



# RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

## Kurikulum Deep Learning Berbasis Cinta

<b>Madrasah</b>	MTs. Ahmad Yani Jabung
<b>Mata Pelajaran</b>	Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PENJASKES)
<b>Kelas / Semester</b>	IX-F / Genap
<b>Tahun Pelajaran</b>	2025/2026
<b>Tanggal PBM</b>	Rabu, 07 Januari 2026
<b>Alokasi Waktu</b>	2 JP (80 menit)
<b>Topik Pembelajaran</b>	Sejarah dan Jenis Senam Aerobik

<b>Capaian Pembelajaran</b>	Siswa mampu menganalisis rangkaian gerakan senam aerobik dengan memperhatikan irama, koordinasi, dan ekspresi gerak yang tepat serta menumbuhkan kesadaran hidup sehat, disiplin, dan tanggung jawab terhadap kebugaran jasmani.
-----------------------------	--

<b>Dimensi Profil Lulusan</b>	<input checked="" type="checkbox"/> Beriman, bertakwa kepada Tuhan YME dan berakhlak mulia <input checked="" type="checkbox"/> Mandiri <input checked="" type="checkbox"/> Gotong royong <input checked="" type="checkbox"/> Bernalar kritis <input checked="" type="checkbox"/> Kreatif
-------------------------------	--

### Langkah-Langkah Pembelajaran (Dimensi Cinta)

<b>A. Kegiatan Awal</b> (±10 menit)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Guru menyapa siswa dengan hangat dan memastikan kondisi fisik siswa siap mengikuti pembelajaran (cinta pada diri).</li> <li>Stimulus: menayangkan video singkat senam aerobik modern.</li> <li>Apersepsi: diskusi singkat tentang kebiasaan olahraga siswa dan manfaatnya bagi kesehatan.</li> <li>Guru menyampaikan tujuan pembelajaran dan pentingnya menjaga kebugaran dengan penuh kesadaran.</li> </ul>
<b>B. Kegiatan Inti</b> (±55 menit)	<p><b>A. Memahami</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Guru menjelaskan sejarah perkembangan senam aerobik dan jenis-jenisnya (low impact, high impact, mixed impact).</li> <li>Siswa mencatat ciri khas tiap jenis senam aerobik dan manfaatnya.</li> </ul> <p><b>B. Mengaplikasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok.</li> <li>Setiap kelompok diberi masalah: menentukan jenis senam aerobik yang sesuai untuk remaja dan alasannya.</li> <li>Kelompok mempresentasikan hasil diskusi secara singkat.</li> <li>Nilai cinta: saling menghargai pendapat, kerja sama, dan kepedulian terhadap kesehatan bersama.</li> </ul> <p><b>C. Merefleksi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pertanyaan reflektif: Mengapa senam aerobik penting bagi usia remaja? Jenis mana yang paling sesuai untukmu?</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tindak lanjut: siswa menuliskan satu kebiasaan hidup sehat yang akan diterapkan.</li> </ul>
<b>C. Penutup</b> (±15 menit)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru dan siswa menyimpulkan materi pembelajaran.</li> <li>• Evaluasi lisan terkait sejarah dan jenis senam aerobik.</li> <li>• Tugas: membuat ringkasan jenis senam aerobik beserta manfaatnya.</li> <li>• Guru memberikan motivasi untuk rutin berolahraga.</li> </ul>

<b>Asesmen Pembelajaran</b>	
<b>Asesmen Awal</b>	Partisipasi siswa dalam apersepsi dan kemampuan mengaitkan olahraga dengan kesehatan.
<b>Asesmen Proses</b>	Observasi diskusi kelompok dengan indikator: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keaktifan dan kerja sama</li> <li>• Kemampuan menganalisis jenis senam</li> <li>• Sikap saling menghargai</li> </ul>
<b>Asesmen Akhir</b>	Tugas tertulis dengan kriteria: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kesesuaian isi</li> <li>• Kelengkapan jenis dan manfaat</li> <li>• Kejelasan penjelasan</li> </ul>

<b>Pemanfaatan Digital</b>	Video pembelajaran (YouTube Edu), Google Form refleksi, dan presentasi visual.
----------------------------	--

<b>Pengalaman Belajar &amp; Lingkungan Pembelajaran</b>	Pembelajaran berlangsung di kelas dengan suasana interaktif dan mendukung kesadaran akan pentingnya kebugaran jasmani.
---	--

<b>Praktik Pedagogis &amp; Kemitraan</b>	Kolaborasi guru dan siswa melalui diskusi kelompok serta keterkaitan dengan kegiatan ekstrakurikuler olahraga sekolah.
--	--

Mengetahui,  
Kepala Madrasah

Jabung, 07 Januari 2026  
Guru Mata Pelajaran

**Muroihatul Jannah, M.Pd**

**M. Ifan Nur Syamsudin, S.Pd**