



A. Identitas

Satuan Pendidikan : SMAN 2 Bantul
Guru Mata Pelajaran : Heni Kusriani, S.Pd
Kelas / Fase : X/E
Alokasi Waktu : 120 Menit
Mata Pelajaran : PJOK
Materi : Servis Bawah Bola Voli





LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK



Kompetensi awal :

1. Peserta didik telah dapat menunjukkan kemampuandalam mempraktikkan dan memahami variasi dan kombinasi gerak spesifik dalam berbagai permainan net melalui permainan bola voli sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki.
2. Siswa sudah memahami tehnik dasar dalam permainan bola voli



Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran ini peserta didik diharapkan mampu:

1. Peserta didik diharapkan mampu memelihara kesehatan tubuh.
2. Peserta didik diharapkan mampu menjaga kesehatan tubuh dengan menerapkan gaya hidup aktif serta dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.
3. Mengembangkan nilai-nilai Profil Pelajar Pancasila dengan menanamkan nilai-nilai sikap seperti: kerja sama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportifitas
4. Dalam melakukan aktivitas fisik yang dilakukan secara berkelompok, beregu, dan berpasangan memperhatikan kondisi teman, baik fisik atau psikis.
5. Peserta didik mampu menganalisis keterampilan gerak servis bawah permainan bola voli sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki
6. Menganalisis dan mempraktikkan keterampilan dasar permainan bola voli (servis bawah) dengan benar.

Profil Pelajar Pancasila

1. Mandiri: Peserta didik dapat Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola voli untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.
2. Kreatif: Peserta didik dapat menciptakan permainan dengan memodifikasikan materi permainan bola voli.
3. Bergotong royong: Melakukan praktik kegiatan permainan bola voli secara bersama-sama dengan menganalisis kesalahan yang dilakukan oleh teman lainnya.

Sarana Prasarana

1. Bola voli
2. Net (Seutas tali)
3. Stopwatch
4. Gambar
5. Video pembelajaran
6. Hp dan Laptop

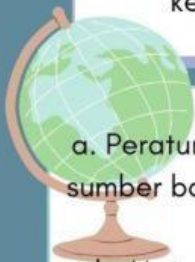


NAMA :

KELAS :

PETUNJUK LKPD

1. Untuk memahami materi, baca materi dan video pembelajaran
2. Untuk mengetahui pemahaman ranah kognitif , peserta didik melaksanakan kegiatan 1 dan 2
3. Kegiatan 3 bertujuan untuk mengetahui pada ranah psikomotor
4. Pengembangan nilai-nilai Profil Pelajar Pancasila muncul pada kegiatan berkelompok dan berkolaborasi



Bahan Bacaan

- a. Peraturan permainan bola voli yang standar. Untuk membantu dalam mencari sumber bacaan tersebut, dapat diperoleh melalui: buku, majalah, koran, internet, atau sumber lainnya.
- b. Materi keterampilan gerak servis bawah bola voli. Untuk membantu dalam mencari sumber bacaan tersebut, dapat diperoleh melalui: buku, majalah, koran, internet, atau sumberlainnya.

Simak video latihan servis bawah berikut ini
https://www.youtube.com/watch?v=jkeAyZ_QSfE



 **NAMA :**
KELAS :



Kegiatan 1, Uji Pemahaman

1. Apakah yang dimaksud dengan servis bawah dalam permainan bola voli
Jawab:
2. Sebutkan keterampilan gerak teknik dasar permainan bola voli
Jawab:

Kegiatan 2, Uji Pemahaman



3. Jelaskan tahapan pelaksanaan servis bawah yang nomor 2
4. manakah diantara gambar tersebut yang merupakan tahap pelaksanaan



Print Friendly

Kegiatan 3, Uji Keterampilan

Lakukan koordinasi teknik dasar passing bawah unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan ketepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

1. Sikap awal		
No	Rubrik	Skor
1	Siswa dapat melakukan 6 tahap dengan baik dan benar 1) Kaki merenggang dengan santai 2) Lutut ditekuk 3) Kaki kiri berada di posisi lebih depan dari kaki kanan 4) Kedua tangan lurus 5) Tangan kanan memegang bola di arah depan 6) Tangan kiri lurus sejajar bahu	4
2	Siswa hanya melakukan 4 tahapan dengan baik dan benar	3
3	Siswa hanya melakukan 2 tahapan dengan baik dan benar	2
4	Siswa melakukan Gerakan tetapi salah	1
2. Pelaksanaan		
No	Rubrik	Skor
1	Siswa dapat melakukan 6 tahap dengan baik dan benar 1) Kaki merenggang dengan santai 2) Lutut ditekuk 3) Kaki kiri berada di posisi lebih depan dari kaki kanan 4) Tangan kiri lurus ke arah depan memegang bola 5) Tangan kanan berada di belakang punggung 6) Tangan kanan mengayun ke arah depan tangan kiri untuk melambungkan bola	4
2	Siswa hanya melakukan 4 tahapan dengan baik dan benar	3
3	Siswa hanya melakukan 2 tahapan dengan baik dan benar	2
4	Siswa melakukan Gerakan tetapi salah	1
3. Sikap akhir		
No	Rubrik	Skor
1	Siswa dapat melakukan 6 tahap dengan baik dan benar 1) Kaki merenggang dengan santai 2) Lutut tegap 3) Kedua posisi kaki sejajar 4) Tangan kiri turun sejajar dengan badan 5) Tangan kanan turun sejajar dengan badan 6) Kedua tangan lurus sejajar bahu	4
2	Siswa hanya melakukan 4 tahapan dengan baik dan benar	3
3	Siswa hanya melakukan 2 tahapan dengan baik dan benar	2
4	Siswa melakukan Gerakan tetapi salah	1



MEET YOUR TEACHER



F .	DAFTAR PUSTAKA
1 .	Ary Setyaningsih, dkk. (2022). Buku Interaktif PJOK. Yogyakarta: Intan Pariwara
2 .	Khairul Hadzid (2022). Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Bandung: Yrama Widya
3 .	Agus Mahendra, dkk. (2021). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Jakarta: Pusat Kurikulum dan Pembukuan
4 .	https://id.search.yahoo.com/search?fr=mcafee&type=E210ID1406G0&p=servis+bawah+adalah



ASESMEN PENILAIAN

Tes Pengetahuan (Kognitif)

A. Identitas

Satuan Pendidikan	: SMAN 2 Bantul
Guru Mata Pelajaran	: Heni Kusrini, S.Pd
Kelas / Fase	: X/E
Alokasi Waktu	: 120 Menit
Mata Pelajaran	: PJOK
Materi	: Permainan Bola Voli

B. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran ini peserta didik diharapkan mampu:

1. Peserta didik diharapkan mampu memelihara kesehatan tubuh.
2. Peserta didik diharapkan mampu menjaga kesehatan tubuh dengan menerapkan gaya hidup aktif serta dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.
3. Mengembangkan nilai-nilai Profil Pelajar Pancasila dengan menanamkan nilai-nilai sikap seperti: kerja sama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportifitas
4. Dalam melakukan aktivitas fisik yang dilakukan secara berkelompok, beregu, dan berpasangan memperhatikan kondisi teman, baik fisik atau psikis.
5. Peserta didik mampu menganalisis keterampilan gerak servis bawah permainan bola voli sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki
6. Menganalisis dan mempraktikkan keterampilan dasar permainan bola voli (*servis bawah*) dengan benar.

Nama Peserta didik :
Kelas/Semester : X/1
Materi : Permainan Bola voli
Sub Materi : Teknik dasar servis bawah

Berilah tanda silang (X) pada huruf a, b, c, d, atau e yang merupakan jawaban paling benar.

- 1) Teknik permainan bola voli yang baik selalu berdasarkan pada teori dan hukum-hukum yang berlaku dalam ilmu dan pengetahuan yang menunjang pelaksanaan. Cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal dinamakan . . .
 - a. teknik
 - b. taktik
 - c. strategi
 - d. pola penyerangan
 - e. pola pertahanan
- 2) Teknik permainan bola voli yang harus dikuasai oleh pemain bola voli antara lain: *passing* bawah, *passing* atas, *smash* dan *spike*, servis, dan bendungan. Dari sekian banyak teknik-teknik permainan bola voli tersebut, teknik yang paling dominan dilakukan adalah . . .
 - a. passing
 - b. smes
 - c. spike
 - d. block/bendungan
 - e. servis
- 3) Dorongkan kedua lengan ke arah datangnya bola bersamaan kedua lutut dan pinggul naik serta tumit terangkat dari lantai. Usahakan arah datangnya bola tepat di tengah-tengah badan. Perkenaan bola yang baik tepat pada pergelangan tangan. Teknik keterampilan gerakan tersebut merupakan pelaksanaan . . .
 - a. servis atas
 - b. passing bawah
 - c. passing atas
 - d. smesh
 - e. block/bendungan

- 4) Dorongkan kedua lengan menyongsong arah datangnya bola bersamaan kedua lutut dan pinggul naik serta tumit terangkat. Usahakan arah datangnya bola tepat ditengah-tengah atas wajah. Perkenaan bola yang baik adalah tepat mengenai jari-jari tangan. Teknik keterampilan gerakan tersebut merupakan teknik *passing* atas pada tahap
- sikap permulaan
 - gerak pelaksanaan
 - siap mempassing bola
 - gerak mengambil bola
 - gerak lanjutan (*follow through*)
- 5) Perhatikan gambar berikut ini, yang merupakan keterampilan teknik dasar servis bawah permainan bola voli.



Berdasarkan gambar di atas, keterampilan teknik dasar servis bawah tahapan pelaksanaan permainan bola voli tersebut adalah

- berdiri dengan kedua kaki dalam posisi melangkah.
- pegang bola setinggi pinggang atau lebih rendah di depan badan.
- pukul bola dengan telapak tangan saat pada posisi setinggi pinggang.
- jari-jari yang akan digunakan memukul (servis) dirapatkan.
- ikuti gerakan badan ke depan dengan melangkahkan kaki belakang ke depan.

Essay

- 6) Sebutkan keterampilan gerak teknik dasar permainan bola voli!

Contoh: Teknik servis

Jawaban:

.....

.....

.....

- 7) Apakah yang dimaksud dengan servis dalam permainan bola voli ?

Contoh: Servis adalah jenis pukulan seorang pemain untuk memulai permainan.

Jawaban:

.....

.....

.....

- 8) Jelaskan cara melakukan gerakan *passing* atas dalam permainan bola voli!

Contoh: Berdiri menghadap arah datangnya bola

Jawaban:

.....
.....

.....

- 9) Mengapa dalam melakukan *passing* bawah perkenaan bola sebaiknya antara pergelangan tangan sampai siku ?

Contoh: Kontrol bola

Jawaban:

.....
.....

.....

- 10) Jelaskan kesalahan-kesalahan yang sering terjadi saat melakukan teknik dasar pass bawah dalam permainan bola voli.

Contoh: lengan terlalu tinggi

Jawaban:

.....
.....
.....
.....