

## **BAB VI**

### **CONTOH SKENARIO PEMBELAJARAN PENJAS BERORIENTASI LIFE SKILLS**

Berikut adalah sebuah contoh penerapan Pendidikan Kecakapan Hidup melalui Penjas yang disusun dalam bentuk sebuah skenario sederhana. Di dalam pembelajaran ini, diterapkan berbagai pendekatan, model pembelajaran, gaya pengajaran, serta penerapan dari keterampilan mengajar guru yang diperlukan untuk meningkatkan lingkungan belajar siswa. Selamat mempelajari.

**Dalam satu pembelajaran Basket di sebuah SMA untuk kelas 10.  
Guru mengumpulkan siswa di sebuah sudut lapangan, yang cukup rindang, dan meminta siswa duduk membentuk setengah lingkaran, menghadap guru.**

GURU:

Selamat Pagi, anak-anak.

MURID SERENTAK:

Selamat pagiiii...!!!

GURU:

Anak-anak, Bapak harap kalian semuanya sehat. Bapak lihat kalian nampak segar pagi ini, yang putri nampak cantik, yang putra nampak gagah-gagah. Apa kalian siap berolahraga, pagi ini?

MURID SERENTAK:

Siaaap!

GURU:

Baik, coba Bapak tes dulu kesiapan kalian.

(Guru bertepuk tangan dalam nada kecil, yang disambut oleh satu tepukan nada besar oleh para siswa).

“Tek tek....tek tek..”

“Bruk”.

GURU:

Bagus, kalian kompak sekali, menandakan reaksi dan koordinasi kalian berjalan dengan baik.

Nah, pagi ini kalian akan belajar bermain basket. Bapak yakin kalian sudah pernah bermain basket ketika di SMP. Ya, kan? Tapi sebelum itu kita akan melakukan pemanasan dulu. Kalian tentu tahu manfaat pemanasan, yaitu untuk mempersiapkan kondisi fisik dan mental kalian untuk belajar gerak, di samping untuk meningkatkan suhu tubuh dan mempersiapkan otot-otot kalian.

Pemanasan yang Bapak pilih untuk kalian, adalah gabungan latihan gerak bebas dengan menggunakan musik dan permainan.

Pertama-tama, kalian akan meningkatkan suhu tubuh kalian dengan bergerak bebas dan kreatif mengikuti irama musik. Selama musik hidup, kalian terus bergerak. Carilah gerakan-gerakan lokomotor (gerak berpindah tempat) sambil menggerak-gerakan lengan dan tubuh kalian di seputar lapangan ini. Kalian bebas bergerak ke arah mana saja, sendiri-sendiri, dan gunakan wilayah gerak kalian seluas mungkin. Jangan hanya ada di satu sudut saja. Tetapi ingat. Walaupun bebas, kalian tetap harus menyadari ruang gerak kalian. Gunakan kemampuan kalian untuk menyadari posisi tubuh dalam ruang pribadi kalian, sehingga tidak bertabrakan. Kemudian nanti sekali-sekali musik akan Bapak hentikan. Jika musik berhenti, kalian juga harus berhenti bergerak, dan akhiri gerak kalian dengan membentuk posisi patung yang sedang membentuk posisi keseimbangan. Bisa berdiri di satu kaki, bisa sikap kapal terbang, bisa juga sikap-sikap yang lain yang termasuk posisi keseimbangan. Paham?

MURID:  
Paham...!

GURU:  
Bagus! Nah silahkan kalian berdiri dan siap.”

(Kemudian musik berbunyi, berirama riang ritmis mengiringi gerak siswa. Para siswa bergerak secara bebas dengan memilih gerakannya sendiri dari kelompok gerak lokomotor. Ketika musik berhenti, para siswa segera berhenti bergerak, dan diam dalam posisi keseimbangan pada satu titik. Begitu musik berbunyi kembali, para siswa bergerak kembali. Demikian seterusnya, hingga guru menganggap cukup.)

GURU:  
Stop. Cukup.  
Kumpul di sini!

GURU:

Baik anak-anak, sekarang Bapak punya permainan yang disebut “Tikus Menjadi Patung.”. Cara bermainnya demikian. Dari kalian akan ditunjuk sekitar 5 orang untuk menjadi “kucing.” Sedangkan yang lain menjadi “tikus.” Tugas kucing adalah menjadikan semua tikus menjadi “patung” dengan cara mengejar dan menepuknya. Tikus yang kena tepuk segera berubah menjadi patung, dan harus berdiri begini. Kucing harus berusaha menepuk sebanyak mungkin, sehingga semua tikus dapat menjadi patung. Para tikus tentu jangan sampai kalah. Jangan mau dijadikan patung. Cobalah hindari kejaran kucing dengan tangkas. Lalu, tikus yang sudah jadi patung dapat dibebaskan kembali oleh tikus lain yang masih bebas, dengan cara merangkak di bawah kedua kaki patung.

(Berikutnya, para siswa melakukan permainan tersebut. Musik tetap dibunyikan untuk meningkatkan semangat bermain dari para siswa. Setelah dirasa mencukupi, guru kemudian menghentikan kegiatan permainan dan mengumpulkan para siswa.)

GURU:

Anak-anak, kalian tentu masih ingat dengan tugas minggu lalu, bukan?

MURID SERENTAK:

Iya pak....!

GURU:

Bagus. Bapak suka bahwa kalian ingat dengan tugas. Dan tentunya, kalian sudah mengerjakannya kan...?

MURID SERENTAK:

Ya, Pak...!

GURU:

Bagus. Nah, nanti tugas kalian dikumpulkan. Sekarang kita akan mendiskusikan hasil penelusuran kalian terhadap tokoh-tokoh olahraga yang dianggap berhasil dalam masa hidupnya. Baik, regu mana dulu yang akan menceritakan secara singkat siapa tokoh itu, dalam cabang apa, kemudian mengapa dia dipandang berhasil? Nah silahkan setiap kelompok berkumpul bersama.

(Para siswa mengatur diri dan berkelompok sesuai dengan regunya dalam tugas kelompok).

GURU:

Nah, sekarang, silahkan setiap kelompok menunjuk juru bicaranya, dan laporkan hasil temuan kalian.

(Para siswa berembuk, berdiskusi, dan mengambil kesepakatan di regunya masing-masing)

GURU:

Baik, kita mulai dari kelompok A. Silahkan.

YANA:

Assalamualaikum w.w. Saya mewakili kelompok A akan melaporkan ringkasan dari hasil kerja kelompok kami.

Kelompok A memilih tokoh olahraga yang bernama Rudi Hartono. Alasannya adalah, karena Rudi Hartono adalah tokoh olahraga yang dipandang berhasil, baik dalam karirnya sebagai atlet maupun dalam karir hidupnya. Dalam sejarah karirnya, Rudi Hartono adalah satu-satunya atlet bulutangkis Indonesia yang pernah menjadi juara All England 7 kali berturut-turut. Dan kini Rudi Hartono juga memiliki karir yang sangat berhasil dalam hidupnya, sebagai seorang pengusaha.

Penelusuran kami pada sejarah hidup dan karakternya, kami menyimpulkan bahwa keberhasilannya dalam kedua bidang karirnya, adalah karena Rudi Hartono memiliki karakter yang menonjol, yaitu terkenal ulet dan suka bekerja keras.

Demikianlah rangkuman dari tugas kelompok kami, wassalamualaikum, w.w.

GURU:

Bagus. Beri *applause* pada Kelompok A.

(Semua siswa bertepuk tangan memberikan penghargaan kepada regu A dan juru bicaranya)

GURU:

Baik, kita lanjutkan ke Kelompok B. Silahkan.

LINA:

Terima kasih. Assalamualaikum, w.w.

Nama saya Lina, wakil dari Kelompok B.

Kelompok kami sepakat meneliti riwayat keberhasilan seorang atlet Basket populer dari Amerika, yaitu Michael Jordan. Untuk kepentingan tersebut, kami memanfaatkan sumber informasi seperti buku-buku, majalah, artikel Koran, serta informasi yang terdapat dalam internet.

Dari penelusuran kami, dapat disimpulkan bahwa Michael Jordan adalah seorang mega bintang atlet basket profesional yang pernah ada di planet ini. Ia adalah bintang andalan klub .... dari liga NBA. Keberhasilannya, menurut rekan-rekan setim dan para pelatih yang pernah menanganinya, ditunjang oleh sifatnya yang tidak mudah puas dan selalu menunjukkan obsesinya yang kuat untuk menjadi yang terbaik.

Demikian laporan Kelompok B. Wassalam.

GURU:

Bagus, kelompok berikut.

(Demikian seterusnya, hingga semua regu tampil dengan mengemukakan hasil temuannya dalam hal tokoh olahraga yang dipandang sukses dalam karirnya.)

GURU:

Nah, dapatkah kalian menarik kesimpulan bahwa orang-orang yang berhasil adalah orang-orang yang pada dasarnya memiliki karakter tertentu? Coba siapa yang dapat menyatakannya?

INA:

Punya kemauan kuat untuk maju, Pak.

ANDI:

Mau bekerja keras, Pak.

SISI:

Tidak mudah menyerah.

RONI:

Tekun dan rajin, Pak.

GURU:

Ya, kalian semua benar. Orang yang sukses dalam karirnya, adalah orang-orang yang memiliki sifat dan kepribadian yang kalian sebut tadi.

Nah, sekarang kita akan mencoba mencontoh pada karakter-karakter tersebut. Bayangkanlah oleh kalian bahwa kalian adalah orang-orang sukses tersebut. Dan kalian akan mencoba mempraktekkan cara mereka memperoleh keberhasilan mereka dengan mengambil contoh di permainan Basket. OK?

Nah, bersiaplah kalian.

(Para siswa selanjutnya bersiap dan segera berbaris di depan guru di lapangan basket.)

GURU :

Anak-anakku, pagi ini kita akan mempelajari permainan basket. Tapi di samping belajar basket, Bapak ingin kalian juga belajar menjadi orang yang bertanggung jawab.

Untuk kepentingan pembelajaran, Bapak membagi tanggung jawab itu ke dalam 4 tingkatan, yaitu dari tingkat 0 hingga tingkat 3. Mari kita lihat ke papan tulis.

(Di papan tulis sudah terdapat tulisan tentang 4 tingkat rasa tanggung jawab, yang dari setiap tingkatnya disertai contoh-contoh perilaku dalam pelajaran Penjas. Contoh-contoh tersebut dikutip dari Model Hellison dalam hal Tanggung Jawab, dengan sedikit modifikasi, seperti berikut:)

## **TANGGUNG JAWAB;**

### **Tingkat 0 : Tidak bertanggung jawab**

Contohnya:

- a. tidak melakukan aktivitas, malah mengganggu teman,
- b. tidak mendengarkan ketika guru menjelaskan
- c. mengejek teman yang gagal

### **Tingkat 1: Terpaksa Terlibat**

Contohnya:

- a. melakukan aktivitas tanpa usaha yang sungguh-sungguh.
- b. berlatih tapi tidak terus-menerus.

### **Tingkat 2: Tanggung Jawab Pribadi**

Contohnya:

- a. bekerja keras, walaupun sering gagal
- b. menghindari bentrokan dengan orang lain, dan
- c. secara sadar tertarik untuk belajar dan untuk meningkatkan kemampuannya

### **Tingkat 3: Tanggung Jawab Sosial**

Contohnya:

- a. Ikut mempersiapkan alat bersama guru,
- b. Membantu teman yang menemui kesulitan,
- c. Aktif dalam aktivitas sekolah di luar Penjas.

GURU:

Bapak melihat, tanggung jawab adalah tindakan memelihara diri sendiri, orang lain, serta lingkungan dan masyarakat sekitar. Bapak ingin, kalian mencoba mengembangkan tanggung jawab ini sambil berlatih basket. Bapak yakin, contoh-contoh yang ada di papan tulis ini sudah bisa kalian pahami, bukan? Nah, untuk melatihnya, coba kalian tempatkan diri kalian pada tingkat tertentu pada saat melakukan permainan basket atau pada saat berlatih teknik dasar basket. Kemudian, setiap waktu, kalian harus berusaha memperbaikinya. Kalian tidak ingin disebut TIDAK BERTANGGUNG JAWAB, bukan?

GURU:

Baik, sekarang tiba saatnya bagi kalian untuk belajar bermain bola basket. Jika di SMP kalian belajar bola basket dimulai dari pembelajaran teknik dasarnya dulu, di sini Bapak ingin kalian langsung belajar bermain langsung. Yang ingin Bapak tekankan pada

permainan basket ini adalah bahwa kalian bisa langsung memainkannya, atas dasar pemahaman kalian terhadap tujuan permainan basket. Coba, siapa yang tahu, apakah sebenarnya tujuan bermain basket?

(Beberapa orang siswa mengangkat lengan, tetapi tidak langsung menjawab. Mereka menunggu untuk ditunjuk.)

GURU :

Ya, Silvi... apa tujuan bermain basket menurut kamu?

SILVI :

Itu pak, membuat gol sebanyak-banyaknya, dengan memasukkan bola ke basket lawan.

GURU :

YA, bagus. Itu memang tujuannya. Supaya bisa memasukkan bola sebanyak-banyaknya, kira-kira apa syaratnya?"

(Beberapa orang siswa kembali mengangkat lengan. Tetapi ada satu orang siswa yang mengangkat lengan sambil berusaha menjawab, tetapi ditegur guru.)

GURU:

Ingat aturan kita. Yang tidak ditunjuk tidak menjawab dulu. (Lalu guru menunjuk seorang siswa).

GURU:

Andi...! Apa jawabanmu..?

ANDI :

Supaya bisa memasukkan bola, suatu regu harus bisa menguasai bola terus menerus.

GURU :

Bagus...! Penguasaan bola itulah kuncinya. Suatu tim harus berusaha menguasai bola dengan cara memainkannya di antara anggota tim. Dengan cara apa? Berbagai-macam. Bisa dengan *passing* atau dengan *dribling*. Nah, upaya menguasai bola inilah yang akan kita mainkan sekarang.

Pertama, kalian akan di bagi menjadi beberapa regu yang saling berhadapan. Lalu setiap regu akan mencoba memainkan bola dengan cara *passing* untuk menguasai bola. *Passingnya* boleh *passing* dada, boleh *passing* pantul, atau *passing* satu tangan. Regu yang lain, tentu harus berusaha merebut bola untuk mematahkan penguasaan regu tadi pada bola. Tujuan setiap regu ketika menguasai bola adalah membuat skor atau gol ke basket lawan. Tapi pada tahap awal ini, karena basketnya tinggi dan tidak bisa diturunkan, cara membuat golnya adalah dengan cara menyimpan bola di garis pertahanan lawan. Begini nih. (Guru lalu memberi contoh, dengan meletakkan bola di atas garis dan ditahan beberapa saat).

Kemudian, pada tahap awal ini Bapak akan membatasi peraturan permainannya, yaitu bola tidak boleh didribling dulu. Jadi hanya dengan passing saja. Pemain yang memegang bola, tentu tidak boleh membawa bola sambil berlari.  
Cukup jelas?!

MURID (SERENTAK): Jelas, Pak!!!!

(Adegan berikut adalah aktivitas bermain dengan peraturan dimodifikasi. Para siswa dibagi ke dalam beberapa regu, yang masing-masing regunya terdiri dari 4 orang siswa. Setiap regu disuruh berhadapan dengan regu yang lain, dan menempati tempat tersendiri. Satu lapangan basket di bagi menjadi tiga wilayah, dan satu wilayah digunakan oleh dua regu yang saling berhadapan. Semua siswa melakukan aktivitas bermain tersebut secara bersamaan. Bola yang digunakan pun bermacam-macam, karena bola basket yang dimiliki sekolah hanya ada dua).

GURU:

Stop dulu. Coba semua berkumpul di sini.

GURU:

Coba sekarang kita tambah lagi peraturan permainannya. Setiap regu sekarang boleh menggunakan teknik dribbling. Hanya masih dibatasi, yaitu, setiap pemain boleh memantulkan bola paling banyak 3 kali. Setelah itu harus dipassing ke teman sendiri. Kemudian kalian boleh membuat gol dengan cara menembak ke arah basket, tapi harus dari garis yang dibuat oleh Bapak. Nih, in garisnya.

(Guru lalu membuat garis di seputar ring basket, dengan jarak lebih dekat dari setengah lingkaran yang tersedia. Maksudnya, supaya siswa bisa menembak dari jarak yang lebih dekat.)

GURU:

Bagaimana? Cukup jelas?

SISWA (SERENTAK):

Jelas, pak.

(Adegan berikutnya adalah para siswa aktif kembali bermain basket, dengan teknik dasar dan aturan yang sudah ditambah).

GURU:

Cukup! Ya, hentikan permainan. Kita kumpul lagi di bawah pohon.

(Setelah semua siswa berkumpul di bawah pohon menghadap siswa).

GURU:



Nah, Anak-anak, apa yang kalian rasakan pada saat bermain tadi? Apakah kalian selalu berada dalam tingkat tertentu dari tanggung jawab yang diharapkan?

SISWA (SERENTAK):

Iya, Pak.

GURU:

Siapa tadi yang berlatih ada di tingkat Nol?

(Tidak ada siswa yang mengangkat lengan. Siswa saling pandang dan menggeleng.)

GURU:

Siapa yang ada di tingkat 1?

(tidak juga ada siswa yang mengangkat lengan)

GURU:

Baiklah, kalau begitu, rata-rata kalian sudah ada di tingkat 2 kan? Bagus. Cobalah terus minimal ada di tingkat 2, syukur-syukur kalian bisa berlatih masuk ke tingkat 3. Nah, Adakah kalian merasa bahwa permainan tadi menyenangkan?

ANI:

Ya, Pak. Tapi kami mendapat kesulitan manakala menerapkan teknik yang sebenarnya.

BENI:

Betul, Pak. Ketika kami masih menggunakan teknik sederhana, kami bisa bermain dengan baik. Tetapi ketika harus menggunakan teknik dribbling, kami lebih sering gagal.

GURU:

Ya... Memang demikianlah kenyataannya. Tidak ada yang mudah dalam olahraga, sama halnya bahwa tidak ada yang mudah dalam mempelajari keterampilan.

Kalian ingat bahwa untuk bisa berhasil baik, maka pasti kalian akan menghadapi kesulitan. Tapi, yang kalian harus yakin adalah, tidak ada kesulitan yang tidak dapat diatasi. Asal kalian tekun, tidak mudah menyerah, selalu punya keinginan untuk maju, maka kalian pasti akan mampu mengatasi kesulitan. Itu kuncinya.

Nah, Bapak ingin, kalian mencoba terus untuk mempermahir cara bermain basket kalian. Tetapkan target yang mudah dulu, baru bergerak ke yang lebih sulit. Ingat. Berlatih keterampilan olahraga ini, sama seperti kalian sedang berlatih untuk hidup. Kalau kalian tekun, kalian akan sukses. Tapi kalau kalian tidak tekun dan mudah menyerah, maka kalian tidak akan sukses.

GURU:

Nah, sekarang, Bapak ingin memberi semacam tips untuk menggiring bola. Dalam dribbling ada prinsip yang tidak boleh di langgar, yaitu prinsip menguasai bola: Tempatkan bola sejauh mungkin dari lawan. Caranya kira-kira bagaimana, menurut kalian?

(Seorang siswa mengangkat lengan ragu-ragu)

GURU:

Ya, Rudi. Menurut kamu bagaimana?

RUDI:

Anu, Pak. Dengan menjaga agar bola yang didribbling selalu terlindungi tubuh. Jadi, kalau lawan ada di sebelah kiri, bola harus didribble dengan tangan kanan; sebaliknya kalau lawan ada di sebelah kanan, bola didribble oleh tangan kiri.

GURU:

Excellent. Rudi, kamu berhak mendapat acungan jempol dan applaus dari teman-teman.

(Semua siswa bertepuk tangan memberi pujian atas keberanian dan kekritisannya Rudi)

GURU:

Nah, seperti kata Rudi, kalau kalian menggiring bola, selalu tempatkan badanmu di antara bola dan lawan. Begini nih. Segera pindahkan bola ke tangan kiri jika lawan berpindah ke sebelah kanan kita. Karena itu, kalian juga harus mampu mendribbling bola dengan tangan kanan dan kiri sama baiknya.

(Guru memberi contoh dalam bagaimana mendribbling bola dengan menerapkan prinsip menjaga bola jauh dari lawan).

GURU:

Nah, sebelum kalian bermain lagi, sekarang setiap regu berkelompok dan bergantian berlatih dribbling di tempat masing-masing. Silahkan setiap regu tunjuk ketua regunya, dan cobalah bekerja sama saling mengoreksi di antara sesama teman.

GURU

Bulatkan tekad kalian untuk menguasai permainan basket ini. Fokuskan pada bagaimana bermain sebaik-baiknya. Abaikan keinginan untuk mengalahkan lawan. Abaikan pula perasaan kecewa kalau kalah. Setiap tim, cobalah perkokoh cara kerjasama dan kekompakan kalian.

(Para siswa kembali terlibat secara aktif dalam latihan dribbling dengan berkelompok, dan kemudian bermain kembali teknik yang sudah semakin disempurnakan. Selanjutnya

guru meminta semua siswa berkumpul kembali di bawah pohon dan menghadap guru dalam bentuk setengah lingkaran.)

GURU:

Baiklah, kalian sudah selesai menempuh pembelajaran permainan basket pada pagi hari ini. Siapakah yang dapat menceritakan apa saja yang sudah kalian pelajari pada pembelajaran kali ini?

ANDI:

Banyak sekali, Pak. Kami sudah berhasil mempelajari permainan basket, walaupun sederhana. Tetapi kami mengetahui tujuan bermain bola basket.

GURU:

Bagus. Apa lagi?

NINA:

Itu, Pak. Strategi bermain. Kalo dilihat, strategi bertahan dan strategi menyerang itu pada dasarnya adalah kerjasama.

GURU:

Wah... wah. Maksudnya gimana itu?

NINA:

Itu lho, Pak. Baik strategi menyerang maupun bertahan pada dasarnya adalah kerjasama. Karena hanya dengan kerjasama lah kita bisa menyerang dengan hasil yang baik, demikian juga pada saat bertahan. Setiap orang harus melihat perannya masing-masing, dan saling menunjang peranan dari yang lain. Walaupun saya tidak sedang memegang atau menguasai bola, peran dan keberadaan saya tetap penting dalam seluruh permainan.

GURU:

Bagus sekali. Bapak suka cara kamu menyimpulkan dan menyatakannya dalam bahasa kamu sendiri. Berarti kamu sudah memahami betul makna dari bermain basket. Pernyataan yang bagus sekali. Beri tepuk tangan dulu dong, buat Nina.

INTAN;

Pak, kalau saya merasa bahwa kami sudah mempelajari pelajaran hidup yang berharga. Misalnya kita tadi sudah belajar bagaimana kita harus menjadi rajin dan tekun agar dapat berhasil. Kemudian kita juga belajar bagaimana kita bekerja sama, mengenal lingkungan, dll.

GURU:

Bagus. Kamu juga sangat cermat dan kritis, Intan. Pada dasarnya tadi kalian memang sedang berusaha mengembangkan apa yang disebut „kecakapan hidup“ atau sering juga

disebut *life skills*. Bapak yakin, kalau kalian sadar dan mau mengembangkan kecakapan-kecakapan tersebut, kalian akan berprestasi dalam bidang apapun, termasuk sukses dalam hidup. Olahraga, adalah tempat berlatih kecakapan hidup. Atau, dapat juga dikatakan, bahwa belajar olahraga adalah juga belajar hidup. Oleh karena itu, teruslah rajin berlatih, dan asahlah kemampuan kalian dalam berbagai hal.

Di samping itu, Bapak juga melihat, bahwa secara teknis, kalian juga sudah memperoleh kemajuan. Teknik passing dada yang tadinya belum kalian kuasai dengan baik, sekarang sudah mulai dikuasai, begitu juga dengan teknik dasar dribbling. Beberapa dari kalian masih belum dengan sadar menerapkan prinsip menguasai bola, tetapi secara keseluruhan sudah sangat baik. Bahkan kalian sekaligus memahami, kapan dan bagaimana teknik itu digunakan. Teruslah kalian latih, karena penguasaan teknik dasar akan memperbaiki seluruh kemampuan bermain kalian. Kuncinya tidak mudah jemu dan tidak mudah menyerah. OK?

Terakhir, Bapak juga ingin memberi komentar terhadap sikap kalian yang serius dan sungguh-sungguh mengikuti pelajaran Penjas tadi. Kalian sudah menunjukkan antusiasme yang tinggi dan juga saling menghormati. Kalian sudah tidak lagi saling menjelek, dan bahkan saling menghormati. Bapak acungi jempol pada kemajuan kalian dalam hal tersebut. Olahraga adalah tempat berlatih etika, sopan santun, dan bahkan sportivitas dan respek pada orang lain, di samping belajar mentaati peraturan.

Baiklah, kita akan lanjutkan pembelajaran permainan basket ini minggu depan. Tapi Bapak minta, kalian juga mau melatih diri di luar sekolah, karena semakin sering berlatih, maka semakin cepat kemajuan dapat dicapai.

Selamat siang!