



MTs. Ahmad Yani Jabung

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Madrasah	MTs. Ahmad Yani Jabung	Mata Pelajaran	PENJASKES
Kelas / Semester	VIII-C / Genap	Tanggal PBM	Selasa, 13 Januari 2026
Alokasi Waktu	2 JP (80 menit)	Topik Pembelajaran	Sejarah dan Jenis Senam Irama

Capaian Pembelajaran

Siswa mampu memahami sejarah, tujuan, dan jenis-jenis senam irama serta mempraktikkan gerakan dasar senam berirama secara sederhana dengan iringan musik, menunjukkan sikap disiplin, kerja sama, dan percaya diri.

Dimensi Profil Lulusan (DPL)

<input checked="" type="checkbox"/> Beriman, bertakwa kepada Tuhan YME dan berakhlak mulia	<input checked="" type="checkbox"/> Mandiri	<input checked="" type="checkbox"/> Gotong Royong	<input type="checkbox"/> Bernalar Kritis
<input type="checkbox"/> Kreatif	<input checked="" type="checkbox"/> Berkebinekaan Global		

Langkah-Langkah Pembelajaran

A. Kegiatan Awal (10 menit)

- Guru memberi salam, memimpin doa, dan mengecek kehadiran siswa.
- Guru memutar potongan video senam irama sederhana sebagai stimulus.
- Apersepsi: tanya jawab pengalaman siswa mengikuti senam atau olahraga dengan musik.
- Penanaman nilai *Dimensi Cinta*: cinta tubuh (menjaga kesehatan), cinta disiplin, dan cinta kebersamaan.

B. Kegiatan Inti (60 menit)

A. Memahami

- Guru menjelaskan sejarah senam irama di Indonesia dan dunia.
- Guru menguraikan jenis-jenis senam irama (tanpa alat dan dengan alat).
- Diskusi singkat tentang manfaat senam irama bagi kesehatan jasmani dan mental.
- Nilai cinta: cinta ilmu dan cinta diri sendiri melalui pemahaman fungsi gerak.

B. Mengaplikasi

- Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok kecil.
- Setiap kelompok mempraktikkan 3–4 gerakan dasar senam irama dengan hitungan dan iringan musik sederhana.
- Siswa saling mengamati dan memberi masukan antar kelompok.
- Nilai cinta: cinta kerja sama, saling menghargai, dan tanggung jawab kelompok.

C. Merefleksi

- Guru mengajukan pertanyaan reflektif:
 - *Apa manfaat senam irama bagi tubuh dan sikap kita?*
 - *Gerakan mana yang paling mudah dan paling sulit dilakukan?*
- Tindak lanjut: siswa menyampaikan rencana menerapkan senam irama di rumah atau kegiatan sekolah.
- Nilai cinta: cinta refleksi diri dan perbaikan berkelanjutan.

C. Kegiatan Penutup (10 menit)

- Guru bersama siswa menyimpulkan materi pembelajaran.
- Evaluasi singkat lisan dan pemberian umpan balik.
- Tugas: siswa diminta membuat catatan singkat tentang satu jenis senam irama dan manfaatnya.
- Doa dan salam penutup.

Asesmen Pembelajaran

Asesmen Awal: Pertanyaan lisan tentang pengalaman siswa mengikuti senam.

Asesmen Proses: Observasi sikap (disiplin, kerja sama) dan keterampilan melakukan gerakan.

Asesmen Akhir: Unjuk kerja gerakan senam irama dan tugas tertulis singkat.

Kriteria: Ketepatan gerak, kesesuaian irama, dan sikap selama kegiatan.

Pemanfaatan Digital

Video pembelajaran senam irama dari YouTube edukatif, pemutaran musik digital, serta Google Form untuk refleksi singkat pasca pembelajaran.

Pengalaman Belajar & Lingkungan Pembelajaran

Pembelajaran dilakukan di lapangan atau aula madrasah dengan suasana aktif, menyenangkan, dan aman sehingga siswa leluasa bergerak dan berekspresi.

Praktik Pedagogis & Kemitraan

Guru menerapkan pembelajaran kolaboratif dan kontekstual, serta membuka peluang kerja sama dengan ekstrakurikuler olahraga atau instruktur senam lokal.

Mengetahui,
Kepala Madrasah

Muroihatul Jannah, M.Pd

Jabung, 13 Januari 2026
Guru Mata Pelajaran

M. Ifan Nur Syamsudin, S.Pd