



## MTs. Ahmad Yani Jabung

### RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

<b>Madrasah</b>	MTs. Ahmad Yani Jabung	<b>Mata Pelajaran</b>	PENJASKES
<b>Kelas / Semester</b>	VIII-H / Genap	<b>Tanggal PBM</b>	Kamis, 15 Januari 2026
<b>Alokasi Waktu</b>	2 JP (80 menit)	<b>Topik Pembelajaran</b>	Sejarah dan Jenis Senam Irama

#### Capaian Pembelajaran

Siswa mampu memahami sejarah, tujuan, dan jenis-jenis senam irama 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, 15 Januari 2026  
Guru Mata Pelajaran

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