**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

**(RPP)**

**Nama Sekolah**  : SMA Negeri 1 Godean

**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

**Kelas/Semester** : XI/ 1

**Pertemuan**  : 1 kali pertemuan

**Alokasi Waktu** : 2 x 45 menit

**Materi Pokok** : Budaya Hidup Sehat

**Materi Pembelajaran** : Penyakit HIV/AIDS

**Standar Kompetensi** : 6. Menerapkan budaya hidup sehat

**Kompetensi Dasar** : 6.1 Memahami dan mengetahui bahaya HIV/AIDS

6.2 Memahami dan mengetahui cara penularan HIV/AIDS

6.3Memahami dan mengetahui cara menghindari penularan HIV/AIDS

**Indikator** :

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Melalui demonstrasi ini siswa dapat** | **K** | **P** | **A** |
| 1  2  3 | Mampu mengetahui bahaya penyakit HIV/AIDS  Mampu mengetahui proses penularan HIV/AIDS  Mampu mmengetahui cara menghindari penularan HIV/AIDS | √  √  √ | √ | √  √  √ |

**A. Tujuan Pembelajaran** :

1. Siswa dapat mengerti bahaya penyakit HIV/AIDS
2. Siswa dapat menjelaskan pengertian HIV dan AIDS
3. Siswa dapat menyebutkan cara penularan HIV dan AIDS
4. Siswa dapat menjelaskan cara pencegahan HIV dan AIDS

* Karakter siswa yang di harapkan
* *Rapi, disiplin, bekerjasama, menghargai waktu, menghormati guru dan teman, Saling menilai sesama teman.*

**B. Materi Pembelajaran**

Penyakit HIV dan AIDS

**C. Metode Pembelajaran** : -

1. Diskusi
2. Ceramah
3. Tanya Jawab

**D. Langkah-langkah Pembelajaran**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Gambar** | **Kegiatan** | **Metode** |
| **G**  **S S S**  **S S S** | 1. **Kegiatan Awal** 2. Guru masuk kedalam kelas dan Siswa menempati tempat duduk yang rapi. 3. Menyampaikan salam pembuka dan menanyakan kesiapan kesiapan siswa dalam pembelajaran 4. Berdo’a, kemudian memperkenalkan diri kepada siswa dan mempresensi siswa 5. Siswa diberi apersepsi dengan cara memberi pertanyaan yang mengarah pada materi pembelajaran tentang HIV / AIDS, seperti penyakit apakah yang belum ada obatnya?(HIV / AIDS). Kemudian guru menjelaskan tujuan pembelajaran yaitu agar siswa dapat mengetahui bahaya penyakit HIV/ AIDS, Cara penularan dan cara pencegahan HIV / AIDS, sehingga siswa lebih fokus dalam menerima pelajaran atau mengikuti pelajaran. 6. Guru menjelaskan materi – materi yang akan di ajarkan | Ceramah |
|  | **2. Kegiatan Inti**   1. Guru membagi siswa menjadi 6 kelompok 2. Siswa berdiskusi dengan kelompoknya membahas tentangpenyakit HIV-AIDS, cara penularan HIV-AIDS, fase-fase HIV-AIDS, cara penanggulangan dan pencegahan, obat-obat HIV-AIDS. 3. Masing – masing kelompok mempresentasikan hasil diskusinya 4. Penyampaian materi dari guru, guru menyampaikan materi melalui power point di mana di setiap materi guru menjelaskan kembali agar siswa lebih memahami materi  * Penjelasan tentang apa itu penyakit HIV/AIDS?   HIV (Human Immunodevesiensi Virus) adalah virus yang hidup dalam tubuh manusia, yang merusak daya kekebalan tubuh manusia. Bila HIV masuk ke dalam tubuh justru akan melumpuhkan sel darah putih.  Jumlah sel darah putih yang sehat 400-1500 menunjukkan bahwa seseorang masih memiliki kekebalan tubuh cukup baik, Jika di bawah 350 berpotensi menunjukkan sistem kekebalan tubuh telah melemah sehingga orang yang telah HIV positif .  Sedangkan AIDS (Acguired Immuno–Deviensi Syndrom) adalah  sekumpulan gejala yang timbul karena rusaknya system kekebalan tubuh manusia akibat infeksi virus HIV.   * Menjelaskan pada siswa tentang sejarah HIV, orang yang pertama mengidentifikasikan virus ini adalah Dr. Robert Gallo pada tahun 1984 * Menjelaskan kepada siswa tentang gejala dan tanda – tanda orang terkena HIV/AIDS ialah berat badan turun drastic lebih dari 10 % dalam 1 bulan, diare berkepanjangan, demam berkepanjangan (lebih dari 38 0C), timbul bercak- bercak merah kebiruan pada kulit yang terasa gatal dan lain sebagainya * Guru menerangkan factor – factor penyebab terkena HIV /AIDS, salah satunya yaitu sering melakukan hubungan seksual dan berganti ganti pasangan tanpa menggunakan alat pengaman. * Memberi pengertian dan pemahaman tentang fase-fase HIV-AIDS  1. Stadium 1 – Periode Jendela,   Dimulai sejak saat pertama terinfeksi.  Tidak ada tanda-tanda khusus, hanya seperti gejala flu yang dalam beberapa hari/minggu hilang dengan sendirinya.  Jika dilakukan tes darah untuk HIV (Tes HIV) hasilnya negatif, namun orang tsb sudah dapat menularkan HIV kepada orang lain.  Lamanya periode jendela 1 – 6 bulan   1. Stadium 2 – HIV Positif Asimtomatik (Tanpa Gejala):   HIV telah berkembangbiak, hasil tes darah untuk HIV dinyatakan positif.  Orang tsb masih merasa sehat dan terlihat sehat, sama seperti orang sehat lainnya. Stadium ini berlangsng selama 5 – 10 tahun   1. Stadium 3 – Muncul Gejala:   Sistem kekebalan tubuh telah menurun.  Mulai muncul gejala meliputi Diare kronis yang tidak jelas penyebabnya, pembesaran kelenjar limfe (kelenjar getah bening) secara tetap dan merata, tidak hanya muncul di satu tempat dan berlangsung lebih dari satu bulan. Flu terus menerus.   1. Stadium 4 – Masuk ke kondisi AIDS :   Sistem kekebalan tubuh rusak paarah, tubuh menjadi lemah terhadap serangan penyakit apapun.  Ditandai dengan adanya bermacam-macam penyakit, meliputi Toksoplasmosis pada otak, Kandidiasis pada saluran tenggorokan, pernafasan, paru-paru dan berbagai kanker   * Memberi pengertian pada siswa bagaimana cara penularan HIV /AIDS, penularanya ialah melalui cairan darah (tranfusi darah yang tercemar HIV, penggunaan jarum suntik tindik tatto bersama sama dengan penderita HIV dan tidak di sterilkan), melalui hubungan seksual ( cairan sperma dan cairan vagina), melalui ibu hamil yang positif terinfeksi HIV (pemberian ASI pada anak) * Guru menerangkan bagaimana cara pencegahan HIV /AIDS, yaitu apabila akan melakukan tranfusi darah pastikan bahwa darah tidak tercemar HIV, Apabila akan menggunakan alat tusuk kulit untuk tattoo akupuntur dan tindik pastikan alat dalam kondisi steril, Tidak melakukan hubungan pra nikah, hindari penggunaan jarum suntik secara bersama sama. * Memberikan penjelasan tentang obat untuk HIV/AIDS, Sampai saat ini belum ditemukan obat yang benar-benar dapat menyembuhkan penderita HIV-AIDS. Obat-obat dikenal hanya sebagai obat-obatan yang dapat menambah daya tahan tubuh penderita atau memperpanjang umur penderita. Seperti: * AZT (Azidothymidine), obat ini hanya mampu menahan perkembangan virus, namun mengandung efek samping yang bakal timbul diantaranya mengalami kerusakan tulang sumsum dan menderita anemia berat. * DDI (Diseoxycitidine), cara kerja obat ini tidak berbeda dengan dg AZT, yaitu mampu menahan reproduksi virus AIDS dalam darah. * DDC (Zalcitabine), seperti halnya azt dan ddi, obat ini dapat menahan perkembangan virus AIDS * Pada saat menjelaskan poin poin materi, guru sesekali menanyakan pada siswa apakah sudah paham, seandainya belum guru menjelaskan kembali secara singkat. | Diskusi  &  Tanya jawab |
|  | **3. Kegiatan Penutup**   1. Guru mengevaluasi materi yang telah disampaikan 2. Guru mempersilahkan kepada siswanya yang mau berpendapat tentang materi yang baru saja di lakukan agar siswa lebih paham tentang materinya 3. Guru menyimpulkan materi yang baru saja di sampaikan yaitu bahwa HIV – AIDS adalah suatu penyakit yang menyerang daya kekebalan tubuh manusia atau menyerang sel darah putih yang akhirnya akan berujung pada kematian. 4. Guru sebelum mengakhiri pembelajaran memeriksa kedisiplinan dan ketertiban siswa, kemudian menutup pelajaran dengan berdo’a dan salam | Ceramah |

**E. Alat/Bahan/Sumber Bahan :**

1. **Alat pembelajaran**

* Ruang kelas
* LCD
* Proyektor
* Laptop / computer
* Jam / Stopwach

1. **Buku Referensi.**

Muhajir.*Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk SMA kelas XI*. 2007. Jakarta. Erlangga

**F. Penilaian**

**1. Teknik Penilaian :**

1. Test unjuk Kerja (Psikomotor)

Menjelaskan bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS dan cara pencegahan HIV/ AIDS?

NA = Jumlah Skor yang diperoleh x 50 %

Jumlah skor maksimal

1. Pengamatan Sikap ( afeksi)

* Sikap keberanian
* Kedisiplinan
* Semangat
* kerjasama
* Menghargai teman
* Spotifitas

NA = Jumlah Skor yang diperoleh x 30 %

Jumlah skor maksimal

1. Kuis (Kognisi)

* Jelaskan cara penularan HIV-AIDS?
* Jelaskan tanda-tanda klinis penderita HIV-AIDS

NA = Jumlah Skor yang diperoleh x 20

Jumlah skor maksimal

**2.Rubrik Penilaian**

Tes psikomotor

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | Aspek yang di nilai | Kualitas jawaban | | | |
| 1. | 2 | 3 | 4 |
| 1. | Apa yang kalian ketahui tentang HIV/AIDS? |  |  |  |  |
| 2. | Factor apa sajakah orang terkena HIV/AIDS? |  |  |  |  |
| 3. | Apakah ada obat yang menghamat perkembangan virus HIV? |  |  |  |  |

Jumlah skor max: 12

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian psikomotor = ----------------------------------------- X 50%

Jumlah skor maksimal

Tes Sikap (Afektif)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | Nama Siswa | Aspek Sikap Yang Dinilai | | | | | | | | | | | | | | | | | | Σ | NA |
| Kerjasama | | | Berani | | | Menghargai | | | Semangat | | | Percaya diri | | | Sportivitas | | |
|  |  | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |  |  |
| 1. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| dst |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian Afektif = ----------------------------------------- X 30%

Jumlah skor maksimal

Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian dalam proses pembelajaran:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No. | Nama Siswa | Butir-butir Pertanyaan | | | | | | | | | | | | | | | Σ | NA |
| Soal No.1 | | | Soal No.2 | | | Soal No.3 | | | Soal No.4 | | | Soal No.5 | | |
| 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| 1. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Dst |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 15 | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian Kognitif = ----------------------------------------- X 20%

Jumlah skor maksimal

Contoh Butir Pertanyaan

|  |  |
| --- | --- |
| No | Butir Pertanyaan |
| 1. | Apa itu HIV-AIDS dan bahayanya? |
| 2. | Bagaimana cara penularan HIV-AIDS? |
| 3. | Bagaimana fase HIV-AIDS dalam tubuh? |
| 4. | Bagaimana cara pencegahannya? |

1. **Rekapitulasi Penilaian**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No. | Nama Siswa | Aspek Penilaian | | | Jumlah | Nilai Akhir | Kriteria |
| Psikomotor | Afektif | Kognitif |
| 1. |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. |  |  |  |  |  |  |  |
| 4. |  |  |  |  |  |  |  |
| 5. |  |  |  |  |  |  |  |
| NIlai Rata-rata | |  |  |  |  |  |  |

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai Akhir (NA) = -----------------------------------------

Tiga Aspek Penilaian

Keterangan :

* Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
* Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
* Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
* Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
* Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Sleman, 23 juli 2013 Guru Pembimbing Praktikan

Yanuar Fandi T, S.Pd Bayu Nugroho P

NIP. NIM. 10601244106