



BARANG MILIK NEGARA

Modul Pembelajaran SMP Terbuka PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA, DAN KESEHATAN

Kelas
VIII



Modul 10

KESELAMATAN DI JALAN RAYA

Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi
Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini,
Pendidikan Dasar, dan Pendidikan Menengah
Direktorat Sekolah Menengah Pertama



Modul Pembelajaran SMP Terbuka
**PENDIDIKAN JASMANI,
OLAHRAGA, DAN KESEHATAN**
Kelas VIII

Modul 10
KESELAMATAN DI JALAN RAYA

Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi
Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini,
Pendidikan Dasar, dan Pendidikan Menengah
Direktorat Sekolah Menengah Pertama
2021

© Hak cipta pada Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi
Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar, dan Pendidikan Menengah
Direktorat Sekolah Menengah Pertama

Modul Pembelajaran SMP Terbuka

PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA, DAN KESEHATAN

Pengarah:
Mulyatsyah

Penanggung Jawab:
Eko Susanto

Kontributor:
Imam Pranata, Harnowo Susanto,
Ninik Purwaning Setyorini,
Maulani Mega Hapsari

**Modul 10:
Keselamatan di Jalan Raya
Kelas VIII**

Penulis:
Rustandi

Reviewer:
Nuryawan

Editor:
Didi Teguh Chandra, Amsor,
Agus Fany Chandra Wijaya, Hutnal Basori,
Sukma Indira, Kader Revolusi,
Andi Andangatmadja, Tri Mulya Purwiyanti,
Tim Layanan Khusus

Layout Design:
Ghina Fitriana,
Belaian Pelangi Baradiva,
Aditya Al Asyari Siradjudin

Diterbitkan oleh:
Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi
Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini,
Pendidikan Dasar, dan Pendidikan Menengah
Direktorat Sekolah Menengah Pertama

KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat rahmat dan hidayah-Nya, Direktorat Sekolah Menengah Pertama, Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah telah berhasil menyusun Modul Pembelajaran SMP Terbuka dengan baik. Tujuan disusunnya Modul Pembelajaran ini adalah sebagai salah satu bentuk layanan penyediaan bahan belajar peserta didik SMP Terbuka agar proses pembelajarannya lebih terarah, terencana, variatif, dan bermakna. Dengan demikian, tujuan memberikan layanan SMP Terbuka yang bermutu bagi peserta didik SMP Terbuka dapat terwujud.

Modul Pembelajaran SMP Terbuka yang telah disusun ini disajikan dalam beberapa kegiatan belajar untuk setiap modulnya dan beberapa modul untuk setiap mata pelajarannya sesuai dengan kurikulum yang berlaku. Dengan adanya modul pembelajaran SMP Terbuka ini, kami berharap, peserta didik dapat memperoleh kemudahan dan kebermaknaan dalam menjalankan kegiatan pembelajaran mandiri dan terstruktur. Selain itu, Guru Pamong dan Guru Bina pun dapat merancang, mengarahkan, dan mengevaluasi proses pembelajaran dengan lebih baik sebagai bagian dari proses peningkatan mutu layanan di SMP Terbuka. Dengan layanan SMP Terbuka yang bermutu, peserta didik akan merasakan manfaatnya dan termotivasi untuk mencapai cita-citanya menuju kehidupan yang lebih baik.

Dengan diterbitkannya Modul Pembelajaran SMP Terbuka ini diharapkan kualitas layanan pembelajaran di SMP Terbuka menjadi lebih baik. Modul Pembelajaran SMP Terbuka ini masih jauh dari sempurna, untuk itu kami berharap dapat memperoleh kritik, saran, rekomendasi, evaluasi, dan kontribusi nyata dari berbagai pihak untuk kesempurnaan modul ini. Kami mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi aktif dalam proses penyusunan Modul Pembelajaran SMP Terbuka. Apabila terdapat kekurangan atau kekeliruan, maka dengan segala kerendahan hati akan kami perbaiki sesuai dengan ketentuan yang berlaku di masa yang akan datang.

Jakarta, Desember 2021
Direktur
Sekolah Menengah Pertama,



Drs. Mulyatsyah, M.M.
NIP. 196407141993041001



DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR GAMBAR	v
DAFTAR TABEL.....	vi
I. Pendahuluan.....	1
A. Deskripsi Singkat	1
B. Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar.....	1
C. Petunjuk Belajar	2
D. Peran Orang Tua dan Guru	2
II. Kegiatan Belajar 1: Keselamatan di Jalan Raya	3
A. Indikator Pembelajaran	3
B. Aktivitas Pembelajaran	3
C. Tugas	6
D. Rangkuman	7
E. Tes Formatif	8
III. Kegiatan Belajar 2: Aktivitas di Jalan Raya.....	9
A. Indikator Pembelajaran	9
B. Aktivitas Pembelajaran	9
C. Tugas	18
D. Rangkuman	20
E. Tes Formatif	21
TES AKHIR MODUL	23
LAMPIRAN	25
A. Glosarium	25
B. Kunci Jawaban Tugas	26
C. Kunci Jawaban Tes Formatif	27
D. Kunci Jawaban Tes Akhir Modul	28
DAFTAR PUSTAKA	29



DAFTAR GAMBAR

Gambar 10.1 Aktivitas berkendara di jalan raya	3
Gambar 10.2 Kecelakaan di jalan raya	4
Gambar 10.3 Kemacetan di jalan raya	5
Gambar 10.4 Aktivitas manusia di jalan raya.....	9
Gambar 10.5 Tempat penyeberangan pejalan kaki di jalan raya.....	10
Gambar 10.6 Aktivitas bersepeda	11
Gambar 10.7 Aktivitas bersepeda ke sekolah	12
Gambar 10.8 Kendaraan angkutan kota (angkot)	13
Gambar 10.9 Aktivitas bersepeda motor di jalan raya.....	15
Gambar 10.10 Jaga jarak berkendara.....	17
Gambar 10.11 Menyebrang jalan dengan aman.....	17



DAFTAR TABEL

Tabel 10.1 Rubrik penilaian sikap..... 24





I

PENDAHULUAN



KESELAMATAN DI JALAN RAYA

A. DESKRIPSI SINGKAT

Selamat datang dan salam olahraga! Sumber belajar yang paling utama di SMP Terbuka adalah modul. Melalui modul ini Ananda diharapkan dapat mempelajari secara mandiri maupun kelompok. Jika Ananda pernah menyaksikan peristiwa kecelakaan yang terjadi di jalan raya secara langsung ataupun melalui layar televisi, pasti Ananda akan melihat betapa mengerikannya peristiwa kecelakaan tersebut. Nah pada modul ini Ananda akan mempelajari beberapa hal mengenai keselamatan di jalan raya dan diharapkan setelah mempelajari modul ini Ananda dapat menerapkannya di tempat tinggal masing-masing. Selain itu dengan mempelajari modul ini, Ananda dapat membiasakan perilaku berdoa sebelum dan sesudah mengikuti pelajaran, selalu berusaha secara maksimal dan tawakal serta membiasakan berperilaku baik, berhati-hati di jalan raya, bertanggung jawab terhadap diri sendiri dan orang lain. Waktu yang diperlukan untuk menyelesaikan modul 10 ini adalah 6 x 40 menit belum termasuk untuk menyelesaikan tugas-tugas. Ingat, pelajari dulu petunjuk dan langkah-langkah yang harus dilakukan sebelum mempelajari modul ini.

B. KOMPETENSI INTI DAN KOMPETENSI DASAR

Kompetensi Inti Pengetahuan	Kompetensi Inti Keterampilan
3. Memahami, menerapkan, menganalisis dan mengevaluasi pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.	4. Mengolah, menalar, menyaji, dan mencipta dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri serta bertindak secara efektif dan kreatif, dan mampu menggunakan metode sesuai kaidah keilmuan.
Kompetensi Dasar	Kompetensi Dasar
3.10 Memahami cara menjaga keselamatan diri dan orang lain di jalan raya.	4.10 Memaparkan cara menjaga keselamatan diri dan orang lain di jalan raya.

C. PETUNJUK BELAJAR

Sebelum Ananda menggunakan Modul 10 ini terlebih dahulu Ananda baca petunjuk mempelajari modul berikut ini:

1. Pelajarilah modul ini dengan baik. Mulailah mempelajari materi pelajaran yang ada dalam Modul 10 di setiap kegiatan pembelajaran hingga Ananda dapat menguasainya dengan baik;
2. Lengkapilah setiap bagian aktivitas dan tugas yang terdapat dalam modul ini dengan semangat dan gembira. Jika mengalami kesulitan dalam melakukannya, catatlah kesulitan tersebut pada buku catatan Ananda untuk dapat mendiskusikannya bersama teman, menceritakannya kepada orang tua, atau dapat menanyakannya langsung kepada Bapak/Ibu Guru pada saat jadwal kegiatan pembelajaran berlangsung;
3. Lengkapi dan pahami setiap bagian dalam rangkuman sebagai bagian dari tahapan penguasaan materi modul ini;
4. Kerjakan bagian Tes Formatif pada setiap bagian Kegiatan Belajar sebagai indikator penguasaan materi dan refleksi proses belajar Ananda pada setiap kegiatan belajar. Ikuti petunjuk pengerjaan dan evaluasi hasil pengerjaannya dengan seksama;
5. Jika Ananda telah menguasai seluruh bagian kompetensi pada setiap kegiatan belajar, lanjutkan dengan mengerjakan Tes Akhir Modul secara sendiri untuk kemudian dilaporkan kepada Bapak/Ibu Guru;
6. Gunakan Daftar Pustaka dan Glosarium yang disiapkan dalam modul ini untuk membantu mempermudah proses belajar Ananda.



D. PERAN ORANG TUA DAN GURU

Teruntuk Bapak/Ibu Orang Tua peserta didik, berkenan Bapak/Ibu dapat meluangkan waktunya untuk mendengarkan dan menampung serta membantu memecahkan permasalahan belajar yang dialami oleh Ananda peserta didik. Jika permasalahan belajar tersebut belum dapat

diselesaikan, arahkanlah Ananda peserta didik untuk mencatatkannya dalam buku catatan mereka untuk didiskusikan bersama teman maupun Bapak/Ibu Guru mereka saat jadwal kegiatan pembelajaran berlangsung.

Teruntuk Bapak/Ibu Guru, modul ini disusun dengan orientasi aktivitas peserta didik dan setiap modul dirancang untuk dapat mencakup satu atau lebih pasangan kompetensi-kompetensi dasar yang terdapat pada kompetensi inti 3 (pengetahuan) dan kompetensi inti 4 (keterampilan). Setiap peserta didik diarahkan untuk dapat mempelajari modul ini secara mandiri, namun demikian mereka juga diharapkan dapat menuliskan setiap permasalahan pembelajaran yang ditemuinya saat mempelajari modul ini dalam buku catatan mereka. Berkenaan dengan permasalahan-permasalahan tersebut, diharapkan Bapak/Ibu Guru dapat membahasnya dalam jadwal kegiatan pembelajaran yang telah dirancang sehingga Ananda peserta didik dapat memahami kompetensi-kompetensi yang disiapkan dengan tuntas.

II

KEGIATAN BELAJAR 1



KESELAMATAN DI JALAN RAYA

A. Indikator Pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi

1. Menjelaskan pengertian keselamatan di jalan raya;
2. Memahami penyebab kecelakaan di jalan raya;
3. Memaparkan macam-macam pelanggaran di jalan raya.

B. Aktivitas Pembelajaran



Gambar 10.1 Aktivitas berkendara di jalan raya

Sumber: Koleksi pribadi

Belakangan ini, tingkat kecelakaan jalan raya semakin meningkat. Banyak nyawa melayang dalam tragedi tersebut. Oleh karena itu, kita seharusnya selalu waspada dan berusaha untuk mengurangi tingkat kecelakaan di jalan raya itu.

Salah satu usaha mengurangi tingkat kecelakaan jalan raya adalah dengan memberi pendidikan tentang peraturan di jalan raya kepada siswa. Contohnya melalui mata pelajaran PKJR (Pendidikan Keselamatan Jalan Raya), siswa diberikan informasi tentang maksud simbol-simbol pada papan keselamatan jalan raya dan langkah-langkah keselamatan yang harus diambil ketika berada di jalan raya. Ini dapat meningkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya menjaga keselamatan diri di jalan raya. Di samping itu, kita hendaklah menjadi pengguna jalan raya yang baik tertib dan mematuhi peraturan yang ada.



Gambar 10.2 Kecelakaan di jalan raya

Sumber:

<https://www.google.com/search?q=kecelakaan+di+jalan+raya&sxsrf=ALeKk01YVG21bZNIhmH-ZykAhm>

Meningkatnya kemacetan pada jalan perkotaan maupun jalan luar kota yang diakibatkan bertambahnya kepemilikan kendaraan, terbatasnya sumber daya untuk pembangunan jalan raya, dan belum optimalnya pengoperasian fasilitas lalu lintas yang ada, merupakan persoalan utama di banyak negara.

Jaringan jalan raya merupakan prasarana transportasi darat yang memegang peranan yang sangat penting dalam sektor perhubungan terutama untuk kesinambungan distribusi barang dan jasa. Keberadaan jalan raya sangat diperlukan untuk menunjang laju pertumbuhan ekonomi seiring dengan meningkatnya kebutuhan sarana transportasi yang dapat menjangkau daerah-daerah terpencil yang merupakan sentra produksi pertanian. Namun keselamatan lalu lintas merupakan suatu program untuk menurunkan angka kecelakaan beserta seluruh akibatnya, karena kecelakaan mengakibatkan pemiskinan terhadap keluarga korban kecelakaan, karena sebagian besar kejadian kecelakaan lalu lintas diakibatkan karena faktor manusia, sehingga langkah untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam berlalu lintas, khususnya pengguna sistem lalu lintas dapat dilakukan melalui:

1) Pendidikan

- a. Pendidikan mulai berlalu lintas sejak seorang anak masuk sekolah taman kanak-kanak;
- b. Penyuluhan melalui media masa;
- c. Pusat Pendidikan Keselamatan Lalu Lintas (PPKL).

2) Perbaikan peraturan perundangan

- a. Tata cara mengemudi;
- b. Penegakan hukum.



Gambar 10.3. Kemacetan di Jalan Raya
Sumber: Dokumentasi Pribadi Rustandi 2021

Apa yang terlintas dalam benak Ananda saat melintasi jalan raya? Apakah Ananda ingin segera sampai ke tempat tujuan? Apakah Ananda selalu bersikap hati-hati dan selalu memikirkan keselamatan Ananda dan juga keselamatan orang lain? Hal utama yang perlu Ananda perhatikan pada saat menggunakan fasilitas umum seperti jalan raya adalah selalu berupaya menjaga keselamatan diri dan juga keselamatan orang lain di jalan raya.

Hingga kini kecelakaan di jalan raya merupakan salah satu penyebab kematian terbesar. Oleh karena itu, patut disadari dan direnungkan bersama. Penyebab terjadinya kecelakaan di jalan raya, antara lain adanya kelalaian manusia, kondisi jalan yang tidak baik dan kendaraan yang tidak layak jalan. Untuk meminimalisir terjadinya kecelakaan di jalan raya, pemerintah dan lembaga nonpemerintah harus menggalang kegiatan mengenai pentingnya keselamatan berkendara secara rutin kepada masyarakat. Sebagai pengguna jalan, para pengendara wajib memiliki tanggung jawab yang besar untuk menjaga keselamatan diri dan orang lain di jalan raya.

Keselamatan dalam berkendara adalah suatu upaya yang dilakukan dalam upaya meminimalkan tingkat bahaya yang akan terjadi selama berkendara dan memaksimalkan keamanan dalam berkendara, baik itu untuk keselamatan diri sendiri, maupun untuk orang lain sebagai pengguna jalan. Untuk mewujudkan keselamatan dalam berkendara, sangat dibutuhkan suatu kesadaran yang tinggi dari para pengguna jalan.

C. Tugas

Silahkan Ananda amati gambar berikut dan tuliskan apa yang Ananda temukan dari gambar tersebut!

No.	Gambar	Temuan Ananda
1	 <p>Sumber: Dokumentasi pribadi Rustandi 2021</p>	
2	 <p>Sumber: Dokumentasi pribadi Rustandi 2021</p>	
3	 <p>Sumber: https://www.google.com/search?q=naek+motor+bertiga&tbm=isch&ved=2ahUKEwi7s</p>	
4	 <p>Sumber: Dokumentasi pribadi Rustandi 2021</p>	



Marilah kita menyusun rangkuman untuk kegiatan pembelajaran ini! Ananda bisa berpartisipasi menyusun rangkuman dengan melengkapi kalimat-kalimat berikut ini!

Tingkat kecelakaan di jalan raya semakin meningkat. Banyak.....dalam tragedi tersebut. Oleh karena itu, kita seharusnya selalu waspada dan berusaha untuk mengurangi tingkat kecelakaan di jalan raya itu. Meningkatnya.....pada jalan perkotaan maupun jalan luar kota yang diakibatkan.....terbatasnya sumber daya untuk pembangunan jalan raya, dan belum optimalnya pengoperasian fasilitas lalu lintas yang ada, merupakan persoalan utama di banyak negara.

Penyebab terjadinya kecelakaan di jalan raya, antara lain adanya..... kondisi jalan yang tidak baik dan kendaraan yang.....

Untuk meminimalisir terjadinya kecelakaan di jalan raya, pemerintah dan Lembaga non pemerintah harus menggalang kegiatan mengenai pentingnya keselamatan..... kepada masyarakat. Sebagai pengguna jalan, para pengendara wajib memiliki.....yang besar untuk menjaga keselamatan diri dan orang lain di jalan raya.

Bagus! Ananda telah berhasil melengkapi rangkuman!

Ucapkan syukur kepada Tuhan Yang Maha Kuasa, karena telah selesai.

Sekarang coba bacalah kembali rangkuman yang telah kita susun!

E. TES FORMATIF



Untuk mengetahui apakah Ananda telah menguasai materi pelajaran pada Modul 10 ini, kerjakan tugas yang disediakan. Tes formatif ini harus dikerjakan sendiri tanpa melihat kunci jawaban.

Petunjuk Evaluasi hasil Pengerjaan tes

Jawablah pertanyaan ini dengan tepat!

1. Jelaskan apa pengertian dari keselamatan dalam berkendara di jalan raya!
2. Sebutkan penyebab terjadinya kecelakaan di jalan raya!
3. Siapa yang bertanggung jawab terhadap keselamatan di jalan raya?
4. Bagaimana cara mengurangi terjadinya kecelakaan di jalan raya?



III

KEGIATAN BELAJAR 2

AKTIVITAS DI JALAN RAYA

A. Indikator Pembelajaran

1. Mengidentifikasi aktivitas manusia di jalan raya;
2. Menjelaskan pengertian aktivitas manusia di jalan raya;
3. Mengidentifikasi tanda lalu lintas;
4. Menerapkan perilaku positif aktivitas di jalan raya.

B. Aktivitas Pembelajaran



Gambar 10.4 Aktivitas manusia di jalan raya
Sumber: Dokumentasi Pribadi Rustandi 2021

1. Jenis Aktivitas di Jalan Raya

a. Aktivitas pejalan kaki

Pejalan kaki adalah istilah dalam transportasi yang digunakan untuk menjelaskan orang yang berjalan di lintasan pejalan kaki baik di pinggir jalan, trotoar, lintasan khusus bagi pejalan kaki ataupun menyeberang jalan. Untuk melindungi pejalan kaki dalam berlalu lintas, pejalan kaki wajib berjalan pada bagian jalan dan menyeberang pada tempat penyeberangan yang telah disediakan untuk pejalan kaki.

1) Kewajiban pejalan kaki

- a) Berjalan pada bagian jalan yang diperuntukkan bagi pejalan kaki, atau pada bagian jalan yang paling kiri apabila tidak terdapat bagian jalan yang diperuntukkan bagi pejalan kaki;
- b) Menggunakan bagian jalan yang paling kiri apabila membawa kereta dorong;
- c) Menyeberang di tempat yang telah ditentukan.

Dalam hal tidak terdapat tempat penyeberangan yang ditentukan, pejalan kaki dapat menyeberang ditempat yang dipilihnya dengan memperhatikan keselamatan dan kelancaran lalu lintas. Rombongan pejalan kaki di bawah pimpinan seseorang harus mempergunakan lajur paling kiri menurut arah lalu lintas. Pejalan kaki yang merupakan penyandang cacat tuna netra wajib mempergunakan tanda-tanda khusus yang mudah dikenali oleh pemakai jalan lain.



Gambar 10.5 Tempat penyeberangan pejalan kaki di jalan raya
Sumber: Dokumentasi Pribadi Rustandi 2021

2) Kawasan pejalan kaki

Kawasan pejalan kaki adalah kawasan yang khusus diperuntukkan bagi pejalan kaki, kendaraan pribadi dilarang masuk ke kawasan ini, di kawasan ini pejalan kaki yang diutamakan. Kawasan ini biasanya di bangun di daerah pertokoan, kawasan wisata. Salah satu contoh di Jakarta adalah dikawasan Pasar Baru.

b. Aktivitas bersepeda

Bersepeda merupakan salah satu model transportasi darat yang banyak digunakan oleh sebagian orang di dunia. Sepeda pertama kali diperkenalkan pada abad ke-19 masehi. Banyak penggemar sepeda ingin melakukan kegiatan bersepedanya. Orang yang mempergunakan sepeda sebagai modal transportasi rutin juga dapat disebut komuter. Penggunaan sepeda sebagai model transportasi rutin tidak hanya dilakukan oleh pekerja yang bekerja di sektor nonformal, sektor formal, dan anak sekolah. Para pekerja di sektor formal yang menggunakan sepeda sebagai moda transportasi rutin ini sebagian besar tergabung dalam komunitas pekerja bersepeda atau yang dikenal dengan nama *Bike To Work* Indonesia (B2W Indonesia).



Gambar 10.6 Aktivitas bersepeda

Sumber:

<https://www.google.com/search?q=aktivitas+bersepeda&tbm=isch&ved=>

Bersepeda bagi anak sekolah juga dapat mengurangi bahaya kecelakaan dalam berkendara dan berlalu lintas.

1) Cara bersepeda yang baik di jalan raya

- a) Berpakaianlah dengan benar. Pakailah helm dan pakaian berwarna terang. Pada musim hujan, gunakan jas hujan yang tidak mengganggu kenyamanan, keseimbangan, dan kendali Anda di atas sepeda;
- b) Patuhi rambu dan peraturan lalu lintas. Tak ada bedanya dengan pengguna jalan yang lain, bersepeda di jalan raya juga harus mematuhi rambu dan peraturan lalu lintas;
- c) Jangan pernah bersepeda melawan arus jalan. Pengemudi kendaraan bermotor tak akan memperhatikan sepeda yang melaju di jalur jalan yang salah;
- d) Pakailah helm, jangan menggunakan piranti *headphone* (dari walkman maupun *handphone*). Menurut beberapa penelitian telinga yang tertutup rapat bisa mengurangi keawasan keadaan sekelilingnya;
- e) Untuk itu, sebaiknya kedua tangan siap untuk mengerem. Anda mungkin tak bias langsung berhenti jika mengerem hanya dengan satu tangan. Jangan bersepeda terlalu dekat di belakang kendaraan lain dan pada musim hujan selalu siapkan jarak aman pengereman karena rem selalu menurun efisiensinya manakala basah;
- f) Perhatikan jalan di samping dan belakang Anda. Belajarlah memindai keadaan jalan di samping dan di belakang Anda tanpa harus kehilangan keseimbangan dan kendali pada sepeda;
- g) Jangan menyalip dari kiri. Pengemudi kendaraan bermotor biasanya tidak akan menduga kalau ada sepeda yang menyalip dari kiri;
- h) Jangan melewati garis pembatas jalan. Manakala menyalip, pastikan Anda tidak melewati garis pembatas jalan. Demikian juga manakala lalu lintas dalam keadaan padat;

- i) Gunakan lampu di malam hari. Selain membantu Ananda melihat arah dan kondisi jalan, lampu membantu pengemudi kendaraan lain di depan untuk melihat keberadaan Anda. Tambahkan juga lampu di bagian belakang sepeda, atau sekurang-kurangnya *reflector*;
- j) Gunakan tangan Ananda untuk memberi tanda. Gunakan tangan untuk memberi tanda kepada pengguna jalan lain tentang ke arah mana Ananda akan melaju. Ini memang aturan tak tertulis bagi pengguna sepeda, tetapi penting bagi keamanan Ananda sendiri;
- k) Rawat dan jagalah kondisi sepeda Anda. Lakukan perawatan rutin sehingga sepeda Ananda bisa berjalan dengan aman dan nyaman. Gantilah rem dan ban secara berkala. Merawat sepeda itu mudah, Ananda bisa belajar dan melakukannya sendiri;



Gambar 10.7 Aktivitas bersepedah ke sekolah

Sumber:

<https://www.google.com/search?q=siswa+BERsepeda&tbm=isch&ved=2ah>

c. Aktivitas berkendara menggunakan bus

Bus adalah kendaraan besar beroda, digunakan untuk membawa penumpang dalam jumlah banyak. Istilah bus ini berasal dari bahasa Latin, omnibus, yang berarti "(kendaraan yang berhenti) di semua (perhentian)".

- 1) Tempat perhentian bus atau halte bus atau shelter atau stopan bus (dari bahasa Inggrisnya *bus stop*) adalah tempat untuk menaikkan dan menurunkan penumpang bus, biasanya ditempatkan pada jaringan pelayanan angkutan bus. Di pusat kota ditempatkan pada jarak 300 sampai 500 m dan di pinggiran kota antara 500 sampai 1000 m. Semakin banyak penumpang yang naik turun di suatu tempat perhentian bus semakin besar dan semakin lengkap fasilitas yang disediakan. Untuk tempat perhentian yang kecil cukup dilengkapi dengan rambu lalu lintas saja, dan untuk perhentian yang besar bisa dilengkapi dengan atap dan tempat duduk, bahkan bila diperlukan dapat dilengkapi dengan kios kecil untuk menjual surat kabar, atau rokok. Jarak antar tempat perhentian tergantung kepada lokasinya di pusat kota dengan kegiatan yang tinggi disarankan 400 m ataupun kurang dari itu sedang di pinggiran kota dengan kerapatan yang rendah dapat ditempatkan pada jarak antara 600 sampai 1000 m. Untuk mendapatkan jarak antara yang optimal disarankan menggunakan modelling perencanaan angkutan umum.

- 2) Berikut adalah cara dan menggunakan bus atau angkot,
- Bertanyalah mengenai rute bus atau angkot kepada teman sekolah, kuliah atau kerja anda. Kalau Ananda malu, bertanyalah kepada orang tua di rumah Ananda atau paman google. Semua bus atau angkot memiliki kode angka atau huruf yang mewakili rute yang dilalui. Misal, Bus Patas AC yang beredar di Jakarta dengan kode P11 memiliki rute pulang pergi (PP) dari terminal Pulo Gadung sampai Lebak Bulus;
 - Berdirilah di halte atau pinggir jalan. Ini penting, di sinilah Ananda akan memulai petualangan Ananda. Bila bus atau angkot yang Ananda maksud melaju sekitar 10-meter ke arah Anda, lambaikan tangan kiri Ananda sebagai tanda stop;
 - Selalu naik dengan kaki kanan dan turun dengan kaki kiri. Bila akan naik, fokus dan pijaklah tumpuan pertama bus/angkot dengan kaki kanan yang merupakan tumpuan paling kuat. Selain itu, bertumpu pada kaki kanan pada pintu bus sebelah kiri menyelaraskan momentum gerak tubuh dan kendaraan;
 - Siapkan uang pecahan kecil dan jangan malu atau takut bertanya ongkos. Sistem pembayaran bus atau angkutan kota di Indonesia sebagian besar masih sangat kuno, yaitu kita diharuskan membayar ke sopir atau kondektur. Tarifnya pun sering tidak jelas, diukur berdasarkan jarak tempuh yang tidak jelas parameternya. Ketika ada kenaikan tarif, barulah sedikit jelas tuh tarifnya, karena pengumuman mengenai tarif baru yang berlaku, biasanya ditempel di pintu angkot atau jendela bus. Untuk menjaga biar kita nggak seperti orang bingung, biasakan menyiapkan uang receh kecil Rp 1.000; Rp 2.000 atau Rp 5.000. Hal ini untuk memudahkan uang kembalian bila Ananda tidak tahu tarif yang harus dibayarkan untuk jarak yang kita tempuh. Ketika akan sampai pada tujuan atau pak kondektur menghampiri, bertanyalah mengenai tarif yang harus dibayar;
 - Ketika di dalam bus atau angkot, bertanyalah ke kondektur atau supir agar tidak salah naik.



Gambar 10.8 Kendaraan angkutan kota (Angkot)

Sumber: <https://www.google.com/search?q=gambar+angkot&tbm=isch&ved=2ahU>

d. Aktivitas berkendara menggunakan sepeda motor

Sepeda motor adalah kendaraan beroda dua yang digerakkan oleh sebuah mesin. Letak kedua roda sebaris lurus dan pada kecepatan tinggi sepeda motor tetap stabil disebabkan oleh gaya girokopis. Sedangkan pada kecepatan rendah, kestabilan atau keseimbangan sepeda motor bergantung kepada pengaturan setang oleh pengendara. Penggunaan sepeda motor di Indonesia sangat populer karena harganya yang relatif murah, terjangkau untuk sebagian besar kalangan dan penggunaan bahan bakarnya serta biaya operasionalnya cukup hemat.

1) Cara berkendara motor yang baik

- a) Gunakan helm yang berstandar SNI dan jaket serta sarung tangan;
- b) Perhatikan posisi duduk sebelum menjalankan kendaraan, dan pastikan Anda telah berada pada posisi duduk yang benar dan nyaman mungkin. Posisi duduk pada saat di atas motor yang benar adalah paha bagian dalam menjepit jok. Dengan posisi duduk seperti ini maka kendaraan akan menjadi lebih stabil saat dijalankan;
- c) Memperhatikan posisi tangan setelah memahami bagaimana posisi duduk yang baik saat berada di atas motor, selanjutnya adalah memperhatikan posisi tangan. Posisi tangan yang baik adalah posisi dengan keadaan menekuk 135° . Selain memberikan efek yang lebih stabil, posisi tangan seperti ini juga memberikan efek meredam guncangan yang terjadi pada bahu saat motor berada pada kondisi jalan yang kurang bagus
- d) Perhatikan pandangan. Tips berkendara motor yang baik dan benar selanjutnya adalah memperhatikan pandangan Anda saat berada di atas sepeda motor. Pandangan yang baik adalah pandangan yang bisa melihat jalanan secara luas. Hindari melihat dengan jarak pendek atau bagian depan bawah ban depan motor Anda;
- e) Teknik pengereman yang baik merupakan faktor utama keselamatan Anda saat berkendara. Beberapa teknik pengereman motor yang benar adalah sebagai berikut:
 - (1) Selalu pastikan jari telunjuk tangan kanan Anda berada pada handle rem, jika Anda menggunakan motor kopling, maka jari-jari pada tangan kiri Anda selalu berada pada tuas kopling agar bisa menarik tuas dengan cepat pada saat kendaraan mengerem;
 - (2) Fungsikan dengan maksimal kedua rem yang ada pada motor agar pengereman bisa dilakukan dengan lebih stabil dan aman;
 - (3) Usahakan posisi duduk tetap tegak saat pengereman berlangsung.
- f) Letak dan posisi kaki Keadaan yang paling sering terjadi sekarang adalah kedua kaki tetap berada di bawah pada saat kendaraan telah melaju. Hal ini sangat berbahaya. Karena itu selalu posisikan kaki kanan Anda berada pada tuas rem belakang sebelum kendaraan dijalankan maupun pada saat tengah berhenti. Itulah beberapa tips cara berkendara yang baik dan aman untuk pengguna sepeda motor (*bikers*).



Gambar 10.9 Aktivitas bersepeda motor di jalan raya
Sumber: Dokumentasi pribadi Rustandi 2021

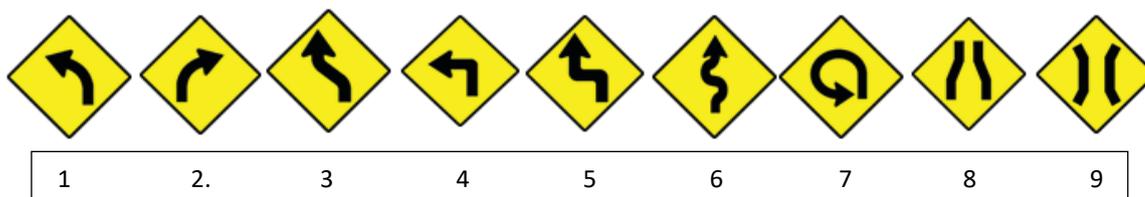
2. Pengertian Rambu Lalu Lintas

Rambu lalu lintas adalah bagian dari perlengkapan jalan yang memuat lambang, huruf, angka, kalimat dan/atau perpaduan di antaranya, yang digunakan untuk memberikan peringatan, larangan, perintah dan petunjuk bagi pemakai jalan. Agar rambu dapat terlihat baik siang ataupun malam atau pada waktu hujan maka bahan harus terbuat dari material retro-reflektif.

Berdasarkan jenis pesan yang disampaikan, rambu lalu lintas dapat dikelompokkan menjadi sebagai berikut:

a. Rambu peringatan

Rambu yang memperingatkan adanya kondisi berbahaya dan berpotensi bahaya agar para mengemudi berhati-hati dalam menjalankan kendaraannya. Misalnya: Rambu yang menunjukkan adanya lintasan kereta api, atau adanya persimpangan berbahaya bagi para pengemudi.



- | | |
|-------------------------|----------------------|
| 1. Tikungan ke kiri | 6. Banyak tikungan |
| 2. Tikungan ke kanan | 7. Tikungan memutar |
| 3. Tikungan ganda | 8. Penyempitan jalan |
| 4. Tikungan tajam | 9. Jembatan |
| 5. Tikungan tajam ganda | |

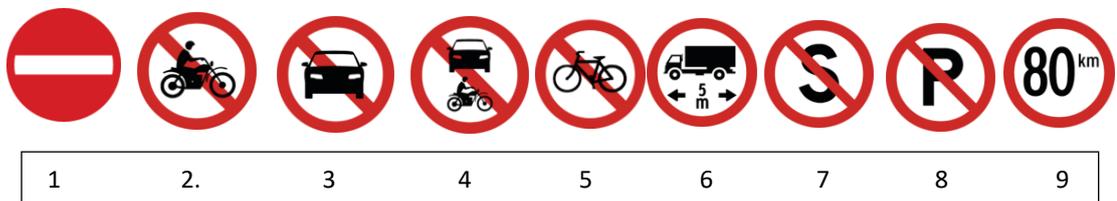
b. Rambu petunjuk

Rambu yang memberikan petunjuk atau keterangan kepada pengemudi atau pemakai jalan lainnya, tentang arah yang harus ditempuh atau letak kota yang akan dituju lengkap dengan nama dan arah letak itu berada.

c. Rambu larangan

Rambu ini untuk melarang penggunaan dan pergerakan lalu lintas tertentu, misalnya:

- 1) Rambu larangan berhenti;
- 2) Rambu larangan membunyikan isyarat suara;
- 3) Semua kendaraan dilarang lewat.



- | | | | | | | | | |
|---|----|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2. | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|---|----|---|---|---|---|---|---|---|
1. Larangan masuk bagi kendaraan bermotor & tidak bermotor
 2. Sepeda motor dilarang masuk
 3. Mobil dilarang masuk
 4. Kendaraan bermotor dilarang masuk
 5. Sepeda dilarang masuk
 6. Larangan truk dengan kepanjangan tertentu
 7. Dilarang berhenti
 8. Dilarang parker
 9. Batas kecepatan 80 km/jam

d. Rambu perintah

Rambu ini untuk memrintahkan penggunaan dan pergerakan lalu lintas tertentu. Misalnya:

- 1) Rambu perintah memasuki lajur yang ditunjuk;
- 2) Rambu batas minimum kecepatan;
- 3) Rambu perintah bagi jenis kendaraan tertentu untuk melalui lajur dan/atau jalur tertentu.

3. Cara-Cara Menjaga Keselamatan Diri Dalam Berkendara

a. Bagi Pengendara

- 1) Kondisi motor harus layak;
- 2) Harus menggunakan helm;
- 3) Gunakan sarung tangan;
- 4) Harus konsentrasi penuh;
- 5) Menjaga kecepatan;
- 6) Selalu gunakan lamp usen saat ingin belok, jangan terlalu lambat menyalakan lampu sen;
- 7) Selalu menjaga jarak aman;

- 8) Gunakan jalur yang benar;
- 9) Jangan mendengarkan music saat berkendara;
- 10) Badan harus fit sebelum berkendara.



Gambar 10.10 Jaga jarak berkendara

Sumber:

<https://www.google.com/search?q=Gambar+jaga+jarak+berkendaraan+dengan+mobil&tbm=>

b. Bagi masyarakat umum dan pengguna jalan lainnya

- 1) Patuhilah peraturan lalu lintas;
- 2) Cari lokasi aman Ketika bermain;
- 3) Jika berjalan, posisikan berada di trotoar atau sisi kiri jalan, jangan bergurau di jalan;
- 4) Jika naik sepeda, posisikan di kiri jalan dan beriringan ke belakang, jangan berjajar;
- 5) Pastikan untuk minta bantuan orang tua, saudara, atau orang dewasa guna membantu menyeberang di jalan dengan aman;
- 6) Berjalan lurus Ketika menyeberang jalan jika kondisi telah aman untuk menyeberang jalan;
- 7) Mengetahui bagaimana berhenti, melihat dan mendengarkan sekeliling sebelum menyeberang.



Gambar 10.11 Menyeberang jalan dengan aman

Sumber: <https://www.google.com/search?q=Gambar+menyeberang++dengan+aman&tbm=>

C. Tugas

Ananda amati gambar dan berilah tanda cheklist (v) pada *option* benar atau salah sesuai perilaku yang ditunjukkan!

NO	Gambar	Perilaku	
		Benar	Salah
1.	 <p>Sumber: Dokumentasi pribadi Rustandi 2021</p>		
2.	 <p>Sumber: Dokumentasi pribadi Rustandi 2021</p>		
3.	 <p>Dokumentasi pribadi Rustandi 2021</p>		

4.	 A blue minivan is parked on the side of a road. To its left is a circular sign with a red border and a diagonal slash over a black 'P', indicating a 'No Parking' zone. The background shows a green hedge and a building.		
5.	 A busy road scene with a blue bus in the center lane. The bus has 'KORPRI' and 'BUS WAY' written on its side. There are many motorcycles in the adjacent lanes. A green sign above the road reads 'KHUSUS BUS WAY' with a downward arrow. On the left, there is a 'No Parking' sign and a smaller sign that says 'KAMPAS DAN HELM WAJIB'. The road is multi-lane with a green median.		

Sumber:
[https://www.google.com/search?q=pelanggaran
+rambu+lalu+lintas&tbm=isch&ved=](https://www.google.com/search?q=pelanggaran+rambu+lalu+lintas&tbm=isch&ved=)



Marilah kita menyusun rangkuman pada kegiatan pembelajaran ini. Ananda bisa berpartisipasi menyusun rangkuman dengan melengkapi kalimat-kalimat di bawah ini

Jenis Aktivitas di Jalan Raya

1. Aktivitas pejalan kaki
2. Aktivitas.....
3. Aktivitas Berkendaraan menggunakan bus atau angkot
4. Aktivitas berkendara.....

Berdasarkan jenis pesan yang disampaikan, rambu lalu lintas dapat dikelompokkan menjadi rambu peringatan.....rambu larangan dan.....

Untuk melindungi pejalan kaki dalam berlalu lintas, pejalan kaki wajib berjalan pada bagian jalan dan menyeberang pada tempat..... yang telah disediakan untuk pejalan kaki. Cara menjaga keselamatan diri dalam berkendara adalah kondisi motor harus layak.....gunakan sarung tangan, harus konsentrasi penuh.....selalu gunakan lampu sen saat ingin belok, jangan terlalu lambat menyalakan lampu sen.....gunakan jalur yang benar..... harus fit sebelum berkendara.

Bagus! Ananda telah berhasil melengkapi rangkuman!

Ucapkan syukur kepada Tuhan Yang Maha Kuasa, karena telah selesai.

Sekarang coba bacalah kembali rangkuman yang telah kita susun!

E. TES FORMATIF



Untuk mengetahui apakah Ananda telah menguasai materi pelajaran pada Modul 10 ini, kerjakan tugas yang disediakan. Tes formatif ini harus dikerjakan sendiri tanpa melihat kunci jawaban.

Petunjuk Evaluasi hasil Pengerjaan tes

Jawablah pertanyaan ini dengan tepat!

1. Sebutkan aktivitas manusia di jalan raya!
2. Apa maksud rambu lalu lintas berikut ini!

a.



b.



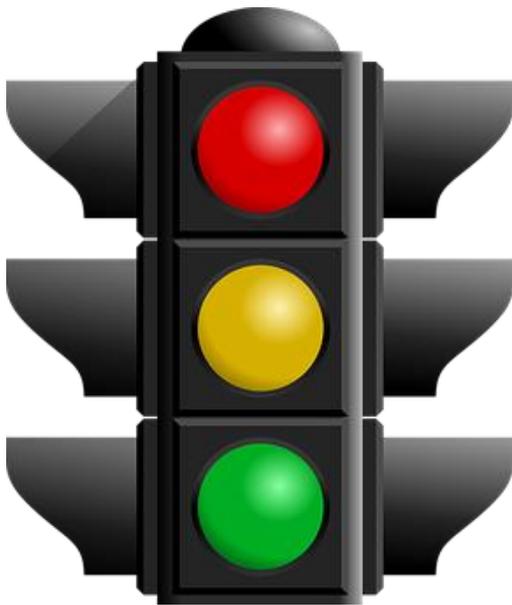
3. Jelaskan cara bersepeda yang baik di jalan raya!
4. Bagaimana cara menyeberang jalan yang benar?

TES AKHIR MODUL

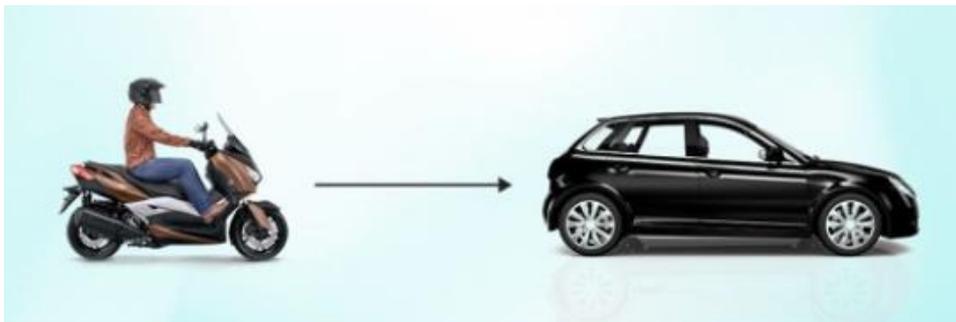


Jawablah pertanyaan ini dengan tepat!

1. Sebutkan kewajiban yang harus dilakukan oleh pejalan kaki!
2. Gambarlah tanda lalu lintas dilarang berhenti dan banyak tikungan!
3. Apa maksud dari warna lampu stopan berikut ini?



4. Apa maksud gambar di bawah ini?



A. Penilaian Pengetahuan

Keterampilan Penilaian: Ujian Tulis.

Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran.

B. Pedoman Penskoran

Penskoran

Skor 4, jika penjelasan benar dan lengkap

Skor 3, jika penjelasan benar tetapi kurang lengkap

Skor 2, jika sebagian penjelasan tidak benar dan kurang lengkap

Skor 1, jika hanya sebagian penjelasan yang benar dan tidak lengkap

Pengolahan skor Skor maksimum : 16 Skor perolehan siswa: SP

Nilai sikap yang diperoleh siswa : $SP/16 \times 100$

C. Penilaian Sikap (Penilaian diri sendiri oleh peserta didik dan diisi dengan jujur)

1. Petunjuk Penilaian

Berikan tanda cek (v) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

2. Rubrik Penilaian Sikap

Tabel 10.1
Rubrik Penilaian Sikap

No.	Pernyataan	Ya	Tidak
1.	Saya berusaha belajar dengan sungguh-sungguh		
2.	Saya mengikuti pembelajaran dengan penuh perhatian		
3.	Saya mengerjakan tugas yang diberikan guru tepat waktu		
4.	Saya mengajukan pertanyaan jika ada yang tidak dipahami		
5.	Saya berperan aktif dalam kelompok		
6.	Saya menyerahkan tugas tepat waktu		
7.	Saya selalu membuat catatan hal-hal yang saya pelajari		
8.	Saya merasa menguasai dan dapat mengikuti pelajaran		
9.	Saya menghormati dan menghargai orang tua dan guru		
10.	Saya menghormati dan menghargai teman		
Jumlah skor maksimal = 10			

LAMPIRAN



GLOSARIUM

aktivitas	: Suatu tindakan/kegiatan sehari-hari yang dilakukannya secara rutin dan menjadi sebuah kebiasaan
berstandar SNI	: Standar yang ditetapkan oleh pemerintah untuk berbagai hasil produksi yang dibuat oleh masyarakat Indonesia, baik itu yang diproduksi secara perseorangan maupun yang diproduksi oleh sebuah badan atau perusahaan
bikers	: Orang yang menggunakan motor sebagai alat transportasinya
handphone	: Telepon genggam atau telepon seluler (disingkat ponsel)
headphone	: Aksesori alat dengar sederhana yang hanya bisa digunakan untuk mendengarkan tanpa bisa digunakan untuk komunikasi.
helm	: Pelindung kepala yang dibuat dari bahan yang tahan benturan
jalan raya	: Jalan yang besar, lebar dan biasanya dilapisi aspal, dapat digunakan oleh kendaraan besar
jembatan penyeberangan	: Suatu sarana/fasilitas diperuntukkan bagi pejalan kaki untuk melakukan aktifitas penyeberangan/pencapaian pada tempat yang berseberangan pada suatu ruas jalan dengan kondisi lalu lintas yang relatif padat dengan mobilitas yang tinggi.
lampu lalu lintas	: Lampu yang mengendalikan arus lalu lintas yang terpasang di persimpangan jalan.
modul	: Paket belajar yang berisi satu unit materi pembelajaran.
rambu lalu lintas	: Papan tanda yang didirikan di sisi atau di atas jalan untuk memberi instruksi atau informasi kepada pengguna jalan.
trottoar	: Tepi jalan besar yang sedikit lebih tinggi daripada jalan tersebut, tempat orang berjalan kaki.
walkman	: Pemutar audio kaset sebagai pemutar audio dan video portabel.



Kunci Jawaban Tugas

A. Kunci Jawaban Kegiatan 1

Tugas

1. Ibu yang dibonceng dibelakang pada saat naik sepeda motor tidak memakai pelindung kepala (helm), perilaku ini membahayakan untuk keselamatan dirinya.
2. Pedagang buah-buahan menggunakan jalan (bahu jalan) sebagai tempat berjualan, ini dapat membahayakan pedagang tersebut dan pengguna jalan yang lainnya.
3. Anak yang masih di bawah umur (kurang dari 17 tahun) , naik sepeda motor bertiga dengan tidak menggunakan pelindung kepala (helm), sangat membahayakan untuk keselamatan ketiga anak tersebut dan juga untuk pengguna jalan lainnya.
4. Ibu dan anaknya menyeberang jalan raya dengan menggunakan jembatan penyeberangan, perilaku ini sangat baik untuk ibu dan anaknya karena dapat menjaga dirinya dari kecelakaan.

Tes Formatif:

1. Keselamatan dalam berkendara adalah suatu upaya yang dilakukan dalam upaya meminimalkan tingkat bahaya yang akan terjadi selama berkendara dan memaksimalkan keamanan dalam berkendara, baik itu untuk keselamatan diri sendiri, maupun untuk orang lain sebagai pengguna jalan.
2. Kelalaian manusia, kondisi jalan yang tidak baik dan kendaraan yang tidak layak jalan.
3. Pengguna jalan dan pemerintah.
4. Untuk meminimalisir terjadinya kecelakaan di jalan raya, pemerintah dan lembaga non pemerintah harus menggalang kegiatan mengenai pentingnya keselamatan berkendara secara rutin kepada masyarakat. Sebagai pengguna jalan, para pengendara wajib memiliki tanggung jawab yang besar untuk menjaga keselamatan diri dan orang lain di jalan raya.

B. Kunci Jawaban Kegiatan 2

Tugas

1. ✓ Salah
2. ✓ Benar
3. ✓ Salah
4. ✓ Salah
5. ✓ Salah



Kunci Jawaban Tes Formatif

Formatif

1. Aktivitas pejalan kaki, aktivitas bersepeda, aktivitas berkendara menggunakan bus/angkot, aktivitas berkendara menggunakan sepeda motor.
2. Jawaban nomor 2
 - a. Dilarang masuk bagi kendaraan bermotor dan tidak bermotor
 - b. Dilarang parkir
3. Berpakaianlah dengan benar, patuhi rambu dan peraturan lalu lintas, jangan pernah bersepeda melawan arus jalan, pakailah helm, jangan menggunakan piranti headphone (dari walkman maupun *handphone*), kedua tangan siap untuk mengerem, jangan bersepeda terlalu dekat di belakang kendaraan lain, jangan menyalip dari kiri, jangan melewati garis pembatas jalan, gunakan lampu di malam hari, gunakan tangan untuk memberi tanda, rawat dan jagalah kondisi sepeda dengan baik.
4. Pastikan untuk minta bantuan orang tua, saudara, atau orang dewasa guna membantu menyeberang di jalan dengan aman, berjalan lurus ketika menyeberang jalan jika kondisi telah aman untuk menyeberang jalan, mengetahui bagaimana berhenti, melihat dan mendengarkan sekeliling sebelum menyeberang.



Kunci Jawaban Tes Akhir Modul

1. Berjalan pada bagian jalan yang diperuntukkan bagi pejalan kaki, atau pada bagian jalan yang paling kiri apabila tidak terdapat bagian jalan yang diperuntukkan bagi pejalan kaki, menggunakan bagian jalan yang paling kiri apabila membawa kereta dorong, menyeberang di tempat yang telah ditentukan.

2. a.



b.



3. Warna merah menandakan berhenti, warna kuning untuk berhati-hati dan warna hijau persetujuan agar pengendara dapat berjalan.

4. Pengendara sepeda motor harus menjaga jarak dari kendaraan di depannya.

DAFTAR PUSTAKA

Masri'an, Dkk. (2017). Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SMP/MTs Kelas VIII. Jakarta: Erlangga

Muhajir dan Budi Sutrisno. (2013). Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Kemendikbud RI

Muhajir. (2017). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Bogor: Yudistira

Roji dan Eva Yulianti. (2017). Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. Kemendikbud RI

Dokumentasi pribadi Rustandi (2021)

<https://www.google.com/search?q=aktivitas+bersepeda&tbm=isch&ved=>

<https://www.google.com/search?q=siswa+BERsepeda&tbm=isch&ved=2ah>

<https://www.google.com/search?q=kecelakaan+di+jalan+raya&sxsrf=ALeKk01YVG21bZNIhmH-ZykAhm>

<https://www.google.com/search?q=kemacetan+di+jalan+raya&sxsrf=>

<https://www.google.com/search?q=naek+motor+bertiga&tbm=isch&ved=2ahUKEwi7s>

<https://www.google.com/search?q=pejlanggaran+parkir+mobilalan+kaki+rambu&tbm=>

<https://www.google.com/search?q=pelanggaran+rambu+lalu+lintas&tbm=isch&ved=>

<https://www.google.com/search?q=gambar+angkot&tbm=isch&ved=2ahU>

<https://www.google.com/search?q=Gambar+jaga+jarak+berkendaraan+dengan+mobil&tbm=>

<https://www.google.com/search?q=pejlanggaran+parkir+mobilalan+kaki+rambu&tbm=>

<https://www.google.com/search?q=pelanggaran+rambu+lalu+lintas&tbm=isch&ved=>

Diterbitkan oleh:
Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi
Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini,
Pendidikan Dasar, dan Pendidikan Menengah
Direktorat Sekolah Menengah Pertama