

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

A. IDENTITAS MODUL

Nama Sekolah :
Nama Penyusun :
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK)
Kelas / Fase / Semester : IX / D / Ganjil & Genap
Alokasi Waktu : 9 JP (3 kali pertemuan)
Tahun Pelajaran : 20... / 20...

B. IDENTIFIKASI KESIAPAN PESERTA DIDIK

- **Pengetahuan Awal** : Peserta didik telah mengenal permainan bola voli dan beberapa gerakan dasar seperti memukul dan melempar bola. Sebagian mungkin pernah bermain bola voli di lingkungan sekolah atau rumah.
- **Minat** : Peserta didik umumnya menunjukkan minat terhadap permainan beregu yang dinamis dan tidak memerlukan kontak fisik langsung seperti bola voli.
- **Latar Belakang** : Peserta didik memiliki latar belakang kemampuan motorik yang bervariasi. Ada yang sudah terbiasa dengan koordinasi tangan-mata, ada pula yang masih perlu banyak latihan.
- **Kebutuhan Belajar** :
 - **Visual**: Membutuhkan peragaan gerakan (demonstrasi) passing, servis, dan smes yang jelas, serta melihat video pertandingan untuk memahami alur permainan.
 - **Auditori**: Memerlukan instruksi lisan yang bertahap dan jelas, serta penjelasan mengenai fungsi setiap teknik dalam permainan.
 - **Kinestetik**: Belajar paling efektif dengan mencoba langsung setiap gerakan, merasakan sentuhan bola di lengan (passing) dan telapak tangan (servis, smes).

C. KARAKTERISTIK MATERI PELAJARAN

- **Jenis Pengetahuan yang Akan Dicapai**
 - **Konseptual**: Memahami konsep permainan net, tujuan permainan bola voli, aturan dasar (servis, 3 kali sentuhan, poin), serta fungsi dari passing, servis, smes, dan block.
 - **Prosedural**: Menguasai langkah-langkah teknis dalam melakukan gerak spesifik passing bawah, passing atas, servis bawah, servis atas, smes, dan block/bendungan.
- **Relevansi dengan Kehidupan Nyata Peserta Didik**: Bola voli adalah olahraga populer yang dapat dimainkan di berbagai tempat (lapangan indoor, outdoor, pantai). Keterampilan ini berguna untuk rekreasi, sosialisasi, melatih kerja sama

tim, dan menjaga kebugaran.

- **Tingkat Kesulitan:** Sedang. Materi ini menuntut koordinasi tangan-mata yang baik, kekuatan lengan, dan kemampuan melompat.
- **Struktur Materi:** Pembelajaran dimulai dari pengenalan teknik dasar (passing, servis), dilanjutkan dengan teknik menyerang (smes) dan bertahan (block), kemudian diintegrasikan dalam permainan yang dimodifikasi.
- **Integrasi Nilai dan Karakter:**
 - **Keimanan dan Ketakwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa, dan Berakhlak Mulia:** Mengawali dan mengakhiri kegiatan dengan doa, menunjukkan rasa syukur atas kesempatan berolahraga.
 - **Bernalar Kritis:** Menganalisis arah datangnya bola untuk memposisikan diri, menentukan jenis passing yang tepat, dan mencari area kosong di lapangan lawan saat menyerang.
 - **Kreativitas:** Mengembangkan variasi serangan dan penempatan bola untuk mengecoh lawan.
 - **Kolaborasi/Bergotong Royong:** Bekerja sama dengan teman satu tim dalam formasi bertahan dan menyerang, membangun komunikasi untuk mengatur permainan.
 - **Kemandirian:** Melatih teknik dasar secara berulang untuk meningkatkan akurasi dan kekuatan pukulan.
 - **Kepedulian:** Memberi semangat kepada teman, mengakui kehebatan lawan, dan menjaga keselamatan bersama saat bermain.

D. DIMENSI PROFIL LULUSAN

- **Keimanan dan Ketakwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa, dan Berakhlak Mulia:** Peserta didik berdoa sebelum dan sesudah pembelajaran sebagai wujud rasa syukur atas kesehatan jasmani.
- **Kewargaan:** Menjunjung tinggi sportivitas, mematuhi peraturan permainan, dan menghargai perbedaan kemampuan dalam tim.
- **Penalaran Kritis:** Menganalisis situasi permainan untuk mengambil keputusan yang tepat dan efektif.
- **Kreativitas:** Mengembangkan variasi serangan dan strategi bermain untuk mengatasi pertahanan lawan.
- **Kolaborasi:** Bekerja sama secara efektif dalam tim, memahami peran masing-masing, dan berkomunikasi untuk mencapai tujuan bersama.
- **Kemandirian:** Berinisiatif untuk berlatih secara mandiri guna meningkatkan keterampilan pribadi.
- **Kesehatan:** Memahami manfaat aktivitas fisik (bola voli) untuk menjaga kebugaran dan kesehatan tubuh.
- **Komunikasi:** Menggunakan komunikasi verbal dan non-verbal (isyarat) untuk berkoordinasi dengan teman satu tim di lapangan.

DESAIN PEMBELAJARAN

A. CAPAIAN PEMBELAJARAN (CP)

Pada akhir Fase D, murid memiliki kemampuan sebagai berikut.

- **Terampil Bergerak**
Menerapkan keterampilan gerak serta mentransfernya ke dalam berbagai situasi gerak; memperagakan strategi gerak yang dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan capaian keterampilan gerak.
- **Belajar Melalui Gerak**
Membuktikan strategi gerak yang paling efektif dalam situasi gerak yang berbeda; menginvestigasi modifikasi peraturan yang mendukung fair play dan partisipasi inklusif; menerapkan kepemimpinan, kolaborasi, dan pengambilan keputusan kelompok ketika berpartisipasi di dalam berbagai aktivitas jasmani.
- **Bergaya Hidup Aktif**
Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani dan menjelaskan reaksi tubuh terhadap berbagai tingkat intensitas yang berbeda; menjelaskan strategi peningkatan aktivitas jasmani dan pencegahan perilaku sedenter.
- **Memilih Hidup yang Menyehatkan**
Menganalisis risiko kesehatan akibat gaya hidup dan merancang tindakan pencegahan melalui aktivitas jasmani berdasarkan rekomendasi otoritas kesehatan; merancang pola makan sehat berdasarkan analisis kandungan gizi sesuai kebutuhan aktivitas jasmani; serta mempraktikkan prosedur untuk menangani cedera yang berisiko terhadap kesehatan dan keselamatan berdasarkan prinsip pertolongan pertama.

B. LINTAS DISIPLIN ILMU

- **Ilmu Pengetahuan Alam (Fisika):** Memahami konsep gerak parabola pada pukulan servis dan smes, serta konsep gaya dan momentum.
- **Matematika:** Memahami dimensi lapangan, ketinggian net, dan perhitungan skor dalam permainan.
- **Bahasa Indonesia:** Kemampuan memahami dan memberikan instruksi verbal, serta berkomunikasi efektif dengan teman satu tim.

C. TUJUAN PEMBELAJARAN

- **Pertemuan 1:** Peserta didik mampu menganalisis dan mempraktikkan variasi gerak spesifik passing bawah dan passing atas dalam permainan bola voli. (3 JP)
- **Pertemuan 2:** Peserta didik mampu menganalisis dan mempraktikkan variasi gerak spesifik servis bawah, servis atas, dan smes dalam permainan bola voli. (3 JP)
- **Pertemuan 3:** Peserta didik mampu menganalisis dan mempraktikkan gerak spesifik block/bendungan dan menerapkan seluruh keterampilan dalam permainan bola voli dengan peraturan yang dimodifikasi. (3 JP)

D. TOPIK PEMBELAJARAN KONTEKSTUAL

Menonton video highlight pertandingan bola voli profesional (misalnya Proliga atau tingkat internasional) untuk mengidentifikasi berbagai teknik yang digunakan dalam situasi nyata dan bagaimana para pemain bekerja sama sebagai sebuah tim.

E. KERANGKA PEMBELAJARAN PRAKTIK PEDAGOGIK

- **Model Pembelajaran:** Pembelajaran Berbasis Tugas (Task-Based Learning), Pembelajaran Kooperatif (Cooperative Learning).
- **Pendekatan:** Deep Learning (Mindful, Meaningful, Joyful Learning)
 - **Mindful Learning:** Peserta didik fokus pada posisi tubuh, perkenaan tangan dengan bola, dan kontrol tenaga saat melakukan passing dan servis untuk mencapai akurasi.
 - **Meaningful Learning:** Peserta didik memahami bahwa passing yang baik adalah awal dari serangan yang efektif, dan servis yang akurat adalah kesempatan pertama untuk mencetak poin.
 - **Joyful Learning:** Menggunakan permainan-permainan kecil yang kompetitif dan menyenangkan untuk melatih teknik dasar, sehingga peserta didik termotivasi dan tidak merasa bosan.
- **Metode Pembelajaran:** Demonstrasi, Latihan (Drill), Permainan, Diskusi Kelompok, Timbal Balik (Peer Feedback).
- **Strategi Pembelajaran Berdiferensiasi**
 - **Diferensiasi Konten:** Menyediakan lembar kerja bergambar untuk teknik dasar dan video tutorial dengan gerakan lambat (slow motion).
 - **Diferensiasi Proses:** Peserta didik berlatih berpasangan atau dalam kelompok kecil. Guru menyesuaikan tingkat kesulitan, misalnya pemula melakukan servis dari jarak lebih dekat, sementara yang sudah mahir berlatih servis lompat.
 - **Diferensiasi Produk:** Penilaian unjuk kerja disesuaikan dengan kemampuan individu, baik dalam demonstrasi teknik maupun partisipasinya dalam permainan.

KEMITRAAN PEMBELAJARAN

- **Lingkungan Sekolah:** Menggunakan lapangan voli atau lapangan serbaguna di sekolah.
- **Lingkungan Luar Sekolah/Masyarakat:** Mengadakan pertandingan persahabatan dengan klub voli lokal atau sekolah lain.
- **Mitra Digital:** Mengakses situs PBVSI atau FIVB untuk mendapatkan informasi terbaru tentang aturan dan teknik permainan.

LINGKUNGAN BELAJAR

- **Ruang Fisik:** Lapangan yang aman dengan net yang terpasang sesuai standar (atau dimodifikasi). Menyediakan bola voli dengan jumlah yang memadai.
- **Ruang Virtual:** Grup kelas untuk berbagi video inspiratif atau analisis permainan sederhana.
- **Budaya Belajar:** Membangun lingkungan yang saling mendukung, di mana

setiap upaya dihargai, dan kesalahan dianggap sebagai bagian dari proses belajar. Menekankan pentingnya komunikasi dan kerja sama tim.

PEMANFAATAN DIGITAL

- **Perpustakaan Digital/Sumber Daring:** Video tutorial dari channel YouTube pelatih voli, aplikasi analisis postur untuk mengevaluasi teknik.
- **Forum Diskusi Daring:** Diskusi singkat di grup kelas tentang formasi tim yang efektif.
- **Penilaian Daring:** Kuis singkat tentang peraturan permainan bola voli menggunakan platform online.
- **Media Presentasi Digital:** Guru menggunakan slide untuk menjelaskan rotasi pemain dan strategi dasar.
- **Media Publikasi Digital:** Mengunggah foto atau video aksi terbaik siswa saat bermain di media sosial sekolah.

F. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN BERDIFERENSIASI

PERTEMUAN 1 (3 JP : 120 MENIT)

Topik : Variasi Gerak Spesifik Passing Bawah dan Passing Atas

KEGIATAN PENDAHULUAN (15 MENIT)

- **Orientasi & Kesiapan:** Guru membuka pelajaran dengan salam, doa, dan memeriksa kehadiran serta kesiapan siswa.
- **Apersepsi:** Guru melempar bola voli ke beberapa siswa dan bertanya, "Bagaimana cara terbaik untuk mengoper bola ini ke teman agar mudah diterima?"
- **Motivasi & Tujuan:** Guru menjelaskan pentingnya passing sebagai fondasi permainan bola voli dan menyampaikan tujuan pembelajaran.

KEGIATAN INTI (90 MENIT)

- **Pemanasan (Mindful & Joyful):** Peregangan dinamis dengan fokus pada lengan, bahu, dan pergelangan tangan. Dilanjutkan dengan permainan "**Upper and Under Attack**" untuk melatih lemparan dan tangkapan bola dalam suasana yang menyenangkan.
- **Eksplorasi (Mindful & Meaningful):** Guru mendemonstrasikan teknik passing bawah dan passing atas yang benar. Peserta didik diminta fokus pada posisi kuda-kuda, bentuk tangan, dan titik perkenaan bola. Mereka memahami bahwa passing bawah untuk bola rendah dan passing atas untuk bola tinggi.
- **Latihan Berpasangan (Meaningful):** Peserta didik berlatih passing bawah dan passing atas secara berpasangan. Guru berkeliling memberikan umpan balik.
- **Permainan Modifikasi (Joyful):** Bermain "voli tangkap", di mana bola boleh ditangkap terlebih dahulu sebelum di-passing ke teman. Tujuannya adalah membiasakan diri dengan posisi dan gerakan passing yang benar.
- **Pembelajaran Berdiferensiasi:**
 - **Proses:** Siswa yang kesulitan dapat berlatih dengan bola yang lebih ringan atau memantulkan bola ke dinding terlebih dahulu. Siswa yang mahir berlatih passing sambil bergerak maju-mundur atau menyamping.
 - **Produk:** Kemampuan siswa dalam melakukan passing yang akurat ke arah

pasangan dinilai melalui observasi.

KEGIATAN PENUTUP (15 MENIT)

- **Pendinginan:** Peregangan statis untuk otot lengan dan kaki.
- **Refleksi:** Diskusi tentang kesulitan yang dihadapi saat melakukan passing bawah dan atas.
- **Rangkuman & Tindak Lanjut:** Guru merangkum poin-poin kunci dan memberikan tugas untuk melatih sentuhan bola di rumah.
- **Penutup:** Salam dan doa.

PERTEMUAN 2 (3 JP : 120 MENIT)

Topik : Variasi Gerak Spesifik Servis dan Smes

KEGIATAN PENDAHULUAN (15 MENIT)

- Guru membuka pelajaran, mengulas materi passing, dan menghubungkannya dengan materi servis sebagai awal serangan.
- Guru menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini.

KEGIATAN INTI (90 MENIT)

- **Pemanasan (Joyful):** Peregangan, dilanjutkan dengan permainan "**Smash Dodge Ball**" untuk melatih kekuatan pukulan dan reaksi menghindar dalam suasana kompetitif.
- **Eksplorasi (Mindful & Meaningful):** Guru mendemonstrasikan teknik servis bawah (untuk pemula) dan servis atas (untuk lanjutan), serta gerakan dasar smes (awalan, tolakan, pukulan). Peserta didik memahami fungsi servis untuk memulai permainan dan smes untuk mematikan lawan.
- **Latihan Bertahap (Meaningful):** Peserta didik berlatih servis ke arah target (misal: area tertentu di lapangan lawan). Untuk smes, latihan dimulai tanpa bola (gerakan awalan dan melompat), kemudian dengan bola yang dipegang teman (umpan lambung).
- **Permainan Kompetitif (Joyful):** Mengadakan "Kontes Servis Akurat", di mana setiap siswa berusaha memasukkan bola ke area target untuk mendapatkan poin bagi timnya.
- **Pembelajaran Berdiferensiasi:**
 - **Proses:** Siswa yang belum bisa servis atas, fokus mematangkan servis bawah. Latihan smes disesuaikan dengan ketinggian umpan dan kemampuan melompat siswa.
 - **Produk:** Kemampuan siswa memasukkan bola servis melewati net dan melakukan gerakan dasar smes dinilai melalui observasi.

KEGIATAN PENUTUP (15 MENIT)

- Pendinginan, refleksi mengenai perbedaan servis bawah dan atas, rangkuman, dan tindak lanjut.
- Penutup dengan salam dan doa.

PERTEMUAN 3 (3 JP : 120 MENIT)

Topik : Gerak Spesifik Block dan Penerapan dalam Permainan Modifikasi

KEGIATAN PENDAHULUAN (15 MENIT)

- Guru membuka pelajaran, mengulas semua teknik yang sudah dipelajari (passing, servis, smes).
- Guru menjelaskan peran block sebagai pertahanan pertama tim dan tujuan pembelajaran hari ini.

KEGIATAN INTI (90 MENIT)

- **Pemanasan (Joyful):** Peregangan, dilanjutkan dengan permainan "**Upper and Under Attack**" untuk pemanasan umum.
- **Eksplorasi (Mindful & Meaningful):** Guru mendemonstrasikan teknik block/bendungan yang benar: posisi siap, gerakan menyamping, tolakan vertikal, dan posisi tangan di atas net. Peserta didik memahami bahwa block yang baik dapat menghasilkan poin langsung atau memperlambat serangan lawan.
- **Latihan Berpasangan (Meaningful):** Satu siswa berdiri di atas kursi di dekat net sebagai pemukul (smes-er), siswa lainnya berlatih melakukan block.
- **Bermain (Mindful, Meaningful, Joyful):** Peserta didik dibagi menjadi beberapa tim dan bermain bola voli dengan peraturan yang dimodifikasi (misal: servis harus dari bawah, setiap tim wajib melakukan 3 sentuhan). Ini mengintegrasikan semua teknik yang telah dipelajari dalam situasi permainan yang menyenangkan.
- **Pembelajaran Berdiferensiasi:**
 - **Proses:** Saat bermain, guru dapat memberikan aturan tambahan seperti "tim yang berhasil melakukan block dapat 2 poin" untuk mendorong siswa mempraktikkan teknik tersebut.
 - **Produk:** Penilaian kinerja (asesmen sumatif) melalui observasi partisipasi siswa dalam permainan, penerapan teknik, dan kerja sama tim.

KEGIATAN PENUTUP (15 MENIT)

- Pendinginan dan relaksasi.
- **Refleksi Akhir:** Diskusi tentang pengalaman bermain, strategi tim, dan pentingnya setiap peran dalam permainan.
- **Apresiasi:** Guru memberikan apresiasi atas semangat dan perkembangan belajar siswa selama tiga pertemuan.
- Penutup dengan salam dan doa.

G. ASESMEN PEMBELAJARAN

ASESMEN DIAGNOSTIK

- **Tanya Jawab:** Di awal bab, guru menanyakan, "Siapa yang pernah bermain voli? Teknik apa saja yang kalian ketahui?"
- **Kuis Singkat:** Pertanyaan lisan tentang jumlah pemain dan cara mendapatkan poin dalam bola voli.

ASESMEN FORMATIF

- **Tanya Jawab:** "Mengapa posisi kuda-kuda penting saat melakukan passing bawah?"
- **Diskusi Kelompok:** Mendiskusikan mengapa bola sering tidak melewati net saat servis.
- **Observasi:** Guru menggunakan lembar ceklis untuk menilai teknik siswa saat

latihan dan memberikan umpan balik.

- **Latihan Soal/LKPD:** Peserta didik mengisi "Lembar Kegiatan Siswa" untuk menganalisis teknik dasar bola voli.
- **Produk (Proses):** Unjuk kerja siswa dalam melakukan passing, servis, dan smes pada sesi latihan.

ASESMEN SUMATIF

- **Produk (Proyek):** -
- **Praktik (Kinerja):** Penilaian unjuk kerja siswa selama permainan bola voli modifikasi pada pertemuan ke-3.
- **Tes Tertulis:** Tes akhir bab untuk mengukur pemahaman konseptual dan prosedural.

Contoh Tes Tertulis :

- **Pilihan Ganda**
 1. Teknik dasar yang digunakan untuk menerima servis atau smes keras dari lawan biasanya adalah...
 - a. Passing atas
 - b. Passing bawah
 - c. Servis atas
 - d. Block
 2. Posisi jari-jari tangan saat akan melakukan passing atas membentuk seperti...
 - a. Kepalan tinju
 - b. Mangkok
 - c. Gunting
 - d. Cakar
 3. Pukulan keras dan menukik yang bertujuan untuk mematikan lawan disebut...
 - a. Servis
 - b. Passing
 - c. Smes
 - d. Block
 4. Jumlah maksimal sentuhan bola yang diperbolehkan untuk satu tim sebelum bola dikembalikan ke area lawan adalah...
 - a. 1 kali
 - b. 2 kali
 - c. 3 kali
 - d. 4 kali
 5. Tujuan utama dari gerakan block atau bendungan adalah...
 - a. Memulai serangan
 - b. Mengumpan kepada teman
 - c. Menghalau smes dari lawan
 - d. Mengambil bola di luar lapangan
- **Essay**
 1. Jelaskan perbedaan mendasar antara servis bawah dan servis atas dalam

permainan bola voli!

2. Dalam sebuah tim bola voli, mengapa komunikasi antar pemain sangat penting? Berikan contoh situasi di mana komunikasi yang baik dapat mencegah kesalahan!

Mengetahui,
Kepala Sekolah

....., 20..
Guru Mata Pelajaran

.....
NIP.

.....
NIP.