MODUL AJAR

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan



Pelajaran IX
Pemeliharaan Diri dan Orang Lain dari Penyakit

A. INFORMASI UMUM MODUL

Nama Penyusun	: ……..
Instansi/Sekolah	: SDN …..
Jenjang / Kelas	: SD / V
Alokasi Waktu	: 3 Kali Pertemuan (9 JP)
Tahun Pelajaran	: 20.. / 20..

B. KOMPONEN INTI

Capaian Pembelajaran Fase C	
Pada akhir fase C, peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan modifikasi berbagai aktivitas pola gerak dasar dan keterampilan gerak, dilandasi dengan penerapan konsep dan prinsip gerak yang benar, menerapkan konsep dan prinsip aktivitas untuk pengembangan kebugaran jasmani, serta pola perilaku hidup sehat, menunjukkan perilaku tanggung jawab personal dan sosial dalam jangka waktu yang lebih lama secara konsisten, serta meyakini nilai-nilai aktivitas jasmani.	
Fase C Berdasarkan Elemen	
Keterampilan Gerak	Pada akhir fase C peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan modifikasi berbagai aktivitas pola gerak dasar dan keterampilan gerak berupa permainan dan olahraga, aktivitas senam, aktivitas gerak berirama, dan aktivitas permainan dan olahraga air (kondisional).
Pengetahuan Gerak	Pada akhir fase C peserta didik dapat menerapkan konsep dan prinsip modifikasi berbagai aktivitas pola gerak dasar dan keterampilan gerak berupa permainan dan olahraga, aktivitas senam, aktivitas gerak berirama, dan aktivitas permainan dan olahraga air (kondisional).
Pemanfaatan Gerak	Pada akhir fase C peserta didik dapat menerapkan konsep dan prinsip serta mempraktikkan aktivitas untuk pengembangan kebugaran jasmani terkait kesehatan (*physical fittness related health*), dan prosedur pengukurannya untuk mengetahui status kebugaran pribadi. Pada fase ini, peserta didik juga memiliki pengetahuan pengembangan pola perilaku hidup sehat berupa bahaya merokok, meminum minuman keras, dan menyalahgunakan narkotika, zat-zat aditif (NAPZA) dan obat berbahaya lainnya, serta memiliki pengetahuan dan kemampuan untuk menghindari cidera dan berbagai risiko dalam aktivitas jasmani dan olahraga.
Elemen Pengembangan Karakter dan Internalisasi Nilai-nilai Gerak	Pada akhir fase C peserta didik terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran yang didasari kesadaran personal dan tanggung jawab sosial berupa penggunaan alat dan fasilitas pembelajaran, serta menghargai orang lain. Selain itu peserta didik juga meyakini adanya interaksi sosial melalui aktivitas jasmani.
Tujuan Pembelajaran	● Dengan membaca teks, peserta didik dapat menjelaskan konsep pemeliharaan diri dan orang lain dari penyakit menular. ● Dengan berdiskusi, peserta didik dapat menjelaskan konsep pemeliharaan diri dan orang lain dari penyakit tidak menular. ● Melalui pengama tan, peserta didik dapat mempraktikkan cara pemeliharaan diri dan orang lain dari penyakit menular. ● Melalui diskusi, peserta didik dapat mempraktikkan tindakan pemeliharaan diri dan orang lain dari penyakit tidak menular.

Pertanyaan Pemantik	● Apa yang di maksud dengan Penyakit Menular ? ● Sebutkan macam-macam penyakit menular ? ● Bagaiman cara melindungi diri dari penyakit ?
Profil Pancasila	Mandiri dan Gotong royong
Kata kunci	● penyakit menular ● penyakit tidak menular ● pola hidup sehat ● cara penularan penyakit ● upaya pencegahan penyakit

Target Peserta Didik :	**Jumlah Siswa** :
Peserta didik Reguler	30 Peserta didik (dimodifikasi dalam pembagian jumlah anggota kelompok ketika jumlah siswa sedikti atau lebih banyak)
Assesmen :	**Jenis Assesmen** :
Guru menilai ketercapaian tujuan pembelajaran - Asesmen individu - Asesmen kelompok	- Presentasi - Produk - Tertulis - Unjuk Kerja - Tertulis
Model Pembelajaran	**Kegiatan Pembelajaran Utama / Pengaturan peserta didik** :
- Tatap muka	- Individu - Berkelompok (Lebih dari dua orang)

Ketersediaan Materi :

- Pengayaan untuk peserta didik berpencapaian tinggi:

YA/TIDAK

- Alternatif penjelasan, metode, atau aktivitas untuk peserta didik yang sulit memahami konsep:

YA/TIDAK

Metode dan model pembelajaran :

a. Contextual teaching learning digunakan untuk pertemuan pertama.
b. Problem based learning, digunakan untuk pertemuan kedua.
c. problem based learning, digunakan untuk pertemuan ketiga.

Sumber Belajar :

1. Sumber Utama
   - Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan kelas V SD
   - Benda-benda di sekitar peserta didik
   - Gambar di buku Guru/siswa
   - Gambar orang yang mengalami sakit.
   - Gambar orang sedang berolahraga.

- Gambar tindakan pencegahan penularan penyakit, misalnya pengasapan sarang nyamuk.
- Informasi terkait pemeliharaan diri dan orang lain dari penyakit.

2. Sumber Alternatif

Guru juga dapat menggunakan alternatif sumber belajar yang terdapat di lingkungan sekitar dan disesuaikan dengan tema yang sedang dibahas.

Materi Pembelajaran

1. Materi Pembelajaran Reguler

A. Penyakit Menular
   1. Pengertian Penyakit Menular
   2. Macam-Macam Penyakit Menular

B. Penyakit Tidak Menular
   1. Pengertian Penyakit Tidak Menular
   2. Macam-Macam Penyakit Tidak Menular

C. Melindungi Diri dari Penyakit
   1. Cara Melindungi Diri dari Penyakit
   2. Cara Mencegah Penyakit

2. 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.

3. Materi Pembelajaran Pengayaan

Materi pembelajaran untuk pengayaan lebih tinggi dari materi regular. Materi dapat dikembangkan dengan meningkatkan kompleksitas materi, mengubah lingkungan permainan, dan mengubah jumlah pemain di dalam permainan yang dimodifikasi.

Kegiatan pembelajaran :

Pembelajaran pada Pelajaran IX memerlukan waktu 9 jam pelajaran. Alokasi waktu untuk setiap pertemuan adalah 3 jam pelajaran.
Dalam modul pembelajaran IX ini ada berbagai kegiatan yang akan dilaksanakan peserta didik saat pembelajaran. Setiap kegiatan akan di evaluasi secara langsung berdasarkan hasil observasi. Guru mengevaluasi sesuai dengan kriteria yang tepat. Pada setiap akhir pertemuan, guru mengingatkan kembali projek yang telah dilaksanakan.
Pengorganisasian tatap muka untuk materi Pelajaran IX sebagai berikut.

Persiapan Pembelajaran :

Pada pertemuan ini, materi yang dibahas terkait konsep pemeliharaan diri dan orang lain dari penyakit menular dan penyakit tidak menular. Dalam pertemuan ini, juga dibahas

cara pencegahan penyakit. Selama pembelajaran, guru mengajak peserta didik terlibat aktif. Guru dapat menerapkan pendekatan pembelajaran *contextual teaching learning* pada pertemuan ini.

Berikut beberapa hal yang perlu dipersiapkan guru dalam kegiatan pembelajaran ini.

1) Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 82 Tahun 2014 tentang Penanggulangan Penyakit Menular.
2) Gambar yang menunjukkan seseorang menderita penyakit menular (influenza) karena virus.
3) Informasi mengenai penyakit menular.
4) Lembar penilaian.

Pertemuan Pertama

Pendahuluan

- Peserta didik berdoa bersama yang dipimpin oleh salah satu peserta didik (penguatan nilai religius).
- Guru mengecek kehadiran peserta didik. Guru mengidentifikasi kondisi fisik peserta didik.
- Jika terdapat peserta didik yang kurang sehat, guru dapat bertanya penyebabnya penyakitnya dan memberi pertolongan pertama. Guru juga dapat menjadikan pengalaman tersebut menjadi stimulus untuk peserta didik pada pembelajaran ini.
- Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai pada pertemuan ini. Pada pertemuan ini, peserta didik diharapkan dapat merumuskan pengertian penyakit menular. Peserta didik juga dapat menyebutkan macam-macam penyakit menular dan cara pencegahannya.
- Peserta didik diarahkan mengamati gambar seorang dokter sedang memeriksa denyut nadi pasien yang sedang sakit. Peserta didik dapat menanya terkait gambar tersebut.
- Peserta didik diajak tanya jawab terkait penyakit menular dan macam-macam penyakit menular. Peserta didik dapat mengamati peta konsep yang memuat alur pembelajaran materi pada pelajaran ini.

Kegiatan inti

a) Guru mengarahkan peserta didik membahas materi penyakit menular. Peserta didik mendengark an penjelasan guru mengenai kondisi tubuh yang sakit. Peserta didik melakukan Kegiatan: Ayo, Membersihkan Lingkungan Kelas!



Langkah-langkah pembelajarannya sebagai berikut.

(1) Peserta didik membersihkan meja, kursi, dan lantai menggunakan lap, kemoceng, sapu, dan pengki yang terdapat di ruang kelas.
(2) Peserta didik diimbau agar membuang sampah di tempat sampah.
(3) Peserta didik diminta merefleksikan kegiatan ini secara bergantian. Dari kegiatan tersebut peserta didik memahami pentingnya menjaga kebersihan. Tindakan tersebut sebagai upaya mencegah timbulnya penyakit.

b) Peserta didik membaca teks mengenai penyakit menular.

Langkah-langkah pembelajarannya sebagai berikut.

(1) Guru menjelaskan tentang penyakit menular.
(2) Guru menyiapkan soal dalam lembar kerja.
(3) Contoh bentuk pertanyaan sebagai berikut.
(a) Apa yang dimaksud penyakit menular?
(b) Tuliskan macam-macam penyakit menular!
(c) Ceritakan pengalamanmu terkait penyakit menular!

c) Kegiatan pembelajaran dilanjutkan dengan mempelajari penyakit influenza.



Langkah-langkah pembelajarannya sebagai berikut.

1. Peserta didik mengamati gambar yang disajikan guru.



2. Guru mengajukan beberapa pertanyaan kepada peserta didik. Guru menanyakan peserta didik yang pernah mengalami penyakit influenza.
3. Peserta didik mengumpulkan informasi tentang penyakit influenza dari buku, surat kabar, majalah, atau internet.
4. Peserta didik mengasosiasi informasi yang ditemukan melalui kegiatan diskusi di kelas. Peserta didik diminta menjelaskan tentang penyakit influenza.
5. Peserta didik mengomunikasikan hasil diskusi dalam kegiatan presentasi. Peserta didik diarahkan menceritakan pengalamannya tentang penyakit influenza.

Guru menilai aktivitas peserta didik dalam setiap tahap. Guru menjelaskan penyakit influenza merupakan contoh penyakit menular yang disebabkan virus. Adapun contoh jawaban sebagai berikut.

1. Penyakit influenza disebabkan oleh virus yang menyerang sistem per napasan, termasuk hidung, tenggorokan, cabang tenggorokan, dan paru-paru.
2. Penyakit influenza akan berdampak buruk pada kehidupan, khususnya kesehatan manusia. Seseorang yang terkena penyakit influenza akan mengalami demam hingga mencapai 40°C. Hidung penderita akan tersumbat. Kondisi tubuh penderita menjadi lemah.
3. Cara pencegahan penyakit influenza sebagai berikut.

a. Menggunakan vaksin flu secara rutin tiap tahun.
b. Membiasakan cuci tangan menggunakan sabun.
c. Makan, olahraga, dan tidur secara teratur.
d. Hindari kerumunan orang saat sakit flu.

d) Peserta didik mengidentifikasi bermacam-macam penyakit menular lainnya yang mengancam manusia. Guru mengarahkan peserta didik untuk menelusuri internet. Kegiatan ini bertujuan untuk menemukan informasi tentang penyakit menular. Kegiatan ini dapat memperluas wawasan peserta didik. Jika tidak dimungkinkan, guru dapat mengunduh artikel dari internet dan memperbanyaknya untuk peserta didik. Peserta didik menggunakan artikel tersebut sebagai sumber belajar.

e) Guru dan peserta didik mendiskusikan macam-macam penyakit menular. Dalam kegiatan ini peserta didik dapat mengembangkan kemampuan berpikir dengan prinsip *higher order thinking skills* (HOTS).

f) Guru menyampaikan penyakit menular terdiri atas penyakit menular langsung serta penyakit menular melalui vektor dan binatang pembawa penyakit.

g) Peserta didik membaca Tahukah Kamu: perbedaan demam berdarah dengue dan chikungunya. Peserta didik dapat menanya perbedaan demam berdarah dengue dan chikungunya.

Penutup

- Guru dan peserta didik menyimpulkan materi yang telah dipelajari, yaitu materi macam-macam penyakit menular.
- Peserta didik diberi kesempatan menanya materi yang belum dipahami. Contoh pertanyaan, apa dampak penyakit menular yang disebabkan jamur pada tubuh?
- Guru mengimbau peserta didik agar memiliki pola hidup sehat dengan rajin olahraga dan menjaga kebersihan.
- Peserta didik diminta mempelajari materi subpelajaran B tentang penyakit tidak menular yang akan dibahas pada pertemuan berikutnya. Peserta didik diminta mencari informasi penyakit tidak menular dan digunakan sebagai bahan belajar.
- Peserta didik dibiasakan berdoa sebagai bentuk syukur kepada Tuhan Yang Maha Pemurah karena dikarunia tubuh sehat.
- Pembelajaran materi ini juga dapat menggunakan alternatif model pembelajaran lainnya, yaitu *jigsaw learning*.

Pertemuan Kedua

Persiapan Mengajar

Pada pertemuan ini, peserta didik akan membahas penyakit tidak menular. Peserta didik diminta mempelajari penyakit tidak menular. Peserta didik juga membahas mengenai macam-macam penyakit tidak menular. Peserta didik diajak terlibat aktif selama kegiatan pembelajaran. Pada pertemuan ini akan digunakan model pembelajaran *problem based learning.*

Beberapa hal yang dapat dipersiapkan guru dalam kegiatan pembelajaran sebagai berikut.

1) Gambar yang berkaitan dengan penyakit tidak menular.
2) Gambar yang menunjukkan aktivitas olahraga.
3) Informasi mengenai penyakit tidak menular.
4) Lembar penilaian.

Pendahuluan

- Peserta didik berdoa bersama sebagai wujud syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa (penguatan nilai religius).
- Peserta didik diberi kesempatan menyiapkan diri agar kegiatan pembelajaran menyenangkan. Guru mengidentifikasi kondisi peserta didik dan mengecek kehadiran peserta didik.
- Guru menindak lanjuti keadaan peserta didik yang kurang sehat pada pertemuan sebelumnya. Guru meminta peserta didik tersebut menceritakan pengalaman yang dirasakan saat sakit. Hal ini dilakukan untuk memotivasi peserta didik lain agar tetap menjaga kesehatan.
- Guru menjelaskan tujuan pembelajaran yang disampaikan kepada peserta didik. Pada pertemuan ini peserta didik diharapkan dapat merumuskan pengertian penyakit tidak menular. Peserta didik juga diharapkan dapat menyebutkan macam-macam penyakit tidak menular.
- Guru menanyakan kepada peserta didik terkait informasi yang dipelajari terkait materi yang akan dibahas pada pertemuan ini. Guru juga bertanya terkait media yang digunakan oleh peserta didik sebagai sumber belajar pada pertemuan ini.

Kegiatan Inti

a) Peserta didik diarahkan membahas materi penyakit tidak menular. Peserta didik melakukan Kegiatan: Ayo, Mencari Tahu tentang Penyakit Tidak Menular!



Langkah-langkahnya sebagai berikut.

(1) Guru meminta peserta didik mencari contoh penyakit tidak menular dan membahasnya bersama temannya.

(2) Peserta didik dapat mencari informasi mengenai penyakit tidak menular dari surat kabar, majalah, atau internet. Saat penelusuran internet, guru mendampingi dan mengarahkan peserta didik untuk saling bekerja sama.

(3) Peserta didik menyimpulkan penyakit tidak menular dan contohnya. Peserta didik mengomunikasikan kesimpulannya kepada guru secara santun.

b) Peserta didik diajak membahas mengenai penyakit tidak penular. Langkah-langkah pembelajarannya sebagai berikut.
   (1) Guru menjelaskan materi penyakit tidak menular. Peserta didik diminta memberikan penjelasan penyakit tidak menular.
   (2) Guru mengaitkan pembahasan penyakit tidak menular dengan penyakit menular.
   (3) Peserta didik diberikan kesempatan menanya materi yang belum dipahami. Guru menjawab pertanyaan peserta didik.
   (4) Guru menyampaikan macam-macam penyakit tidak menular. Peserta didik memberikan contoh penyakit tidak menular yang diketahui dalam kehidupan sehari-hari. Peserta didik menceritakan pengalaman saat melihat penderita penyakit tidak menular.

c) Peserta didik mencari informasi macam-macam penyakit menular. Peserta didik mengerjakan Ayo,



Ayo, Lakukan

Peserta didik diajak menelurusi internet terkait macam-macam penyakit menular. Peserta didik dihimbau agar memanfaatkan internet secara bijak. Informasi yang ditemukan pada laman dapat digunakan sebagai sumber belajar. Jika internet tidak tersedia, maka guru dapat menggunakan buku terkait penyakit tidak menular yang terdapat di perpustakaan sekolah sebagai sumber informasi.

d) Peserta didik diajak membahas perbedaan penyakit menular dan penyakit tidak menular. Peserta didik mencari perbedaannya melalui diskusi bersama teman. Hasil diskusi ditulis dalam bentuk tabel.
Catatan: Guru memberikan penjelasan mengenai sifat penyakit menular dan penyakit tidak menular. Sifat penyakit menular, yaitu kronis endemis dan kronis epidemis. *Kronis endemis* adalah penyakit menular yang gejalanya muncul pelan-pelan, frekuensinya relatif tetap dalam jangka waktu lama. *Kronis epidemis* adalah penyakit menular yang gejala-gejalanya muncul secara mendadak dan kuat, juga penyebarannya berlangsung cepat, sering berupa wabah. Sifat penyakit tidak menular, yaitu kronis dengan jangka panjang. Melalui diskusi, peserta didik mengetahui perbedaan penyakit menular dan penyakit tidak menular. Kedua jenis penyakit tersebut hendaknya diatasi secara cermat.

e) Peserta didik dihimbau menjaga kondisi tubuhnya sebagai karunia Tuhan Yang Maha Esa. Caranya dengan membiasakan pola hidup sehat meliputi mengonsumsi makanan bergizi, olahraga teratur, dan cukup istirahat.

f) Peserta didik mengerjakan Unjuk Kemampuan: Membuat Pohon Penyakit Menular dan Tidak Menular.



Unjuk Kemampuan

Membuat Pohon Penyakit Menular dan Tidak Menular

Peserta didik diminta membuat pohon penyakit menular dan tidak menular. Langkah-langkah kegiatan ini sebagai berikut.

1. Guru membagi kelas menjadi beberapa kelompok. Setiap kelompok terdiri atas 3–4 peserta didik.
2. Setiap kelompok menyediakan pot bunga, ranting pohon setinggi 1 meter, benang, gunting, lem, dan kertas berwarna merah dan kuning (sesuai selera).
3. Kertas digunting sesuai bentuk daun dan bunga dengan ukuran diameter 5 cm. Kertas berwarna merah ditulisi jenis penyakit menular. Kertas berwarna kuning ditulisi jenis penyakit tidak menular. Kertas diikat benang kemudian digantung di ranting pohon.
4. Setiap kelompok menanam ranting pohon dalam pot menggunakan media batu atau tanah. Selanjutnya, hasil karya setiap kelompok diletakkan di depan atau halaman kelas.

Guru melakukan penilaian dalam setiap tahap. Peserta didik diarahkan mengembangkan daya kreativitas, tanggung jawab, dan sikap disiplin dalam mengerjakan aktivitas ini.

Kegiatan penutup

- Peserta didik diberi kesempatan bertanya mengenai materi yang belum dipahami. Pembelajaran ini dapat dilakukan dalam bentuk tanya jawab.
- Peserta didik menyimpulkan pembelajaran yang telah dilakukan pada pertemuan ini.
- Guru memberi tugas kepada peserta didik mengerjakan Aktivitas Peserta Didik: Membuat Poster Lingkungan Hidup. Aktivitas ini dikerjakan secara berkelompok dan dikumpulkan pada pertemuan berikutnya.



Aktivitas Peserta Didik

Membuat Poster Menjaga Lingkungan Sehat

Peserta didik diarahkan membuat poster tentang lingkungan sehat. Langkah-langkah kegiatan ini sebagai berikut.

1. Guru membagi kelas menjadi beberapa kelompok. Setiap kelompok terdiri atas 4–5 peserta didik.
2. Setiap kelompok menentukan judul poster berdasarkan tema yang telah ditentukan. Setiap kelompok menyiapkan bahan untuk membuat poster.
3. Poster disajikan dalam kertas karton dan dibuat semenarik mungkin. Poster digantung di majalah dinding sekolah.

Guru melakukan penilaian dalam setiap tahap. Peserta didik diimbau mengembangkan kreativitas, tanggung jawab, dan sikap disiplin dalam mengerjakan aktivitas ini.

Pertemuan Ketiga

Persiapan Mengajar

Pertemuan ini akan membahas cara melindungi diri dari penyakit. Guru membimbing peserta didik mempelajari cara melindungi diri dari penyakit. Peserta didik juga akan membahas cara mencegah penyakit. Guru mengajak peserta didik terlibat aktif selama kegiatan pembelajaran. Pada pembelajaran ini guru menerapkan model pembelajaran *problem based learning*.

Berikut beberapa hal yang perlu disiapkan guru dalam kegiatan pembelajaran.

1) Gambar terkait upaya melindungi diri dan mencegah dari penyakit.
2) Informasi mengenai upaya melindungi diri dan mencegah dari penyakit.
3) Lembar penilaian.

Pendahuluan

- Peserta didik diberi kesempatan menyiapkan diri agar proses pembelajaran menyenangkan. Peserta didik membiasakan berdoa sebelum pembelajaran (penguatan nilai religius).
- Guru mengecek kehadiran dan mengidentifikasi kondisi fisik peserta didik.
- Peserta didik mendengarkan tujuan pembelajaran yang disampaikan guru pada pertemuan ini.
- Guru mengulas sekilas meteri yang dipelajari pada pertemuan sebelumnya. Peserta didik diminta untuk bertanya terkait materi yang belum dipahami pada pertemuan sebelumnya.
- Peserta didik diingatkan untuk mengumpulkan poster yang menjadi tugas pada pertemuan sebelumnya. Poster dikumpulkan kepada guru untuk ditempel dalam majalah dinding sekolah.

Kegiatan Inti

a. Peserta didik mendengarkan penjelasan guru terkait penyakit menular. Faktanya, penyakit menular sangat berbahaya karena mengancam kesehatan masyarakat. Oleh karena itu, diperlukan penanganan khusus agar tidak membahayakan diri dan orang lain.

b. Peserta didik mengerjakan Kegiatan: Ayo, Mencari Tahu!



Guru mengajak peserta didik ke perpustakaan sekolah untuk mencari buku tentang penyakit menular. Kunjungan dilakukan berkelompok. Langkah-langkah yang akan dilakukan sebagai berikut.

1. Guru membagi kelompok terdiri atas 4–5 peserta didik.
2. Anggota kelompok membaca buku terkait penyakit menular.
3. Setiap kelompok juga mencari informasi cara menanggulanginya penyakit menular.
4. Ringkasan dibahas bersama anggota kelompok dan dituliskan pada buku tugas.
5. Hasil ringkasan dikomunikasikan kepada teman dan guru secara santun.

c. Peserta didik bertanya tentang materi yang belum dipahami. Peserta didik mengamati lingkungan sekitarnya. Hasil pengamatan ditulis peserta didik pada kertas dan dikomunikasikan dalam diskusi kelas.
d. Guru memberi artikel terkait jenis penyakit menular kepada peserta didik dan peserta didik mengerjakan Ayo Lakukan secara tanggung jawab dan mandiri.
e. Peserta didik diajak menalar, menemukan masalah, dan mencari pemecahan masalah. Guru menyajikan kasus dalam kertas yang dibagikan kepada tiap-tiap kelompok. Setiap kelompok diminta menalar contoh kasus seperti berikut.

Boni merasa tidak enak badan. Ia sudah dua hari tidak masuk sekolah. Badannya panas dan nafsu makannya berkurang. Ia juga mengeluh sakit di perut. Kondisi ini karena pencernaan terganggu. Dokter mengambil sampel feses dan darah Boni untuk mengetahui jenis penyakitnya. Hasil laboratorium menyatakan ada bakteri *Salmonella Typhi* dalam tubuh Boni. Bakteri tersebut mudah menyerang tubuh hingga terjadi infeksi.

Dari kasus tersebut guru mengajukan pertanyaan berikut kepada peserta didik.

1. Apa nama penyakit yang diderita Boni?
2. Bagaimana cara mencegah penyakit tersebut?

Pembahasan yang dapat digunakan oleh guru sebagai berikut.

1. Boni menderita penyakit tifus.
2. Cara mencegah penyakit tifus sebagai berikut.
   a. Menghindari mengonsumsi makanan di pinggir jalan.
   b. Imunisasi tifus untuk meningkatkan daya tahan tubuh.
   c. Beristirahat yang cukup dan olahraga teratur.
   d. Jika memiliki riwayat penyakit tifus sebaiknya tidak melakukan pekerjaan melelahkan.
   e. Hindari makanan tidak higienis.
   f. Mencuci tangan sebelum makan.

Penutup

- Peserta didik menyimpulkan pembelajaran dengan membaca Rangkuman. Peserta didik merefleksi hasil pembelajaran dalam Refleksi
- Peserta didik diberi kesempatan menanya materi yang belum dipahami. Guru menjelaskan materi yang ditanyakan oleh peserta didik.
- Peserta didik melakukan penilaian diri dalam Umpan Balik.
- Peserta didik mengerjakan soal-soal evaluasi.
- Peserta didik diarahkan untuk melakukan kegiatan berdoa (penguatan nilai religius).

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 pengayaanya di dalam pembelajaran, tidak terpisah setelah pembelajaran. Hal-hal yang perlu mendapat perhatian dalam refleksi guru antara lain:

1. Apakah kegiatan pembelajaran dapat berjalan dengan baik?
2. Kesulitan-kesulitan apa saja yang dialami/temukan dalam proses pembelajaran.

3. Apa yang harus diperbaiki dan bagaimana cara memperbaiki proses pembelajaran tersebut.

Refleksi Peserta Didik

Kamu telah mempelajari materi pemeliharaan diri dan orang lain dari penyakit. Setelah mempelajari materi tersebut, kamu dapat mengetahui pentingnya pembelajaran materi tersebut. Dapatkah kamu menerapkan materi pembelajaran tersebut dalam kehidupan sehari-hari?

1. Apa manfaat mempelajari materi pemeliharaan diri dan orang lain dari penyakit?
2. Apa materi yang paling berkesan menurutmu? Berikan alasannya!
3. Apa sikap positif yang dapat kamu petik dari pembelajaran materi pemeliharaan diri dan orang lain dari penyakit?

Remedial dan Pengayaan

1. 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.

1. Guru menanyakan kesulitan yang dihadapi peserta didik. Guru memberikan contoh gerakan yang dianggap sulit oleh peserta didik.
2. Peserta didik diminta mengulangi gerakan sampai benar dan memperoleh nilai di atas kriteria ketuntasan minimal.
3. Peserta didik lain (yang sudah mencapai KBM) dilibatkan dalam kegiatan pembelajaran remedial.

2. Pengayaan

Pengayaan diberikan oleh guru terhadap proses pembelajaran yang dilakukan pada setiap aktivitas pembelajaran. Pengayaan dilakukan apabila setelah diadakan asesmen 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.

Pada kegiatan pembelajaran ini, guru menyampaikan materi pengayaan. Materi pengayaan pada Pelajaran IX, yaitu menjaga lingkungan yang sehat dan bersih.

Menjaga Lingkungan yang Sehat dan Bersih

Lingkungan sehat adalah lingkungan yang terhindar dari aspek penyebab gangguan kesehatan seperti limbah cairan, limbah padat, dan gangguan binatang pembawa bibit penyakit. Lingkungan bersih adalah lingkungan yang terbebas dari sampah dan polusi. Agar lingkungan tetap sehat dan bersih, masyarakat perlu menjaga lingkungan dengan cara berikut.

1. **Membuang Sampah pada Tempatnya**
   Setiap rumah sebaiknya memiliki tempat sampah agar sampah dikelola dengan baik. Tempat sampah juga dibedakan menjadi tempat sampah organik dan tempat sampah nonorganik. Pengelompokan ini bermanfaat agar proses daur ulang sampah bisa berjalan baik.
2. **Menanam Pohon di Lingkungan Sekitar**
   Pepohonan membantu menciptakan lingkungan sehat. Pepohonan memberikan banyak oksigen yang dibutuhkan manusia. Pohon-pohon juga akan menyerap karbon dioksida yang dapat merusak kualitas udara. Lingkungan rumah pun memiliki kualitas udara yang sehat.

Format Jurnal Penilaian Sikap Spritual

No	Tanggal	Nama Peserta Didik	Catatan Perilaku	Butir Sikap	Tindak Lanjut
1					
2					
3					

Butir nilai sikap spiritual : berdoa
Butir nilai sikap sosial : disiplin, kerja sama, tanggung jawab, percaya diri

Instrumen Penilaian Diri

Nama Peserta Didik :
Kelas :
Semester :
Waktu penilaian :
Petunjuk : Berilah tanda cek (v) pada kolom ”Ya” atau ”Tidak” sesuai keadaan sebenarnya.

No	Pernyataan	Ya	Tidak
1	Saya selalu berusaha belajar dengan tekun.		
2	Saya mengikuti pelajaran dengan perhatian.		
3	Saya mengumpulkan tugas tepat waktu		
4	Saya berani mengemukakan pendapat di kelas.		
5	Saya ikut berperan aktif dalam aktivitas kelompok.		
6	Saya membuat catatan yang dianggap penting.		
7	Saya mengerjakan tugas dengan kemampuan sendiri.		
8	Saya selalu mematuhi peraturan dengan tertib		
9	Saya menjalankan aktivitas dengan tanggung jawab.		
10	Saya bersikap disiplin dalam mengikuti pembelajaran.		

Instrumen Penilaian Antarpeserta Didik

Nama Peserta Didik :
Kelas :
Semester :
Waktu penilaian :
Petunjuk : Berilah tanda cek (√) pada kolom ”Ya” atau ”Tidak” sesuai keadaan sebenarnya.

No	Pernyataan	Ya	Tidak
1	Teman saya mengikuti kegiatan keagamaan di sekolah.		
2	Teman saya suka menolong teman yang kesulitan.		
3	Teman saya terbiasa menghargai pendapat orang lain.		
4	Teman saya berperan aktif dalam aktivitas kelompok.		
5	Teman saya mengemukakan pendapat secara santun.		
6	Teman saya bersikap toleransi antarumat beragama.		
7	Teman saya selalu bersikap jujur dalam ulangan.		
8	Teman saya bersikap disiplin dalam mematuhi peraturan.		
9	Teman saya suka berbagai pengetahuan.		
10	Teman saya mengumpulkan tugas tepat waktu		

Penilaian Pengetahuan

Evaluasi Pengetahuan

A. Pilihlah jawaban yang benar!

1. Aktivitas joging setiap pagi membuat tubuh menjadi bugar. Tubuh bugar merupakan ciri-ciri tubuh . . . .
A. lelah
B. sehat
C. letih
D. lemas

2. Didi terkena penyakit flu. Upaya Didi agar teman-temannya di sekolah tidak tertular flu, ialah . . . .
A. istirahat di UKS selama di sekolah
B. menutup hidung dengan tangan
C. izin pulang sekolah lebih awal
D. mengenakan masker

3. Penularan penyakit dapat dilakukan secara langsung maupun melalui vektor. Contoh penyakit yang ditularkan melalui vektor, yaitu . . . .
A. antraks, rabies, dan malaria
B. rabies, malaria, dan campak
C. pes, chikungunya, dan influenza
D. demam berdarah, malaria, dan chikungunya

4. *World Health Organization* (WHO) menyatakan penyakit tidak menular menjadi pembunuh pertama di dunia. Seseorang dapat terkena penyakit tidak menular karena . . .
A. memiliki pola hidup tidak sehat
B. munculnya wabah penyakit di suatu wilayah
C. kontak langsung dengan penderita penyakit
D. lingkungan rumah kotor sehingga menjadi sarang nyamuk

5. Setiap orang berusaha mempunyai tubuh sehat. Upaya untuk menjaga kesehatan tubuh ialah . . . .
A. menambah porsi makan
B. membaca buku kesehatan
C. memperpanjang waktu tidur siang
D. melakukan olahraga secara rutin

6. Perhatikan tabel berikut!

No.	X	Y
1)	Polio	Kolera
2)	Malaria	Sariawan
3)	Gondok	Tumor

Jenis penyakit tidak menular ditunjukkan oleh pasangan . . . .
A. X1), X2), dan Y1)
B. X1), X3), dan Y2)
C. X2), Y1), dan Y2)
D. X3), Y2), dan Y3)

7. Penyakit menular dapat disebabkan melalui perantara kutu yang menggigit hewan pengerat terinfeksi. Salah satu penyakit yang timbul melalui penularan tersebut ialah . . . .
A. kusta
B. pes
C. malaria
D. chikungunya

8. Budaya hidup sehat dapat dilakukan secara mudah dan sederhana.
Budaya hidup sehat dapat ditunjukkan oleh pernyataan . . .
A. Puput makan makanan dalam porsi banyak.
B. Yayat membuang sampah plastik di selokan.
C. Titik biasa mencuci tangan sebelum makan.
D. Andri makan camilan sambil berjalan.

9. Pak Ahmad memberantas jentik-jentik nyamuk. Pak Ahmad menutup penampungan air dan menguras bak mandi. Tindakan Pak Ahmad bertujuan mencegah terjangkitnya penyakit . . . .
A. pes
B. rabies
C. antraks
D. chikungunya

10. Pemerintah menerbitkan Peraturan Menteri Kesehatan untuk Pencegahan Penyakit Menular. Upaya pemerintah dalam mencegah penyakit menular sebagaimana diatur dalam peraturan tersebut, yaitu . . . .
A. – melakukan imunisasi
– memberikan obat secara massal
– mengisolasi penderita di pulau terpencil
B. – mengendalikan faktor risiko
– menutup akses dengan semua negara
– menemukan kasus
C. – memberikan obat secara massal
– melakukan penanganan kasus
– melakukan pemberian kekebalan
D. – melakukan imunisasi

– melakukan penanganan kasus
– mengisolasi penderita di pulau terpencil

B. Jawablah dengan benar!

1. Jelaskan pengertian penyakit menular menurut Peraturan Menteri Kesehatan tentang Penanggulangan Penyakit Menular!
2. Ada beberapa macam penyakit tidak menular. Tuliskan lima contoh penyakit tidak menular!
3. Ada beberapa macam penyakit menular. Sebutkan lima contoh penyakit menular!
4. Kondisi lingkungan sangat berpengaruh terhadap kesehatan manusia. Bagaimana kaitan antara menjaga lingkungan dan kesehatan manusia?
5. Setiap orang menginginkan hidupnya sehat. Mewujudkan hidup sehat dapat dilakukan dengan beberapa cara. Deskripsikan lima cara hidup sehat!

Evaluasi Keterampilan
Unjuk Kerja
Lakukan kegiatan bersih kelas sebagai upaya pencegahan penyakit.
Tunjukkan perilaku disiplin dan bertanggung jawab dalam kegiatan ini.

Penilaian Keterampilan

Format penilaian unjuk kerja sebagai berikut.
Nama Laporan :
Anggota Kelompok :
Kelas :

No	Penilaian	Skor
1	Kemampuan membersihkan lingkungan kelas.	
2	Kemampuan merapikan perlengkapan yang tersedia.	
	Jumlah skor yang diperoleh	
	Nilai akhir	

Penskoran
Kriteria: Membersihkan lingkungan kelas
1. Membersihkan lantai.
2. Membersihkan meja.
3. Membersikhan papan tulis.
4. Membersihkan kaca atau jendela kelas.

Skor: 4 jika melakukan 4 kriteria.
3 jika melakukan 3 kriteria.
2 jika melakukan 2 kriteria.
1 jika melakukan 1 kriteria.

Kriteria: Merapikan perlengkapan
1. Menata meja dan kursi kelas.
2. Menata merapikan meja guru.
3. Mmerapikan lemari kelas.

Skor: 3 jika melakukan 3 kriteria.
2 jika melakukan 2 kriteria.
1 jika melakukan 1 kriteria.

C. LAMPIRAN

Lembar Kegiatan Peserta Didik

Proyek: Membuat Poster Menjaga Lingkungan Sehat

Buatlah poster dengan tema menjaga lingkungan sehat. Aktivitas ini dikerjakan secara berkelompok. Setiap kelompok beranggotakan 4–5 orang.

Tujuan :
Menyosialisasikan budaya hidup sehat di lingkungan sekitar.

Alat/fasilitas :
Kertas karton, spidol, lem, gunting, dan benang.

Pelaksanaan:

1. Tentukan judul poster dengan tema ”Cara Menjaga Lingkungan Tetap Sehat”.
2. Carilah gambar tentang upaya menjaga lingkungan yang sehat. Contoh gambar, yaitu menguras bak air, menutup penampungan air, dan menyapu halaman. Gambar dapat diperoleh dari internet atau memfoto sendiri.
3. Gunting dan tempelkan gambar pada kertas karton. Beri tulisan singkat mengenai gambar tersebut.
4. Gunakan benang untuk menggantung karton. Selanjutnya, gantung poster kelompokmu di majalah dinding sekolah.

Kerjakan aktivitas ini secara bertanggung jawab dan disiplin. Kembangkan daya kreatifmu untuk menciptakan poster yang menarik. Penilaian poster dapat dilakukan dengan sistem polling.

Bahan Bacaan Peserta Didik :

a. Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga dan kesehatan kelas V SD
b. Pemeliharaan Diri dan Orang Lain dari Penyakit Untuk membantu dalam mencari sumber bacaan tersebut, dapat diperoleh melalui: buku, majalah, koran, internet, atau sumber lainnya.

Glosarium

afektif kemampuan motorik pe serta didik yang ditunjukkan dalam bentuk sikap atau ke pribadian
apersepsi pengantar sebelum memasuki materi
demonstrasi pendekatan pem belajaran dengan cara memperagakan suatu proses berkaitan dengan materi yang dipelajari
diskusi sebuah interaksi atau komunikasi antara dua orang atau lebih/kelompok
evaluasi penilaian hasil ker ja untuk mengukur keber hasilan proses
hard skills penguasaan ilmu pengetahuan, tek nologi, dan keterampilan teknis yang berhubungan dengan bidang ilmu
indirect teaching proses pen didikan yang terjadi selama proses pembelajaran langsung, tetapi tidak dirancang dalam kegiatan khusus
inklusif pendekatan yang mengutamakan partisipasi peserta didik dengan keterampilan yang sama dalam tugas yang sama dengan memilih tingkat kesulitan masingmasing
inkuiri rangkaian kegiatan pem belajaran yang menekankan pada proses berpikir kritis dan analitis untuk mencari dan menemukan sendiri inti materi pelajaran
kognitif kemampuan akademik peserta didik yang ditunjukkan dalam bentuk nilai angka

kolaborasi bekerja sama meng hasilkan suatu karya
media pembelajaran peralatan yang digunakan untuk men dukung kegiatan pembelajaran di dalam atau di luar kelas
metode pembelajaran cara belajar yang digunakan dalam kegiatan pem belajaran
metode penilaian cara me nilai kemampuan peserta didik
observasi kegiatan pengamatan untuk mengembangkan rasa ingin tahu peserta didik
pendidikan karakter pem belajaran yang diharapkan dapat membentuk ke pribadi an berkualitas peserta didik
pengayaan materi tambahan yang dapat diberikan kepada peserta didik untuk menambah wawasan
penilaian diri evaluasi yang dilakukan untuk menilai kemampuan diri sendiri
penilaian produk penilaian yang dilakukan dengan cara mengamati dan menilai keterampilan peserta didik dalam menghasilkan produk
proyek tugas yang bersifat menyeluruh untuk mengetahui kemampuan peserta didik
psikomotori kemampuan motorik peserta didik yang ditunjukkan ketika mengerjakan tugas
refleksi proses pengendapan pengalaman yang telah dipelajari dengan cara mengurutkan kembali peristiwa yang telah dialami
reading guide panduan membaca; strategi pem belajaran mengguna kan bacaan atau teks yang diberikan dan dipandu guru untuk dicari kata kata penting yang terdapat pada teks atau bacaan tersebut sesuai topik pembelajaran
remedial kegiatan mengerja kan soal apabila peserta didik tidak mencapai nilai ketuntasan minimal
resiprokal pendekatan pem belajaran berdasarkan prinsipprinsip pengajuan pertanyaan yang bertujuan melatih kemandirian peserta didik
responsi memiliki sikap cepat tanggap terhadap suatu peristiwa
saintifik pendekatan pem belajaran yang mem berikan kesempatan kepada peserta didik melakukan penyelidikan ilmiah melalui observasi, eksperimen, dan mengembang kan pengetahu an dengan panduan guru
sikap sosial sikap yang harus dimiliki dan dikembangkan peserta didik berkaitan dengan nilainilai sosial kemasyarakatan
sikap spiritual sikap yang harus dimiliki dan dikembangkan peserta didik berkaitan dengan nilainilai keagamaan
skala penilaian bentuk penilaian berdasarkan skala yang telah ditetapkan
strategi cara yang dipilih untuk melakukan suatu kegiatan
transaksional proses pertukaran
tugas portofolio kumpulan tugas peserta didik
umpan balik bentuk respons yang diberikan oleh peserta didik
unjuk kerja teknik penilaian berdasarkan hasil pengamatan terhadap aktivitas peserta didik

Daftar Pustaka:

Afandi, Muhamad, Evi Chamalah dan Oktarina Puspita Wardani. 2013. *Model dan Metode Pembelajaran di Sekolah*. Semarang: Unissula Press.
Ahmad, Zainal Arifin. 2012. *Perencanaan Pembelajaran dari Desain sampai Implementasi*. Yogyakarta: Pedagogia.
Ali, Muhammad. 2008. *Guru dalam Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
Andang, Irfan, dan Edi Mulyadin. 2017. *Strategi Pembelajaran*. Yogyakarta: Deepublish.
Anies. 2017. *50 Tips Sehat Menangkal Penyakit dengan Olahraga*. Yogyakarta: Kanisius.
Ayuningtyas, Dumilah. 2014. *Kebijakan Kesehatan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
Bustami, Teuku. 2008. *Ensiklomini Olahraga: Olahraga Air*. Klaten: Sahabat.
Darmadi. 2017. *Pengembangan Model dan Metode Pembelajaran dalam Dinamika Belajar Siswa*. Yogyakarta: Deepublish.

Davita, Theresia Risa. 2016. *Katakan Ya untuk Narkoba Jika Hidupmu ingin Menderita*. Klaten: Intan Pariwara.
Dinata, Marta. 2013. *Bola Basket: Konsep dan Teknik Bermain Bola Basket*. Jakarta: Penerbit Cerdas Jaya.
Dodo, R.W. 2008. *Benteng Remaja Menolak Narkoba*. Jakarta: Nobel Edumedia.
Endrayanto, Herman Yosep Sunu dan Yustiana Wahyu Harumurti. 2014. *Penilaian Belajar Siswa di Sekolah*. Sleman: Kanisius.
F. E., Eci. 2017. *Buku Pintar Olahraga dan Permainan Tradisional*. Yogyakarta: Laksana.
Fortin, Caroline. 2011. *Ensiklopedia Olahraga Jilid 1*. Penerjemah: B. Arya P. Jakarta: Kalam Publika.
Fortin, Caroline. 2011. *Ensiklopedia Olahraga Jilid 2*. Penerjemah: B. Arya P. Jakarta: Kalam Publika.
Hamdani. 2011. *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung: Pustaka Setia.
Haryanto. 2012. *Dr. Olahraga Mengenalkan Teknik Senam Dasar*. Jakarta: Balai Pustaka.
Hidayat, Witono. 2017. *Buku Pintar Bola Voli*. Jakarta: Anugrah.
Hidayat, Witono. 2017. *Buku Pintar Sepak Bola*. Jakarta: Anugrah.
Huda, Miftahul. 2014. *Cooperative Learning Metode, Teknik, Struktur, dan Model Penerapan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
Huda, Miftahul. 2015. *Model-Model Pengajaran dan Pembelajaran: Isu-Isu Metodis dan Paradigmatis*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
Idris, Meity H. 2014. *Strategi Pembelajaran yang Menyenangkan*. Jakarta: Luxima.
Irianto, Koes. 2014. *Epidemiologi Penyakit Menular dan Tidak Menular*. Bandung: Alfabeta.
Isjoni. 2012*. Pembelajaran Kooperatif (Meningkatkan Kecerdasan Komunikasi antarpeserta Didik)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
Iskandar. 2012*. Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: GP Perss Group.
Istarani. 2011. *58 Model Pembelajaran Inovatif*. Medan: Media Persada.
Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2013. *Bahan Diklat Guru dalam Rangka Implementasi Kurikulum 2013*: *Konsep*
Pendekatan Scientific. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2013. *Bahan Diklat Guru dalam Rangka Implementasi Kurikulum 2013*: *Konsep Pendekatan Scientific*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
Khoeron, Nidom. 2017. *Buku Pintar Basket*. Jakarta: Anugerah.
Koesnan Aruwono. 2001. *Permainan Bola Kecil (Kasti, Kipers, Rounders)*. Malang: FIP UM.
Kriswanto, Erwin Setyo. 2015. *Pencak Silat*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
Kurniasih, Endang Yulia. 2017. *Pemainan Bola Kecil*. Surakarta: Tiga Serangkai.
Majid, A. 2011. *Perencanaan Pembelajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
Masriadi. 2017. *Epidemiologi Penyakit Menular*. Jakarta: Rajawali Pers.
Muliawan, Jasa Ungguh. 2016. *45 Model Pembelajaran Spektakuler*.
Yogyakarta: ArRuzz Media.
Nasution, Fitri Handayani dan Febridani Santosa Pasaribu. 2017. *Buku Pintar Pencak Silat*. Jakarta: Anugrah.
Nopembri, Soni dan Saryono. 2012. *Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Fokus pada Pendekatan Taktik*. Yogyakarta: Penerbit Fakultas Ilmu Keolahragaan.
Oktara, Bebbi. 2010. *Permainan Bola Besar*. Depok: Binamuda Cipta Kreasi.
Oktara, Bebbi. 2010. *Cabang Olahraga Populer Aktivitas Ketangkasan dan Bela Diri*. Jakarta: Bina Muda Cipta Kreasi.
Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 82 Tahun 2014 tentang Penanggulangan Penyakit Menular.
Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2016 tentang Buku yang Digunakan oleh Satuan Pendidikan.
Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 21 Tahun 2016 tentang Standar Isi Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah.

Purnomo, Eddy dan Dapan. 2011. *Dasar-Dasar Gerak Atletik*. Yogyakarta: Alfamedia.
Purwanto. 2011. *Evaluasi Hasil Belajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
Rahmani, Mikanda. 2017. *Buku Pintar Renang*. Jakarta: Anugerah.
Ratumanan, T.G. 2015. *Inovasi Pembelajaran: Mengembangkan Kompetensi Peserta Didik secara Optimal*. Yogyakarta: Ombak.
Rimbi, Noviva. 2014. *Buku Cerdik Penyakit-Penyakit Menular*. Yogyakarta: Saufa.
Rosti. 2016. Tesis berjudul "*Pengaruh Latihan Sirkuit terhadap Kemampuan Daya Tahan Jantung Paru (Studi Eksperimen pada Siswa Putra SMA Negeri 10 Kendari*"). *http://sitedi.uho.ac.id/uploads_sitedi/G2G114082_sitedi_Tesis.pdf*¸ diakses 3 Agustus 2018.
Rusman. 2011. *Model-Model Pembelajaran: Mengembangkan Profesionalisme Guru*. Jakarta: Rajawali Press.
Sanjaya, Wina. 2016. *Strategi Pembelajaran: Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
Sidik, Dikdik Safar. 2014. *Mengajar dan Melatih Atletik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
Soesilo, Tritjahjo Danny. 2014. *Pengembangan Kreativitas melalui Pembelajaran*. Yogyakarta: Ombak.
Subkhan, Edi. 2016. *Pendidikan Kritis*. Yogyakarta: ArRuzz Media.
Suparlan, Ajang., Mudjihartono. dan Darajat, Djajat, K.N. 2010. *Modul Pembelajaran Permainan Bola Kecil*. Bandung : UniversitasPendidikan Indonesia.
Suprijono, Agus. 2012. *Cooperative Learning (Teori dan Aplikasi PAIKEM)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
Suryani, Esti. 2017. *Best Practice: Pembelajaran Inovasi melalui Model Project Based Learning*. Yogyakarta: Deepublish.
Sutikno, M. Sobry. 2014. *Metode dan Model-Model Pembelajaran*. Lombok: Holistica.
Suyadi. 2013. *Mencegah Bahaya Penyalahgunaan Narkoba melalui Pendidikan Budaya dan Karakter Bangsa*. Yogyakarta: Andi.
Suyono dan Haryanto. 2015. *Implementasi Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
Syamsidah. 2017. *100 Metode Pembelajaran*. Yogyakarta: Deepublish.
Tim Pengampu Permainan Bola Kecil. ?. *Permainan Bola Kecil*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. *http://staffnew.uny.ac.id/upload/131411081/pendidikan/Bahan+Ajar-Permainan+Bola+Kecil.PDF*, diakses 3 Juli 2018.
UndangUndang Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2009 tentang Narkotika.
UndangUndang Republik Indonesia Nomor 5 Tahun 1997 tentang Psikotropika.
Yuliatin, Enik dan Haryanto. 2012. *Mengenal Olahraga Atletik*. Jakarta: Balai Pustaka.
Yuliatun, Enik. 2012. *Bugar dengan Olahraga*. Jakarta: Balai Pustaka.