

**MODUL AJAR DEEP LEARNING**  
**MATA PELAJARAN : PJOK**  
**BAB 3: PERMAINAN KASTI**

**A. IDENTITAS MODUL**

**Nama Sekolah** : .....  
**Nama Penyusun** : .....  
**Mata Pelajaran** : **PJOK**  
**Kelas / Fase /Semester** : **VII / D / I (Ganjil)**  
**Alokasi Waktu** : **9 JP (3 kali pertemuan)**  
**Tahun Pelajaran** : **20.. / 20..**

**B. IDENTIFIKASI KESIAPAN PESERTA DIDIK**

- **Pengetahuan Awal:** Sebagian besar peserta didik pernah mengenal atau memainkan permainan kasti atau permainan serupa (misalnya, rounders) di tingkat sekolah dasar atau di lingkungan rumah sebagai permainan tradisional. Pemahaman teknik dasar secara formal masih perlu ditingkatkan.
- **Minat:** Peserta didik umumnya menyukai permainan yang bersifat kompetitif dan melibatkan seluruh anggota tim secara aktif seperti berlari, melempar, dan memukul.
- **Latar Belakang:** Kemampuan motorik kasar (berlari, melempar) dan koordinasi mata-tangan (memukul, menangkap) peserta didik bervariasi.
- **Kebutuhan Belajar:**
  - **Visual:** Memerlukan peragaan cara memegang tongkat pemukul, teknik melempar, dan menangkap bola yang benar.
  - **Auditori:** Membutuhkan penjelasan yang jelas tentang aturan permainan, strategi, dan keselamatan saat bermain.
  - **Kinestetik:** Membutuhkan banyak kesempatan untuk mempraktikkan secara langsung keterampilan memukul, melempar, menangkap, dan berlari.

**C. KARAKTERISTIK MATERI PELAJARAN**

- **Jenis Pengetahuan yang Akan Dicapai:**
  - **Konseptual:** Memahami konsep permainan lapangan, peran regu pemukul dan regu penjaga, serta fungsi dari setiap gerak spesifik (melempar, menangkap, memukul, berlari ke tiang hinggap).
  - **Prosedural:** Mampu melakukan gerak spesifik melempar (melambung, mendatar, menyusur tanah), menangkap, dan memukul bola dengan teknik yang benar.
- **Relevansi dengan Kehidupan Nyata Peserta Didik:** Melestarikan permainan tradisional, melatih ketangkasan, kecepatan reaksi, kejujuran, dan kerja sama tim.
- **Tingkat Kesulitan:** Sedang. Keterampilan memukul bola yang bergerak menjadi tantangan utama, selain itu diperlukan ketepatan dalam melempar dan kecepatan dalam berlari.
- **Struktur Materi:** Pembelajaran dimulai dari keterampilan individu (melempar dan menangkap), dilanjutkan dengan keterampilan yang lebih kompleks (memukul), dan diakhiri dengan penggabungan semua keterampilan dalam permainan kasti sederhana.

- **Integrasi Nilai dan Karakter:**

- **Keimanan dan Ketakwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa, dan Berakhlak Mulia:** Menunjukkan rasa syukur dapat beraktivitas fisik bersama teman-teman.
- **Bernalar Kritis:** Menentukan kapan harus berlari ke tiang hinggap berikutnya dan kapan harus tetap tinggal berdasarkan situasi di lapangan.
- **Kreativitas:** Menciptakan pukulan yang bervariasi (jauh, dekat, atau tipuan) untuk menyulitkan regu penjaga.
- **Kolaborasi/Bergotong Royong:** Bekerja sama dalam regu penjaga untuk mematikan lawan dan memberikan dukungan kepada teman satu regu saat menjadi regu pemukul.
- **Kemandirian:** Bertanggung jawab atas tugasnya, baik sebagai pemukul maupun sebagai penjaga.
- **Kepedulian:** Memastikan keamanan teman saat mengayunkan tongkat pemukul dan saat melempar bola ke arah lawan.

#### **D. DIMENSI PROFIL LULUSAN**

- **Keimanan dan Ketakwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa, dan Berakhlak Mulia:** Bermain dengan jujur dan tidak berbuat curang.
- **Kewargaan:** Menghormati keputusan wasit (guru) dan menerima hasil permainan dengan sportif.
- **Penalaran Kritis:** Menganalisis kelemahan penjagaan lawan untuk menentukan arah pukulan yang paling menguntungkan.
- **Kreativitas:** Menggunakan pukulan tipuan (bunt) untuk mengecoh lawan dan membantu teman berlari ke tiang hinggap.
- **Kolaborasi:** Berkomunikasi secara efektif antar pemain di regu penjaga untuk mengepung dan mematikan pelari.
- **Kemandirian:** Siap menerima giliran memukul dan berlari dengan penuh tanggung jawab.
- **Kesehatan:** Memahami bahwa berlari cepat (sprint) dalam permainan kasti bermanfaat untuk melatih kecepatan dan kesehatan kardiovaskular.
- **Komunikasi:** Memberikan instruksi dan aba-aba kepada teman satu regu, baik verbal ("Lari!", "Stop!") maupun non-verbal.

## DESAIN PEMBELAJARAN

### A. CAPAIAN PEMBELAJARAN (CP)

Pada akhir Fase D, murid memiliki kemampuan sebagai berikut.

- **Terampil Bergerak:** Menerapkan keterampilan gerak serta mentransfernya ke dalam berbagai situasi gerak; memperagakan strategi gerak yang dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan capaian keterampilan gerak.
- **Belajar Melalui Gerak:** Membuktikan strategi gerak yang paling efektif dalam situasi gerak yang berbeda; menginvestigasi modifikasi peraturan yang mendukung fair play dan partisipasi inklusif; menerapkan kepemimpinan, kolaborasi, dan pengambilan keputusan kelompok ketika berpartisipasi di dalam berbagai aktivitas jasmani.
- **Bergaya Hidup Aktif:** Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani dan menjelaskan reaksi tubuh terhadap berbagai tingkat intensitas yang berbeda; menjelaskan strategi peningkatan aktivitas jasmani dan pencegahan perilaku sedenter.
- **Memilih Hidup yang Menyehatkan:** Menganalisis risiko kesehatan akibat gaya hidup dan merancang tindakan pencegahan melalui aktivitas jasmani berdasarkan rekomendasi otoritas kesehatan; merancang pola makan sehat berdasarkan analisis kandungan gizi sesuai kebutuhan aktivitas jasmani; serta mempraktikkan prosedur untuk menangani cedera yang berisiko terhadap kesehatan dan keselamatan berdasarkan prinsip pertolongan pertama.

### B. LINTAS DISIPLIN ILMU

- **Ilmu Pengetahuan Alam (Fisika):** Memahami konsep gerak parabola pada lemparan melambung dan gerak lurus pada lemparan mendatar.
- **Matematika:** Menghitung perolehan nilai (skor) berdasarkan aturan permainan kasti.
- **Sejarah/IPS:** Mengetahui kasti sebagai salah satu permainan tradisional yang merupakan bagian dari budaya bangsa Indonesia.

### C. TUJUAN PEMBELAJARAN

- **Pertemuan 1 (3 JP):** Melalui berbagai aktivitas pembelajaran, peserta didik dapat memahami, menganalisis, dan mempraktikkan gerak spesifik melempar dan menangkap bola kasti dengan berbagai variasi (atas, samping, menyusur tanah), serta menunjukkan nilai gotong royong dan kemandirian.
- **Pertemuan 2 (3 JP):** Melalui berbagai aktivitas pembelajaran, peserta didik dapat memahami, menganalisis, dan mempraktikkan gerak spesifik memegang alat pemukul dan memukul bola kasti, serta menunjukkan nilai kemandirian dan bernalar kritis.
- **Pertemuan 3 (3 JP):** Melalui berbagai aktivitas pembelajaran, peserta didik dapat memahami dan mempraktikkan gerak spesifik berlari menuju tiang hinggap dan bermain kasti dengan peraturan yang dimodifikasi, serta menunjukkan nilai kreativitas dan gotong royong.

#### D. TOPIK PEMBELAJARAN KONTEKSTUAL

Keterampilan, Pengetahuan Gerak, Pengembangan Karakter dan Internalisasi Nilai-nilai dalam Permainan Lapangan Kasti.

#### E. KERANGKA PEMBELAJARAN

##### PRAKTIK PEDAGOGIK

- **Model Pembelajaran:** Teaching Games for Understanding (TGfU) / Pembelajaran Berbasis Permainan.
- **Pendekatan:** Deep Learning (Mindful, Meaningful, Joyful Learning)
  - **Mindful Learning:** Peserta didik fokus pada genggam tangan pemukul, titik perkenaan bola, dan koordinasi ayunan tangan saat memukul.
  - **Meaningful Learning:** Peserta didik memahami bahwa setiap keterampilan (memukul, melempar, berlari) memiliki peran penting dan saling terkait untuk memenangkan permainan.
  - **Joyful Learning:** Pembelajaran didominasi oleh permainan dan kompetisi kecil yang membangun antusiasme dan partisipasi aktif.
- **Metode Pembelajaran:** Demonstrasi, Latihan (Drill), Permainan, Diskusi Kelompok.
- **Strategi Pembelajaran Berdiferensiasi**
  - **Diferensiasi Konten:** Menggunakan bola kasti standar, bola tenis (lebih empuk), atau bola yang dibuat dari gulungan kertas/plastik untuk menyesuaikan dengan tingkat kenyamanan dan keamanan siswa.
  - **Diferensiasi Proses:** Dalam latihan memukul, bola bisa diletakkan di atas kerucut (tee) untuk pemula, atau dilambungkan oleh teman/guru dengan kecepatan bervariasi. Jarak melempar dan target disesuaikan dengan kemampuan siswa.
  - **Diferensiasi Produk:** Penilaian unjuk kerja bisa berupa kemampuan memukul bola yang dilambungkan sendiri, atau kemampuan melempar bola tepat ke sasaran (misal: tumpukan kaleng) dari jarak tertentu.

##### KEMITRAAN PEMBELAJARAN

- **Lingkungan Sekolah:** Berkolaborasi dengan guru Seni Budaya untuk membahas aspek permainan tradisional dari kasti.
- **Lingkungan Luar Sekolah/Masyarakat:** Mendorong siswa untuk bertanya kepada orang tua atau kakek-nenek mereka tentang pengalaman bermain kasti di masa kecil.
- **Mitra Digital:** Menggunakan video dari platform daring untuk menunjukkan teknik memukul yang benar dalam olahraga sejenis (baseball/softball).

##### LINGKUNGAN BELAJAR

- **Ruang Fisik:** Lapangan terbuka yang luas dan aman, bebas dari halangan. Peralatan yang memadai seperti bola, tongkat pemukul, dan penanda tiang hinggap (cones).
- **Ruang Virtual:** Grup kelas untuk berbagi informasi tentang sejarah permainan kasti dan video-video menarik terkait.
- **Budaya Belajar:** Menciptakan lingkungan yang menekankan kejujuran (sportivitas) dan keselamatan. Siswa diingatkan untuk selalu memperhatikan sekitar saat mengayunkan tongkat pemukul.

##### PEMANFAATAN DIGITAL

- **Perpustakaan Digital/Sumber Daring:** Artikel atau blog yang membahas tentang

sejarah dan aturan permainan kasti.

- **Forum Diskusi Daring:** Diskusi tentang strategi yang efektif untuk regu penjaga atau regu pemukul.
- **Penilaian Daring:** Kuis singkat tentang perhitungan skor dan aturan dasar permainan kasti menggunakan Google Forms.
- **Media Presentasi Digital:** Guru menggunakan gambar dan diagram untuk menjelaskan posisi pemain dan alur permainan.
- **Media Publikasi Digital:** Mengunggah foto-foto keceriaan siswa saat bermain kasti di majalah dinding sekolah atau media sosial.

## **F. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN BERDIFERENSIASI**

### **PERTEMUAN 1 (3 JP : 120 MENIT)**

- **Topik:** Gerak Spesifik Melempar dan Menangkap Bola
- **KEGIATAN PENDAHULUAN (15 MENIT)**
  - **Pembukaan:** Salam, doa, presensi.
  - **Apersepsi:** "Permainan apa yang menggunakan bola kecil dan tongkat pemukul? Apa saja yang harus kita bisa lakukan untuk bermain kasti?"
  - **Motivasi:** Menjelaskan bahwa melempar dan menangkap adalah kunci dari pertahanan yang baik dalam permainan kasti.
  - **Pemanasan:** Pemanasan dengan permainan "Lempar Bola Berantai" dalam lingkaran. (Joyful)
- **KEGIATAN INTI (90 MENIT)**
  - **Eksplorasi:** Guru mendemonstrasikan 3 jenis lemparan (melambung, mendatar, menyusur tanah) dan teknik menangkap bola yang benar. (Mindful: siswa fokus pada ayunan lengan dan posisi jari saat menangkap).
  - **Latihan:** Siswa berlatih melempar dan menangkap bola secara berpasangan, mencoba ketiga jenis lemparan dari jarak yang bervariasi. (Meaningful: memahami fungsi setiap jenis lemparan).
  - **Pembelajaran Berdiferensiasi:**
    - **Proses:** Siswa yang belum mahir menggunakan bola yang lebih empuk (bola tenis). Jarak lemparan disesuaikan. Siswa yang mahir dapat berlatih melempar ke target bergerak.
    - **Produk:** Siswa mampu melakukan 5 kali lempar-tangkap mendatar dengan pasangan tanpa bola terjatuh.
  - **Aplikasi:** Permainan "Tembak Raja", di mana satu kelompok melempar bola untuk mengenai "raja" dari kelompok lain yang berlari. (Joyful)
- **KEGIATAN PENUTUP (15 MENIT)**
  - **Refleksi:** "Lemparan mana yang paling sulit? Mengapa?"
  - **Rangkuman:** Guru menguatkan kembali poin kunci setiap teknik lemparan.
  - **Tindak Lanjut:** Menugaskan siswa berlatih melempar bola ke dinding di rumah.
  - **Penutup:** Peningkatan, doa, dan salam.

### **PERTEMUAN 2 (3 JP : 120 MENIT)**

- **Topik:** Gerak Spesifik Memukul Bola

- **KEGIATAN PENDAHULUAN (15 MENIT)**

- Sama seperti pertemuan 1, apersepsi mengulas materi sebelumnya.

- **KEGIATAN INTI (90 MENIT)**

- **Eksplorasi:** Guru mendemonstrasikan cara memegang tongkat pemukul, posisi badan (stance), dan ayunan (swing) yang benar. Keselamatan menjadi poin utama. (Mindful: siswa merasakan genggam dan keseimbangan badan).
- **Latihan:** Siswa berlatih ayunan tanpa bola. Kemudian, memukul bola yang diletakkan di atas kerucut (tee). Dilanjutkan dengan memukul bola yang dilambungkan sendiri, dan terakhir dilambungkan oleh teman. (Meaningful: memahami pentingnya timing dan koordinasi).
- **Pembelajaran Berdiferensiasi:**
  - **Proses:** Siswa pemula memukul bola statis di atas tee. Siswa menengah memukul bola yang dilambungkan sendiri. Siswa mahir memukul bola yang dilambungkan teman.
  - **Produk:** Siswa mampu memukul bola yang dilambungkan sendiri sebanyak 3 dari 5 kali percobaan.
- **Aplikasi:** Lomba memukul bola sejauh mungkin. (Joyful)

- **KEGIATAN PENUTUP (15 MENIT)**

- Sama seperti pertemuan 1, fokus refleksi pada kesulitan mengenai bola.

### **PERTEMUAN 3 (3 JP : 120 MENIT)**

- **Topik:** Berlari dan Bermain Kasti Sederhana

- **KEGIATAN PENDAHULUAN (15 MENIT)**

- Sama seperti pertemuan 1, apersepsi mengulas semua materi sebelumnya.

- **KEGIATAN INTI (90 MENIT)**

- **Eksplorasi:** Guru menjelaskan aturan dasar permainan kasti, cara mematikan lawan, dan cara mendapatkan nilai. Guru juga mendemonstrasikan cara berlari yang efisien antar tiang hinggap.
- **Latihan:** Siswa berlatih berlari dari pos pemukul ke tiang hinggap 1 setelah melakukan simulasi pukulan.
- **Aplikasi:** Siswa dibagi menjadi dua tim dan bermain kasti dengan peraturan yang dimodifikasi (misal: jumlah tiang hinggap dikurangi, semua pukulan dianggap sah). (Meaningful & Joyful: mengintegrasikan semua keterampilan dalam konteks permainan).
- **Pembelajaran Berdiferensiasi:**
  - **Proses:** Guru dapat bertindak sebagai pelambung (pitcher) untuk semua siswa agar kualitas lambungan bola merata. Siswa yang tidak percaya diri memukul boleh melempar bola lalu berlari.
  - **Produk:** Partisipasi aktif siswa dalam permainan, baik sebagai pemukul, pelari, maupun penjaga.
- **KEGIATAN PENUTUP (15 MENIT)**
  - **Refleksi:** Diskusi tentang jalannya permainan: "Strategi apa yang berhasil? Apa yang perlu diperbaiki?"
  - **Rangkuman:** Menghitung skor akhir dan memberikan apresiasi kepada kedua tim.

- **Tindak Lanjut:** Mendorong siswa untuk bermain kasti di waktu luang.
- **Penutup:** Pendinginan, doa, dan salam.

## **G. ASESMEN PEMBELAJARAN**

### **ASESMEN DIAGNOSTIK**

- **Tanya Jawab:** "Siapa yang pernah bermain kasti? Apa saja tugas regu pemukul dan regu penjaga?"
- **Kuis Singkat:** Kuis lisan untuk menyebutkan peralatan yang digunakan dalam permainan kasti.

### **ASESMEN FORMATIF**

- **Tanya Jawab:** "Mengapa saat akan memukul, posisi badan harus menyamping?"
- **Diskusi Kelompok:** Menganalisis penyebab pukulan sering tidak mengenai bola.
- **Observasi:** Guru menggunakan lembar ceklist untuk menilai teknik melempar, menangkap, dan memukul siswa selama latihan.
- **Latihan Soal/LKPD:** Siswa mengisi LKPD yang berisi gambar lapangan kasti dan diminta untuk menunjukkan posisi pemain.
- **Produk (Proses):** Unjuk kerja keterampilan selama sesi latihan dan permainan.

### **ASESMEN SUMATIF**

- **Produk (Proyek):** Secara berkelompok, membuat poster sederhana yang menggambarkan aturan dasar dan nilai-nilai sportivitas dalam permainan kasti.
- **Praktik (Kinerja):**
  - Melakukan 3 jenis lemparan (melambung, mendatar, menyusur tanah) ke arah target/pasangan.
  - Memukul bola yang dilambungkan teman sebanyak 5 kali percobaan, dinilai jumlah pukulan yang berhasil.
- **Tes Tertulis:** Tes akhir bab untuk mengukur pemahaman konsep, prosedur, dan aturan dasar.
  - **Contoh Tes Tertulis:**
    - **Pilihan Ganda**
      1. Permainan kasti merupakan permainan beregu yang mengutamakan...
        - A. Kekuatan individu
        - B. Kecepatan berlari
        - C. Kerja sama, kekompakan, dan ketangkasan
        - D. Keterampilan melompat
      2. Gerakan melempar bola dari atas kepala dengan ayunan lengan melingkar disebut lemparan...
        - A. Mendatar
        - B. Melambung
        - C. Menyusur tanah
        - D. Memantul
      3. Tugas utama dari regu pemukul adalah...
        - A. Menangkap bola
        - B. Mematikan lawan
        - C. Memukul bola sejauh mungkin dan berlari ke tiang hinggap

- D. Menjaga tiang hinggap
4. Seorang pelari dinyatakan mati dalam permainan kasti jika...
    - A. Bola pukulannya ditangkap oleh regu penjaga
    - B. Terkena lemparan bola yang sah di bagian badan
    - C. Tiang hinggap yang dituju sudah dibakar oleh penjaga
    - D. Semua jawaban benar
  5. Jumlah pemain dalam satu regu kasti adalah...
    - A. 5 orang
    - B. 6 orang
    - C. 11 orang
    - D. 12 orang
  6. Untuk menangkap bola yang datanganya menyusur tanah, posisi badan yang benar adalah...
    - A. Berdiri tegak
    - B. Melompat
    - C. Jongkok dengan satu lutut di tanah
    - D. Berbaring
  7. Pemain yang berhasil memukul bola dengan baik lalu berlari melewati semua tiang hinggap dan kembali ke ruang bebas atas pukulannya sendiri akan mendapatkan nilai...
    - A. 1
    - B. 2
    - C. 3
    - D. 4
  8. Alat yang digunakan untuk memukul bola dalam permainan kasti terbuat dari...
    - A. Besi
    - B. Plastik
    - C. Kayu
    - D. Karet
  9. Tugas utama regu penjaga adalah...
    - A. Memukul bola
    - B. Berlari ke tiang hinggap
    - C. Menangkap bola dan mematikan lawan
    - D. Melambungkan bola untuk pemukul
  10. Lemparan yang cepat dan lurus setinggi dada cocok digunakan untuk...
    - A. Melambungkan bola untuk pemukul
    - B. Melempar bola ke teman yang jauh
    - C. Mematikan lawan yang berada dalam jarak dekat
    - D. Mengoper bola ke atas

■ **Esai**

1. Jelaskan tiga jenis lemparan bola dalam permainan kasti dan kapan waktu yang tepat untuk menggunakan setiap jenis lemparan tersebut!
2. Sebutkan dan jelaskan langkah-langkah yang benar saat akan memukul bola

kasti, mulai dari cara memegang tongkat hingga ayunan akhir!

3. Apa yang dimaksud dengan "membakar" tiang hinggap dalam permainan kasti dan bagaimana cara melakukannya?
4. Menurutmu, nilai-nilai sportivitas apa saja yang bisa dipelajari dari permainan kasti? Sebutkan minimal tiga dan berikan contohnya dalam permainan!
5. Jika regumu sedang menjadi regu penjaga, strategi apa yang akan kamu terapkan bersama teman-temanmu untuk dapat mematikan lawan dengan cepat?

Mengetahui,  
Kepala Sekolah

....., ..... 20..  
Guru Mata Pelajaran

.....  
NIP. ....

.....  
NIP. ....