



RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Kurikulum Deep Learning Berbasis Cinta

Madrasah	MTs. Ahmad Yani Jabung
Mata Pelajaran	Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PENJASKES)
Kelas / Semester	IX-B / Genap
Tahun Pelajaran	2025/2026
Tanggal PBM	Selasa, 13 Januari 2026
Alokasi Waktu	2 JP (80 menit)
Topik Pembelajaran	Sejarah dan Jenis Senam Aerobik

Capaian Pembelajaran	Siswa mampu menganalisis dan mempraktikkan 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.
-----------------------------	--

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

	<ul style="list-style-type: none"> • Pertanyaan reflektif: Mengapa senam aerobik penting bagi usia remaja? Jenis mana yang paling sesuai untukmu? • Tindak lanjut: siswa menuliskan satu kebiasaan hidup sehat yang akan diterapkan.
C. Penutup (±15 menit)	<ul style="list-style-type: none"> • Guru dan siswa menyimpulkan materi pembelajaran. • Evaluasi lisan terkait sejarah dan jenis senam aerobik. • Tugas: membuat ringkasan jenis senam aerobik beserta manfaatnya. • Guru memberikan motivasi untuk rutin berolahraga.

Asesmen Pembelajaran	
Asesmen Awal	Partisipasi siswa dalam apersepsi dan kemampuan mengaitkan olahraga dengan kesehatan.
Asesmen Proses	Observasi diskusi kelompok dengan indikator: <ul style="list-style-type: none"> • Keaktifan dan kerja sama • Kemampuan menganalisis jenis senam • Sikap saling menghargai
Asesmen Akhir	Tugas tertulis dengan kriteria: <ul style="list-style-type: none"> • Kesesuaian isi • Kelengkapan jenis dan manfaat • Kejelasan penjelasan
Pemanfaatan Digital	Video pembelajaran (YouTube Edu), Google Form refleksi, dan presentasi visual.
Pengalaman Belajar & Lingkungan Pembelajaran	Pembelajaran berlangsung di kelas dengan suasana interaktif dan mendukung kesadaran akan pentingnya kebugaran jasmani.
Praktik Pedagogis & Kemitraan	Kolaborasi guru dan siswa melalui diskusi kelompok serta keterkaitan dengan kegiatan ekstrakurikuler olahraga sekolah.

Mengetahui,
Kepala Madrasah

Jabung, 13 Januari 2026
Guru Mata Pelajaran

Muroihatul Jannah, M.Pd

M. Ifan Nur Syamsudin, S.Pd