MODUL AJAR DEEP LEARNING
MATA PELAJARAN : PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA, & KESEHATAN (PJOK)
UNIT 2 PERMAINAN NET (PERMAINAN BOLA VOLI)

A. IDENTITAS MODUL

Nama Sekolah	**:**	.....
Nama Penyusun	**:**	.....
Mata Pelajaran	**:**	**Pendidikan Jasmani, Olahraga, & Kesehatan (PJOK)**
Kelas / Fase /Semester	**:**	**XI/ F / Ganjil**
Alokasi Waktu	**:**	**6 Pertemuan (2 x 45 menit JP)**
Tahun Pelajaran	**:**	**20.. / 20..**

B. IDENTIFIKASI KESIAPAN PESERTA DIDIK

Peserta didik kelas XI umumnya sudah memiliki pengalaman dasar dalam melakukan aktivitas fisik dan beberapa teknik dasar permainan bola voli (misalnya, passing bawah). Namun, tingkat penguasaan teknik, pemahaman taktik, dan kondisi fisik mereka bervariasi. Minat peserta didik terhadap olahraga juga beragam, ada yang sangat antusias, ada pula yang kurang termotivasi. Latar belakang mereka dalam mengikuti ekstrakurikuler atau klub olahraga juga akan memengaruhi kesiapan. Kebutuhan belajar akan didiferensiasi, beberapa mungkin membutuhkan bimbingan intensif untuk teknik dasar, sementara yang lain membutuhkan tantangan dalam strategi permainan atau pengembangan teknik lanjutan.

C. KARAKTERISTIK MATERI PELAJARAN

Materi pelajaran ini berfokus pada pengembangan keterampilan gerak dasar (passing bawah, passing atas, servis, smash, block) dan taktik permainan bola voli, serta pemahaman peraturan dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Jenis pengetahuan yang akan dicapai meliputi: pengetahuan konseptual tentang peraturan dan strategi, pengetahuan prosedural tentang teknik-teknik dasar, dan pengetahuan metakognitif tentang bagaimana merencanakan dan mengevaluasi permainan. Materi ini sangat relevan karena bola voli adalah olahraga populer yang mengajarkan kerja sama tim, sportivitas, dan kedisiplinan. Tingkat kesulitan materi ini beragam, dari teknik dasar yang mudah dipelajari hingga teknik dan taktik lanjutan yang membutuhkan koordinasi dan latihan intensif. Struktur materi bersifat progresif, dari teknik dasar hingga kombinasi dan aplikasi dalam permainan. Integrasi nilai dan karakter akan ditekankan pada sportivitas, kerja sama, disiplin, pantang menyerah, tanggung jawab, dan saling menghargai.

D DIMENSI PROFIL LULUSAN

Dalam pembelajaran ini, dimensi profil lulusan yang akan dicapai adalah:

- **Kesehatan:** Peserta didik memahami pentingnya aktivitas fisik dan mampu menerapkan teknik dasar bola voli untuk menjaga kebugaran jasmani.

- **Kolaborasi:** Peserta didik mampu bekerja sama secara efektif dalam tim untuk mencapai tujuan permainan dan saling mendukung.
- **Kemandirian:** Peserta didik mampu melatih dan mengembangkan keterampilan motorik secara mandiri serta mengambil inisiatif dalam permainan.
- **Penalaran Kritis:** Peserta didik mampu menganalisis taktik permainan, mengevaluasi kinerja tim, dan membuat keputusan yang tepat dalam situasi permainan.

DESAIN PEMBELAJARAN

A. CAPAIAN PEMBELAJARAN (CP) NOMOR : 32 TAHUN 2024

Pada akhir Fase F, peserta didik menerapkan dan mengevaluasi keterampilan gerak spesifik, konsep gerak, dan strategi gerak dalam berbagai situasi gerak baru yang menantang untuk meningkatkan kinerja gerak. Peserta didik memeragakan dan mengevaluasi fair play, perilaku etis, pendekatan kepemimpinan, dan strategi kolaborasi dalam berbagai konteks gerak. Mereka mengevaluasi efektivitas strategi peningkatan partisipasi dan aktivitas kebugaran untuk kesehatan.

Capaian Pembelajaran setiap elemen adalah sebagai berikut.

Elemen	Capaian Pembelajaran
Terampil Bergerak	Peserta didik merancang, menerapkan, dan menghaluskan keterampilan gerak spesifik di dalam berbagai situasi gerak yang menantang. Peserta didik menciptakan dan mengembang-kan strategi gerak untuk mendapatkan keberhasilan capaian keterampilan gerak melintasi berbagai situasi gerak yang menantang. Peserta didik menerapkan konsep gerak di dalam situasi gerak baru yang menantang dan menganalisis dampak tiap konsep pada capaian keterampilan gerak.
Belajar melalui Gerak	Peserta didik mentransfer dan mengadaptasi strategi gerak yang telah dikuasai dalam situasi gerak yang berbeda. Peserta didik memeragakan *fair play* dan mengevaluasi pengaruh perilaku etis terhadap capaian aktivitas jasmani bagi individu dan kelompok. Peserta didik merencanakan, menerapkan, dan menyempurnakan strategi pengambilan keputusan dalam kerja tim yang mempertunjukkan keterampilan kepemimpinan dan kolaborasi.
Bergaya Hidup Aktif	Peserta didik berpartisipasi dalam aktivitas kebugaran dan menginvestigasi dampak partisipasi yang teratur terhadap kesehatan. Peserta didik berpartisipasi dalam aktivitas kebuga-ran di luar ruang dan /atau lingkungan alam, dan merancang strategi peningkatan pemanfaatannya. Peserta didik merancang strategi peningkatan aktivitas kebugaran untuk kesehatan.
Memilih Hidup yang Menyehatkan	Peserta didik mengevaluasi risiko kesehatan akibat gaya hidup dan tindakan pencegahan melalui aktivitas jasmani serta mempromosikannya menggunakan berbagai media. Peserta didik mengevaluasi pilihan makanan sehat berdasarkan analisis kandungan gizi sesuai kebutuhan aktivitas jasmani. Peserta didik mempraktikkan pertolongan pertama sesuai prinsip dan prosedur operasional standar (POS) untuk mengelola situasi yang mengancam kesehatan dan keselamatan sendiri atau orang lain.

B. LINTAS DISIPLIN ILMU YANG RELEVAN

- **Fisika:** Untuk memahami prinsip-prinsip gerak (kinetik, momentum) yang terlibat dalam teknik-teknik bola voli (misalnya, gaya yang dibutuhkan untuk smash, lintasan bola servis).
- **Biologi:** Untuk memahami anatomi tubuh, sistem gerak, dan dampak aktivitas fisik terhadap kesehatan.
- **Matematika:** Untuk perhitungan sudut, lintasan bola, dan analisis statistik permainan sederhana (jika diperlukan).
- **Sosiologi/Psikologi:** Untuk memahami dinamika kelompok, kepemimpinan, dan komunikasi dalam tim olahraga.

C. TUJUAN PEMBELAJARAN

Pertemuan 1-2: Menguasai Teknik Dasar Passing Bawah dan Passing Atas (Alokasi Waktu: 2 x 90 menit)

- Setelah pemanasan dan penjelasan, peserta didik mampu melakukan teknik passing bawah bola voli dengan posisi tubuh dan perkenaan bola yang benar secara berulang-ulang.
- Melalui latihan berpasangan, peserta didik dapat melakukan teknik passing atas bola voli dengan koordinasi tangan dan perkenaan bola yang tepat.
- Peserta didik menunjukkan sikap kerja sama dan semangat dalam melakukan latihan teknik dasar.

Pertemuan 3-4: Menguasai Teknik Dasar Servis dan Smash (Alokasi Waktu: 2 x 90 menit)

- Setelah demonstrasi dan latihan berulang, peserta didik mampu melakukan teknik servis bawah dan servis atas dengan arah dan kekuatan yang cukup untuk melewati net.
- Melalui latihan drill dan simulasi, peserta didik dapat melakukan teknik smash sederhana (tanpa lompatan tinggi) dengan perkenaan bola yang baik.
- Peserta didik menunjukkan ketekunan dan disiplin dalam menguasai teknik-teknik dasar.

Pertemuan 5-6: Aplikasi Teknik dan Taktik Dasar dalam Permainan Bola Voli (Alokasi Waktu: 2 x 90 menit)

- Setelah mempelajari kombinasi teknik, peserta didik mampu mengombinasikan teknik passing bawah, passing atas, dan servis dalam permainan mini bola voli dengan strategi sederhana.
- Melalui permainan bola voli yang dimodifikasi, peserta didik dapat menerapkan taktik dasar penyerangan dan pertahanan secara kolaboratif dalam tim.
- Peserta didik menunjukkan sportivitas, komunikasi efektif, dan tanggung jawab dalam bermain bola voli.

D. TOPIK PEMBELAJARAN KONTEKSTUAL

Topik pembelajaran akan dikaitkan dengan:

- **Peran Olahraga:** Pentingnya olahraga bola voli untuk kesehatan jantung, kekuatan otot, dan koordinasi.
- **Kerja Sama Tim:** Bagaimana teknik dasar yang dikuasai individu berkontribusi pada keberhasilan tim.

- **Analisis Pertandingan:** Menonton cuplikan pertandingan profesional dan menganalisis teknik serta taktik yang digunakan.
- **Manfaat Sosial:** Bola voli sebagai sarana interaksi sosial dan pengembangan karakter.

E. KERANGKA PEMBELAJARAN

PRAKTIK PEDAGOGIK:

- **Model Pembelajaran:** Direct Instruction (untuk teknik dasar) dilanjutkan dengan Cooperative Learning dan Game-Based Learning (untuk aplikasi dalam permainan).
- **Strategi Pembelajaran:** Drill, demonstrasi, latihan berpasangan/berkelompok, permainan modifikasi, studi kasus (video).
- **Metode Pembelajaran:** Ceramah singkat, demonstrasi, latihan individu, latihan berpasangan, latihan kelompok, simulasi permainan, bermain.

KEMITRAAN PEMBELAJARAN:

- **Lingkungan Sekolah:** Pemanfaatan lapangan bola voli, fasilitas olahraga sekolah, dan alat-alat penunjang (bola voli, net).
- **Lingkungan Luar Sekolah:** Mendorong peserta didik untuk mengamati atau mencoba berlatih di klub olahraga lokal, atau menonton pertandingan bola voli profesional.
- **Masyarakat:** Mengajak peserta didik untuk berpartisipasi dalam turnamen antar kelas atau kegiatan olahraga di lingkungan masyarakat.

LINGKUNGAN BELAJAR:

- **Ruang Fisik:** Lapangan bola voli (indoor/outdoor) yang memadai dan aman. Area pemanasan dan pendinginan yang cukup.
- **Ruang Virtual:** Pemanfaatan platform daring (YouTube, Google Classroom) untuk berbagi video tutorial teknik, strategi, dan peraturan.
- **Budaya Belajar:** Mendorong budaya sportif, saling mendukung, berani mencoba, pantang menyerah, menghargai usaha teman, dan bertanggung jawab terhadap kebersihan dan keselamatan.

PEMANFAATAN DIGITAL:

- **Video Tutorial:** Menonton video tutorial teknik dasar bola voli dari sumber terpercaya (misalnya, YouTube saluran resmi olahraga) untuk pemahaman visual.
- **Aplikasi Perekam Video:** Memanfaatkan kamera ponsel untuk merekam gerakan diri sendiri atau teman saat latihan, kemudian melakukan analisis bersama (peer feedback).
- **Forum Diskusi Daring:** Menggunakan Google Classroom atau grup chat untuk berbagi informasi, bertanya jawab tentang peraturan atau strategi, dan mengumpulkan tugas.
- **Stopwatch Aplikasi:** Menggunakan aplikasi stopwatch di ponsel untuk mengukur durasi latihan atau waktu permainan.
- **Infografis/Gambar Digital:** Menyajikan infografis atau gambar digital tentang posisi pemain, formasi, atau pelanggaran dalam permainan.

F. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN BERDIFERENSIASI

A. KEGIATAN PENDAHULUAN (MINDFUL LEARNING, JOYFUL LEARNING)

- **Penyambutan dan Apersepsi (Mindful):** Guru menyambut peserta didik dengan semangat. Dimulai dengan latihan pernapasan singkat atau peregangan dinamis ringan untuk membantu peserta didik fokus dan mempersiapkan tubuh. Guru bertanya: "Apa yang membuat kalian antusias untuk berolahraga hari ini?"
- **Pengait (Joyful & Meaningful):** Guru memutar cuplikan video singkat pertandingan bola voli profesional yang mendebarkan atau menampilkan foto-foto atlet voli terkenal. Guru bertanya: "Apa yang membuat mereka bisa bermain sehebat itu?" atau "Teknik apa saja yang kalian kenali?".
- **Motivasi (Meaningful):** Guru menjelaskan tujuan pembelajaran dan relevansi penguasaan teknik bola voli untuk kesehatan, kerja sama tim, dan pengembangan karakter. Guru juga menjelaskan bahwa ada berbagai cara untuk belajar dan setiap peserta didik akan berkembang sesuai kecepatan masing-masing.
- **Cek Kesiapan Belajar (Diferensiasi Proses):** Guru melakukan asesmen diagnostik ringan (misalnya, meminta peserta didik melakukan passing bawah singkat dan mengamati hasilnya, atau meminta mereka menuliskan satu teknik voli yang mereka ketahui) untuk mengidentifikasi tingkat kemampuan awal dan mengelompokkan peserta didik (misalnya, kelompok dasar, menengah, mahir) untuk diferensiasi latihan di kegiatan inti.

B. KEGIATAN INTI (MEMAHAMI, MENGAPLIKASI, MEREFLEKSI)

PERTEMUAN 1-2: MENGUASAI TEKNIK DASAR PASSING BAWAH DAN PASSING ATAS

Memahami (Demonstrasi & Penjelasan):

- Guru mendemonstrasikan teknik passing bawah dan passing atas dengan jelas, menjelaskan langkah-langkah, posisi tubuh, dan perkenaan bola.
- **Diferensiasi Konten:** Guru dapat menyediakan kartu instruksi bergambar atau video tutorial singkat bagi peserta didik yang lebih visual atau membutuhkan panduan langkah demi langkah.

Mengaplikasi (Latihan Berulang & Drill):

- Peserta didik dibagi menjadi kelompok-kelompok kecil berdasarkan hasil asesmen awal.

Diferensiasi Proses:

- **Kelompok Dasar:** Fokus pada latihan passing bawah/atas secara statis, dengan bantuan guru atau teman yang lebih mahir.
- **Kelompok Menengah:** Latihan passing dengan variasi jarak, atau passing berpasangan secara bergerak.
- **Kelompok Mahir:** Latihan passing target, atau kombinasi passing dengan gerakan lain.
- Guru memberikan umpan balik langsung dan personal (scaffolding) selama latihan.

Merefleksi (Peer Feedback & Penilaian Diri):

- Peserta didik saling memberikan umpan balik (peer feedback) setelah melakukan latihan berpasangan.

- Guru memandu diskusi tentang teknik yang efektif dan kesalahan umum. Peserta didik mengisi lembar penilaian diri singkat tentang penguasaan teknik passing.

PERTEMUAN 3-4: MENGUASAI TEKNIK DASAR SERVIS DAN SMASH

Memahami (Studi Gerak & Video):

- Guru menyajikan video slow-motion teknik servis dan smash dari atlet profesional. Peserta didik diminta menganalisis elemen-elemen gerak kunci (ayunan tangan, perkenaan bola, lompatan).
- **Diferensiasi Konten:** Peserta didik yang membutuhkan pemahaman lebih mendalam dapat diberikan artikel singkat tentang biomekanika servis/smash.

Mengaplikasi (Drill Bervariasi):

- Peserta didik melanjutkan latihan dalam kelompok yang disesuaikan.
  - **Diferensiasi Proses:**
- **Servis:** Kelompok dasar fokus pada servis bawah yang konsisten. Kelompok menengah mencoba servis atas dari jarak dekat. Kelompok mahir berlatih servis atas dari garis belakang dengan target.
- **Smash:** Kelompok dasar fokus pada gerakan tangan dan perkenaan bola dari posisi diam. Kelompok menengah mencoba smash dengan langkah awalan. Kelompok mahir berlatih smash dengan lompatan dan variasi arah.
  - Guru memfasilitasi rotasi latihan antarposisi.

Merefleksi (Analisis & Perbaikan):

- Guru memimpin diskusi tentang tantangan dalam melakukan servis dan smash.
- Peserta didik diberi kesempatan untuk merekam gerakan mereka sendiri menggunakan ponsel dan menganalisisnya, kemudian merencanakan perbaikan.

PERTEMUAN 5-6: APLIKASI TEKNIK DAN TAKTIK DASAR DALAM PERMAINAN BOLA VOLI

Memahami (Taktik Sederhana):

- Guru menjelaskan taktik dasar dalam permainan bola voli (misalnya, rotasi pemain, formasi dasar pertahanan/penyerangan, pentingnya komunikasi).
- Guru dapat menggunakan infografis atau papan strategi untuk memvisualisasikan taktik.

Mengaplikasi (Permainan Modifikasi):

- Peserta didik bermain bola voli yang dimodifikasi (misalnya, jumlah pemain disesuaikan, aturan sentuhan bola dimodifikasi untuk menekankan passing).
  - **Diferensiasi Produk/Proses:**
- Guru dapat membagi lapangan menjadi beberapa area kecil untuk permainan kelompok yang lebih fokus pada penguasaan teknik.
- Tim yang lebih mahir dapat mencoba aturan permainan yang lebih mendekati standar.
- Setiap tim diminta untuk menerapkan satu taktik yang telah dipelajari dan melakukan observasi diri.

Merefleksi (Diskusi Strategi & Evaluasi Tim):

- Setelah permainan, setiap tim melakukan diskusi singkat tentang kinerja mereka: "Apa yang berjalan baik?", "Apa yang perlu ditingkatkan?", "Bagaimana kerja sama tim?"
- Guru memimpin diskusi kelas tentang pentingnya komunikasi, sportivitas, dan kerja sama dalam permainan bola voli. Peserta didik menulis refleksi singkat tentang

pengalaman mereka dalam permainan.

C. KEGIATAN PENUTUP (UMPAN BALIK KONSTRUKTIF, KESIMPULAN, PERENCANAAN SELANJUTNYA)

- **Umpan Balik Konstruktif (Meaningful):** Guru memberikan umpan balik yang jujur dan membangun tentang perkembangan keterampilan teknis dan non-teknis peserta didik selama unit ini. Guru juga mendorong peserta didik untuk memberikan umpan balik tentang metode pembelajaran yang paling efektif bagi mereka.
- **Kesimpulan (Mindful):** Bersama-sama, guru dan peserta didik menyimpulkan kembali manfaat belajar bola voli (kesehatan, kerja sama, sportivitas) dan teknik-teknik kunci yang telah dikuasai.
- **Perencanaan Pembelajaran Selanjutnya (Meaningful & Joyful):** Guru memberikan saran untuk latihan mandiri di luar jam pelajaran atau memberikan tugas pengayaan (misalnya, mencari tahu tentang sejarah bola voli, menonton pertandingan bola voli, atau menulis esai singkat tentang pentingnya sportivitas). Guru dapat menanyakan: "Olahraga apa lagi yang ingin kalian pelajari atau tingkatkan keterampilan kalian?".

G. ASESMEN PEMBELAJARAN

A. ASESMEN AWAL PEMBELAJARAN (DIAGNOSTIK)

- **Format:** Observasi Keterampilan Gerak Dasar (Passing Bawah) dan Tes Lisan (Tanya Jawab Singkat).
- **Tujuan:** Mengidentifikasi tingkat penguasaan teknik dasar dan pengetahuan awal peserta didik.

Pertanyaan/Tugas:

- (Observasi) Peserta didik diminta melakukan passing bawah secara individu/berpasangan, guru mengamati posisi tubuh dan perkenaan bola.
- (Tes Lisan) "Sebutkan minimal 2 teknik dasar bola voli yang kamu ketahui." "Apa pentingnya pemanasan sebelum berolahraga?"

B. ASESMEN PROSES PEMBELAJARAN (FORMATIF)

- **Format:** Observasi Partisipasi dan Kedisiplinan dalam Latihan, Penilaian Kinerja (saat drill teknik), Lembar Penilaian Diri/Peer Feedback.
- **Tujuan:** Memantau kemajuan penguasaan teknik, memberikan umpan balik berkelanjutan, dan memotivasi peserta didik.

Pertanyaan/Tugas:

- (Observasi) Rubrik observasi guru tentang antusiasme, kerja sama, dan upaya peserta didik dalam setiap sesi latihan.
- (Penilaian Kinerja) Guru memberikan checklist atau skala penilaian saat peserta didik melakukan teknik servis/smash.
- (Lembar Penilaian Diri/Peer Feedback) "Bagaimana performa passing saya/teman saya hari ini? Apa yang perlu diperbaiki?"

C. ASESMEN AKHIR PEMBELAJARAN (SUMATIF)

- **Format:** Penilaian Kinerja (Permainan Bola Voli Modifikasi) dan Observasi Sikap.

- **Tujuan:** Mengukur pencapaian tujuan pembelajaran secara komprehensif, baik dari aspek keterampilan maupun sikap.

Tugas Penilaian Kinerja (Permainan Bola Voli Modifikasi):

- Tugas: "Peserta didik dibagi menjadi tim dan bermain bola voli modifikasi (sesuai aturan yang disepakati). Guru akan menilai kemampuan menerapkan teknik dasar dan taktik sederhana dalam situasi permainan."

Rubrik Penilaian Kinerja:

Keterampilan Teknik:

- Passing Bawah (akurasi, posisi)
- Passing Atas (koordinasi, perkenaan)
- Servis (konsistensi, arah)
- Smash (perkenaan bola)

Keterampilan Taktik:

- Kerja sama tim
- Penempatan posisi
- Komunikasi

Sikap (Observasi):

- Sportivitas
- Disiplin
- Tanggung Jawab
- Semangat

Observasi Sikap:

- Tugas: Guru mengamati dan mencatat perilaku peserta didik selama seluruh proses pembelajaran, terutama saat bermain dan berinteraksi dalam kelompok.

Rubrik Observasi Sikap:

- Menghargai teman dan lawan.
- Mengikuti instruksi dengan baik.
- Berusaha maksimal dalam setiap aktivitas.
- Mampu menerima kekalahan dan kemenangan dengan sportif.
- Berinisiatif membantu teman.