. Erlangga.
 Muhajir. 2020. *Belajar dan Berlatih Permainan Bola Basket*. Bandung: Sahara Multi Trading.
 Tim penyusunan Bahan Ajar. 2010. *Buku Bahan Ajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Bogor: PPPPTK Penjas & BK.

Memeriksa dan Menyetujui,
 Kepala SMAN 1 Arosbaya

Bangkalan, 10 Juli 2023
 Guru Mata Pelajaran

Mari Ciptailah 2023

58



Modul Ajar PJOK SMA Fase F Kelas

Abdurrazak, S.Pd., M.Pd
 NIP.196802112002121006

Muhammad Syaifuddin, S.d
 NIP. 197704222005011006

Dokumentasi Kegiatan Mengajar



