

## MODUL AJAR PJOK

### A. Informasi Umum

#### 1. Identitas Modul Ajar

Penyusun	: ISHARDIN,S.Pd
Instansi	: SMP Negeri 1 Bolo
Tahun Pelajaran	: 2025 / 2026
Kelas / Fase	: VII / D
Materi	: Permainan Bola Voli
Sub Materi	: Teknik Dasar Pasing Bawah
Alokasi Waktu	: 2 x 40 Menit

#### 2. Kompetensi Awal

Siswa sudah memahami teknik dasar passing bawah dalam permainan bola voli

#### 3. Profil Pelajar Pancasila

- Beriman dan betaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berakhlak mulia : terbentuk ketika peserta didik berdoa sebelum dan sesudah pembelajaran, peduli dan meghargaan guru serta teman
- Gotong royong : terbentuk dalam diskusi kelompok
- Mandiri : terbentuk ketika diberikan tugas individu
- Bernalar kritis dan kreatif : terbentuk saat diskusi dan mengerjakan lembar kerja

#### 4. Sarana dan Prasarana

##### a) Media Pembelajaran

Video Pembelajaran

##### b) Alat dan Bahan

- LCD dan Proyektor
- Laptop
- Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD)
- Lapangan
- Cone
- Peluit
- Bola Voli
- Stopwatch*

#### 5. Target Peserta Didik

Peserta didik regular/bukan berkebutuhan khusus

#### 6. Model Pembelajaran

- Model : Problem Based Learning (PBL)
- Metode : Penugasan, Diskusi, Tanya jawab, Demonstrasi

## **B. Komponen Inti**

### **1. Tujuan Pembelajaran**

- a) Dengan mengamati video pembelajaran peserta didik dapat mengetahui cara melakukan gerak passing bawah dengan benar
- b) Peserta didik dapat menjelaskan cara passing bawah dengan benar
- c) Peserta didik dapat mempraktikkan gerak dasar passing bawah dengan benar.

### **2. Pemahaman Bermakna**

Meningkatkan pemahaman peserta didik mengenai passing bawah bola voli dan dapat menerapkan gerak dasar passing bawah dalam permainan bola voli.

### **3. Pertanyaan Pemantik**

- a) Mengapa peserta didik harus memahami dan menguasai gerak dasar passing bawah dalam permainan bola voli?
- b) Kesalahan apa yang sering terjadi saat mempraktikkan teknik dasar bola voli?

## **C. Kegiatan Pembelajaran**

### **1. Pendahuluan**

- Guru mengucapkan salam dan mengajak peserta didik berdoa menurut agama dan keyakinan masing masing
- Guru mengecek kehadiran
- Peserta didik dan guru bersama sama menyanyikan lagu wajib Nasional “Indonesia Raya”(Nasionalisme)
- Guru memberikan pertanyaan pemantik
- Guru memberikan motivasi
- Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai

### **2. Kegiatan Inti**

#### ➤ **Orientasi peserta didik pada masalah**

- Peserta didik menyimak dan mengamati informasi yang disampaikan melalui video pembelajaran
- Guru memberikan pertanyaan terkait video yang sudah ditampilkan

#### ➤ **Mengorganisasi peserta didik untuk belajar**

- Guru membagi peserta didik menjadi beberapa kelompok sekaligus membagikan LKPD kepada masing-masing kelompok
- Guru memberikan arahan terkait pengerjaan LKPD
- Peserta didik melakukan diskusi dengan kelompoknya masing-masing untuk pengerjaan LKPD

#### ➤ **Membimbing penyelidikan individu / kelompok**

- Guru menyiapkan peserta didik untuk melakukan pemanasan statis, dinamis
- Peserta didik dibimbing mengerjakan pertanyaan yang ada di LKPD (Aspek ketrampilan)
- Peserta didik melakukan gerak yang ada di LKPD
- Peserta didik secara berpasangan dengan jarak  $\frac{1}{2}$  meter melakukan gerak dasar passing bawah, dengan cara siswa A melempar bola dari atas dan siswa B memasing bola ke arah atas

- Peserta didik bersama kelompoknya secara bergantian melakukan gerak dasar passing bawah dengan cara Siswa A memantulkan bola ke lantai kemudian di passing ke arah depan
- Peserta didik secara bergantian bersama kelompok melakukan gerakan passing bawah dengan cara siswa A melempar bola ke siswa B dan siswa B melakukan passing bawah ke arah siswa A.
- **Mengembangkan dan menyajikan hasil karya**
  - Peserta didik secara bergantian mempresentasikan hasil diskusi terkait penyelesaian masalah (pengetahuan dan ketrampilan)
  - Kelompok lain yang tidak presentasi memberikan tanggapan terhadap presentasi dari temannya (*Communication, Critical Thinking, creativity, collaboration*)
- **Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah**
  - Peserta didik menerima feedback hasil presentasi dan praktik
  - Peserta didik diberikan kesempatan menyampaikan pendapatnya/bertanya hal yang belum dipahami (*Communication, Critical Thinking*)

### 3. Penutup

- Guru dan peserta didik melakukan refleksi mengenai apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum
- Peserta didik membuat kesimpulan hasil pembelajaran
- Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan
- Guru menyampaikan materi untuk pertemuan selanjutnya
- Do'a penutup dipimpin oleh salah satu peserta didik
- Guru menyampaikan salam penutup.

### D. Asesmen

- a. Penilaian Sikap : Pengamatan sikap selama proses pembelajaran ( Lembar pengamatan terlampir)
- b. Penilaian Pengetahuan : Tes Tertulis (uraian)
- c. Penilaian Keterampilan : Presentasi hasil kerja kelompok ( rubrik terlampir).

### E. Refleksi Guru dan Peserta Didik

- **Refleksi peserta didik**
  1. Apa yang telah peserta didik pelajari hari ini?
  2. Kesalahan-kesalahan apa saja yang peserta didik alami/temukan dalam melakukan aktivitas pembelajaran gerak dasar passing bawah dalam permainan bola voli?
  3. Bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang peserta didik alami/temukan dalam melakukan aktivitas pembelajaran gerak dasar passing bawah dalam permainan bola voli?
- **Refleksi Guru**
  1. Apakah kegiatan pembelajaran berjalan dengan baik?
  2. Kesulitan kesulitan apa saja yang dialami/ditemukan dalam proses aktivitas pembelajaran?
  3. Apa yang harus diperbaiki dan bagaimana cara memperbaiki proses aktivitas pembelajaran
  4. Bagaimana keterlibatan peserta didik dalam proses aktivitas pembelajaran?

## 5. Glosarium

- Pasing bawah** : Teknik mengoper bola dengan sisi dalam lengan bawah, digunakan untuk menerima servis, smash atau bola memantul dari net
- Servis** : Pukulan awal untuk memulai permainan bola voli
- Smash** : Pukulan keras yang dilakukan oleh pemain lawan untuk menyerang
- Tosser** : pemain yang bertugas memberikan umpan
- Teknik dasar** : keterampilan dasar yang harus dikuasai dalam permainan bola voli.

## 6. Daftar Pustaka

Congress, F. (2017). *Official Volleyball Rules 2017-2020*.  
[https://www.researchgate.net/publication/320551029\\_OFFICIAL\\_VOLL\\_EYBALL\\_RULES\\_2017-2020](https://www.researchgate.net/publication/320551029_OFFICIAL_VOLL_EYBALL_RULES_2017-2020)

Keswando, Y., Sistiasih, V. S., & Marsudiyanto, T. (2022). Survei Keterampilan Teknik Dasar Atlet Bola Voli Jurnal Porkes ( Jurnal Pendidikan Olahraga Kesehatan & Rekreasi ). *Jurnal Pendidikan Olahraga Kesehatan & Rekreasi*, 5(1), 168–177.  
<https://doi.org/10.29408/porkes.v5i1>

Mengetahui  
Kepala SMP Negeri 1 Bolo

Bima, Juli 2025  
Guru Mata Pelajaran

M. Rifial Akbar,SE  
NIP. 197801112006041018

Ishardin,S.Pd  
NIP.

## 7. Lampiran

### LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)

Tanggal : .....

Lingkup/materi pembelajaran : .....

Nama Siswa : .....

Fase/Kelas : D / VII

#### Pengetahuan

1. Apa yang dimaksud permainan bola voli?
2. Jelaskan pengertian dari passing bawah
3. Bagaimana sikap awal saat melakukan gerakan passing bawah?
4. Sebutkan dan jelaskan langkah langkah dalam melakukan gerakan passing bawah
5. Sebutkan langkah-langkah tahap akhir passing bawah
6. Sebutkan 2 contoh kesalahan saat melakukan passing bawah.

#### Ketrampilan

1. Panduan umum
  - a. Pastikan Kalian dalam keadaan sehat dan siap untuk mengikuti aktivitas pembelajaran.
  - b. Ikuti gerakan pemanasan dengan baik, sesuai dengan instruksi yang diberikan guru untuk menghindari cedera.
  - c. Mulailah kegiatan dengan berdo'a.
  - d. Selama kegiatan perhatikan selalu keselamatan diri dan keselamatan bersama.
2. Panduan aktivitas pembelajaran
  - a. Bersama dengan teman, buatlah kelompok sejumlah maksimal 6 orang.
  - b. Lakukan aktivitas pembelajaran gerak spesifik permainan bola voli secara berpasangan dengan temanmu satu kelompok.
  - c. Perhatikan penjelasan berikut ini:

Cara bermain aktivitas pembelajaran gerak passing bawah permainan bola voli antara lain:

    1. Peserta didik secara berpasangan dengan jarak  $\frac{1}{2}$  meter melakukan gerak dasar passing bawah, dengan cara siswa A melempar bola dari atas dan siswa B

- mempasing bola ke arah atas
2. Peserta didik bersama kelompoknya secara bergantian melakukan gerak dasar passing bawah dengan cara Siswa A memantulkan bola ke lantai kemudian di passing ke arah depan
  3. Peserta didik secara bergantian bersama kelompok melakukan gerakan passing bawah dengan cara siswa A melempar bola ke siswa B dan siswa B melakukan passing bawah ke arah siswa A.

## 8. Media Pembelajaran

Video Pembelajaran :

[https://drive.google.com/file/d/1M1qfbGNs2EdU0zEdn\\_IY\\_gYKYyZqLU/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1M1qfbGNs2EdU0zEdn_IY_gYKYyZqLU/view?usp=sharing)

## 9. Assesment

### a. Assesment Sikap

Petunjuk

Penilaian observasi dilaksanakan oleh guru berdasarkan pengamatan sikap dan perilaku pesertadidik sehari-hari, baik terkait dalam proses pembelajaran maupun secara umum melalui pengamatan langsung oleh guru.

Indikator Profil Pelajar Pancasila:

1. Beriman, Bertaqwa kepada Tuhan YME dan Berakhlak Mulia
2. Gotong Royong
3. Bernalar Kritis
4. Mandiri

No	Nama Peserta Didik	Aspek yang Di Nilai																Jumlah Skor
		A				B				C				D				
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	

Rubrik / Pedoman Penskoran

Aspek	Indikator	Rubrik Penilaian			
		4	3	2	1
A	Beriman, Bertaqwa kepada Tuhan YME dan Berakhlak Mulia	Peserta didik Dapat berdoa, menjawab salam, dan berakhlak mulia selalu tampak	Peserta didik Dapat berdoa, menjawab salam, dan berakhlak mulia sering tampak	Peserta didik Dapat berdoa, menjawab salam, dan berakhlak mulia kurang tampak	Peserta didik Dapat berdoa, menjawab salam, dan berakhlak mulia tidak tampak

<b>B</b>	Gotong Royong	Peserta didik secara sukarela Dalam berkolaborasi bisa saling peduli dan bisa berbagi dalam menyelesaikan Tugas kelompoknya	Peserta didik secara sukarela dalam berkolaborasi bisapeduli tetapi tidak bisa berbagi dalam menyelesaikan tugas kelompoknya saling	Peserta didik secara sukarela dalam berkolaborasi tetapi tidak bisa salingpeduli dan tidak bisa berbagi dalam menyelesaikan tugas kelompoknya	Peserta didik tidak secara sukarela dalam berkolaborasi tidak bisa saling peduli dan tidak bisa berbagi dalam menyelesaikan tugas kelompoknya
<b>C</b>	Bernalar Kritis	Peserta didik Dapat mengemukakan pendapat/ ide gagasan dengan tepat disertai dengan alasan yang tepat.	Peserta didik mengemukakan pendapat/ ide gagasan dengan tepat disertai dengan alasan yang kurang tepat	Peserta didik dapat mengemukakan pendapat dengan tepat tanpa disertai alasan	Peserta didik tidak dapat mengemukakan pendapat/ ide gagasan dengan baik
<b>D</b>	Mandiri	Peserta didik bersedia mengemukakan ide pada saat diskusi dan sangat bertanggung jawab selama proses belajar	Peserta didik bersedia mengemukakan ide pada saat diskusi dan bertanggung jawab selama proses belajar	Peserta didik bersedia mengemukakan ide pada saat diskusi tetapi tidak bertanggung jawab selama proses belajar	Peserta didik tidak bersedia mengemukakan ide pada saat diskusi dan tidak bertanggung jawab selama proses belajar

Perhitungan skor akhir menggunakan rumus:

skor diperoleh

$$\frac{\text{skor diperoleh}}{\text{skor maksimal}} \times 4 = \text{skor akhir}$$

Peserta didik memperoleh nilai:

3 < Skor ≤ 4 : Sangat baik

2 < Skor ≤ 3 : Baik

1 < Skor ≤ 2 : Cukup

## b. Assesment Pengetahuan

### 1) Instrumen Assesment

Teknik	Bentuk	Contoh Instrumen
Tes Tulis	Soal Uraian	1. Apa yang dimaksud permainan bola voli?
		2. Jelaskan pengertian dari passing bawah
		3. Bagaimana sikap awal saat melakukan gerakan passing bawah?
		4. Sebutkan dan jelaskan langkah langkah dalam melakukan gerakan passing bawah

## 2) Kunci Jawaban dan Pedoman Assesment

No	Pertanyaan	Kunci Jawaban	Nilai
1	Apa yang dimaksud permainan bola voli?	Permainan bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim di lapangan yang dibagi atau dibatasi dengan net. Olahraga bola voli merupakan suatu cabang olahraga permainan beregu dengan masing-masing tim terdiri dari 6 pemain	Jawaban salah skor 5, jawaban benar skor 25
2	Jelaskan pengertian dari passing bawah	Yang dimaksud passing dalam bola voli adalah upaya yang dilakukan oleh pemain untuk megoperkan bola ke teman se timnya yang menggunakan teknik tertentu.	Jawaban salah skor 5, jawaban benar skor 25
3	Bagaimana sikap awal saat melakukan gerakan passing bawah?	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ ambil posisi sikap siap normal.</li> <li>➤ pada saat tangan akan dikenakan pada bola, segera tangan dan juga lengan diturunkan.</li> <li>➤ tangan dan lengan dalam keadaan terjulur ke bawah depan dan lurus.</li> </ul>	Jawaban salah skor 5, jawaban benar skor 25
4	Sebutkan dan jelaskan langkah langkah dalam melakukan gerakan passing bawah	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sikap awalan melakukan gerakan <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ ambil posisi sikap siap normal.</li> </ul> </li> </ul>	Jawaban salah skor 5, jawaban benar skor 25

		<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ pada saat tangan akan dikenakan pada bola, segera tangan dan juga lengan diturunkan.</li> <li>➤ tangan dan lengan dalam keadaan terjulur ke bawah depan dan lurus.</li> <li>• Sikap pelaksanaan melakukan gerakan <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ berdiri tegak dengan kedua kaki dibuka selebar bahu dan lutut direndahkan.</li> <li>➤ rapatkan dan luruskan kedua lengan di depan badan</li> <li>➤ dorongkan kedua lengan ke arah datangnya bola</li> <li>➤ perkenaan bola yang baik tepat pada pergelangan tangan</li> </ul> </li> <li>• Sikap akhir melakukan gerakan <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ pandangan mata ke arah lepasnya/dorongan bola.</li> <li>➤ badan sedikit dicondongkan ke depan dan beratnya terletak di antara kedua kaki.</li> <li>➤ Lengan yang mempassing bola berada di depan dengan posisi badan rileks.</li> </ul> </li> </ul>	
--	--	--	--

Total Penilaian	100
-----------------	-----

### C. Assesment Keterampilan

#### 1. Tes kinerja aktivitas variasi gerak spesifik passing bola voli

##### a. Butir Tes

Lakukan aktivitas gerak passing bawah permainan bola voli. Unsur- unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan melakukan gerakan (penilaian produk).

##### b. Petunjuk Penilaian

Berikan (angka) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan gerak spesifik yang diharapkan.

##### c. Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak

Contoh lembar penilaian proses gerak untuk perorangan (setiap peserta didik satu lembar penilaian)

Nama :

Kelas :

No	Indikator Esensial	Uraian Gerak	Ya	Tidak
			(1)	(0)
1	Posisi dan Sikap Awal	a. Kaki		
		b. Badan		
		c. Lengan dan tangan		
		d. Pandangan mata		
2	Pelaksanaan Gerak	a. Kaki		
		b. Badan		
		c. Lengan dan tangan		
		d. Pandangan mata		
3	Posisi dan Sikap Akhir	a. Kaki		
		b. Badan		
		c. Lengan dan tangan		
		d. Pandangan mata		

Perolehan/Skor maksimum X 100% = Skor Akhir

### 7. Pedoman penskoran

#### 1). Penskoran

- Skor 1 jika: Peserta didik dapat melakukan 80% dari komponen gerakan sikap awal, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir dengan benar.
- Skor 0 jika: Peserta didik kurang dari 80% melakukan komponen gerakan sikap awal, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir dengan benar.
  - a) Sikap awalan melakukan gerakan
    1. ambil posisi sikap siap normal.

2. pada saat tangan akan dikenakan pada bola, segera tangan dan juga lengan diturunkan.
3. tangan dan lengan dalam keadaan terjulur ke bawah depan dan lurus.
- b) Sikap pelaksanaan melakukan gerakan
  1. berdiri tegak dengan kedua kaki dibuka selebar bahu dan lutut direndahkan.
  2. rapatkan dan luruskan kedua lengan di depan badan
  3. dorongkan kedua lengan ke arah datangnya bola
  4. perkenaan bola yang baik tepat diatas pergelangan tangan
- c) Sikap akhir melakukan gerakan
  1. pandangan mata ke arah lepasnya/dorongan bola.
  2. badan sedikit dicondongkan ke depan dan beratnya terletak di antara kedua kaki.
  3. Lengan yang mempassing bola berada di depan dengan posisi badan rileks.

## 2). Pengolahan skor

Skor maksimum: 10

Skor perolehan peserta didik: SP

Nilai keterampilan yang diperoleh peserta didik: SP/10

## 10. Bahan / Materi Bacaan Peserta Didik

### 1. Pengertian

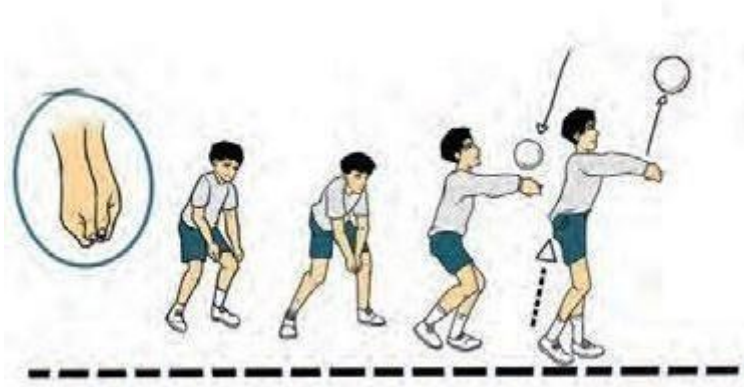
Permainan bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim di lapangan yang dibagi atau dibatasi dengan net. Olahraga bola voli merupakan suatu cabang olahraga permainan beregu dengan masing-masing tim terdiri dari 6 pemain. Dalam permainan ini setiap tim memiliki kesempatan tiga kali sentuhan untuk mengembalikan bola yang sama pada tim lawan.

### 2. Teknik Dasar Bola Voli

Dalam permainan bola voli terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain antara lain *servis*, *passing*, *smash* dan *block*. Keempat teknik dasar merupakan modal utama yang harus dipelajari sebelum bermain bola voli, teknik dasar yang harus di kuasai oleh pemain salah satunya yaitu passing bawah.

#### **Passing bawah:**

Yang dimaksud passing dalam bola voli adalah upaya yang dilakukan oleh pemain untuk megoperkan bola ke teman se timnya yang menggunakan teknik tertentu. Teknik passing bawah dalam bola voli



sangat penting dalam penyusunan serangan terhadap tim lawan .  
berikut cara melakukan passing bawah :

1. Sikap awalan melakukan gerakan
  - ambil posisi sikap siap normal.
  - pada saat tangan akan dikenakan pada bola, segera tangan dan juga lengan diturunkan.
  - tangan dan lengan dalam keadaan terjulur ke bawah depan dan lurus.
2. Sikap pelaksanaan melakukan gerakan
  - berdiri tegak dengan kedua kaki dibuka selebar bahu dan lutut direndahkan.
  - rapatkan dan luruskan kedua lengan di depan badan
  - dorongkan kedua lengan ke arah datangnya bola
  - perkenaan bola yang baik tepat diatas pergelangan tangan
3. Sikap akhir melakukan gerakan
  - pandangan mata ke arah lepasnya/dorongan bola.
  - badan sedikit dicondongkan ke depan dan beratnya terletak di antara kedua kaki.
  - Lengan yang mempassing bola berada di depan dengan posisi badan rileks.