

## **LAPORAN INDIVIDU PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING (PLT)**

### **SMA NEGERI 10 YOGYAKARTA, D.I YOGYAKARTA**

Oleh : Ari Wibowo Restu Putra

*Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta*

#### **ABSTRAK**

Praktek Lapangan Terbimbing (PLT) merupakan salah satu rangkaian mata kuliah yang wajib diikuti mahasiswa. SMA Negeri 10 Yogyakarta merupakan salah satu sekolah yang ditunjuk oleh pihak UNY untuk menjadi lokasi PLT pada tahun 2017. Tujuan dari program PLT adalah untuk memberikan pengalaman kepada mahasiswa dalam bidang manajerial dan pembelajaran di sekolah, memberikan pengalaman kepada mahasiswa dalam rangka melatih dan mengembangkan keprofesionalan dalam bidang keguruan atau pendidikan, memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk mengenal, belajar, dan memahami seluk beluk sekolah dengan segala permasalahannya, serta memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk menerapkan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimiliki dalam proses pembelajaran.

Program kegiatan PLT adalah mengajar mata pelajaran dasar selama kurang lebih dua bulan dimulai dari tanggal 15 September sampai dengan 15 November 2017. Pada kegiatan PLT ini, praktikan diberi tanggung jawab untuk mengampu 4 kelas, yaitu kelas XI MIPA 4, XI MIPA 5, XI IPS 1 dan XI IPS 2. Selama waktu pelaksanaan PLT, Praktikan telah melaksanakan praktik mengajar sebanyak 23 kali pertemuan. Sebelum proses pembelajaran dilaksanakan di kelas, praktikan menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), membuat media pembelajaran, dan alat penilaian.

Dari pelaksanaan kegiatan PLT, dapat disimpulkan bahwa kegiatan PLT, dapat memberikan pengalaman kepada mahasiswa dalam pengembangan kompetensi di bidang pendidikan, memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk belajar dan mengenal segala permasalahan di sekolah yang terkait dengan proses pembelajaran, memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk menerapkan ilmu, pengetahuan, dan keterampilan yang telah dipelajari dalam kehidupan nyata di sekolah, serta dapat meningkatkan hubungan kemitraan yang baik antara UNY dengan sekolah yang terkait, yaitu SMA Negeri 10 Yogyakarta.

Kata Kunci: Pembelajaran, Pendidikan, Praktik Lapangan Terbimbing (PLT), SMA Negeri 10 Yogyakarta

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Analisis Situasi**

#### **1. Sejarah SMA N 10 Yogyakarta**

Pada awalnya sekolah ini bernama SMA ABC Fakultas pedagogik yang didirikan oleh Fakultas Sastra Unirvesitas Gajah Mada Jurusan Pedagogik, pada tanggal 1 September 1952 dengan SK Menteri Pendidikan Pengajaran dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 38115/Kab, tanggal 21 Oktober 1952 terus berkembang hingga menempati gedung di Wijilan milik Yayasan Pancasila.

Pada awal berdirinya pimpinan dipegang oleh Prof. Drs. Sutedjo Brodjonegoro (alm) dan tokoh-tokoh lainnya, antara lain Prof. Drs. Abdullah Sigit. Dan tahun 1958 jurusan B dipindahkan ke Sekipsehubungan dengan perkembangan sekolah, jurusan AC tetap di jalan Sagan 1 Yogyakarta dipimpin oleh Broto Hamidjojo sedangkan jurusan B di jalan Sekip juga dipegang oleh Broto Hamidjojo, sampai tahun 1966. Pada tahun 1965 berganti nama lagi menjadi SMA FIP IKIP Yogyakarta dan pada tahun 1966 ada pergantian pimpinan SMA FIP II IKIP Yogyakarta dipimpin oleh Drs. Soetomo hanya 1 tahun. Tahun 1967 pimpinan dipegang oleh Hardjono. Tahun 1969 berganti nama lagi menjadi SMA Percobaan II IKIP Yogyakarta, karena sekolah ini dijadikan percobaan ujian sekolah seperti halnya 8 (delapan) SMA IKIP lainnya di Indonesia.

Pada 1971 dengan SK No. 173/1971 tanggal 21 September 1971 berganti nama lagi menjadi SMA Pembangunan dan melaksanakan tugas Proyek Perintis Sekolah Menengah Pembangunan (PPSP) yang dimulai tahun 1972 terdiri dari jalur stream Akademik, stream Vokasional, stream Kesekretariatan, stream Tata Niaga, dan stream Keteknikan. Pada tanggal 28 Agustus 1973 SMA Pembangunan pindah dari sagan ke jalan Gadean No. 5 Ngupasan Yogyakarta, tahun 1974 berganti nama lagi menjadi SMA II IKIP Jurusan Eksakta masih dalam program PPSP, maka SMA IKIP memakai kurikulum PPSP klasikal dengan jurusan Pengetahuan Alam, Matematika, IPA (Palma) hingga tahun 1983. SMA II IKIP Yogyakarta menurut SK Mendikbud No. 0710/10/0/1986 tanggal 10 Oktober 1986 SMA II IKIP menjadi SMA 10 Yoyakarta.

Rektor IKIP Yogyakarta menyerahkan kepada Kepala Kanwil Debdikbud Prop. Daerah Istimewa Yogyakarta pada tanggal, 22 Januari 1987. Tanggal 1 Februari 1987 sekolah ini resmi menggunakan nama SMA 10 Yogyakarta.

Nama- nama Kepala Sekolah yang pernah menjabat sejak berdirinya adalah :

Tahun 1953 – 1954	: Prof. Dr. Sutedjo Brojonegoro (Alm)
Tahun 1954 – 1966	: Broto Hamidjojo (Alm)
Tahun 1966 – 1967	: Drs. Soetomo
Tahun 1967 – 1989	: Hardjono
Tahun 1989 – 1991	: Harsono (Wks)
Tahun 1991 – 1997	: Drs. H. Prasetyo (Alm)
Tahun 1997 - 2 Agustus 1999	: Drs. Antun Saidjo (Alm)
Tahun 2000 – 2001	: Dra. Hj. Sri Ruspita Murni
Tahun 2001 – 2008	: Drs. Mawardi
Tahun 2008 – 2013	Drs. Timbul Mulyono,M.Pd
Tahun 2013 – sekarang	Drs. Basuki

Perlu dicatat bahwa secara bertahap mulai tahun pelajaran 1984 –1993 diterapkan kurikulum 1984. Mulai tahun 1994 telah dilaksanakan kurikulum 1994, dan yang terakhir dengan kurikulum 1994 yang telah disempurnakan. Saat ini SMA N 10 Yogyakarta telah berubah menjadi SMU N 10 Yogyakarta dengan keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No.035/0/1997. dengan diundangkannya UU Sisdiknas No. 20 Tahun 2003.

Tanggal 8 Juli 2003 nama SMU menjadi SMA lagi. Mulai tahun 2006 sampai tahun 2014 menggunakan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan atau kurikulum 2006, pada tahun 2014 selama 1 semester menggunakan kurikulum 2013 dan pada 26 Januari 2015 kembali lagi ke kurikulum 2006.

## 2. Visi dan Misi

Visi dan Misi SMA Negeri 10 Yogyakarta adalah sebagai berikut:

### a. Visi

Terwujudnya generasi yang beriman, berilmu, terampil dan berakhlak mulia (GEMA MULIA).

### b. Misi

1. Menumbuhkan iman dan taqwa untuk menghayati dan mengamalkan ajaran agama sesuai dengan yang dianutnya.
2. Melaksanakan pembelajaran dan bimbingan secara efektif.
3. Memotivasi dan membantu siswa untuk mengenal potensi dirinya sehingga dapat berkembang secara optimal.
4. Menerapkan manajemen keteladanan, partisipan, transparan dan akuntabel.
5. Menumbuhkan semangat bersaing dalam bidang Imtaq dan Iptek.

6. Menumbuhkan semangat bersaing dalam bidang olah raga, seni dan budaya.

7. Menumbuhkan rasa cinta budaya, tanah air dan lingkungan

b. Tujuan

- 1) Meningkatkan keimanan dan ketakwaan siswa melalui penghayatan dan pengamalan sesuai dengan ajaran agama yang dianutnya.
- 2) Meningkatkan daya serap siswa dalam proses pembelajaran, sehingga hasil UN meningkat dan dapat memperbaiki peringkat sekolah pada tingkat DIY.
- 3) Meningkatkan penguasaan ilmu pengetahuan dan teknologi sebagai bekal bagi siswa untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi.
- 4) Meningkatkan perolehan kejuaraan dalam bidang olahraga dan seni, KIR, bahasa asing, dan olimpiade sains pada tingkat provinsi dan nasional.
- 5) Meningkatkan pengamalan nilai-nilai karakter bangsa pada lingkungan sekolah maupun masyarakat sekitar.

**3. Kondisi Fisik Sekolah**

Bangunan SMA N 10 Yogyakarta merupakan bangunan yang telah berusia cukup lama. Secara keseluruhan baik di lingkungan sekolah maupun di dalam ruang kelas kondisinya masih sangat baik. Bangunan dan ruang yang terdapat di SMA N 10 Yogyakarta secara lengkap dapat dilihat pada lampiran.

Dapat dikatakan SMA 10 Negeri Yogyakarta memiliki wilayah yang sempit dibandingkan SMA yang ada di kota Yogyakarta. Menyiasati hal tersebut, pembangunan dan perbaikan fasilitas yang ada di SMA Negeri 10 Yogyakarta difokuskan dalam pembangunan secara vertikal.

Terdapat beberapa ruangan yang belum difungsikan, namun di lingkungan SMA Negeri 10 Yogyakarta secara keseluruhan sudah cukup mencerminkan ketertiban, kebersihan, dan keindahan. Sudah terdapat taman sekolah, tempat pembuangan sampah, dan tempat cuci wastafel pada setiap sudut SMA Negeri 10 Yogyakarta.

Berikut adalah rincian sarana dan prasarana di SMA Negeri 10 Yogyakarta:

<b>No.</b>	<b>Sarana Prasarana</b>	<b>Jumlah</b>
1.	Ruang Kantor kepala sekolah	1
2.	Ruang wakil kepala sekolah	1
3.	Ruang guru	1
4.	Ruang tata usaha	1
5.	Ruang TI	1
6.	Ruang BK	1
7.	Ruang kelas	
	a. Kelas X MIPA 1	1
	b. Kelas X MIPA 2	1
	c. Kelas X MIPA 3	1
	d. Kelas X MIPA 4	1
	e. Kelas X IPS 1	1
	f. Kelas X IPS 2	1
	g. Kelas XI MIPA 1	1
	h. Kelas XI MIPA 2	1

	i. Kelas XI MIPA 3	1
	j. Kelas XI MIPA 4	1
	k. Kelas XI MIPA 5	1
	l. Kelas XI IPS 1	1
	m. Kelas XI IPS 2	1
	n. Kelas XII IPA 1	1
	o. Kelas XII IPA 2	1
	p. Kelas XII IPA 3	1
	q. Kelas XII IPA 4	1
	r. Kelas XII IPS	1
8.	Ruang perpustakaan	1
9.	Laboratorium	
	a. Laboratorium Fisika	1
	b. Laboratorium Kimia	1
	c. Laboratorium Biologi	1
	d. Laboratorium Bahasa	1
	e. Laboratorium TIK	1
10.	Ruang penunjang	
	a. Lobby	1
	b. Ruang OSIS	1
	c. Ruang Audio-Visual (AVA)	1
	d. Aula	1
	e. Ruang Arsip	1
	f. Mushola	1

	g. Lapangan basket	1
	h. UKS	1
	i. Kamar mandi/WC	17 (putra & putri)
	j. Kantin	1
	k. Pos satpam	1
	l. Tempat parkir	2
	m. Gudang	1
	n. Dapur	1

#### 4. Program Pendidikan dan Pelaksanaannya

##### a. Kegiatan akademik

Kegiatan belajar mengajar di SMA Negeri 10 Yogyakarta dimulai pukul 07.15 dan berakhir pada pukul 14.00 untuk kelas X dan XII serta pukul 15.00 untuk kelas XI pada hari Senin, Selasa, Rabu, dan Sabtu. Sedangkan untuk hari Jumat dimulai pukul 07.15 – 11.15. Kegiatan sekolah diawali dengan doa bersama dan menyanyikan lagu Indonesia Raya setiap paginya. Upacara bendera dilaksanakan setiap hari Senin dan hari-hari khusus lainnya. Khusus untuk hari Senin, upacara bendera dihitung sebagai jam pertama.

##### b. Kegiatan kesiswaan

Potensi siswa-siswa SMA Negeri 10 Yogyakarta ditampung oleh berbagai kegiatan yang dilakukan oleh SMA Negeri 10 Yogyakarta. Organisasi siswa yang terdapat di SMA Negeri 10 Yogyakarta adalah OSIS dan MPK (Majelis Perwakilan Kelas). Selain itu sekolah menyelenggarakan berbagai ekstrakurikuler, antara lain:

1. Pramuka (wajib)
2. Pecinta Alam
3. Desain Grafis
4. Musik
5. KIR
6. Futsal
7. Basket
8. Fotografi



9. Tonti
10. Rohis
11. Batik
12. Jurnalistik.

## **5. Potensi Guru dan Karyawan**

Sebagian besar guru di SMA N 10 Yogyakarta berlatar belakang pendidikan S1 dan sebagian berlatar belakang S2. Banyak guru-guru baru yang masih muda sehingga memiliki potensi yang cukup besar dalam mengembangkan kemampuan mengajar sesuai dengan perkembangan IPTEK. Untuk meningkatkan kualitas Sumber daya Manusia, SMA N 10 Yogyakarta melakukan berbagai upaya. Diantaranya:

- a. Mengirim guru maupun karyawan pada pelatihan / diklat yang diadakan oleh Dinas Pendidikan maupun lembaga pelatihan lainnya guna meningkatkan kompetensi.
- b. Mengirim staf kepala sekolah dalam pelatihan manajemen untuk meningkatkan kualitas pengelolaan sekolah.
- c. Mengirim staf kepala sekolah dan guru dalam pelatihan bahasa inggris.
- d. Mengadakan pelatihan bahasa inggris, keterampilan computer maupun kompetensi lainnya untuk guru dan karyawan.
- e. Mengirim guru maupun karyawan pada seminar, loka karya, studi banding dan kunjungan industry guna menambah wawasan serta meningkatkan kinerja.

- f. Memberi kesempatan kepada guru maupun karyawan yang ingin meningkatkan pendidikan pada jenjang yang lebih tinggi.
  
- g. Mengadakan pembinaan guru dan karyawan guna meningkatkan kinerja.

## **6. Fasilitas Pembelajaran**

SMA N 10 Yogyakarta merupakan salah satu sekolah negeri yang telah memiliki fasilitas yang memadai untuk kegiatan belajar mengajar dan praktek. SMA N 10 Yogyakarta memiliki sebuah lapangan basket di depan sekolah. SMA N 10 Yogyakarta juga dilengkapi dengan satu ruang dapur untuk praktek siswa memasak dalam mata pelajaran Kewirausahaan. Selain itu masih banyak lagi fasilitas yang disediakan SMA N 10 Yogyakarta sebagai sarana pembelajaran baik pembelajaran teori maupun praktek, diantaranya ruang teori yang dilengkapi dengan proyektor tiap kelasnya, Lab. Komputer, Lab. MIPA, Perpustakaan dan lain sebagainya.

## **7. Kegiatan Akademis**

Kegiatan belajar mengajar dimulai pukul 07.15 WIB. Selanjutnya bersama-sama berdoa serta menyanyikan lagu kebangsaan Indonesia Raya. Tiap hari Senin saat upacara, kelas yang tidak mengikuti upacara melakukan tadarus bagi yang beragama islam dan do'a bersama bagi yang beragama selain islam. Hal ini diterapkan untuk membentuk karakter siswa yang religious serta memiliki rasa cinta tanah air.

## **B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL / Magang III**

Rencana kegiatan PLT disusun setelah mahasiswa melaksanakan observasi kelas dan lingkungan sekolah. Kegiatan observasi ini bertujuan agar mahasiswa siap melaksanakan PLT/Magang III pada tanggal 15 September – 15 November 2017. Hal-hal yang diamati dalam observasi yaitu mengenai budaya sekolah, tata tertib serta kegiatan belajar mengajar di kelas. Rencana kegiatan PLT digunakan sebagai acuan dalam melaksanakan kegiatan PLT di sekolah. Adapun rencana kegiatan PLT tersebut adalah sebagai berikut:

### **1. Menyusun administrasi Mengajar**

Administrasi yang diperlukan diantaranya Silabus, Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), bahan ajar, daftar hadir siswa, daftar nilai

dan sebagainya. Penyusunan administrasi mengajar tersebut dilaksanakan sebelum pelaksanaan praktik mengajar. Namun beberapa administrasi dibuat setelah praktik mengajar seperti analisis ujian harian atau evaluasi siswa. Dalam menyusun administrasi, yang dijadikan acuan adalah format terbaru dari sekolah dan sesuai arahan dari guru pembimbing.

## **2. Menyiapkan Materi Ajar**

Materi ajar merupakan hal penting yang perlu dipersiapkan sebelum praktik mengajar di kelas. Materi harus disesuaikan dengan silabus dan RPP agar tujuan dari pembelajaran dapat tercapai. Bahan materi yang akan disampaikan dapat diambil dari materi yang telah didapatkan mahasiswa diperkuliahan namun tetap menyesuaikan dengan kurikulum untuk smk. Selain itu untuk menambah referensi, materi bisa didapatkan dari berbagai sumber lainnya seperti buku, ebook, artikel, jurnal, makalah, dan sebagainya.

## **3. Melaksanakan Praktik Mengajar di Kelas**

Kegiatan praktik mengajar di kelas maupun di luar kelas merupakan kegiatan inti dalam pelaksanaan PLT. Kegiatan ini bertujuan agar mahasiswa mampu menerapkan ilmu yang didapatkan diperkuliahan sebagai calon pendidik dan juga memberi pengalaman mengajar di lapangan sebelum terjun sebagai

tenaga pengajar yang sesungguhnya. Praktik mengajar di kelas dimulai setelah satu minggu dimulainya tahun ajaran 2016/2017. Pada pelaksanaan PLT periode 2017 ini mahasiswa praktikan mengajar mata pelajaran Penjasorkes di kelas XI MIPA 4, 5 & XI IPS 1, 2.

#### **4. Evaluasi**

Evaluasi merupakan tolak ukur keberhasilan proses kegiatan belajar mengajar di kelas. Kegiatan evaluasi bertujuan untuk mengetahui sudah sampai dimana pemahaman siswa terhadap materi yang telah disampaikan. Evaluasi didapat dari berbagai metode seperti tes tertulis, tes lisan, lembar persiapan praktik, kinerja praktik, dan lembar analisis teori.

#### **5. Menyusun Laporan**

Pembuatan laporan PLT merupakan salah satu bentuk pertanggung jawaban mahasiswa terhadap pelaksanaan PLT. Laporan berisi segala sesuatu mengenai persiapan, pelaksanaan dan evaluasi kegiatan PLT, serta buku administrasi guru yang dibuat oleh mahasiswa. Laporan ini digunakan sebagai penilaian kegiatan PLT mahasiswa.

### **C. Tujuan**

Secara umum tujuan yang ingin di capai dalam pelaksanaan PLT adalah terbentuknya pribadi calon pendidik yang memiliki seperangkat pengetahuan, ketrampilan, nilai dan sikap yang cakap dan tepat dalam penyelenggaraan pendidikan dan pengajaran. Sedangkan secara khusus tujuan PLT adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui secara cermat lingkungan fisik, administratif, akademik dan lingkungan sosial sekolah.
2. Menerapkan berbagai kemampuan potensial keguruan secara utuh dan terpadu dalam situasi nyata.
3. Mampu mengembangkan aspek pribadi dan sosial di lingkungan sekolah.

4. Menarik kesimpulan nilai edukatif dari penghayatan dan pengalamannya selama pelatihan melalui refleksi dan menuangkan hasilnya dalam pembuatan laporan.
  
5. Mampu mengembangkan metode mengajar

#### **D. Manfaat**

##### **1. Manfaat PLT bagi Mahasiswa**

Selama menjalani peran sebagai guru, mahasiswa banyak mendapatkan pengalaman seputar dunia pendidikan juga pencerahan tentang peranan seorang guru dalam proses pembelajaran. Selain itu mahasiswa juga mengetahui apa saja administrasi guru yang harus dibuat oleh seorang guru saat mengajar. Mahasiswa menyadari bahwa tanggung jawab guru bukan hanya sebatas ranah kognitif tetapi juga afektif yang terkadang sangat sulit disampaikan tetapi dapat dicontohkan. Mahasiswa juga menyadari pentingnya pengelolaan kelas yang baik demi tercapainya tujuan pembelajaran.

Selama masa PLT, mahasiswa mendapat berbagai pengetahuan dan pengalaman terutama dalam masalah kegiatan belajar mengajar di kelas. Hal-hal yang didapat oleh mahasiswa diantaranya sebagai berikut:

- Menambah pemahaman dan penghayatan mahasiswa tentang proses pembelajaran di sekolah.
- Mahasiswa mampu mengilhami peran guru sebagai teladan bagi siswanya.
- Mahasiswa mempunyai kesempatan untuk melatih skill komunikasi dan adaptasi.
- Mahasiswa mampu mengasah kemampuan berpikir kreatif dan inovatif.
- Memberikan kesempatan kepada mahasiswa mengilhami peran guru sebagai motivator, dinamisator dan melatih kemampuan menyelesaikan masalah yang ada dengan solusi yang tepat, efektif, realistis dan mengena.
- Memperoleh pengalaman dan keterampilan untuk melaksanakan pembelajaran dan manajerial kelas dan sekolah.
- Memperoleh daya penalaran dalam melakukan pengidentifikasian, penelaahan, perumusan dan pemecahan masalah pendidikan yang ada.
- Mahasiswa dapat menerapkan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) langsung di kelas.
- Mahasiswa dapat menerapkan teori yang telah didapat di kampus mengenai: cara memilih dan mengembangkan materi, media, sumber bahan pelajaran serta metode yang dipakai dalam pembelajaran secara langsung.
- Mahasiswa dapat berlatih melaksanakan penilaian hasil belajar siswa dan mengukur kemampuan siswa dalam menerima materi yang diberikan.
- Membekali mahasiswa dalam cara mendidik dan mengajar dengan baik.

- Memperoleh pengalaman bagaimana menjadi tenaga pendidik, menghadapi berbagai masalah dan mencari solusinya secara langsung.





## **2. Manfaat PLT bagi SMA Negeri 10 Yogyakarta**

- a. Memperoleh kesempatan untuk turut andil dalam menyiapkan calon guru atau tenaga kependidikan yang profesional.
- b. Mendapatkan bantuan pemikiran, tenaga, ilmu dan teknologi dalam merencanakan serta melaksanakan pengembangan pembelajaran di sekolah.

## **3. Manfaat PPL bagi Universitas Negeri Yogyakarta**

- a. Memperoleh umpan balik dari sekolah guna pengembangan kurikulum dan IPTEK yang sesuai dengan kebutuhan masyarakat.
- b. Terjalin kerjasama yang lebih baik dengan pemerintah daerah dan instansi terkait untuk pengembangan pelaksanaan Tri Darma Perguruan Tinggi.



## **BAB II**

### **PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL**

#### **A. PERSIAPAN PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING (PLT)**

Dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar, seorang guru memerlukan persiapan-persiapan antara lain pembuatan satuan pelajaran, rancangan pembelajaran, materi pelajaran yang akan disampaikan, pembuatan media pembelajaran, dan melakukan persiapan lainnya yang mendukung berjalannya kegiatan belajar mengajar dengan efektif. Demikian pula saat akan melakukan praktik mengajar, persiapan tersebut di atas juga dilakukan oleh mahasiswa praktikan untuk memperoleh ketrampilan dan pengalaman mengajar sebelum melaksanakan praktik mengajar di kelas. Adapun persiapan-persiapan yang perlu dilakukan sebelum melaksanakan praktik mengajar, antara lain:

##### **1. Rancangan program PLT.**

Program PLT yang paling penting dirancang adalah Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) agar proses pembelajaran yang dilaksanakan dapat berjalan dengan baik, lancar dan sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Persiapan RPP didukung pula dengan persiapan komponen-komponen pendukungnya seperti jadwal pelajaran, jam pelajaran, bahan ajar, media, kalender pendidikan, dan model pembelajaran yang akan digunakan.

##### **2. Persiapan materi pembelajaran**

Penyiapan materi ini harus disesuaikan dengan Silabus dan RPP yang ada. Selain itu juga perlu menyiapkan referensi buku yang sesuai dengan tujuan pembelajaran.

##### **3. Persiapan metode dan media pembelajaran**

Persiapan metode ini meliputi pemilihan metode atau model pembelajaran yang sesuai dengan materi yang akan disampaikan. Sedangkan persiapan media pembelajaran meliputi kegiatan penyiapan bahan-bahan dan alat-alat yang akan digunakan untuk memperlancar proses pembelajaran.

##### **4. Konsultasi dengan guru pembimbing**

Sebelum melaksanakan pembelajaran di kelas, mahasiswa praktikan mengkonsultasikan RPP yang terdiri materi, media dan metode, serta soal evaluasi yang akan digunakan agar sesuai dengan yang diharapkan dan sesuai dengan kompetensi dan sub kompetensi yang ada dengan menggunakan kurikulum 2013.

## **B. PELAKSANAAN PLT**

Dalam pelaksanaan praktik mengajar di SMA N 10 Yogyakarta, secara langsung menggantikan guru mata pelajaran selama masa PLT. Pada masa praktik mengajar ini, mata pelajaran yang diampu adalah penjas dan diajarkan untuk kelas X, XI dan XII. Dalam pelaksanaan praktik mengajar ini, kegiatan KBM dalam bentuk tatap muka. Kegiatan praktik mengajar ini dibagi menjadi tiga macam, yaitu:

### **1. Praktik Mengajar Terbimbing**

Dalam latihan mengajar terbimbing, praktikan didampingi oleh guru pembimbing saat pertemuan pertama di kelas. Dengan demikian guru pembimbing dapat mengetahui kekurangan-kekurangan mengenai segala sesuatu yang berkaitan dengan proses pembelajaran dan memberikan kritik dan saran yang membangun. Pada pertemuan kedua dan selanjutnya mahasiswa praktikan tidak lagi didampingi guru pembimbing, namun harus selalu berkonsultasi terkait dengan perencanaan, pelaksanaan, hasil dan hambatan dalam mengajar.

### **2. Praktik Mengajar Mandiri**

Kegiatan praktik mengajar mandiri ini dilakukan selama masa kegiatan PLT. Di mana jadwal pelaksanaan kegiatan praktik mengajar dapat dilihat pada lampiran:

Dalam pelaksanaan praktik mengajar seluruh agenda rancangan yang telah dirumuskan dapat terlaksana dengan baik. Dalam pelaksanaan praktik mengajar terdapat beberapa hambatan yang mempengaruhi kelancaran pelaksanaan praktik mengajar tersebut. Hambatan-hambatan tersebut, antara lain:

- a. Adanya perbedaan kemampuan siswa dalam menyerap materi yang disampaikan.
- b. Di kelas XI MIPA 4 beberapa siswa yang cenderung lebih ribut saat pembelajaran berlangsung sehingga mengganggu konsentrasi siswa yang lain.
- c. Di kelas XI MIPA 5 lebih mudah untuk mengkondisikan siswa dari pada siswa kelas XI MIPA 4 & XI IPS 1.
- d. Di kelas XI secara keseluruhan siswa masih mudah untuk dikondisikan.
- e. Dari semua kelas yang diampu, rata-rata siswa senang dengan mata pelajaran penjas, kebanyakan siswa yang senang saat diampu adalah

siswa laki-laki. Hambatan-hambatan tersebutlah yang mendorong mahasiswa praktikan untuk lebih kreatif dan inovatif dalam mengelola kelas dan menghidupkan suasana.

### 3. Praktik saat Proses Pembelajaran

#### a. Membuka Pelajaran

Proses pembelajaran dibuka dengan salam, doa yang dipimpin oleh salah satu siswa secara sukarela dan random, menanyakan kabar siswa, dan siswa yang tidak menghadiri proses belajar mengajar. Kemudian dilanjutkan dengan penyampaian kompetensi yang akan dipelajari kemudian dilanjutkan dengan apersepsi tentang pelajaran yang akan dipelajari dan mengingat kembali pelajaran yang disampaikan pada pertemuan sebelumnya dengan teknik tanya jawab secara random.

#### b. Penyajian Materi

Materi yang diberikan kepada siswa adalah materi yang sesuai dengan silabus, materi dari guru pembimbing disusun dalam bentuk yang bervariasi, antara lain berupa permainan dan latihan.

#### c. Penggunaan Bahasa

Bahasa yang digunakan dalam proses praktik mengajar adalah Bahasa Indonesia dan Jawa disesuaikan dengan kondisi siswa.

#### d. Penggunaan Waktu

Penggunaan waktu disesuaikan dengan jadwal dan kebijakan dari sekolah serta dimanfaatkan dengan efektif dan efisien.

#### e. Gerak

Guru tidak hanya terpaku pada satu titik tetapi juga berkeliling untuk menguasai kondisi serta menghampiri siswa yang membutuhkan bantuan. Ketika memberikan materi guru harus jelas dan bisa dilihat seluruh siswa.

#### f. Cara Memotivasi Siswa

Cara memotivasi siswa yang digunakan adalah dengan memberikan *reward* dan nilai plus (poin) bagi siswa yang bisa menjawab pertanyaan dan yang bisa

mempraktikkan apa yang telah diajarkan oleh guru dalam kelas dan juga melalui pendekatan personal bagi siswa dengan kecepatan memahami materi dibawah rata-rata.

#### g. Teknik Bertanya

Pertanyaan yang diajukan mahasiswa kepada siswa dilakukan ketika akan memulai pelajaran sebagai apersepsi dan ditengah-tengah pelajaran, dan setelah menjelaskan materi untuk mengetahui

pemahaman siswa.

#### h. Teknik Penguasaan Kelas

Mahasiswa PLT tidak terpaku pada suatu tempat, menciptakan interaksi dengan siswa dengan memberi perhatian. Memberi teguran dan pertanyaan pada siswa yang kurang memperhatikan atau membuat gaduh di dalam kelas.

#### i. Penggunaan Media

Media yang digunakan yaitu berupa:

- 1) White Board
- 2) LCD
- 3) Handout
- 4) Format games
- 5) Format Latihan

#### j. Sarana dan Prasarana Olahraga

- 1) Cones
- 2) Bet Tennis Meja
- 3) Meja dan Net Tennis Meja
- 4) Net Voli
- 5) Bola Voli
- 6) Bola Sepak
- 7) Bola Basket
- 8) Bola Kasti
- 9) Pemukul
- 10) Lapangan bola
- 11) Lapangan basket
- 12) Lapangan voli

#### k. Bentuk dan Cara Evaluasi

Evaluasi yang diberikan berbentuk:

- 1) Tanya jawab
- 2) Games
- 3) Tugas individu

#### l. Menutup Pelajaran

Mahasiswa PLT menutup pelajaran dengan memberikan pertanyaan sekilas mengenai apa yang telah dipelajari dan bertanya pada siswa kesimpulan terkait materi yang telah dipelajari untuk mengecek tingkat pemahaman siswa mengenai materi yang telah disampaikan. Kemudian memberikan kesimpulan, evaluasi, pengarahannya, dan poin-poin yang harus diperhatikan menyampaikan pelajaran yang

akan dipelajari minggu depan dan tugas untuk siswa terkait materi yang selanjutnya, dan diakhiri dengan salam.

## **C. ANALISIS HASIL PELAKSANAAN DAN REFLEKSI**

### **1. Analisis Hasil Pelaksanaan**

Selama masa PLT rancangan-rancangan kegiatan mengajar dapat dilaksanakan dengan baik dan lancar, namun tidak dipungkiri bahwa masih terdapat hambatan-hambatan baik itu dari faktor intern (mahasiswa) maupun faktor ekstern (lingkungan sekolah), antara lain:

- a. Siswa tidak memiliki buku pegangan sehingga kesulitan mengikuti materi yang disampaikan.
- b. Keaktifan dan tingkat kecerdasan siswa yang berbeda-beda. Ada beberapa yang siswa yang memang sangat aktif, sedangkan lainnya cenderung pasif dan enggan bertanya meskipun belum memahami betul apa yang diajarkan. Ada beberapa siswa yang cepat dalam menangkap materi tapi ada juga siswa yang harus diberi penjelasan berulang-ulang.
- c. Terdapat beberapa siswa yang sulit dikondisikan, sehingga mengganggu dalam proses pembelajaran.
- d. Siswa yang kurang menyukai mata pelajaran penjas.
- e. Siswa yang meremehkan atau malas dengan mata pelajaran penjas.
- f. Fasilitas yang kurang mendukung.
- g. Adanya kejadian-kejadian tidak terduga yang memaksa mahasiswa selaku guru melakukan perubahan pelaksanaan pembelajaran dari rencana yang sudah disusun sebelumnya.

Adapun usaha-usaha untuk mengurangi dan mengatasi hambatan- hambatan tersebut adalah:

- a. Mengoptimalkan metode games, diskusi, dan tanya jawab untuk mengakomodir kejenuhan siswa.
- b. Konsultasi dengan guru pembimbing secara rutin.
- c. Kerjasama yang baik adalah sebagai penentu berhasil tidaknya suatu program.
- d. Sebagai calon guru penting menguasai kemampuan-kemampuan seperti; membuka kelas, bagaimana berinteraksi dengan peserta didik, teknik bertanya kepada peserta didik, memilih metode yang tepat, alokasi waktu, penggunaan media dan menutup pembelajaran.
- e. Menggunakan metode mengajar yang interaktif, komunikatif, dan menarik sehingga semua siswa termotivasi untuk aktif di dalam



kelas.

- f. Menciptakan suasana yang rileks dan akrab di dalam kelas sehingga guru bisa menjadi *sharing partner* bagi siswa. Apabila siswa mengalami kesulitan, mereka tidak segan untuk mengungkapkan kesulitannya atau menanyakan hal yang belum mereka pahami dalam pelajaran. Melakukan pendekatan yang lebih personal dengan peserta didik tersebut sehingga siswa bisa menjadi lebih *respect* terhadap pengajar dan juga terhadap apa yang diajarkan.
- g. Menganggap peserta didik adalah kawan, sehingga lebih akrab dalam interaksi di dalam dan diluar kelas.
- h. Menerima kritik dari dan saran dari peserta didik sehingga seorang guru mengetahui sejauh mana kemampuannya dalam mengelola pembelajaran.
- i. Memberikan sedikit materi sebelum ke lapangan.
- j. Menyesuaikan RPP dengan situasi yang ada.

Dari kegiatan yang telah dilaksanakan, dapat dianalisis beberapa faktor penghambat serta faktor pendukung dalam melaksanakan program PLT. Diantaranya adalah:

### **1. Faktor Pendukung**

Dalam melaksanakan kegiatan PLT, ada beberapa faktor pendukung yang sangat membantu dalam melaksanakan PLT, antara lain :

- a. Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) PLT yang sangat profesional dalam bidang pendidikan, serta memiliki keahlian untuk melakukan bimbingan yang baik dalam bidang studi yang terkait, sehingga dapat memberikan pengalaman, masukan, arahan dan saran dalam kegiatan proses pembelajaran menuju ke arah yang lebih baik.
- b. Guru pembimbing yang sangat perhatian, sehingga kekurangan-kekurangan pada waktu proses pembelajaran dapat diketahui dan dapat sekaligus diberikan masukan serta bimbingan dalam proseskegiatan belajar mengajar.
- c. Para peserta didik yang sangat kooperatif dan interaktif serta aktif dalam kegiatan pembelajaran sehingga menciptakan kondisi yang kondusif dalam proses KBM.

### **2. Faktor Penghambat**

Dalam pelaksanaan kegiatan PLT, ada beberapa hambatan yang dihadapi. Adapun secara garis besar dapat dikelompokkan menjadi dua yaitu hambatan pada proses pembelajaran dan hambatan pada pemahaman pelajaran yang diajarkan kepada peserta didik.

- a. Hambatan pada proses pembelajaran
  - a. Beberapa peserta didik yang merasa malas dan kurang serius untuk belajar Penjas teori dalam kelas.
  - b. Beberapa peserta didik yang terlalu menganggap mahasiswa PLT sebagai teman sendiri, sehingga berdampak pada kurangnya keseriusan beberapa peserta didik saat diajar oleh mahasiswa PLT.
  - c. Fasilitas sekolah yang terkadang tidak berjalan dengan baik sehingga membuat mahasiswa PLT harus menata ulang metode dan media pembelajarannya.
- b. Hambatan pada pemahaman pelajaran
  1. Peserta didik kesulitan untuk menganalisis soal.

## **2. Refleksi Hasil Pelaksanaan**

Dalam melaksanakan kegiatan PLT tentunya banyak sekali hambatan yang ditemui, baik itu hambatan pada proses pembelajaran maupun hambatan pada pemahaman pelajaran. Usaha untuk mengatasi hambatan yang dapat dilakukan guna meminimalisir faktor-faktor penghambat yang dapat mengganggu pelaksanaan kegiatan PLT adalah sebagai berikut:

1. Usaha untuk mengatasi hambatan pada proses pembelajaran.
  - a. Untuk peserta didik yang merasa malas dan kurang serius dalam belajar geografi, perlu diadakan pendekatan secara personal dan ditanyakan alasan mengapa kurang bersemangat dalam belajar geografi kemudian diberi motivasi lebih.
  - b. Untuk mengatasi kurang seriusan peserta didik saat pelajaran, dapat diatasi dengan mengumpulkan perhatian peserta didik dengan memperkeras suara dan menyelingi pelajaran dengan cerita-cerita dalam kehidupan sehari-hari yang ada hubungannya dengan materi pelajaran (aplikasi dari pelajaran).
  - c. Untuk mengatasi fasilitas sekolah yang kurang, mahasiswa PLT harus menyiapkan berbagai rencana pembelajaran untuk berbagai kondisi.
2. Usaha untuk mengatasi hambatan pada pemahaman pelajaran.
  - a. Untuk mengatasi kesulitan peserta didik jika mengerjakan soal yang bervariasi, dapat diatasi dengan menjelaskan terlebih dahulu konsep materi dengan lebih mendalam sehingga para peserta didik tidak kebingungan jika soal divariasikan.
  - b. Untuk mengatasi kesulitan peserta didik dalam menentukan penyelesaian soal, dapat diatasi dengan memperbanyak variasi soal

sehingga peserta didik lebih memahami kearah mana penyelesaian soal tersebut.

## **BAB III**

### **PENUTUP**

#### **A. SIMPULAN**

Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) merupakan mata kuliah wajib tempuh bagi mahasiswa jenjang S1 (Kependidikan). Melalui kegiatan ini, banyak pengalaman berharga yang didapatkan oleh praktikan selama menjalani proses tersebut. Setelah pelaksanaan PLT di SMA Negeri 10 Yogyakarta yang dimulai tanggal 15 September 2017 hingga 15 November 2017 dapat disimpulkan sebagai berikut:

- 1) Kegiatan PLT telah memberikan banyak pengalaman kepada mahasiswa tentang bagaimana proses pembelajaran di sekolah secara langsung
- 2) Melalui kegiatan PLT juga mahasiswa dapat mengetahui permasalahan yang sering terjadi dalam dunia pendidikan terutama tingkat SMA, yang mana hal tersebut dapat menjadi bekal bagi mahasiswa ketika menjadi tenaga pendidik di masa yang akan datang.
- 3) Secara keseluruhan, kegiatan PLT telah berjalan dengan cukup baik. Walaupun masih ada hambatan-hambatan yang dirasakan praktikan, namun hal tersebut dapat diatasi.
- 4) Jumlah jam kerja yang telah ditempuh oleh mahasiswa praktikan adalah sebanyak jam yang meliputi kegiatan mengajar dan non mengajar. Sehingga mahasiswa praktikan telah memenuhi jam minimal yang telah ditentukan Universitas Negeri Yogyakarta yaitu 256 jam.
- 5) Keberhasilan dalam proses pembelajaran tidak lepas dari dukungan berbagai pihak yaitu guru, karyawan, orang tua dan juga siswa. Selain itu, sarana dan prasarana yang memadai juga merupakan faktor penting dalam mencapai keberhasilan pembelajaran. Dilihat dari kedua hal tersebut SMA N 10

Yogyakarta telah memenuhi syarat yaitu adanya kesadaran dan partisipasi seluruh warga sekolah serta sarana dan prasarana yang dimiliki sudah baik.

## **B. SARAN**

Dalam kesempatan ini, mahasiswa praktikan ingin memberikan beberapa saran dan masukan kepada pihak sekolah, universitas dan mahasiswa peserta PLT. Hal ini bertujuan agar pelaksanaan kegiatan PLT selanjutnya dapat berjalan lebih baik.

### **1. Pihak Sekolah**

Untuk meningkatkan mutu pendidikan, pihak sekolah SMA Negeri 10 Yogyakarta sebaiknya lebih meningkatkan kinerjanya dalam mendidik siswa. Khususnya dibidang ilmu pengetahuan dan dalam pembentukan karakter siswa. Kurikulum 2013 tidak hanya menuntut siswa memiliki pengetahuan namun siswa juga dituntut untuk memiliki sikap yang baik serta berakhlak mulia. Dalam hal ini, pihak sekolah juga harus bekerja lebih keras untuk menciptakan atau mencetak lulusan yang tidak hanya memiliki kemampuan (*Skill*) sesuai bidang keahliannya, namun juga memiliki sikap yang baik.

### **2. Pihak Universitas Negeri Yogyakarta**

Pihak universitas Negeri Yogyakarta harus menjaga kerjasama baik yang telah terjalin selama ini dengan pihak SMA N 10 Yogyakarta. Caranya dengan meningkatkan hubungan baik dan komunikasi yang baik pula dengan pihak SMA N 10 Yogyakarta.

Dalam hal ini, pihak LPPM sebagai pihak penyelenggara kegiatan PLT tahun 2017 harus lebih meningkatkan lagi kinerjanya agar tujuan dari kegiatan PLT dapat tercapai. Selain itu perlu adanya evaluasi untuk pihak LPPM mengenai waktu pelaksanaan PLT yang digabung dengan pelaksanaan KKN. Evaluasi harus dilakukan secara keseluruhan agar untuk pelaksanaan PLT di tahun berikutnya dapat berjalan lancar.

### **3. Mahasiswa Peserta PLT**

untuk mahasiswa praktikan PLT, sebelum terjun langsung di dunia pendidikan perlu adanya peningkatan pengetahuan tentang bagaimana proses

pembelajaran di sekolah baik itu proses belajar mengajar, pembuatan administrasi, serta komunikasi yang baik antar warga sekolah. Selain itu mahasiswa juga harus mengetahui permasalahan yang mungkin terjadi di sekolah dan mengetahui cara mengatasinya.

Kemudian sebelum pelaksanaan PLT, mahasiswa harus benar-benar mempersiapkan diri dengan mengikuti pembekalan dari universitas, bertanya dengan dosen dan guru pembimbing untuk mendapat informasi yang bisa menjadi penunjang dalam pelaksanaan PLT.

### **DAFTAR PUSTAKA**

TIM. 2017 . *Panduan PLT UNY 2017*, Yogyakarta: Progam Lapangan Universitas Negeri Yogyakarta

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>iv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vi</b>
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Analisis Situasi .....	1
1. Sejarah SMA N 10 Yogyakarta .....	1
2. Visi dan Misi .....	3
3. Kondisi Fisik Sekolah .....	4
4. Program Pendidikan dan Pelaksanaannya .....	7
5. Potensi Guru dan Karyawan .....	8
6. Fasilitas Pembelajaran .....	10
7. Kegiatan Akademis .....	10

B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL/ Magang III .....	10
1. Menyusun administrasi Mengajar .....	10
2. Menyiapkan Materi Ajar .....	11
3. Melaksanakan Praktik Mengajar di Kelas .....	11
4. Evaluasi .....	12
5. Menyusun Laporan .....	12
C. Tujuan.....	12
D. Manfaat.....	13
1. Manfaat PLT bagi Mahasiswa.....	13
2. Manfaat PLT bagi SMA Negeri 10 Yogyakarta .....	17
3. Manfaat PLT bagi Universitas Negeri Yogyakarta.....	17



## **BAB II. PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL**

A. Persiapan PLT .....	18
1. Rancangan Program .....	18
2. Persiapan Materi.....	18
3. Persiapan Metode dan Media Pembelajaran .....	18
4. Konsultasi dengan Guru Pembimbing.....	18
B. Pelaksanaan PLT .....	19
1. Praktik Mengajar Terbimbing .....	19
2. Praktik Mengajar Mandiri .....	19
3. Praktik saat Proses Pembelajaran .....	20
C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi.....	22
1. Analisis Hasil Pelaksanaan.....	22
2. Refleksi Hasil Pelaksanaan.....	23

## **BAB III. PENUTUP**

A. Simpulan .....	24
B. Saran .....	25

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Matriks Program PLT
- Lampiran 2. Program Tahunan
- Lampiran 3. Program Semester
- Lampiran 4. Silabus
- Lampiran 5. Kalender Akademik
- Lampiran 6. Jadwal Pelajaran
- Lampiran 7. RPP
- Lampiran 8. Daftar Nilai Peserta Didik
- Lampiran 9. Dokumentasi Kegiatan PLT
- Lampiran 10. Laporan Dana PLT
- Lampiran 11. Catatan Harian PLT
- Lampiran 12. Kartu Bimbingan PLT

**LAPORAN INDIVIDU**  
**PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING**  
**SMA NEGERI 10 YOGYAKARTA**

Dosen Pembimbing Lapangan PLT

Ahmad Rithaudin, S. Pd. Jas.M. Or.



**Disusun oleh :**

**Ari Wibowo Restu Putra**

**14601244017**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**2017**

## HALAMAN PENGESAHAN

### HALAMAN PENGESAHAN

Yang bertandatangan di bawah ini, kami pembimbing PLT di SMA Negeri 10 Yogyakarta, menerangkan bahwa mahasiswa di bawah ini:

Nama : Ari Wibowo Restu Putra  
NIM : 14601244017  
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Telah melaksanakan kegiatan PLT di SMA Negeri 10 Yogyakarta dari tanggal 15 September 2017 sampai dengan 15 November 2017. Hasil Kegiatan tercakup dalam naskah laporan ini.

Yogyakarta, 15 November 2017

Menyetujui,

Dosen Pembimbing Lapangan  
Universitas Negeri Yogyakarta

Guru Pembimbing Lapangan  
SMA Negeri 10 Yogyakarta



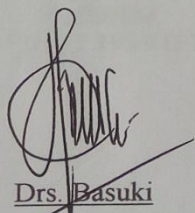
Ahmad Rithaudin, S. Pd. Jas. M. Or.  
NIP. 19810125 200604 1 001

Putut Danu Panolan, S. Pd.  
NIP.

Mengetahui,

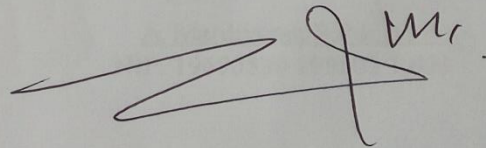
Kepala Sekolah  
SMA Negeri 10 Yogyakarta

Koordinator PLT  
SMA Negeri 10 Yogyakarta



Drs. Basuki

NIP. 19591012 198903 1 006



A. Mardiyono, S.Pd., M.Pd  
NIP. 19690530 199802 1 001

Lampiran 6. Jadwal Mengajar

**JADWAL PRAKTIK MENGAJAR  
SMA NEEGERI 10 YOGYAKARTA  
MATA PELAJARAN PENJASORKES**

<b>NO</b>	<b>HARI</b>	<b>JAM</b>	<b>KELAS</b>
1.	SELASA	5	XI MIPA 4
2.	SELASA	7	XI MIPA 5
3.	KAMIS	3-4	XI IPS 1
4.	JUMAT	3-5	XI IPS 2
5.	SABTU	1-2	XI MIPA 4
6.	SABTU	3-4	XI MIPA 5
7.	SABTU	6	XI IPS 1

**Keterangan:**

1. 07.15 - 08.00
2. 08.00 - 08.45
3. 08.45 - 09.30

*Istirahat*

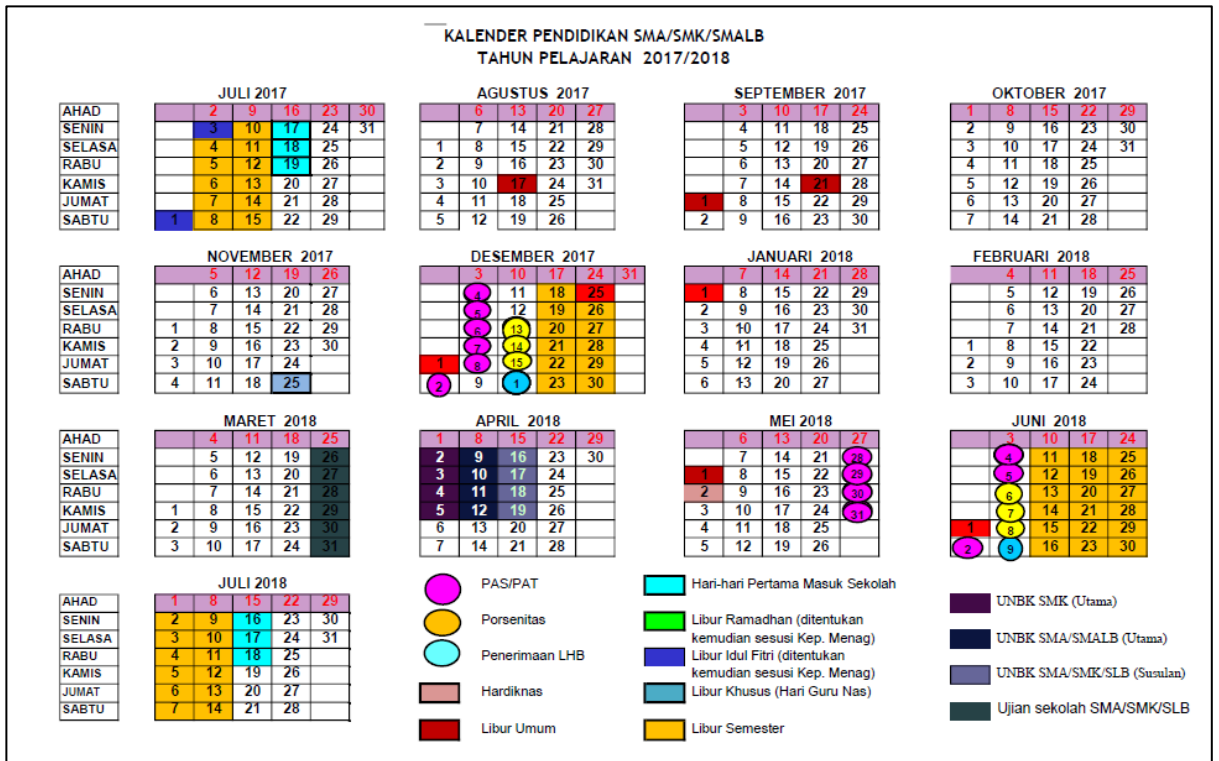
4. 09.45 - 10.30
5. 10.30 - 11.15
6. 11.15 - 12.00

*Istirahat*

7. 12.30 - 13.15
8. 13.15 - 14.00
9. 14.00 – 14.45

Lampiran 5. Kalender Akademik

Kalender Akademik



## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah Subhanahu wa ta'ala yang telah memberi rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis telah menyelesaikan Praktek Pengalaman Lapangan Terbimbing (PLT) serta menyelesaikan laporan PLT ini. Sholawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad Shalallahu alaihi wassalam beserta keluarga dan pengikut beliau hingga akhir zaman.

Laporan ini merupakan pertanggungjawaban tertulis individu atas pelaksanaan kegiatan PLT yang telah dilaksanakan di SMA N 10 Yogyakarta mulai pada tanggal 15 September 2017 sampai dengan 15 November 2017. Pelaksanaan PLT ini dapat terlaksana dengan baik dan berjalan dengan lancar berkat bantuan dan kerjasama dari berbagai pihak yang telah memberikan bimbingan, perhatian, dan pengarahan dalam pelaksanaan PLT. Maka dalam kesempatan ini penyusun menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Sutrisna Wibawa M.Pd , selaku rektor UNY yang telah memberikan izin dan kesempatan melaksanakan PLT
2. Bapak Agus Mardiyono, S. Pd. M. Pd. selaku koordinator PLT UNY di SMA N 10 Yogyakarta yang telah memberikan bimbingan dan masukan kepada mahasiswa PLT
3. Bapak Ahmad Rithaudin, S. Pd. Jas. M. Or., selaku Dosen Pembimbing PLT di SMA N 10 Yogyakarta yang telah memberi pengarahan kepada mahasiswa PLT
4. Bapak Drs. Basuki selaku Kepala Sekolah SMA N 10 Yogyakarta
5. Bapak Putut Danolan S. Pd. selaku guru pembimbing di SMA N 10 Yogyakarta yang telah memberi pengarahan dan masukan
6. Seluruh guru dan karyawan SMA N 10 Yogyakarta
7. Seluruh siswa-siswi SMA N 10 Yogyakarta, khususnya semua kelas XI yang telah membantu terlaksananya kegiatan PLT
8. Rekan-rekan mahasiswa PLT UNY dan Sanata Dharma di SMA N 10 Yogyakarta yang telah bekerjasama dengan baik
9. Semua pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan kegiatan PLT yang tidak bisa dituliskan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan laporan ini masih banyak kekurangan. Oleh sebab itu, segala kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan oleh penulis. Semoga laporan ini dapat memberikan manfaat bagi mahasiswa yang akan melakukan kegiatan PLT di SMA N 10 Yogyakarta dan bagi semua pembaca.

Yogyakarta, 15 November 2017

Penyusun

Ari Wibowo Restu Putra





Lampiran 7. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

**Satuan Pendidikan** : SMA Negeri 10 Yogyakarta  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
**Kelas/ Semester** : XI/I  
**Materi Pelajaran** : Permainan Bola Besar (Bola Voli)  
**Alokasi Waktu** : 3 x 45 Menit

---

**1.1 Kompetensi Inti**

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri
3. i, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
4. Memahami dan menerapkan pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
5. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

**2.1 Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi**

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.1 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan.	3.1.1 Peserta didik mampu menganalisis dan mengkategorikan tahapan teknik dasar <i>passing</i> atas & <i>passing</i> bawah beserta menyusun rencana perbaikan.
	3.1.2 Peserta didik mampu menganalisis dan mengkategorikan kombinasi keterampilan tehnik dasar <i>passing</i> atas dengan <i>pass</i> dan <i>catch</i> (satu siswa melempar dan

	<p>satu siswa mempassing) beserta menyusun rencana perbaikan.</p> <p>3.1.3 Peserta didik mampu menganalisis dan mengkategorikan kombinasi keterampilan tehnik dasar <i>passing</i> bawah dengan <i>pass</i> dan <i>catch</i> (satu siswa melempar dan satu siswa mempassing) beserta menyusun rencana perbaikan.</p> <p>3.1.4 Peserta didik mampu menganalisa kelebihan dan kelemahan teknik dasar <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah beserta menyusun rencana perbaikan.</p>
<p>4.2 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu permainan bola besar sesuai hasil analisis dan kategorisasi.</p>	<p>4.2.1 Peserta didik mampu mempraktikkan perbaikan latihan tahapan teknik dasar <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah.</p> <p>4.2.2 Peserta didik mampu mempraktikkan perbaikan keterampilan gerakan kombinasi tehnik dasar <i>passing</i> atas dengan <i>pass</i> dan <i>catch</i> (satu siswa melempar dan satu siswa mempassing) dalam permainan bola besar sesuai hasil analisis dan kategorisasi.</p> <p>4.2.3 Peserta didik mampu mempraktikkan perbaikan keterampilan gerakan kombinasi tehnik dasar <i>passing</i> bawah dengan <i>pass</i> dan <i>catch</i> (satu siswa melempar dan satu siswa mempassing) dalam permainan bola besar sesuai hasil analisis dan kategorisasi.</p> <p>4.2.4 Peserta didik mampu melakukan permainan bola voli</p>

	dengan peraturan yang dimodifikasi.
--	-------------------------------------

### 3.1 Tujuan Pembelajaran

1. Peserta didik mampu menganalisis dan mempraktikkan gerakan teknik dasar *passing* atas dan *passing* bawah dalam permainan bola besar (Bola Voli).
2. Peserta didik mampu mempraktikkan perbaikan keterampilan gerakan *passing* atas dan *passing* bawah serta gerakan kombinasi *pass* dan *catch* (satu siswa melempar dan satu siswa mempassing) sesuai hasil analisis dan kategorisasi dan juga dapat melakukan permainan bola voli dengan peraturan yang dimodifikasi.

### 4.1 Metode Pembelajaran

Pendekatan : Saintifik  
 Metode : Tanya Jawab

### 5.1 Media Alat dan Sumber Pembelajaran

Media : Gambar dan Video  
 Alat : Peluit, Net, Bola Voli, Lapangan dan Cone Pembatas  
 Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kurikulum 2013

### 6.1 Materi Pembelajaran

Tema : Permainan Bola Besar (Bola Voli)  
 Subtema : Melempar dan Mepassing

#### 1. Materi Pembelajaran Reguler dalam Bola Voli

Cobalah kalian lakukan dan analisis keterampilan gerak teknik dasar permainan bola besar (bola voli) yaitu melempar dan mempassing dengan urutan gerakan sebagai berikut:

#### **Pengertian Bola Voli**

Bola voli adalah permainan olahraga yang dimainkan oleh dua grup berlawanan. Masing-masing grup memiliki enam orang pemain. Terdapat pula variasi permainan bola voli pantai yang masing-masing grup hanya memiliki dua orang pemain. Olahraga Bola Voli dinaungi FIVB (*Federation Internationale de Volleyball*) sebagai induk organisasi internasional, sedangkan di Indonesia, olahraga bola Voli dinaungi oleh PBVSI (Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia).

Pengertian fungsi teknik dasar *passing* atas bola voli dan cara melakukan. Pengertian *passing* atas bola voli (*overhand pass*) adalah sebuah teknik dalam

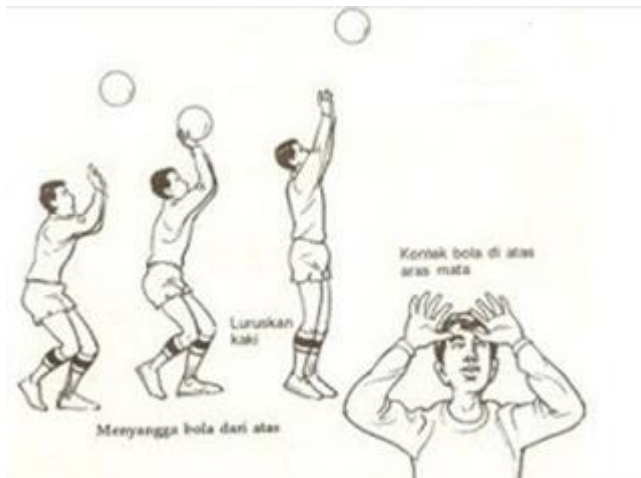
olahraga bola voli yang dilakukan untuk menahan, menerima, dan mengendalikan bola servis atau bola serangan dari tim lawan. Dinamakan passing atas karena memang pengambilan passing dilakukan dengan tangan di atas depan muka pemain. Passing atas merupakan salah satu teknik dasar bola voli yang sangat penting yang harus dikuasai oleh para pemain khususnya bagi toser/ set-upper, karena selain bisa digunakan untuk menahan serangan lawan, passing atas juga berfungsi untuk memberikan umpan/ operan kepada teman setim sehingga dapat menyusun suatu serangan dengan baik. Seorang toser atau setter yang menguasai teknik passing atas yang baik akan mampu memberikan berbagai variasi umpan kepada pemain yang bertugas sebagai spiker (smasher) sehingga tim lawan akan sulit menebak atau memblock serangan-serangan smash yang akan dilakukan.

Bagi anda yang ingin belajar menguasai teknik dasar passing atas, anda juga harus tahu teori cara melakukannya dengan benar. Dengan mengetahui teknik-tekniknya andapun bisa melakukan pembelajaran dengan cepat dan efektif.



Cara melakukan teknik dasar passing atas yang baik dan benar:

1. Pertama-tama, ambil sikap siap dengan membuka kaki selebar bahu dan kedua lutut kaki agak sedikit ditekuk.
2. Kedua tangan dalam keadaan siap untuk melakukan passing dengan diletakkan diatas depan dahi dengan kedua ibu jari membentuk segitiga dan pandangan keatas atau kearah datangnya bola.
3. Kedua siku dan pergelangan tangan ditekuk, dan ketika bola datang, lakukan passing dengan perkenaan bola tepat mengenai jari-jari tangan. Agar bola dapat memantul dengan baik, jari-jari saat bersentuhan dengan bola jangan terlalu kaku. Lalu dorong bola dengan menggerakkan pergelangan tangan, sambil diikuti dengan meluruskan siku.
4. Dalam melakukan passing atas ini, jari yang paling dominan digunakan adalah ibu jari, jari telunjuk dan jari tengah. Jadi apabila anda masih awam, latih terlebih dulu jari-jari anda agar tidak terjadi keseleo.
5. Gerakan mendorong bola dalam passing atas akan diakhiri dengan tumit agak terangkat dari lantai, dan lutut kaki lurus serta pandangan mata mengikuti gerakan bola.



Gerakan-gerakan akhir seperti itu adalah gerakan fundamental untuk memberikan dorongan yang lebih kuat. Itulah pengertian fungsi teknik dasar passing atas bola voli dan cara melakukannya.

#### 1. Passing bawah bola voli.

Passing dalam permainan bola voli adalah usaha atau upaya seorang pemain bola voli dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk mengoperkan bola yang dimainkannya itu kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri.

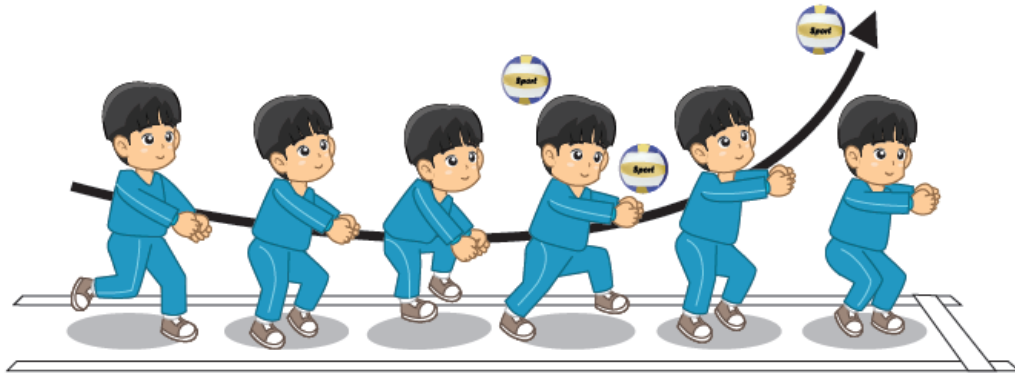
Elemen dasar bagi pelaksanaan operan lengan depan atau passing bawah yang baik adalah: a). Gerakan mengambil bola. b). Mengatur posisi. c). Memukul bola dan d). Mengarahkan bola kearah sasaran.

- 1) Persiapan (Sikapawal)
  - (a) bergerak kearah bola dan atur posisi tubuh
  - (b) genggam jemari tangan
  - (c) kaki dalam posisi meragang dengan santai, bahu terbuka lebar
  - (d) tekuk lutut, tahan tubuh dalam posisi rendah.
  - (e) bentuk landasan dengan lengan
  - (f) sikut terkunci
  - (g) lengan sejajar dengan paha
  - (h) pinggang lurus
  - (i) pandangan kearah bola



Gb. 1 Gerakan persiapan passing bawah

- 2) Pelaksanaan (Perkenaan bola)
  - (a) menerima bola di depan badan
  - (b) sedikit mengulurkan kaki
  - (c) berat badan dialihkan kedepan
  - (d) pukulah bola jauh dari badan
  - (e) pinggul bergerak ke depan
  - (f) perhatikan bola saat menyentuh lengan



Gb. 2 Gerakan pelaksanaan passing bawah

- 3) Gerakan Lanjutan (Sikapakhir)
  - (a) jari tangan tetap digenggam
  - (b) sikut tetap terkunci
  - (c) landasan mengikuti bola kesasaran.
  - (d) pindahkan berat badan arah kesasaran
  - (e) perhatikan bola bergerak kesasaran



Gb. 3 Gerakan lanjutan passing bawah

Sumber: <http://43sports.blogspot.co.id/2016/05/teknik-dasar-passing-atas.html>  
<https://materipenjasorkes.blogspot.co.id/2013/10/pembelajaran-teknik-dasar-passing-bawah.html>

## 7.1 Kegiatan Pembelajaran

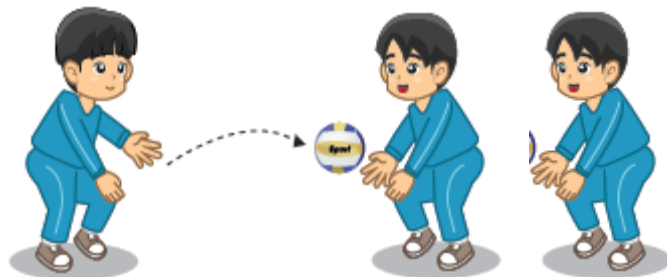
### Pertemuan Pertama

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
<b>Pendahuluan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Berbaris, berdoa, presensi, dan apersepsi</li> <li>• Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran</li> </ul>	<b>15 menit</b>
<b>Inti</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pemanasan dengan pendekatan bermain lempar lawan serta peregangan statis dan dinamis.</li> <li>• Guru mendemonstrasikan gerakan passing atas dan passing bawah dengan bantuan beberapa peserta didik</li> <li>• Peserta didik mengamati gerakan yang dilakukan oleh guru</li> <li>• Peserta didik diberi kesempatan untuk bertanya tentang gerakan yang di demonstrasikan oleh guru</li> <li>• Peserta didik diberi kesempatan untuk mencoba gerakan yang di demonstrasikan oleh guru yaitu teknik dasar passing atas dan passing bawah dengan rincian kegiatan sebagai berikut:</li> </ul> <div data-bbox="578 1354 1211 1749" data-label="Image"> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan passing atas dengan diawali lemparan bola melambung oleh teman di tempat dan orang yang melakukan langsung mempratikkan passing atas.</li> </ul> <div data-bbox="610 2053 1256 2327" data-label="Image"> </div>	<b>85 menit</b>



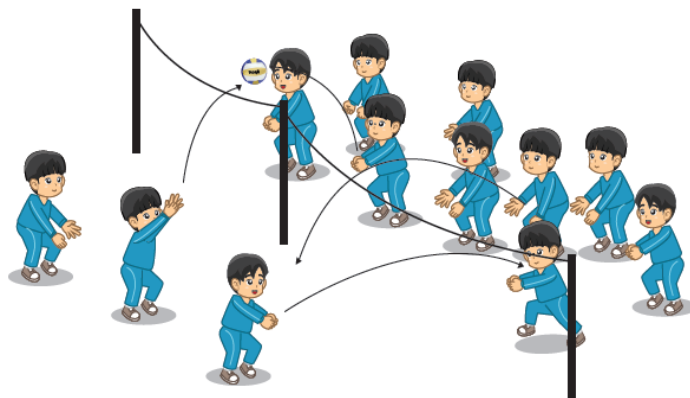
- Melakukan passing bawah dengan diawali dengan bola dipantulkan teman di tempat dan setelah pantulan bola didorong dengan dua lengan (perorangan)

- Teknik dasar (passing bawah) dengan rincian kegiatan sebagai berikut:



- Melakukan passing bawah diawali bola dilambung teman di tempat dilanjutkan sambil berjalan ke depan.

- Teknik dasar (pasing bawah) dengan rincian kegiatan sebagai berikut:



- Melakukan passing bawah dengan cara mendorong boladi atas tali di awali bola dilambung teman melewati atas tali yang di bentang. Organisasi latihan seperti pada latihan 2
- Bermain dengan permainan sederhana

- Strategi pelaksanaan dengan menggunakan model resiprokal/timbal-balik
- Guru mengatur siswa menjadi 4 kelompok
- Guru membagikan bahan ajar, yang berisi deskripsi tugas dan indikator tugas gerak kepada setiap

	<p>kelompok.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mempelajari tugas gerak dan indikator keberhasilannya</li> <li>• Siswa membagi tugas, siapa yang pertama kali melakukan teknik dasar passing atas dan passing bawah seterusnya dilakukan secara bergantian sampai semua anggota kelompok melakukan passing atas dan passing bawah dan yang lain menjadi pengamat</li> <li>• Siswa melaksanakan tugas gerak, dan menampilkan gerak sesuai dengan indikator yang telah ditentukan.</li> </ul>	
<b>Penutup</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran, berdoa dan bubar (alokasi waktu ini sudah memperhitungkan persiapan mengikuti mapel lain)</li> <li>• Melakukan refleksi dengan tanya jawab kepada peserta didik</li> <li>• Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran</li> </ul>	<b>20 Menit</b>

### 8.1 Penilaian

Teknik penilaian:

- Tes unjuk kerja (keterampilan):

Lakukan teknik dasar passing

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

	Jumlah skor yang diperoleh
Nilai =	_____
	Jumlah skor maksimal

- Pengamatan sikap (sikap):

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan aktivitas di dalam kelas. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu mentaati aturan permainan, kerjasama dengan teman satu tim dan menunjukkan perilaku sportif, keberanian, percaya diri dan menghargai teman.

Keterangan:

Berikan tanda cek ( ✓ ) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek

( ✓ ) mendapat nilai 1

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}}$$

- *Kuis/embedded test* (pengetahuan):

Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak dalam permainan bolavoli

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}}$$

- **Nilai akhir yang diperoleh siswa =**

$\text{Nilai tes unjuk kerja (keterampilan) + nilai observasi (sikap) + nilai kuis (pengetahuan) =}$
--

2. Rubrik Penilaian

**RUBRIK PENILAIAN**

**UNJUK KERJA TEKNIK DASAR PERMAINAN BOLA VOLI**

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
<p><i>Melakukan Teknik Dasar Passing Atas dan Passing Bawah</i></p> <p>1. Posisi kedua lutut saat akan melakukan <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah direndahkan</p> <p>2. Bentuk gerakan lengan saat melakukan <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah mendorong bola ke depan atas</p> <p>3. Posisi badan yang benar saat akan melakukan <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah dalam permainan bola voli</p> <p>4. Bentuk arah bola hasil <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah dalam permainan bola voli berbentuk parabola</p>				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 16				

Ket :

Skor 1: Jika kurang

Skor 2: Jika cukup

Skor 3: Jika baik

Skor 4: Jika sangat baik

**RUBRIK PENILAIAN**

**SIKAP/PERILAKU DALAM PERMAINAN BOLA VOLI**

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
1. Bekerja sama dengan teman satu tim	
2. Keberanian dalam melakukan gerakan (tidak ragu-ragu)	
3. Mentaati peraturan	
4. Menghormati wasit dan pemain (sportif)	
5. Menunjukkan sikap bersungguh-sungguh dalam bermain	
JUMLAH	
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 5	

## RUBRIK PENILAIAN

### PEMAHAMAN KONSEP GERAK DALAM PERMAINAN BOLA VOLI

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
1. Bagaimana posisi kedua lengan saat kamu <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah dalam permainan bola voli? 2. Bagaimana posisi kedua telapak tangan saat kamu <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah dalam permainan bola voli? 3. Bagaimana posisi badan saat kamu <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah dalam permainan bola voli? 4. Bagaimana perkenaan bola dengan tangan? 5. Bagaimana jalannya bola saat <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah?				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 20				

Ket :

Skor 1: Jika menjawab pertanyaan tidak sesuai dengan jawaban

Skor 2: Jika menjawab pertanyaan 1, 2 kriteria dengan benar

Skor 3: Jika menjawab benar separoh lebih dari kriteria yang ada

Skor 4: Jika menjawab pertanyaan dengan benar dan tepat

Yogyakarta, 1 November 2017

Mengetahui  
Guru Pembimbing

Praktikan

Putut Danu Danolan S. Pd.  
NIP.

Ari Wibowo Restu Putra  
NIM. 14601244017

Catatan Guru Pembimbing

.....  
.....  
.....  
.....

Lampiran 7. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

**Satuan Pendidikan** : SMA Negeri 10 Yogyakarta  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
**Kelas/ Semester** : XI/I  
**Materi Pelajaran** : Permainan Bola Besar (Sepakbola)  
**Alokasi Waktu** : 3 x 45 Menit

---

**1.1 Kompetensi Inti**

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami dan menerapkan pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

**2.1 Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi**

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.1 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan.	3.1.1 Peserta didik mampu menganalisis dan mengkategorikan tahapan teknik mengumpan dengan punggung kaki, kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan mengontrol bola dengan bagian-bagian kaki tersebut beserta menyusun rencana perbaikan.
	3.1.2 Peserta didik mampu mempraktikkan teknik mengumpan dengan punggung kaki, kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan mengontrol bola dengan bagian-bagian kaki tersebut serta menyusun rencana perbaikan.
	3.1.3 Peserta didik mampu menganalisa kelebihan dan kelemahan teknik mengumpan dengan punggung kaki, kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan mengontrol bola dengan bagian-bagian kaki tersebut serta menyusun rencana



	perbaikan.
4.1 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu permainan bola besar sesuai hasil analisis dan kategorisasi.	<p>4.1.1 Peserta didik mampu mempraktikkan perbaikan latihan teknik dasar gerakan mengumpan dengan punggung kaki, kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan mengontrol bola dengan bagian-bagian kaki tersebut.</p> <p>4.1.2 Peserta didik mampu mempraktikkan perbaikan keterampilan gerakan mengumpan dengan punggung kaki, kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan mengontrol bola dengan bagian-bagian kaki tersebut dalam permainan bola besar sesuai hasil analisis dan kategorisasi.</p> <p>4.1.3 Peserta didik mampu melakukan permainan sepakbola dengan peraturan yang dimodifikasi.</p>

#### 4.1 Tujuan Pembelajaran

1. Peserta didik mampu menganalisis dan mempraktikkan gerakan tehnik dasar mengumpan dengan punggung kaki, kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan mengontrol bola dengan bagian-bagian kaki tersebut dalam permainan bola besar (Sepakbola).
2. Peserta didik mampu mempraktikkan perbaikan keterampilan gerakan mengumpan dengan punggung kaki, kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan mengontrol bola dengan bagian-bagian kaki tersebut sesuai hasil analisis dan kategorisasi dan juga dapat melakukan permainan sepakbola dengan peraturan yang dimodifikasi.

#### 5.1 Metode Pembelajaran

Pendekatan : Saintifik  
Metode : Tanya Jawab

#### 6.1 Media Alat dan Sumber Pembelajaran

Media : Gambar dan Video  
Alat : Peluit, Lapangan Sepakbola dan Cone Pembatas  
Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kurikulum 2013

#### 7.1 Materi Pembelajaran

Tema : Permainan Bola Besar (Sepakbola)  
Subtema : Punggung Kaki

## 1. Materi Pembelajaran Reguler dalam Sepakbola

Cobalah kalian lakukan dan analisis keterampilan gerak mengumpan bola dengan punggung kaki, kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan mengontol bola menggunakan bagian-bagian kaki tersebut dengan urutan gerakan sebagai berikut:



### Pengertian Passing (Mengoper/Mengumpan)

Passing adalah istilah yang erat kaitannya dengan aktivitas mengoper atau mengumpan bola ke arah teman. Passing adalah Teknik mengoper atau memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lainnya dalam pertandingan sepak bola. Teknik Passing sangat-sangat perlu dikuasai oleh pemain bola agar pola permainan yang diinginkan bisa berhasil baik dalam menyerang atau bertahan.

#### a. Cara Melakukan Passing Dengan Kaki Bagian Dalam

- Kaki ditumpu pada samping sejajar dengan bola, lutut di tekuk.
- Kakik sepak membentuk sudut 90 derajat dengan kaki tumpu
- Posisi badan dibelakang bola sedikit tegak
- Tendangan dimulai dari menarik kaki dan mengayun kedepan
- Saat perkenaan mata melihat bola dan meneruskan pandangan pada sasaran
- Setelah menendang ada gerakan lanjutan (*follow through*)

#### b. Cara Melakukan *Passing* dengan Punggung/Kura-Kura Kaki

- Kaki ditumpu pada samping sejajar dengan bola, kaki lurus kebelakang
- Kaki sepak membentuk sudut 30 derajat dengan kaki tumpu
- Posisi badan sedikit condong kedepan
- Tendangan dimulai dari menarik kaki dan mengayun kedepan
- Saat bola mengenai perkenaan bagian punggung mata melihat bola dan meneruskan pandangan pada sasaran
- Setelah menendang ada gerakan lanjutan (*follow through*)

Atau langkah atau cara lainnya melakukan passing dengan menggunakan punggung kaki:

1. Sikap berdiri di belakang bola.
2. Letakkan kaki tumpu disamping bola dengan jarak sekepala tangan.
3. Kaki tendang ke belakang lurus dengan bola dan pandangan ke arah tendangan.
4. Kaki tendang diayunkan ke belakang kemudian gerakan ke depan menyentuh bola sekuat-kuatnya dengan perkenaan pada punggung kaki.
5. Sikap akhir dari tendangan diikuti dengan gerak lanjut kaki tendang dan diikuti oleh anggota tubuh lainnya.

6. Perhatikan gambar, jelaskan kesalahan-kesalahan yang sering terjadi ketika melakukan gerak menendang bola dengan punggung kaki bagian dalam, yaitu sikap badan kaku, kaki tumpu tidak di samping bola, kaki tendang tidak stabil, badan kurang condong ke depan, dan tidak diikuti gerak lanjut.



Gambar keterampilan gerak menendang bola dengan punggung kaki

c. Cara Melakukan Passing Dengan Kaki Bagian Luar

- Kaki ditumpu pada samping sejajar dengan bola, kaki lurus kebelakang
- Kaki sepak membentuk sudut 30 derajat dengan kaki tumpu
- Posisi badan sedikit condong kedepan
- Tendangan dimulai dari menarik kaki dan mengayun kedepan
- Saat bola mulai mengenai perkenaan kaki bagian luar mata melihat bola dan meneruskan pandangan pada sasaran
- Setelah menendang ada gerakan lanjutan (*follow through*)

- Teknik-teknik dasar mengontrol atau menghentikan bola

a. Cara mengontrol bola menggunakan kaki bagian dalam:

1. Tubuh dalam keadaan siap dengan menghadap ke arah datangnya bola.
2. Kemudian pergelangan kaki yang digunakan untuk menghentikan bola agak sedikit diputar ke arah luar.
3. Lutut kaki yang digunakan untuk menumpu agak sedikit ditekuk dan untuk keseimbangan badan kedua tangan bergerak dengan rileks.
4. Angkat kaki yang digunakan untuk menghentikan/ mengontrol bola ke arah datangnya bola.
5. Tahan bola dengan kaki bagian dalam, dan tarik sedikit kaki kebelakang, selanjutnya bola sudah dikuasai dengan baik.

b. Cara mengontrol bola menggunakan kaki bagian luar:

1. Posisi tubuh harus dalam keadaan siap mengontrol bola, yaitu menghadap ke arah datangnya bola dan mata fokus melihat datangnya bola.
2. Lutut kaki yang digunakan untuk menumpu beban tubuh agak sedikit ditekuk, sedangkan kaki yang digunakan untuk mengontrol bola diputar ke arah dalam.
3. Kemudian kontrol bola dengan cara menahan laju bola menggunakan kaki bagian luar.
4. Tangan harus dalam keadaan tetap rileks agar keseimbangan tubuh terjaga. Untuk lebih jelasnya lihat gambar cara mengontrol bola di bawah ini.



- c. Cara mengontrol bola menggunakan punggung kaki:
1. Pertama-tama, sikap tubuh harus siap dengan berdiri menghadap ke arah datangnya bola. Begitu juga dengan pandangan mata harus fokus ke arah datangnya bola.
  2. Lutut kaki yang digunakan untuk bertumpu agak ditekuk, dan kaki yang digunakan untuk mengontrol bola ditekuk ke depan dengan pergelangan kaki di tekuk ke bawah.
  3. Pada waktu mengontrol, perkenaan bola tepat berada di punggung kaki.
  4. Selanjutnya bola dapat dikuasai dengan baik.

### 8.1 Kegiatan Pembelajaran


Pertemuan pertama

Rincian Kegiatan	Waktu
<p><b>Pendahuluan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menyampaikan kompetensi (KD) yang akan diajarkan.</li> <li>• Menyampaikan tujuan pembelajaran.</li> <li>• Meminta beberapa orang peserta didik mengemukakan pengalaman setelah melihat/melakukan latihan teknik dasar (mengumpan dan mengontrol) sepakbola dari berbagai sumber.</li> <li>• Mengaitkan apa dikemukakan peserta didik dengan materi yang akan dipelajari</li> <li>• Melakukan pemanasan.</li> <li>• Guru Membagi peserta didik dalam kelompok-kelompok.</li> </ul>	15 menit
<p><b>Kegiatan Inti</b></p> <p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik menyimak gambar mengumpan dengan punggung kaki, kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan mengontrol bola dengan bagian-bagian kaki tersebut.</li> </ul> <div style="text-align: center;"> <p>The diagram shows two soccer players. The top player is in a kicking stance with arrows indicating 'Mundur' (back), 'Menyamping' (side), and 'Maju' (forward) directions for passing. The bottom player is in a ball-control stance with similar arrows labeled 'Mundur', 'Menyamping', and 'Maju'.</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik menyimak peragaan teknik dasar sepakbola (mengumpan dan mengontrol bola dengan punggung kaki, kaki bagian dalam, kaki bagian luar) yang dilakukan oleh peserta didik lain.</li> <li>• Guru menilai keterampilan Peserta didik mengamati.</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mengajukan pertanyaan berdasarkan pengamatan mereka.</li> </ul>	105 menit

Rincian Kegiatan	Waktu
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mengajukan pertanyaan mengenai teknik dasar sepakbola (mengumpan dan mengontrol bola dengan punggung kaki, kaki bagian dalam dan kaki bagian luar) yang belum dipahami.</li> <li>• Guru memberi kesempatan bagi peserta didik lain yang ingin menanggapi atau menjawab pertanyaan peserta didik.</li> </ul> <p>Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik membentuk kelompok sama banyak. Guru mengatur formasi barisan peserta didik.</li> <li>• Peserta didik dalam kelompok diminta melakukan latihan sepakbola (mengumpan dan mengontrol bola dengan punggung kaki, kaki bagian dalam dan kaki bagian luar) dengan baik dan benar.</li> <li>• Guru menilai keaktifan dan kerjasama kelompok peserta didik dalam melakukan latihan teknik dasar Sepakbola disertai perbaikan.</li> </ul> <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Disajikan peragaan teknik dari peserta didik yang teknik dasar sepakbolanya baik dan benar atau menyajikan beberapa gambar dan video klip berisi latihan teknik dasar sepakbola (mengumpan dan mengontrol bola dengan punggung kaki, kaki bagian dalam dan kaki bagian luar).</li> <li>• Masing-masing kelompok berdiskusi mengurutkan tahapan teknik yang benar dari masing masing teknik dasar sepak bola (mengumpan dan mengontrol bola dengan punggung kaki, kaki bagian dalam, kaki bagian luar) dan memberikan alasan/argumen.</li> <li>• Guru menilai kemampuan peserta didik mengolah informasi dalam mengurutkan tahapan teknik Sepakbola (mengumpan dan mengontrol bola dengan punggung kaki, kaki bagian dalam dan kaki bagian luar).</li> </ul> <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Secara bergilir setiap kelompok diberi kesempatan memperagakan latihan teknik dasar (mengumpan dan mengontrol bola dengan punggung kaki, kaki bagian dalam dan kaki bagian luar) yang benar.</li> <li>• Kelompok lain dapat memberi tanggapan dan pertanyaan.</li> <li>• Guru memberi penilaian atas hasil kerja kelompok dan kemampuan peserta didik berkomunikasi lisan.</li> </ul>	
<p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Meminta peserta didik menyimpulkan teknik dasar sepakbola yang baik dan benar.</li> <li>• Evaluasi.</li> <li>• Memberikan tugas pengamatan perbaikan latihan teknik dasar sepakbola dan permainan sepakbola melalui media baca, video atau internet.</li> <li>• Mengingatkan materi pertemuan berikutnya tentang latihan perbaikan teknik dasar sepakbola (mengumpan dengan punggung kaki, kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan mengontrol bola dengan bagian-bagian kaki tersebut) dan bermain sepakbola.</li> </ul>	15 menit

#### Pertemuan Kedua

Rincian Kegiatan	Waktu
<p>Pendahuluan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merefleksi kembali pelajaran pertemuan sebelumnya.</li> <li>• Membahas tugas pengamatan yang telah dikerjakan di rumah.</li> <li>• Menyampaikan tujuan pembelajaran.</li> <li>• Mengaitkan materi yang telah dipelajari dengan materi yang akan dipelajari yaitu latihan teknik dasar sepakbola (mengumpan dengan punggung kaki dan mengontrol bola dengan dada).</li> <li>• Membagi peserta didik ke dalam kelompok .</li> </ul>	15 menit
<p>Kegiatan Inti</p> <p>Mengamati dan Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik menyimak gambar mengumpan dengan punggung kaki, kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan mengontrol dengan bagian-bagian kaki tersebut.</li> </ul>	105 menit

Rincian Kegiatan	Waktu
<div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dua orang Peserta didik dari kelompok berbeda diminta untuk memaparkan hasil tugas baca tentang latihan perbaikan teknik dasar sepakbola melalui media baca, video atau melihat gambar pembelajaran.</li> </ul> <p>Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kelompok diminta untuk mencoba mempraktikkan latihan teknik dasar sepakbola (mengumpan dengan punggung kaki, kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan mengontrol bola dengan bagian-bagian kaki tersebut).</li> <li>• Guru menilai kreatifitas dan kerjasama latihan perbaikan teknik dasar sepakbola (mengumpan dengan punggung kaki, kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan mengontrol bola dengan bagian-bagian kaki tersebut) masing-masing kelompok.</li> </ul> <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Setiap kelompok mencoba latihan teknik dasar sepakbola (mengumpan dengan punggung kaki, kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan mengontrol bola dengan bagian-bagian kaki tersebut).</li> <li>• Kelompok dibagi dua sama banyak dan mempraktekkan latihan teknik dasar sepakbola (mengumpan dengan punggung kaki, kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan mengontrol bola dengan bagian-bagian kaki tersebut) melalui permainan sepakbola dengan aturan yang sederhana.</li> <li>• Guru menilai kerjasama antar kelompok, menilai keterampilan mengolah dan menalar.</li> </ul> <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Perwakilan kelompok memaparkan hasil latihan teknik dasar sepakbola (mengumpan dengan punggung kaki, kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan mengontrol bola dengan bagian-bagian kaki tersebut).</li> <li>• Guru menilai keterampilan menyaji dan berkomunikasi.</li> </ul>	
<p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bersama Peserta didik menyimpulkan kegiatan bermain sepakbola dan teknik dasar sepakbola (mengumpan dengan punggung kaki, kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan mengontrol bola dengan bagian-bagian kaki tersebut) yang baik dan benar.</li> <li>• Memberikan evaluasi.</li> </ul>	15 menit

### Penilaian

1. Mekanisme dan prosedur  
Penilaian dilakukan dari proses dan hasil. Penilaian proses dilakukan melalui observasi kerja kelompok, kinerja latihan teknik, dan laporan tertulis. Sedangkan penilaian hasil dilakukan melalui tes praktek, presentasi dan portofolio.
2. Aspek dan Instrumen penilaian  
Instrumen observasi menggunakan lembar pengamatan dengan fokus utama pada aktivitas dalam kelompok, tanggungjawab, dan kerjasama.  
Instrumen kinerja portofolio menggunakan lembar makalah dengan fokus utama pada kedalaman materi dan kelengkapan teknik latihan dasar serta variasi latihannya.  
Instrumen tes menggunakan tes praktek dan tes lisan serta tes tertulis
3. Rubrik/Instrumen Penilaian (Terlampir)

Yogyakarta, 12 Oktober 2017

Mengetahui  
Guru Pembimbing

Praktikan

Putut Danu Danolan S. Pd.  
NIP.

Ari Wibowo Restu Putra  
NIM. 14601244017

Catatan Guru Pembimbing

.....  
.....  
.....  
.....

Lampiran Rubrik/Instrumen Penilaian Teknik Dasar Sepakbola

**A. Tes Keterampilan (Psikomotor)**

Lakukan teknik dasar mengumpan dan mengontrol bola dalam bermain sepakbola, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses), kecepatan dan ketepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

Penilaian proses teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan dan mengontrol bola)

No	Nama Peserta didik	Mengumpan dg punggung kaki, kaki bagian dalam dan kaki bagian luar					Mengontrol dg punggung kaki, kaki bagian dalam dan kaki bagian luar					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir	
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ					
1.																
2.																
Dsb																
<b>JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 8</b>																

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

**B. Penilaian produk/prestasi teknik dasar (mengumpan ke arah sasaran) selama 30 detik.**

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri		
..... > 20 kali	..... > 16 kali	100%	Sangat Baik
16 – 19 kali	13 – 15 kali	90%	Baik
12 – 15 kali	9 – 12 kali	80%	Cukup
8 – 11 kali	6 – 8 kali	70%	Kurang
..... < 8 kali	..... < 6 kali	60%	Kurang Sekali



### C. LEMBAR PENGAMATAN OBSERVASI DAN KINERJA FORTOFOLIO

Mata Pelajaran : Penjasorkes  
 Kelas/Program : X/UMUM  
 Kompetensi : KD 3.1 dan 4.1

Bubuhkan tanda ✓ pada kolom-kolom sesuai hasil pengamatan.

No	Nama Peserta didik	Sikap															
		Aktif				Bekerjasama				Toleran				Kreatif			
		SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K
1																	
2																	
3																	
4																	
5																	
...																	

Keterangan:

K : Kurang, C : Cukup, B : Baik, SB : Sangat baik

#### Indikator sikap aktif

1. Kurang *jika* sama sekali tidak menunjukkan ambil bagian dalam pembelajaran
2. Cukup *jika* kadang-kadang menunjukkan ada usaha ambil bagian dalam pembelajaran tetapi belum konsisten
3. Baik *jika* menunjukkan sudah ada usaha ambil bagian dalam pembelajaran tetapi belum konsisten
4. Sangat baik *jika* menunjukkan sudah ambil bagian secara optimal dalam pembelajaran secara terus menerus dan konsisten

#### Indikator sikap bekerjasama

1. Kurang *jika* sama sekali tidak berusaha untuk bekerjasama dalam kegiatan pembelajaran penjaskes.
2. Cukup *jika* kadang-kadang menunjukkan ada usaha bekerjasama dalam kegiatan pembelajaran penjaskes tetapi belum konsisten
3. Baik *jika* menunjukkan sudah ada usaha untuk bekerjasama dalam kegiatan pembelajaran penjaskes tetapi masih belum ajeg/konsisten.
4. Sangat baik *jika* menunjukkan adanya usaha bekerjasama dalam kegiatan pembelajaran penjaskes secara terus menerus dan ajeg/konsisten.

#### Indikator sikap toleran terhadap proses pemecahan masalah dan kreatif.

1. Kurang *jika* sama sekali tidak bersikap toleran terhadap proses pemecahan masalah yang berbeda dan kreatif.
2. Cukup *jika* kadang-kadang bersikap toleran terhadap proses pemecahan masalah yang berbeda dan kreatif.
3. Baik *jika* menunjukkan sudah ada usaha untuk bersikap toleran terhadap proses pemecahan masalah yang berbeda dan kreatif tetapi masih belum konsisten.
4. Sangat baik *jika* menunjukkan sudah ada usaha untuk bersikap toleran terhadap proses pemecahan masalah yang berbeda dan kreatif secara terus menerus dan konsisten.

#### Indikator sikap kreatif terhadap proses pembelajaran.

1. Kurang *jika* sama sekali tidak memunculkan ide terhadap proses pemecahan masalah dalam pembelajaran.
2. Cukup *jika* kadang-kadang memunculkan ide terhadap proses pemecahan masalah dalam pembelajaran.
3. Baik *jika* menunjukkan sudah ada usaha untuk memunculkan ide terhadap proses pemecahan masalah dalam pembelajaran tetapi masih belum konsisten.

4. Sangat baik *jika* menunjukkan sudah ada usaha untuk memunculkan ide terhadap proses pemecahan masalah dalam pembelajaran secara terus menerus dan konsisten.

**D. Pretes/postes**

Pretes/Postes Pertama

1. Berilah tanda ceklist pada kolom Benar atau Salah

No	Pernyataan	Benar	Salah
1.	Tujuan utama menendang bola adalah untuk mengumpan ( passing ), dan menembak kearah gawang ( shooting at the goal ).		
2.	Pada umumnya menendang dengan punggung kaki digunakan untuk menembak ke gawang atau shooting.		
3.	Pada dasarnya menggiring bola adalah menyerang ke daerah lawan		
4.	Pada dasarnya kontroling bola lambung paling efektif menggunakan dada agak lebih bisa terkontrol.		
5.	Tujuan permainan sepak bola ialah memasukan bola ke dalam gawang lawan		

## Lampiran 7. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

### RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

**Satuan Pendidikan** : SMA Negeri 10 Yogyakarta  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
**Kelas/ Semester** : XI/I  
**Materi Pelajaran** : Permainan Bola Kecil (*Softball*)  
**Alokasi Waktu** : 3 x 45 Menit

---

#### 1.1 Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri
3. i, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
4. Memahami dan menerapkan pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
5. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

#### 2.1 Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.2 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu permainan bola kecil serta menyusun rencana perbaikan.	3.2.1 Peserta didik mampu menganalisis dan mengkategorikan tahapan teknik dasar melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola beserta menyusun rencana perbaikan.
	3.2.2 Peserta didik mampu menganalisis dan mengkategorikan kombinasi keterampilan tehnik dasar menangkap dan melempar

	<p>beserta menyusun rencana perbaikan.</p> <p>3.2.3 Peserta didik mampu menganalisis dan mengkategorikan kombinasi keterampilan tehnik dasar memukul dan berlari ke base beserta menyusun rencana perbaikan.</p> <p>3.2.4 Peserta didik mampu menganalisa kelebihan dan kelemahan teknik dasar melempar, menangkap, berlari ke base dan memukul bola beserta menyusun rencana perbaikan.</p>
<p>4.2 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu permainan bola kecil sesuai hasil analisis dan kategorisasi.</p>	<p>4.2.1 Peserta didik mampu mempraktikkan perbaikan latihan tahapan teknik dasar melempar, menangkap, berlari ke base, dan memukul bola.</p> <p>4.2.2 Peserta didik mampu mempraktikkan perbaikan keterampilan gerakan kombinasi tehnik dasar menangkap dan melempar dalam permainan bola kecil sesuai hasil analisis dan kategorisasi.</p> <p>4.2.3 Peserta didik mampu mempraktikkan perbaikan keterampilan gerakan kombinasi tehnik dasar memukul dan berlari ke base dalam permainan bola kecil sesuai hasil analisis dan kategorisasi.</p> <p>4.2.4 Peserta didik mampu melakukan permainan <i>softball</i> dengan peraturan yang</p>

	dimodifikasi.
--	---------------

### 3.1 Tujuan Pembelajaran

1. Peserta didik mampu menganalisis dan mempraktikkan gerakan teknik dasar melempar, menangkap, berlari ke base dan memukul bola dalam permainan bola kecil (*Softball*).
2. Peserta didik mampu mempraktikkan perbaikan keterampilan gerakan melempar, menangkap, berlari ke base dan memukul bola serta gerakan kombinasi sesuai hasil analisis dan kategorisasi dan juga dapat melakukan permainan *softball* dengan peraturan yang dimodifikasi.

### 4.1 Metode Pembelajaran

Pendekatan : Saintifik

Metode : Tanya Jawab

### 5.1 Media Alat dan Sumber Pembelajaran

Media : Gambar dan Video

Alat : Peluit, Pemukul, Bola Tennis, Lapangan dan Cone Pembatas

Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kurikulum 2013

### 6.1 Materi Pembelajaran

Tema : Permainan Bola Kecil (*Softball*)

Subtema : Melempar, Menangkap, Berlar dan Memukul Bola

#### 1. Materi Pembelajaran Reguler dalam *Softball*

Cobalah kalian lakukan dan analisis keterampilan gerak teknik dasar permainan bola kecil *softball* yaitu melempar, menangkap, berlari ke base dan memukul bola dengan urutan gerakan sebagai berikut:

#### **Pengertian *Softball***

*Softball* adalah sebuah permainan yang hampir mirip dengan permainan bola kasti yakni olahraga bola beregu yang terdiri atas dua tim. Pencipta permainan *softball* adalah George Honcock dan pertama kali permainan *softball* ini terdapat di Amerika Serikat pada tahun 1887. Permainan *softball* tercipta karena adanya perkembangan dari olahraga yang sejenis yaitu olahraga *baseball* atau *hardball*.



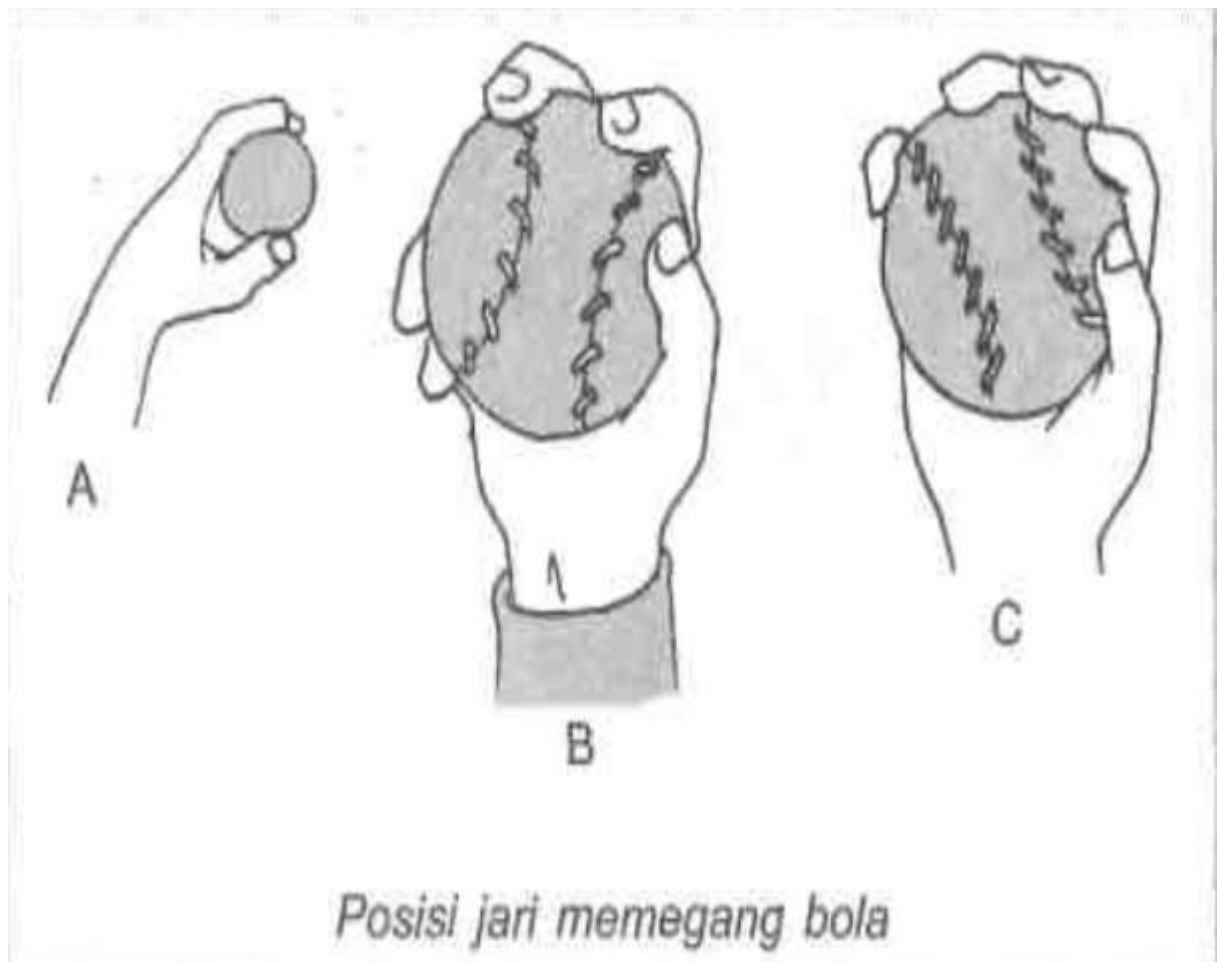
(gambar lapangan *softball*)

### **Teknik Dasar Softball**

Setelah kita mengetahui pengertian dari permainan *softball*, kemudian kita akan membahas teknik dasar *softball* yang harus di kuasai oleh pemain diantaranya yaitu teknik dasar memegang bola, melempar bola, menangkap bola, memegang kayu serta memegang kayu.

#### **1. Teknik Dasar *Softball* Dalam Memegang Bola**

Teknik memegang bola dalam permainan *softball* terdapat tiga macam cara diantaranya yaitu memegang dengan empat jari, tiga jari, dan dua jari. Untuk penjelasan dan cara melakukannya silahkan lihat di bawah ini.



(Gambar posisi jari dalam memegang bola *softball*)

➤ Teknik Memegang Bola Empat Jari

Teknik memegang bola empat jari merupakan teknik yang sebaiknya untuk pemula dan yang memiliki jari-jari yang pendek. Cara melakukannya yaitu dengan kelima bagian jari tangan berada pada sekeliling bola dengan sedemikian rupa sehingga menjadi satu genggaman. Teknik pegangan ini biasanya digunakan untuk anak-anak, pemain pemula atau pemain yang jarinya pendek.

➤ Teknik Memegang Bola Tiga Jari

Teknik memegang bola tiga jari adalah teknik yang dilakukan pemain yang memiliki tangan kecil atau jarinya pendek. Teknik atau cara ini yaitu menempatkan tiga jari telunjuk, jari tengah, dan jari manis pada bagian atas kemudian jari kelingking dan ibu jari berada di bagian bawahnya.

➤ Teknik Memegang Bola Dua Jari

Teknik memegang bola dua jari cocok untuk pemain yang memiliki tangan besar atau jari-jari yang panjang. Teknik atau cara ini yaitu menepatkan jari telunjuk, jari tengah di bagian atas bola, kemudian disangga dengan ketiga jari lainnya di bagian bawah bola.

## 2. Teknik Dasar *Softball* Dalam Melempar Bola Beserta Cara Melakukannya

Teknik Melempar bola dalam permainan *softball* dibedakan menjadi tiga, diantaranya yakni lemparan atas (*overhand throw*), lemparan samping (*sidehand throw*), dan lemparan bawah (*underhand throw*).



(Gambar teknik melempar bola *softball*)

### 1. Lemparan atas (*overhand throw*) dalam Permainan *Softball*

Pada saat melempar, ayunan tangan dan langkah kaki secara bersamaan dengan berat badan bertumpu pada kaki yang di depan, badan sedikit condong ke belakang. Lemparan atas dilakukan dengan gerakan ayunan lengan ke atas melewati garis horizontal pada persendian bahu.

### 2. Lemparan samping (*sidehand throw*) dalam Permainan *Softball*

Pada waktu melempar lengan bawah sejajar dengan bahu dan sedikit lecutan pergelangan tangan. Lemparan ini biasa digunakan dalam jarak pendek dan memerlukan waktu yang cepat. Jalannya bola lurus dan lebih cepat.

### 3. Lemparan bawah (*underhand throw*) dalam Permainan *Softball*

Lemparan bawah digunakan biasanya dalam keadaan darurat dan dilakukan dalam waktu yang cepat, posisi tubuh membungkuk dengan kedua kaki ditekuk. Biasanya lemparan ini dilakukan dengan cepat dan dalam jarak dekat untuk dapat mematikan lawan dengan segera. Oleh karena itu, lemparannya tidak terlalu kuat. Jalannya bola juga lambat, tetapi tepat pada sasaran.



### 3. Teknik Dasar *Softball* Dalam Menangkap Bola

Teknik menangkap bola dalam permainan *softball* dibagi menjadi tiga macam berdasarkan arah datangnya bola yakni Bola datar (*straight ball*), Bola lambung, dan Bola menggelinding (*ground ball*) untuk penjelasannya silahkan simak di bawah ini.



(Gambar teknik menangkap bola *softball*)

#### 1. Bola datar (*straight ball*)

Cara melakukannya yaitu dengan posisi badan berdiri, kaki kangkang, pandangan lurus ke depan ke arah datangnya bola, posisi kedua tangan siap di depan dada. Bola ditangkap oleh tangan yang memakai *glove* yaitu tangan kiri, dan tangan kanan siap melempar bola.

#### 2. Bola lambung

Cara melakukannya yaitu dengan posisi badan ditempatkan tepat di mana bola akan jatuh. Bola ditangkap dengan satu tangan atau dua tangan secara bersamaan.

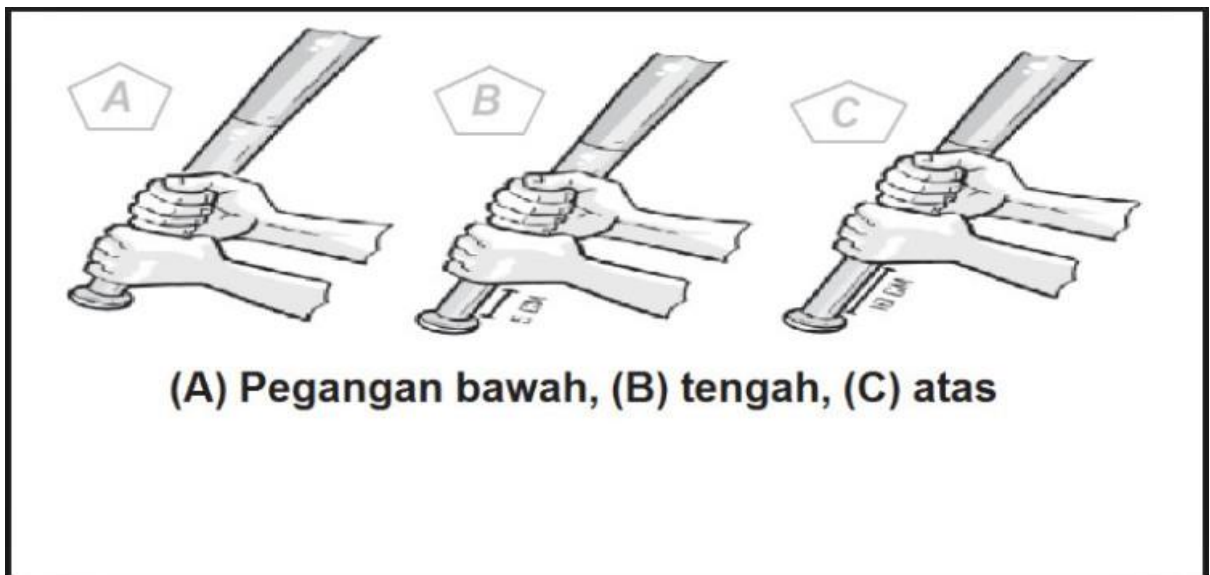
#### 3. Bola menggelinding (*ground ball*)

Cara melakukannya yaitu bola yang datangnya menggelinding di atas tanah ditangkap dengan cara berlutut sedemikian rupa dan tangan yang

memakai *glove* ditempatkan tepat pada arah datangnya bola. Sedangkan tangan yang lainnya siap untuk menangkap dan melemparkan bola.

#### 4. Teknik Dasar *Softball* Dalam Memegang Stik/Kayu Pemukul (*Bat*)

Dalam memegang pemukul *baseball* yang perlu diperhatikan adalah pemukul dipegang erat-erat dengan kedua tangan merapat atau sedikit renggang dengan posisi tangan kanan di sebelah atas dan tangan kiri di sebelah bawah. Untuk macam-macam teknik memegang kayu pemukul dalam permainan softball dibagi menjadi tiga yaitu pegangan bawah, tengah, dan atas.



(Gambar cara pegang kayu pemukul)

## 5. Teknik Dasar Memukul Bola *Softball*

Teknik dasar *softball* dalam memukul bola di bagi menjadi dua pukulan dalam permainan *softball*, yaitu:



(Gambar teknik memukul bola)

### 1. Pukulan *swing* beserta cara melakukannya:

- 1) Sikap awal, berdiri dengan kedua kaki dijarangkan.
- 2) Kaki kiri diputar mengarah lurus dengan *pitcher*.
- 3) Berat badan bertumpu pada kedua kaki dan badan sedikit condong ke depan.
- 4) Pemukul dipegang erat oleh kedua tangan dan posisi memukul sedemikian rupa sehingga tepat di atas bahu.
- 5) Lengan kanan lebih rendah daripada lengan kiri dan pandangan lurus ke arah datangnya bola dari *pitcher*.
- 6) Sikap saat memukul, setelah bola dilempar oleh *pitcher*, bola segera dipukul secara tepat dengan mengayunkan pemukul ke arah datangnya bola yang dilemparkan oleh *pitcher*.
- 7) Kaki kanan sedikit ditekuk dan kedua tangan diluruskan.
- 8) Sikap akhir, Setelah bola berhasil dipukul dengan baik, diikuti dengan gerakan ayunan bat sebagai gerakan lanjutan.

2. Pukulan tumbuk (*bunt*) beserta cara melakukannya:

Pukulan tumbuk adalah memukul bola tanpa harus mengayunkan pemukul tetapi cukup menahan arah datangnya bola sehingga bola akan jatuh dekat dengan si pemukul. Sikap kedua kaki pada waktu *bunt* cukup dengan posisi kaki disejajarkan dengan arah datangnya bola.

Sumber: <https://www.satujam.com/teknik-dasar-permainan-softball/>

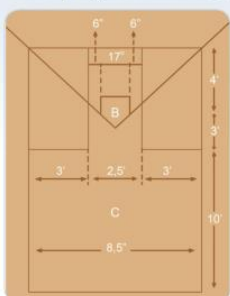
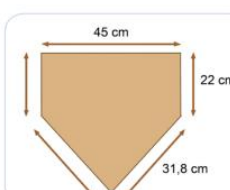
## 7.1 Kegiatan Pembelajaran

### Pertemuan Pertama

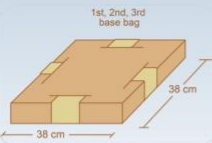
1. Pertemuan Ke-1 ( 3 x 45 menit )	Waktu
<p><b>Kegiatan Pendahuluan</b></p> <p><b>Guru:</b></p> <p><b>Orientasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>❖ Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran</li><li>❖ Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin</li><li>❖ Menyiapkan fisik dan psikis peserta didik dalam mengawali kegiatan pembelajaran.</li></ul> <p><b>Apersepsi</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>❖ Mengaitkan materi/<i>tema/kegiatan</i> pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi/<i>tema/kegiatan</i> sebelumnya,</li><li>★ <i>Mempraktikkan perbaikan latihan tahapan Keterampilan Gerak serta Tehnik Dasar Dalam Permainan Softball</i></li><li>★ <i>Kombinasi Keterampilan Gerak Permainan Softball</i></li><li>★ <i>Bermain Softball menggunakan lapangan penuh</i></li><li>❖ Mengingat kembali materi prasyarat dengan bertanya.</li><li>❖ Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan.</li></ul> <p><b>Motivasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>❖ Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari.</li><li>❖ Apabila materi/<i>tema/projek</i> ini kerjakan dengan baik dan sungguh-sungguh ini dikuasai dengan baik, maka peserta didik diharapkan dapat menjelaskan tentang:<ul style="list-style-type: none"><li>★ <i>Perlengkapan Permainan Softball</i></li><li>★ <i>Variasi Keterampilan Gerak Dalam Permainan Softball</i></li></ul></li><li>❖ Menyampaikan tujuan pembelajaran pada pertemuan yang berlangsung</li><li>❖ Mengajukan pertanyaan.</li></ul> <p><b>Pemberian Acuan</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>❖ Memberitahukan materi pelajaran yang akan dibahas pada pertemuan saat itu.</li></ul>	<b>10 menit</b>

- ❖ Memberitahukan tentang kompetensi inti, kompetensi dasar, indikator, dan KKM pada pertemuan yang berlangsung
- ❖ Pembagian kelompok belajar
- ❖ Menjelaskan mekanisme pelaksanaan pengalaman belajar sesuai dengan langkah-langkah pembelajaran.

**Kegiatan Inti**

Sintak Model Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
Orientasi peserta didik kepada masalah	<p><b>Mengamati</b></p> <p>Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★ <i>Perlengkapan Permainan Softball</i></li> <li>★ <i>Perbaikan Latihan Keterampilan Gerak serta Tehnik Dasar Dalam Permainan Softball</i></li> </ul> <p>dengan cara :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <b>Melihat</b> (tanpa atau dengan alat) Menayangkan gambar/foto/tabel berikut ini</li> <li>★ <i>Perlengkapan Permainan Softball</i></li> <li>★ <i>Perbaikan Latihan Keterampilan Gerak serta Tehnik Dasar Dalam Permainan Softball</i></li> <li>❖ <b>Mengamati</b> lembar kerja, pemberian contoh-contoh materi/soal untuk dapat dikembangkan peserta didik, dari media interaktif, dsb yang berhubungan dengan</li> <li>★ <i>Perlengkapan Permainan Softball</i></li> </ul> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p style="text-align: center;"><b>1. Lapangan Permainan Softball</b></p>  <p>Lapangan permainan <i>softball</i> berbentuk bujur sangkar dengan ukuran panjang 60 ft atau 18,30 m.</p> <p>Lapangan untuk putra dan putri bentuknya sama, bedanya hanya pada jarak <i>pitcher plate</i> ke <i>home base</i>, untuk putra 46 ft (14,03 m) untuk putri 40 ft (12,2 m).</p> </div> <p style="text-align: center;">Gambar 2.1 lapangan permainan <i>softball</i></p> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p style="text-align: center;"><b>2. Home Plate</b></p>  <p>Berbentuk segi lima dan terbuat dari karet.</p> </div> <p style="text-align: center;">Gambar 2.2 Home plate</p>

**110  
menit**



Gambar 2.3 tempat hingga (base)

**3. Base atau tempat hingga**

Base ke 1 ke 2 dan ke 3 berbentuk bujur sangkar dan terbuat dari karet.

**4. Sarung tangan (glove)**

Terbuat dari kulit dipakai oleh pemain penjaga.

Semua pemain lapangan memakai *glove*, *glove* terbagi menjadi tiga macam.

- a. *Finger glove* : *glove* yang dipakai semua pemain lapangan
- B. *Catcher glove* : *glove* yang dipakai oleh *catcher*
- C. *First base mills* : *glove* yang dipakai penjaga base pertama



Gambar 2.4 Sarung tangan (glove)

**5. Bola**

Terbuat dari kulit, di dalamnya campuran gabus dan karet



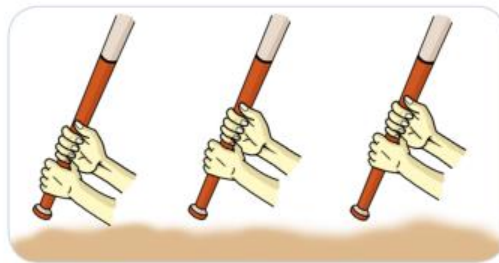
**6. Stick/alat pemukul**

Terbuat dari kayu atau bahan lain yang diperkenankan seperti aluminium, plastik, karbon, *fiber glass*.



Gambar 2.6 Pemukul

★ *Variasi Keterampilan Gerak Dalam Permainan Softball*



Gambar 2.7 Cara memegang alat pemukul



Gambar 2.8 Melempar dan menangkap bola berpasangan



Gambar 2.9 Menangkap bola dari bawah



Gambar 2.10 Posisi badan saat akan melempar bola



Gambar 2.11 Posisi badan saat akan melepaskan bola

### 6. Sliding



Adalah gerakan meluncur dengan menjatuhkan badan guna menghindari ketukan bola oleh penjaga base. Setelah dapat mendekati base yang dituju memindahkan berat badan ke belakang dengan menjatuhkan badan bersamaan dengan satu kaki dijulurkan ke arah base.

Gambar 2.13 Posisi sliding

- ❖ **Membaca** (dilakukan di rumah sebelum kegiatan pembelajaran berlangsung),  
materi dari buku paket atau buku-buku penunjang lain, dari internet/materi yang berhubungan dengan
  - ✦ *Perlengkapan Permainan Softball*
  - ✦ *Perbaikan Latihan Keterampilan Gerak serta Tehnik Dasar Dalam Permainan Softball*
- ❖ **Mendengar**  
pemberian materi oleh guru yang berkaitan dengan
  - ✦ *Perlengkapan Permainan Softball*
  - ✦ *Perbaikan Latihan Keterampilan Gerak serta Tehnik Dasar Dalam Permainan Softball*
- ❖ **Menyimak**,  
penjelasan pengantar kegiatan/materi secara garis besar/global tentang materi pelajaran mengenai :
  - ✦ *Perlengkapan Permainan Softball*
  - ✦ *Perbaikan Latihan Keterampilan Gerak serta Tehnik Dasar Dalam Permainan Softball*
 untuk melatih kesungguhan, ketelitian, mencari informasi.

Mengorganisasikan peserta didik

### Menanya

Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan gambar yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar, contohnya :

- ❖ **Mengajukan pertanyaan** tentang:
  - ✦ *Perlengkapan Permainan Softball*
  - ✦ *Perbaikan Latihan Keterampilan Gerak serta Tehnik Dasar Dalam Permainan Softball*
 yang tidak dipahami dari apa yang diamati atau pertanyaan untuk mendapatkan informasi tambahan tentang apa yang diamati (dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik) untuk mengembangkan kreativitas, rasa ingin tahu, kemampuan merumuskan pertanyaan untuk membentuk pikiran kritis yang perlu untuk hidup cerdas dan belajar sepanjang hayat. Misalnya: Bagaimana jika bola dipukul

	tetapi arahnya ke luar garis lapangan atau ke belakang?	
Membimbing penyelidikan individu dan kelompok	<p><b>Mengumpulkan informasi</b></p> <p>Peserta didik mengumpulkan informasi yang relevan untuk menjawab pertanyaan yang telah diidentifikasi melalui kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <b>Mengamati obyek/kejadian,</b></li> <li>❖ <b>Membaca sumber lain selain buku teks,</b> mengunjungi laboratorium komputer perpustakaan sekolah untuk mencari dan membaca artikel tentang <ul style="list-style-type: none"> <li>✦ <i>Perlengkapan Permainan Softball</i></li> <li>✦ <i>Perbaikan Latihan Keterampilan Gerak serta Tehnik Dasar Dalam Permainan Softball</i></li> </ul> </li> <li>❖ <b>Mengumpulkan informasi</b> Mengumpulkan data/informasi melalui diskusi kelompok atau kegiatan lain guna menemukan solusimasalah terkait materi pokok yaitu <ul style="list-style-type: none"> <li>✦ <i>Perlengkapan Permainan Softball</i></li> <li>✦ <i>Perbaikan Latihan Keterampilan Gerak serta Tehnik Dasar Dalam Permainan Softball</i></li> </ul> </li> <li>❖ <b>Aktivitas</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✦ <i>Temukan dan tetapkan pola yang sesuai untuk kebutuhanmu dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</i></li> <li>✦ <i>Setelah Kamu pelajari konsep perbaikan latihan gerak tehnik dasar dan kombinasi permainan softball, sekarang coba kamu terapkan apa yang telah kamu pelajari tersebut dalam aktivitas pembelajaran bersama teman-temanmu di sekolah.</i></li> <li>✦ <i>Meminta salah satu peserta didik yang dikategorikan mampu untuk memperagakan gerak atau contoh dari guru atau melihat tayangan dan peserta didik yang lain mengamatinya.</i></li> <li>✦ <i>Memotivasi peserta didik untuk bertanya, dengan cara guru mengajukan beberapa pertanyaan yang berkaitan dengan keterampilan gerak. Bagaimana hasil pukulan jika saat memukul bola kedua kaki rapat? Apakah kelebaran jarak kedua kaki mempengaruhi hasil pukulan bola? Apakah jarak ayunan tangan mempengaruhi jalannya bola? Bagaimana jalannya bola bila merubah posisi togok saat melempar bola?</i></li> <li>✦ <i>Menemukan jawaban atas pertanyaan di atas melalui kegiatan eksplorasi gerak secara individual,</i></li> </ul> </li> </ul>	



	<p><i>berpasangan atau berkelompok dengan menunjukkan sikap kerjasama dan disiplin sehingga ditemukan gerak yang efektif dan efisien sesuai kebutuhan masing-masing peserta didik.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✦ <i>Menemukan hubungan keterampilan gerak.</i></li> <li>✦ <i>Menerapkan berbagai keterampilan gerak permainan bola kecil melalui permainan softball dalam bermain secara beregu dengan menunjukkan menunjukkan sikap kerjasama, disiplin, dan sportifitas.</i></li> </ul> <p>❖ <b>Mempraktikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✦ <i>Mempraktikkan perbaikan latihan keterampilan gerak serta tehnik dasar melempar dengan baik.</i></li> <li>✦ <i>Mempraktikkan perbaikan latihan keterampilan gerak serta tehnik dasar menangkap dengan baik.</i></li> <li>✦ <i>Mempraktikkan perbaikan latihan keterampilan gerak serta tehnik dasar berlari ke base dengan baik.</i></li> <li>✦ <i>Mempraktikkan perbaikan latihan keterampilan gerak serta dasar memukul bola menggunakan tongkat pemukul dengan baik.</i></li> <li>✦ <i>Mempraktikkan kombinasi keterampilan gerak dasar menangkap dan melempar dengan baik.</i></li> <li>✦ <i>Mempraktikkan kombinasi keterampilan gerak dasar memukul dan berlari ke base dengan baik.</i></li> </ul> <p>❖ <b>Mendiskusikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✦ <i>Diskusikan setiap keterampilan teknik dasar keterampilan gerak permainan softball (melempar, menangkap, berlari ke base, memukul bola melalui tongkat pemukul) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</i></li> </ul> <p>❖ <b>Saling tukar informasi tentang :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✦ <i>Perlengkapan Permainan Softball</i></li> <li>✦ <i>Perbaikan Latihan Keterampilan Gerak serta Tehnik Dasar dalam Permainan Softball</i></li> </ul> <p>dengan ditanggapi aktif oleh peserta didik dari kelompok lainnya sehingga diperoleh sebuah pengetahuan baru yang dapat dijadikan sebagai bahan diskusi kelompok kemudian, dengan menggunakan metode ilmiah yang terdapat pada buku pegangan peserta didik atau pada lembar kerja yang disediakan dengan cermat untuk mengembangkan sikap teliti, jujur, sopan, menghargai pendapat orang lain, kemampuan berkomunikasi, menerapkan kemampuan mengumpulkan informasi melalui berbagai cara yang dipelajari, mengembangkan kebiasaan belajar dan belajar sepanjang hayat.</p>	
--	--	--

<p>Mengembangkan dan menyajikan hasil karya</p>	<p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <p>Peserta didik berdiskusi untuk menyimpulkan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Menyampaikan hasil diskusi berupa kesimpulan berdasarkan hasil analisis secara lisan, tertulis, atau media lainnya untuk mengembangkan sikap jujur, teliti, toleransi, kemampuan berpikir sistematis, mengungkapkan pendapat dengan sopan</li> <li>❖ Mempresentasikan hasil diskusi kelompok secara klasikal tentang : <ul style="list-style-type: none"> <li>✦ <i>Perlengkapan Permainan Softball</i></li> <li>✦ <i>Perbaikan Latihan Keterampilan Gerak serta Tehnik Dasar dalam Permainan Softball</i></li> </ul> </li> <li>❖ Mengemukakan pendapat atas presentasi yang dilakukan dan ditanggapi oleh kelompok yang mempresentasikan.</li> <li>❖ Bertanya atas presentasi yang dilakukan dan peserta didik lain diberi kesempatan untuk menjawabnya.</li> <li>❖ Menyimpulkan tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan berupa: Laporan hasil pengamatan secara tertulis tentang <ul style="list-style-type: none"> <li>✦ <i>Perlengkapan Permainan Softball</i></li> <li>✦ <i>Perbaikan Latihan Keterampilan Gerak serta Tehnik Dasar dalam Permainan Softball</i></li> </ul> </li> <li>❖ Menjawab pertanyaan yang terdapat pada buku pegangan peserta didik atau lembar kerja yang telah disediakan.</li> <li>❖ Bertanya tentang hal yang belum dipahami, atau guru melemparkan beberapa pertanyaan kepada siswa.</li> <li>❖ Menyelesaikan uji kompetensi yang terdapat pada buku pegangan peserta didik atau pada lembar kerja yang telah disediakan secara individu untuk mengecek penguasaan siswa terhadap materi pelajaran.</li> </ul>	
<p>Menganalisa &amp; mengevaluasi proses pemecahan masalah</p>	<p><b>Mengasosiasikan</b></p> <p>Peserta didik menganalisa masukan, tanggapan dan koreksi dari guru terkait pembelajaran tentang:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <b>Mengolah informasi</b> yang sudah dikumpulkan dari hasil kegiatan/pertemuan sebelumnya maupun hasil dari kegiatan mengamati dan kegiatan mengumpulkan informasi yang sedang berlangsung dengan bantuan pertanyaan-pertanyaan pada lembar kerja.</li> <li>❖ Peserta didik mengerjakan beberapa soal mengenai: <ul style="list-style-type: none"> <li>✦ <i>Perlengkapan Permainan Softball</i></li> <li>✦ <i>Perbaikan Latihan Keterampilan Gerak serta Tehnik Dasar dalam Permainan Softball</i></li> </ul> </li> <li>❖ Menambah keluasan dan kedalaman sampai kepada</li> </ul>	

	<p>pengolahan informasi yang bersifat mencari solusi dari berbagai sumber yang memiliki pendapat yang berbeda sampai kepada yang bertentangan untuk mengembangkan sikap jujur, teliti, disiplin, taat aturan, kerja keras, kemampuan menerapkan prosedur dan kemampuan berpikir induktif serta deduktif dalam membuktikan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★ <i>Perlengkapan Permainan Softball</i></li> <li>★ <i>Perbaikan Latihan Keterampilan Gerak serta Tehnik Dasar dalam Permainan Softball</i></li> </ul>	
<p><b>Catatan :</b></p> <p>Selama pembelajaran berlangsung, guru mengamati sikap siswa dalam pembelajaran yang meliputi sikap: disiplin, rasa percaya diri, berperilaku jujur, tangguh menghadapi masalah tanggungjawab, rasa ingin tahu dan peduli lingkungan)</p>		
<p><b>Kegiatan Penutup</b></p> <p>Peserta didik :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membuat rangkuman/simpulan pelajaran, tentang <i>point-point</i> penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.</li> <li>• Melakukan refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan.</li> </ul> <p>Guru :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memeriksa pekerjaan siswa yang selesai langsung diperiksa. Peserta didik yang selesai mengerjakan projek dengan benar diberi paraf serta diberi nomor urut peringkat, untuk penilaian projek.</li> <li>• Memberikan penghargaan kepada kelompok yang memiliki kinerja dan kerjasama yang baik.</li> <li>• Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk tugas kelompok/perorangan (jika diperlukan).</li> <li>• Mengagendakan pekerjaan rumah.</li> <li>• Menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya.</li> </ul>		<p><b>15 Menit</b></p>

## F. Penilaian, Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

### 1. Teknik Penilaian

#### a. Penilaian Kompetensi Pengetahuan

- 1) Tes Tertulis
  - a) Pilihan ganda
  - b) Uraian/esai
- 2) Tes Lisan

#### b. Penilaian Kompetensi Keterampilan

- 1) Proyek, pengamatan, wawancara
  - ★ Mempelajari buku teks dan sumber lain tentang materi pokok.
  - ★ Menyimak tayangan/demo tentang materi pokok.
  - ★ Menyelesaikan tugas yang berkaitan dengan pengamatan dan eksplorasi.
- 2) Portofolio/unjuk kerja

- ✦ Laporan tertulis individu/ kelompok.
- 3) Produk.

## **2. Instrumen Penilaian**

- a. Pertemuan Pertama (Terlampir)

## **3. Pembelajaran Remedial dan Pengayaan**

### **a. Remedial**

- ❖ Remedial dapat diberikan kepada peserta didik yang belum mencapai KKM maupun kepada peserta didik yang sudah melampaui KKM. Remedial terdiri atas dua bagian: remedial karena belum mencapai KKM dan remedial karena belum mencapai Kompetensi Dasar.
- ❖ Guru memberi semangat kepada peserta didik yang belum mencapai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal). Guru akan memberikan tugas bagi peserta didik yang belum mencapai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal), misalnya sebagai berikut.
  - ✦ Analisis hasil diagnosis kesulitan belajar.
  - ✦ Menemukan penyebab kesulitan.

### **b. Pengayaan**

- ❖ Pengayaan diberikan untuk menambah wawasan peserta didik mengenai materi pembelajaran yang dapat diberikan kepada peserta didik yang telah tuntas mencapai KKM atau mencapai Kompetensi Dasar.
- ❖ Pengayaan dapat ditagihkan atau tidak ditagihkan, sesuai kesepakatan dengan peserta didik.
- ❖ Direncanakan berdasarkan IPK atau materi pembelajaran yang membutuhkan pengembangan lebih luas misalnya
  - ✦ Memberikan kesempatan menjadi tutor sebaya, mengembangkan latihan praktis dari materi yang sedang dibahas, membuat hasil karya, melakukan suatu proyek, membahas masalah, atau mengerjakan permainan yang harus diselesaikan siswa.

Yogyakarta, 18 Oktober 2017

Mengetahui,  
Guru Pembimbing

Praktikan

Putut Danu Danolan S. Pd.  
NIP.

Ari Wibowo Restu Putra  
NIM. 14601244017

Catatan Guru Pembimbing

.....  
.....  
.....  
.....

## Lampiran Penilaian

### Penilaian spiritual dan sosial (KI-1 dan 2)

#### Petunjuk Penilaian

Penilaian aspek sosial dan spiritual dilakukan dengan pengamatan selama mengikuti kegiatan belajar mengajar.

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang dicek (√) dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 4.

No.	Sikap spiritual dan Sosial	Skor			
		1	2	3	4
1.	Menjaga kesehatan tubuh dengan menerapkan gaya hidup aktif				
2.	Sportif dalam bermain				
3.	Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran				
4.	Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik				
5.	Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik				
6.	Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan				
7.	Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik				
8.	Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan				
9.	Menunjukkan sikap berusaha secara maksimal dalam melakukan pembelajaran				

**Kisi-Kisi Tes Tertulis /Uraian/Essai**

**Satuan Pendidikan : SMA Negeri 10 Yogyakarta**

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

**Kelas /Semester : XI/Ganjil**

No	Kompetensi Dasar	Materi	Indikator Soal	Bentuk Soal	Jumlah Soal
1	3.2 Menganalisis perbaikan latihan keterampilan gerak serta tehnik dasar salah satu permainan bola kecil untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.	Softball: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melempar,</li> <li>• Menangkap,</li> <li>• Memukul bola menggunakan pemukul,</li> <li>• Berlari ke base,</li> <li>• Mematikan lawan.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✦ Menganalisis perbaikan latihan keterampilan gerak serta tehnik dasar melempar dengan baik.</li> <li>✦ Menganalisis perbaikan latihan keterampilan gerak serta tehnik dasar menangkap dengan baik.</li> <li>✦ Menganalisis perbaikan latihan keterampilan gerak serta tehnik dasar berlari ke <i>base</i> dengan baik.</li> <li>✦ Menganalisis perbaikan latihan keterampilan gerak serta tehnik dasar memukul bola menggunakan tongkat pemukul dengan baik.</li> <li>✦ Menganalisis kombinasi keterampilan gerak dasar menangkap dan melempar</li> </ul>	Uraian	5

			dengan baik. ★ Menganalisis kombinasi keterampilan gerak dasar memukul dan berlari ke <i>base</i> dengan baik.		
--	--	--	---	--	--

**Contoh butir soal:**

- ★ Jelaskan teknik memegang stick permainan *softball*!
- ★ Jelaskan keterampilan dasar pelambung (*pitcher*) pada permainan *softball*!
- ★ Jelaskan keterampilan dasar pukulan *swing* permainan *softball*!
- ★ Jelaskan keterampilan dasar memukul *bunt* permainan *softball*!

**Pedoman Penskoran Soal Uraian**

No. Soal	Rubrik	Skor
1	Siswa dapat menyebutkan jawaban dengan baik dan benar.	4
2	Siswa dapat menyebutkan jawaban dengan baik dan benar, tapi kurang lengkap.	3
3	Siswa dapat menyebutkan jawaban tapi salah sebagian besar.	1
	SkorMaksimum	8

$$\text{Nilai} = \frac{\text{total skor perolehan}}{\text{total skor maksimum}} \times 100$$



### Rubrik Penilaian Portofolio

Satuan Pendidikan : SMA Negeri 10 Yogyakarta

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Kelas /Semester : XI/Ganjil

#### Tugas:

- ★ teknik memegang *stick* permainan *softball*!
- ★ keterampilan dasar pelambung (*pitcher*) pada permainan *softball*!
- ★ keterampilan dasar pukulan *swing* permainan *softball*!
- ★ keterampilan dasar memukul *bunt* permainan *softball*!

#### Rubrik penilaian portofolio untuk membuat kliping sebagai media pengamatan

No.	Aspek yang Dinilai	Skor				
		5	4	3	2	1
1.	Pemahaman terhadap artikel.	....	....	....	....	....
2.	Aktif bertanya seputar materi yang dibahas.	....	....	....	....	....
3.	Menggunakan sumber referensi yang relevan.	....	....	....	....	....
4.	Membuat laporan pengamatan sederhana.	....	....	....	....	....
5.	Mempublikasikan laporan pengamatan di depan	....	....	....	....	....

#### Pedoman penskoran:

- ★ Beri tanda centang (✓) pada kolom skor di atas.
- ★ Skor 5, jika peserta didik melakukan kegiatan sangat tepat.
- ★ Skor 4, jika peserta didik melakukan kegiatan tepat.
- ★ Skor 3, jika peserta didik melakukan kegiatan agak tepat.
- ★ Skor 2, jika peserta didik melakukan kegiatan kurang tepat.
- ★ Skor 1, jika peserta didik melakukan kegiatan tidak tepat.

#### Rubrik penilaian portofolio untuk mengumpulkan lembar kegiatan

No.	Aspek yang Dinilai	Skor				
		5	4	3	2	1
1.	Mengumpulkan semua lembar kegiatan dengan lengkap.	....	....	....	....	....
2.	Mengelompokkan lembar kegiatan berdasarkan jenisnya.	....	....	....	....	....
3.	Memasukkan lembar kegiatan ke dalam map plastik dengan rapi.	....	....	....	....	....
4.	Memberikan keterangan dengan lengkap.	....	....	....	....	....
5.	Mengumpulkan tugas kepada bapak/ibu guru dengan tepat waktu.	....	....	....	....	....

#### Pedoman penskoran:

Beri tanda centang (✓) pada kolom skor di atas.

- ★ Skor 5, jika peserta didik melakukan kegiatan sangat tepat.

- ✦ Skor 4, jika peserta didik melakukan kegiatan tepat.
- ✦ Skor 3, jika peserta didik melakukan kegiatan agak tepat.
- ✦ Skor 2, jika peserta didik melakukan kegiatan kurang tepat.
- ✦ Skor 1, jika peserta didik melakukan kegiatan tidak tepat.

## TES KINERJA KETERAMPILAN

Satuan Pendidikan : SMA Negeri 10 Yogyakarta

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Kelas /Semester : XI/Ganjil

### Tugas

- ✦ Permainan bola kecil menggunakan permainan *softball*

Aspek yang Dinilai	Skor			
	1	2	3	4
✦ Mempraktikkan perbaikan latihan keterampilan gerak serta tehnik dasar melempar dengan baik.				
✦ Mempraktikkan perbaikan latihan keterampilan gerak serta tehnik dasar menangkap dengan baik.				
✦ Mempraktikkan perbaikan latihan keterampilan gerak serta tehnik dasar berlari ke base dengan				
JUMLAH				
<b>JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 20</b>				

### Keterangan:

- ✦ Skor 4: bila posisi berdiri benar, perkenaan bola dengan kaki tepat, kaki tumpu tepat, dan jalannya bola baik
- ✦ Skor 3: bila menguasai 3 komponen gerak
- ✦ Skor 2: bila menguasai 2 komponen gerak
- ✦ Skor 1: bila menguasai 1 komponen gerak



## Format Pengayaan

Pengayaan dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada peserta didik, nilai yang dicapai melampaui KB (Kelulusan Belajar) yang telah ditentukan, berikut contoh formatnya: pengayaan terhadap enam peserta didik.

No.	Nama Peserta	KD	Aspek	Materi	Indikator	KB	Bentuk Pengayaan	Nilai	
								Awal	Pengayaan

Yogyakarta, 18 Oktober 2017

Mengetahui

Guru Pembimbing

Praktikan

Putut Danu Danolan S. Pd.

NIP.

Ari Wibowo Restu Putra

NIM. 14601244017

Catatan Guru Pembimbing

.....

.....

.....

.....

## Lampiran 7. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

### RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : SMA Negeri 10 Yogyakarta  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : XI/1  
Materi Pokok : Permainan bola kecil menggunakan permainan tenis meja \*)  
(Praktik)  
Alokasi Waktu : 3 X 45 menit

#### A.Kompetensi Inti (KI)

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami dan menerapkan pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

#### B.Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator pencapaian kompetensi
3.2 Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan bola kecil serta menyusun rencana perbaikan*	3.2.1 Peserta didik mampu menganalisis teknik pukulan <i>forehand</i> , pukulan <i>backhand</i> dengan menyusun rencana perbaikan secara individual, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, tanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain tenis meja.

	<p>3.2.2 Peserta didik mampu menganalisis permainan tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menyusun rencana perbaikan teknik pukulan atas dan pukulan bawah.</p>
<p>4.2 Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola kecil serta menyusun rencana perbaikan*</p>	<p>4.2.1 Peserta didik mampu mempraktikkan hasil analisis gerak teknik pukulan <i>forehand</i>, pukulan <i>backhand</i> serta menyusun rencana perbaikan secara individual, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, tanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain tenis meja.</p> <p>4.2.2 Peserta didik mampu mempraktikkan permainan tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menyusun rencana perbaikan teknik pukulan atas dan pukulan bawah.</p> <p>4.2.3 Peserta didik mampu menunjukkan nilai kerjasama, tanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain tenis meja.</p>





### C. Materi Pembelajaran

#### Permainan bola kecil tenis meja



#### Metode Pembelajaran

- Demonstrasi
- Penugasan
- Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
- Permainan (*game*).

## D. Kegiatan Pembelajaran

Rincian Kegiatan	Waktu
<p>Pendahuluan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran.</li> <li>• Guru menyampaikan kompetensi dasar (KD) yang akan diajarkan.</li> <li>• Guru menyampaikan tujuan pembelajaran.</li> <li>• Pemanasan secara umum.</li> <li>• Pemanasan khusus tenis meja dalam bentuk permainan.</li> </ul>	15 menit
<p>Kegiatan Inti</p> <p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik menggali informasi tentang teknik pukulan <i>forehand</i>, pukulan <i>backhand</i> dan bermain tenis meja dari penjelasan serta contoh dari guru atau peserta didik.</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>(Sumber: <a href="http://www.pingskills.com/29/01/2009">www.pingskills.com/29/01/2009</a>)</p> <p><i>Penholder grip</i></p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>(Sumber: <a href="http://www.pingskills.com/29/01/2009">www.pingskills.com/29/01/2009</a>)</p> <p><i>Shakehand grip</i></p> </div> </div> <p style="text-align: center;"><i>Gambar 1.21 Cara memegang bet tenis meja</i></p> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik mengajukan pertanyaan yang belum dipahami tentang teknik pukulan <i>forehand</i>, pukulan <i>backhand</i> dan bermain tenis meja.</li> <li>• Guru memberi kesempatan bagi peserta didik lain yang ingin menanggapi atau menjawab pertanyaan peserta didik.</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>(Sumber: <a href="http://z.about.com/13/06/2009">http://z.about.com/13/06/2009</a>)</p> <p><i>Gambar 1.23 Pukulan backhand</i></p> </div> <div style="text-align: center;">  <p><i>Gambar 1.22 Pukulan forehand</i></p> <p>(Sumber: <a href="http://z.about.com/04/06/2009">http://z.about.com/04/06/2009</a>)</p> </div> </div> <p><b>Mencoba</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan gerakan <i>juggling</i> bola dengan pukulan <i>forehand</i>, pukulan <i>backhand</i> dan kombinasi keduanya selama mungkin.</li> </ul>	105 menit



Rincian Kegiatan	Waktu
<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan latihan teknik pukulan <i>forehand</i>, pukulan <i>backhand</i> dengan menyusun rencana perbaikan.</li> <li>Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik pukulan <i>forehand</i>, pukulan <i>backhand</i> dengan menyusun rencana perbaikan.</li> <li>Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok (jumlah pemain, lapangan permainan, dan peraturan permainan dimodifikasi).</li> <li>Guru menilai peserta didik tentang ketrampilan teknik pukulan <i>forehand</i>, pukulan <i>backhand</i> dan bermain tenis meja.</li> <li>Guru menilai perilaku peserta didik tentang nilai kerjasama, tanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi.</li> </ul> <p><b>Mengasosiasi/menalar</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Dijelaskan tentang beberapa peristiwa pertandingan tenis meja berfokus pada teknik pukulan <i>forehand</i>, pukulan <i>backhand</i> dan bermain tenis meja.</li> <li>Guru menilai kemampuan peserta didik mengolah informasi tentang kejadian dalam pertandingan tenis meja.</li> </ul> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Peserta didik diberi kesempatan mengemukakan kesulitan-kesulitan dalam melakukan teknik pukulan <i>forehand</i>, pukulan <i>backhand</i> dan bermain tenis meja.</li> <li>Guru memberi penilaian kemampuan peserta didik berkomunikasi lisan dan menyampaikan pendapat.</li> </ul>  <p style="text-align: center;"><i>Gambar 1.24 Forehand drive</i></p>	
 <p style="text-align: center;"><i>Gambar 1.25 Backhand drive</i></p> <p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pendinginan</li> <li>Evaluasi</li> <li>Guru memberikan tugas untuk dilatihkan di rumah</li> <li>Berbaris dan berdoa</li> </ul>	15 menit

## E. Media, alat & sumber belajar

### 1. Alat Pembelajaran

- Bola tenis meja.
- Bet tenis meja.
- Tiang/net.
- Lapangan permainan tenis meja atau lapangan sejenisnya

**2. Bahan/Sumber Pembelajaran**

1. Media cetak
  - a. Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XI, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
  - b. Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
  - c. Buku permainan tenis meja.
2. Media elektronik
  - a. Audio/video visual teknik dasar permainan tenis meja.
  - b. Rekaman/cuplikan pertandingan tenis meja.

Yogyakarta, 22 September 2017

Mengetahui

Guru Pembimbing

Praktikan

Putut Danu Danolan S. Pd.  
NIP.

Ari Wibowo Restu Putra  
NIM. 14601244017

Catatan Guru Pembimbing

.....

.....

.....

.....

**Lampiran Penilaian**

**a. Teknik dan Bentuk Penilaian**

**Tes Keterampilan (Psikomotor)**

Lakukan teknik pukulan *forehand*, pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan ketepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

Penilaian proses teknik dasar permainan sepakbola (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	Pukulan <i>forehand</i>					Pukulan <i>backhand</i>					Bermain					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
5.																				
Dsb																				
<b>JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12</b>																				

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

**i. Tes Sikap (Afektif)**

Penilaian afektif (Affective Behaviors)

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

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai																		Σ	NA	
		Kerjasa ma			Kejujur an			Mengh argai			Seman gat			Percay a diri			Sporti vitas					
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3			
1.																						
2.																						
3.																						
4.																						
5.																						
Dst																						
<b>JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18</b>																						

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

**a. Program pembelajaran pengayaan**

Program pembelajaran pengayaan dilaksanakan bagi peserta didik yang telah mencapai KKM dengan belajar mandiri untuk lebih mendalami dan mengembangkan materi.

**b. Hasil Penilaian**

1. Nilai remedial yang diperoleh diolah menjadi nilai akhir.
2. Nilai akhir setelah remedial untuk aspek pengetahuan dihitung dengan nilai indikator yang belum tuntas dengan dilai indikator hasil remedial yang selanjutnya diolah berdasar rerata nilai seluruh KD.
3. Nilai akhir setelah remedial untuk aspek ketrampilan diambil dari nilai optimal KD.
4. Penilaian hasil belajar kegiatan pengayaan tidak sama dengan pembelajaran biasa, tetapi cukup dalam bentuk portopolio dan harus dihargai sebagai nilai tambah (lebih) dari peserta didik yang normal.

## Lampiran 7. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

### RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

**Satuan Pendidikan** : SMA Negeri 10 Yogyakarta  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
**Kelas/ Semester** : XI/I  
**Materi Pelajaran** : Permainan Bola Besar (Sepakbola)  
**Alokasi Waktu** : 3 x 45 Menit

---

#### 1.1 Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami dan menerapkan pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

#### 2.1 Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.4 Menganalisis strategi dalam pertarungan bayangan ( <i>shadow fighting</i> ) olahraga beladiri untuk menghasilkan gerak yang efektif**	3.4.1 Peserta didik mampu menganalisis strategi kuda-kuda ( <i>Ap Seogi &amp; Apkubi Seogi</i> ) dalam beladiri <i>tae kwon do</i>
	3.4.2 Peserta didik mampu menganalisis strategi pukulan ( <i>Olgul Jireugi, Momtong Jireugi &amp; Arae Jireugi</i> ) dalam beladiri <i>tae kwon do</i>
	3.4.3 Peserta didik mampu menganalisis strategi tangkisan ( <i>Olgul Makki, Momtong Makki &amp; Arae Makki</i> ) dalam beladiri <i>tae kwon do</i>
	3.4.4 Peserta didik mampu menganalisis strategi tendangan ( <i>Ap Chagi &amp; Dollyo Chagi</i> ) dalam beladiri <i>tae kwon do</i>

<p>4.4 Mempraktikkan hasil analisis strategi dalam pertarungan bayangan (<i>shadow fighting</i>) olahraga beladiri untuk menghasilkan gerak yang efektif **</p>	<p>4.4.1 Peserta didik mampu mempraktikkan strategi kuda-kuda (<i>Ap Seogi &amp; Apkubi Seogi</i>) dalam beladiri <i>tae kwon do</i></p> <p>4.4.2 Peserta didik mampu mempraktikkan strategi pukulan (<i>Olgul Jireugi, Momtong Jireugi &amp; Arae Jireugi</i>) dalam beladiri <i>tae kwon do</i></p> <p>4.4.3 Peserta didik mampu mempraktikkan strategi tangkisan (<i>Olgul Makki, Momtong Makki &amp; Arae Makki</i>) dalam beladiri <i>tae kwon do</i></p> <p>4.4.4 Peserta didik mampu mempraktikkan strategi tendangan (<i>Ap Chagi &amp; Dollyo Chagi</i>) dalam beladiri <i>tae kwon do</i></p> <p>4.4.5 Peserta didik mampu mempraktikkan rangkaian gerakan kuda-kuda (<i>Ap Seogi &amp; Apkubi Seogi</i>), pukulan (<i>Olgul Jireugi, Momtong Jireugi &amp; Arae Jireugi</i>), tangkisan (<i>Olgul Makki, Momtong Makki &amp; Arae Makki</i>) &amp; tendangan (<i>Ap Chagi &amp; Dollyo Chagi</i>) dalam strategi pertarungan bayangan (<i>shadow fighting</i>)</p>
---	---

### 3.1 Tujuan Pembelajaran

1. Peserta didik mampu menganalisis dan mempraktikkan gerakan kuda-kuda (*Ap Seogi & Apkubi Seogi*), pukulan (*Olgul Jireugi, Momtong Jireugi & Arae Jireugi*), tangkisan (*Olgul Makki, Momtong Makki & Arae Makki*) & tendangan (*Ap Chagi & Dollyo Chagi*) dalam beladiri *tae kwon do*
2. Peserta didik mampu mengaplikasikan rangkaian gerakan kuda-kuda (*Ap Seogi & Apkubi Seogi*), pukulan (*Olgul Jireugi, Momtong Jireugi & Arae Jireugi*), tangkisan (*Olgul Makki, Momtong Makki & Arae Makki*) & tendangan (*Ap Chagi & Dollyo Chagi*) dalam strategi pertarungan bayangan (*shadow fighting*) beladiri *tae kwon do*

#### 4.1 Metode Pembelajaran

Pendekatan : Saintifik  
 Metode : Tanya Jawab

#### 5.1 Media Alat dan Sumber Pembelajaran

Media : Gambar  
 Alat : Peluit, *Target* dan Cone Pembatas  
 Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kurikulum 2013

#### 6.1 Materi Pembelajaran

Tema : Pembelajaran Beladiri *Tae Kwon Do*  
 Subtema : Kuda-kuda, Pukulan, Tangkisan dan Tendangan

1. Materi Pembelajaran Reguler dalam *Tae Kwon Do*

a. Teknik dasar Kuda-kuda

• *Ap Seogi*

Teknik kuda-kuda dengan menggunakan langkah pendek.



ap seogi



ap seogi



ap seogi

• *Apkubi Seogi*

Teknik kuda-kuda dengan menggunakan langkah panjang.



apkubi



apkubi



b. Teknik dasar Pukulan

- *Olgul Jireugi*

Tehnik pukulan lurus ke depan yaitu sasaran dagu/kepala.



- *Momtong Jireugi*

Tehnik pukulan lurus ke depan yaitu sasaran tengah/ulu hati.



- *Arae Jireugi*

Tehnik pukulan lurus ke depan bawah yaitu sasaran kemaluan.





c. Teknik dasar Tangkisan

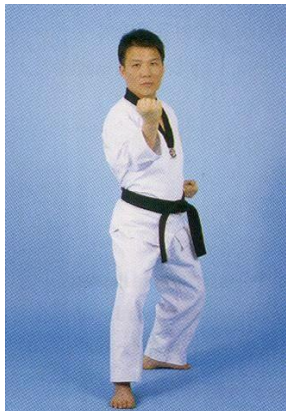
- *Olgul Makki*

Tehnik tangkisan ke atas, ke arah kepala.



- *Momtong An Makki.*

Tehnik tangkisan tengah ke arah dalam menggunakan bagian luar lengan bawah.



- *Arae Makki*

Tehnik tangkisan ke bawah menggunakan kepalan.



d. Teknik dasar Tendangan

- *Ap Chagi*

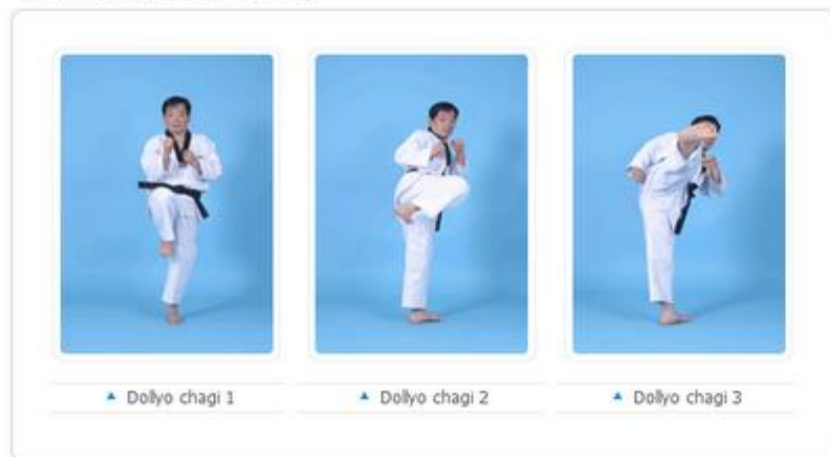
*Ap Chagi* ialah tendangan kearah depan. Arah Tendangan *Ap Chagi* yang biasanya disentuhkan ke lawan adalah kaki bawah bagian depan (*Ap chuk*) dan bagian belakang (*Dwit Chuk*). *Ap chuk* dan *Dwit Chuk* bisa anda lihat di Anggota badan.



- *Dollyo Chagi*

Tendangan *Dollyo* atau yang lebih sering kita sebut *Dollyo Chagi* dalam bahasa inggrisnya "*Round House Kick*", dalam bahasa indonesianya sering juga diartikan tendangan melingkar (memutar) ke depan.

(11) Dollyo chagi (round house kick)



## 7.1 Kegiatan Pembelajaran

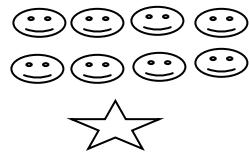
### 1. Pendahuluan (15 menit)

- Guru menyiapkan peserta didik, membariskan 2 bersaf dan berhitung.
- Guru menginstruksikan peserta didik untuk berdoa terlebih dahulu.
- Guru mengecek kehadiran semua peserta didik dan menanyakan kesehatan secara umum.
- Guru menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dicapai pada hari itu, yaitu: keterampilan gerak kuda-kuda, pukulan, tangkisan, dan tendangan dalam *tae kwon do*.
- Guru mempertanyakan “Siapa atlet *tae kwon do* idola kalian?”, “Apa jenis keterampilan gerak *tae kwon do*?”, dan pertanyaan lainnya yang relevan.
- Guru menyampaikan tahapan kegiatan pembelajaran yang akan dilalui selama pertemuan (membagi pasangan/ kelompok, pengamat/pelaku,

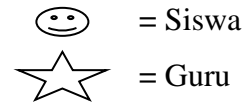
membagikan Lembar Pratikum Siswa, mengatur giliran peran, melakukan klasifikasi, dan melakukan penilaian).

- Memotivasi siswa dengan menjelaskan materi manfaat beladiri *tae kwon do* dalam kebugaran jasmani.
- Memberikan appersepsi kepada peserta didik terkait materi yang sebelumnya dengan materi yang akan diajari.

Formasi:



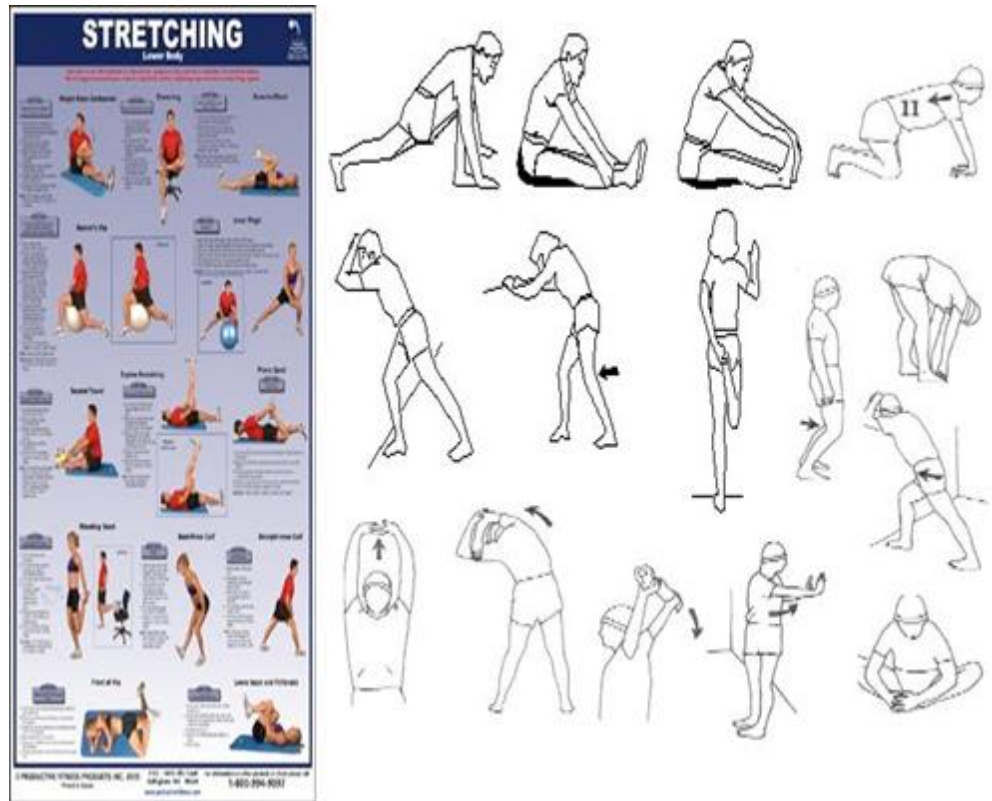
Ket:



- Guru mendemonstrasikan gerakan peregangan otot dari atas (kepala) sampai kaki (bawah) atau sebaliknya (Pemanasan statis dan dinamis).



Gambar 1. Pemanasan Statis



Gambar 2. Pemanasan Stretching



Gambar 3. Pemanasan Peregangan

## 2. Inti (65 Menit)

### Mengamati

Peserta didik di bagi menjadi 2 bersaf, peserta didik diminta mengamati berbagai keterampilan kuda-kuda, pukulan, tangkisan dan tendangan dalam *tae kwon do* melalui pengamatan media gambar dan peragaan peserta didik lain yang dianggap mampu atau contoh dari guru.

Gerakan kuda-kuda yang diamati yaitu:

- *Ap Seogi*
- *Apkubi Seogi*

Gerakan pukulan yang diamati yaitu:

- *Olgul Jireugi*
- *Momtong Jireugi*
- *Arae Jireugi*

Gerakan tangkisan yang diamati yaitu:

- *Olgul Makki*
- *Momtong An Makki*
- *Arae Makki*

Gerakan tendangan yang diamati yaitu:

- *Ap Chagi*
- *Dollyo Chagi*

### Menanya

- Peserta didik saling mengajukan pertanyaan berkaitan dengan posisi kaki, badan dan lengan saat melakukan sikap pada kuda-kuda yang telah dicontohkan dan pukulan dalam *tae kwon do*.
- Peserta didik saling mengajukan pertanyaan berkaitan dengan gerakan kuda-kuda, pukulan dan tangkisan dalam *tae kwon do*.
- Peserta didik saling mengajukan pertanyaan berkaitan dengan gerakan kuda-kuda, pukulan, tangkisan dan tendangan dalam *shadow fighting tae kwon do*.

### Mencoba

- Peserta didik mempraktikkan keterampilan gerak kuda-kuda, dan pukulan dalam *tae kwon do* secara berkelompok mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin yang dilakukan di

tempat (tidak bergerak). Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.

- Peserta didik mempraktikkan keterampilan gerak kuda-kuda, pukulan dan tangkisan dalam *tae kwon do* secara berkelompok mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin yang dilakukan di tempat (tidak bergerak). Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.
- Peserta didik mempraktikkan keterampilan gerak kuda-kuda, pukulan, tangkisan dan tendangan dalam *tae kwon do* secara berkelompok mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin yang dilakukan di tempat (tidak bergerak). Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.

#### **Mengasosiasi/ menganalisis data**

- Peserta didik mempraktikkan secara berpasangan atau berkelompok merangkai gerakan kuda-kuda, pukulan, tangkisan, dan tendangan dalam *tae kwon do* dengan ketepatan dan keluesan gerakan.

#### **Mengkomunikasikan**

- Peserta didik menerapkan keterampilan gerak kuda-kuda, pukulan, tangkisan, dan tendangan dalam *tae kwon do* dalam pertarungan bayangan *tae kwon do* dengan peraturan dimodifikasi (*shadow fighting*) dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, dan guru mengamati peserta didik selama melakukan pertarungan bayangan (yang diamati adalah apakah peserta didik sudah dapat menghubungkan gerakan kuda-kuda, pukulan, tangkisan dan tendangan dengan tepat dan luwes.
- Guru mengamati dan mengevaluasi jalannya pertarungan bayangan (*shadow fighting*), bila ada peserta didik yang masih salah dalam mempraktikkan maka guru mengoreksi dan membenarkan.

## 1. Penutup (10 menit)

- Guru membariskan siswa menjadi dua bersaf

X X X X X

X X X X X

O

Keterangan:

X : Peserta Didik

O : Guru

- Peserta didik melakukan pendinginan.
  - 1) Berpasangan, melakukan pendinginan dengan tangan saling menarik. Pelepasan tangan kanan dan tangan kiri dengan posisi badan miring kekanan dan kekiri ke dua kaki tumpu saling menahan.
  - 2) Berpasangan, saling berhadapan dan kaki membuka lebar serta tangan diulur kedepan.
  - 3) Pendinginan pinggang dengan berdiri saling membelakangi. Peserta didik yang lain mengaitkan lengan dan membungkuk agar pinggang peserta didik yang lengannya dikaitkan terulur. Lakukan bergantian.
  - 4) Melemaskan otot dengan mengangkat tangan kemudian mengayunkan kedua tangan kebawah, kemudian posisi badan membungkuk dan mengayun-ayunkan kedua tangan kesamping kanan dan kiri, kemudian pelepasan dengan ambil nafas dalam-dalam dan buang nafas dalam-dalam
- Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk memberikan komentar mengenai pembelajaran menggunakan gerak kuda-kuda, pukulan, tangkisan dan tendangan dalam *tae kwon do* dengan menggunakan pertarungan bayangan (*shadow fighting*).
- Guru memberikan *feedback* dan evaluasi mengenai materi pembelajaran yang sudah diberikan yaitu menggunakan gerak kuda-kuda, pukulan, tangkisan dan tendangan dalam *tae kwon do* dengan menggunakan pertarungan bayangan (*shadow fighting*).
- Guru memberitahukan kegiatan belajar yang akan dikerjakan pada pertemuan berikutnya.
- Guru meminta kepada salah satu peserta didik untuk memimpin doa atau guru memimpin doa.
- Guru membubarkan peserta didik.

## Lampiran 1A

### INSTRUMEN PENILAIAN SIKAP SPIRITUAL (LEMBAR OBSERVASI)

Kelas/Semester : XI (Sebelas) / Satu  
Tahun Pelajaran : 2017-2018  
Periode Pengamatan : tanggal 22 September s.d 29 September 2017  
Butir Nilai :  
1. Beriman dan bertaqwa.  
2. Selalu berusaha secara maksimal.

No	Nama Peserta Didik	Skor Indikator Sikap Spiritual		Skor Perolehan	Skor Akhir	Predikat	Tuntas/ Tidak Tuntas
		Butir 1	Butir 2				
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.	Dst,...						



## Lampiran 1B

### Pedoman Penskoran

#### Rumus Penghitungan Skor

$$\text{Skor Akhir} = \frac{\text{Jumlah Skor Perolehan} \times 4}{\text{Jumlah Skor Maksimal}}$$

$$\text{Skor Maksimal} = \text{Banyaknya Indikator} \times 4$$

#### Rentang Nilai Sikap Peserta didik

No.	Skor	Predikat
1	$3,51 < x \leq 4,00$	Sangat Baik (SB)
2	$2,51 < x \leq 3,50$	Baik (B)
3	$1,51 < x \leq 2,50$	Cukup (C)
4	$1,00 < x \leq 1,50$	Kurang (K)



## Lampiran 2B

### Pedoman Penskoran

#### Rumus Penghitungan Skor

$$\text{Skor Akhir} = \frac{\text{Jumlah Skor Perolehan} \times 4}{\text{Jumlah Skor Maksimal}}$$

$$\text{Skor Maksimal} = \text{Banyaknya Indikator} \times 4$$

#### Rentang nilai sikap peserta didik

No.	Skor	Predikat
1	$3,51 < x \leq 4,00$	Sangat Baik (SB)
2	$2,51 < x \leq 3,50$	Baik (B)
3	$1,51 < x \leq 2,50$	Cukup (C)
4	$1,00 < x \leq 1,50$	Kurang (K)

### Lampiran 3A

#### INSTRUMEN PENILAIAN KOMPETENSI PENGETAHUAN

##### PENUGASAN (SOAL URAIAN)

Nama Peserta didik : .....  
Kelas/Semester : .....  
Hari/Tanggal Pengisian : .....  
Tahun Pelajaran : .....  
Butir Nilai :

1. Merancang konsep pola penyerangan dan pertahanan dalam olahraga beladiri *Tae Kwon Do* yang disusun sesuai peraturan permainan.
2. Mempraktikan hasil rancangan pola penyerangan dan pertahanan dalam olahraga beladiri *Tae Kwon Do* yang disusun sesuai peraturan permainan.

##### Petunjuk penilaian

- Skor 4: jika peserta didik mampu menjawab *empat* jawaban dengan benar
- Skor 3: jika peserta didik mampu menjawab *tiga* jawaban dengan benar
- Skor 2: jika peserta didik mampu menjawab *dua* jawaban dengan benar
- Skor 1: jika peserta didik mampu menjawab *satu* jawaban dengan benar

**Penugasan tertulis mengenai pengetahuan berbagai gerak dasar pukulan (*olgul jierugi, momtong jireugi, dan arae jireugi*), tangkisan (*olgul makki, momtong an makki, dan arae makki*), tendangan (*ap chagi dan dollyo chagi*)**

Carilah jawaban dari pertanyaan berikut melalui berbagai sumber dengan benar :

1. Bagaimana prosedur melakukan tendangan Ap Chagi?
2. Apa fungsi gerakan memutar  $180^0$  pada kaki tumpu tendangan Dollyo chagi?
3. Bagaimana prosedur melakukan tangkisan Momtong an makki dan Arae makki?
4. Bagaimana prosuder melakukan pukulan momtong jierugi?
5. Pola latihan apa yang tepat untuk melakukan tendangan dan tangkisan?

NO	SOAL	KUNCI JAWABAN	SKOR
1.	Bagaimana prosedur melakukan tendangan Ap Chagi?	a. Siap dengan kuda-kuda salah satu kaki di depan. b. Mengangkat paha dengan membentuk sudut $90^0$ pada lutut. c. Meluruskan kaki ke depan, dengan diberi sedikit tenaga. d. Perkenaan pada telapak kaki.	4
2.	Apa fungsi gerakan memutar $180^0$ pada kaki tumpu tendangan Dollyo chagi?	Fungsi : 1. Memperjauh jangkauan tendangan. 2. Untuk memudahkan gerakan tendangan dollyo chagi agar efisien dan efektif.	4
3.	Bagaimana prosedur melakukan tangkisan Momtong an makki dan Area makki?	Momtong an makki (tangkisan ke arah dalam): a. Sikap kuda-kuda, tangan kanan (untuk menangkis) diawali dari bahu menuju ke dalam tengah. b. Tangan mengepal kearah atas. c. Lengan diberi kekuatan, siap untuk	4

menangkis.

Area makki (tangkisan ke arah luar):

- a. Sikap kuda-kuda, tangan kanan (untuk menangkis) diawali dari dalam menuju ke arah luar.
- b. Tangan mengepal ke arah dalam.
- c. Siku ditekuk.
- d. Lengan diberi kekuatan, siap untuk menangkis.

Momtong jierugi (pukulan ke depan):

4	Bagaimana prosuder melakukan pukulan momtong jierugi?	<ol style="list-style-type: none"><li>a. Sikap kuda-kuda, kedua tangan mengepal di pinggang bersiap untuk melakukan pukulan.</li><li>b. Lakukan pukulan ke arah perut/depan.</li><li>c. Lengan diberi kekuatan, siap untuk memukul.</li></ol>	4
5	Pola latihan apa yang tepat untuk melakukan tendangan dan tangkisan?	Pola latihan : Latihan kelenturan, latihan lengan (push up, dengan dumbel, plank, dll) serta latihan squat untuk kekuatan kaki	4
	Jumlah skor maksimal		20

### Lampiran 3B

Pedoman Penskoran

PEROLEHAN NILAI:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor Perolehan} \times 4}{\text{Skor Maksimal}}$$

Rentang skor :

No.	Nilai	Predikat
1	$3,84 > x \geq 4,00$	A
2	$3,51 > x \geq 3,83$	A-
3	$3,18 > x \geq 3,50$	B+
4	$2,84 > x \geq 3,17$	B
5	$2,51 > x \geq 2,83$	B-
6	$2,18 > x \geq 2,50$	C+
7	$1,84 > x \geq 2,17$	C
8	$1,51 > x \geq 1,83$	C-
9	$1,18 > x \geq 1,50$	D+
10	$1,00 > x \geq 1,17$	D

## Lampiran 4A

### INSTRUMEN PENILAIAN KOMPETENSI KETERAMPILAN

#### Petunjuk Penilaian

Penilaian keterampilan diberikan dalam bentuk kinerja, yaitu suatu proses yang bersifat prosedural dalam melakukan suatu rangkaian gerakan kombinasi pukulan (*olgul jierugi*, *momtong jireugi* dan *arae jireugi*), tangkisan (*olgul makki*, *momtong an makki*, dan *arae makki*), tendangan (*ap chagi* dan *dollyo chagi*) dengan *partner*. Berikan tanda cek (√) pada kolom perolehan skor yang sudah disediakan, dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 4. ( Sangat Baik = 4, Baik = 3, Cukup = 2, Kurang = 1).

Lakukan latihan gerak spesifik pukulan, tangkisan dan tendangan dalam taekwondo:

#### Lembar Observasi

#### Penilaian Kompetensi Keterampilan

#### Penilaian Keterampilan Gerak

No	Nama Peserta Didik	Prosedural Rangkaian Gerakan Kombinasi																Jumlah Skor	Nilai				
		Momtong Jierugi				Momtong an Makki				Arae Makki				Ap Chagi						Dollyo Chagi			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4			1	2	3	4
1																							
2																							
3																							
4	Dst.																						

Skor Max = 20

Nilai = skor perolehan/skor maksimal x 4

No.	Keterampilan Gerak	Kriteria gerak sangat sempurna
1	<b>Momtong Jierugi</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jika peserta didik melakukan pukulan.</li> <li>2. Jika peserta didik melakukan pukulan, lengan lurus dan sesuai tahapan.</li> <li>3. Jika peserta didik melakukan pukulan, lengan lurus dan sesuai tahapan, menuju ke tengah (tepat sasaran).</li> <li>4. Jika peserta didik melakukan pukulan, lengan lurus dan sesuai tahapan, menuju ke tengah (tepat sasaran), ada kekuatan (<i>power</i>) dan gerakan sistematis.</li> </ol>
2	<b>Momtong an Makki</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jika peserta didik melakukan tangkisan.</li> </ol>

		<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Jika peserta didik melakukan tangkisan, sesuai tahapan.</li> <li>3. Jika peserta didik melakukan tangkisan, sesuai tahapan, tangkisan tepat sasaran.</li> <li>4. Jika peserta didik melakukan tangkisan, sesuai tahapan, tangkisan tepat sasaran, ada kekuatan (<i>power</i>) dan gerakan sistematis.</li> </ol>
3	<b>Arae Makki</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jika peserta didik melakukan tangkisan.</li> <li>2. Jika peserta didik melakukan tangkisan, sesuai tahapan.</li> <li>3. Jika peserta didik melakukan tangkisan, sesuai tahapan, tangkisan tepat sasaran.</li> <li>4. Jika peserta didik melakukan tangkisan, sesuai tahapan, tangkisan tepat sasaran, ada kekuatan (<i>power</i>) dan gerakan sistematis.</li> </ol>
4	<b>Ap Chagi</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jika peserta didik melakukan tendangan.</li> <li>2. Jika peserta didik melakukan tendangan, sesuai tahapan.</li> <li>3. Jika peserta didik melakukan tendangan, sesuai tahapan, tendangan tepat sasaran (dengan punggung kaki).</li> <li>4. Jika peserta didik melakukan tendangan, sesuai tahapan, tendangan tepat sasaran (dengan punggung kaki), ada kekuatan (<i>power</i>) dan gerakan sistematis.</li> </ol>
5	<b>Dollyo Chagi</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jika peserta didik melakukan tendangan.</li> <li>2. Jika peserta didik melakukan tendangan, sesuai tahapan.</li> <li>3. Jika peserta didik melakukan tendangan, sesuai tahapan, kaki tumpu berubah <math>180^0</math> dan dengan punggung kaki.</li> <li>4. Jika peserta didik melakukan tendangan, sesuai tahapan, kaki tumpu berubah <math>180^0</math> dan dengan punggung kaki, ada kekuatan (<i>power</i>) dan gerakan sistematis.</li> </ol>



## Lampiran 4B

### PEDOMAN PENSKORAN KOMPETENSI KETERAMPILAN (K I-4)

#### Keterangan :

Skor 4 : apabila dilakukan dengan sangat sempurna

Skor 3 : apabila dilakukan dengan sempurna

Skor 2 : apabila dilakukan dengan cukup sempurna

Skor 1 : apabila dilakukan dengan kurang sempurna

#### PEROLEHAN NILAI :

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor Perolehan}}{\text{Skor Maksimal}} \times 4$$

#### Rentang Nilai Kompetensi Keterampilan

No.	Nilai	Predikat
1	$3,84 > x \geq 4,00$	A
2	$3,51 > x \geq 3,83$	A-
3	$3,18 > x \geq 3,50$	B+
4	$2,84 > x \geq 3,17$	B
5	$2,51 > x \geq 2,83$	B-
6	$2,18 > x \geq 2,50$	C+
7	$1,84 > x \geq 2,17$	C
8	$1,51 > x \geq 1,83$	C-
9	$1,18 > x \geq 1,50$	D+
10	$1,00 > x \geq 1,17$	D

## Lampiran 5A

### INSTRUMEN PENILAIAN REMEDIAL KOMPETENSI PENGETAHUAN DAFTAR PENUGASAN

Nama Peserta didik yang menilai : .....

Nama Peserta didik yang dinilai : .....

Kelas/Semester : .....

Hari/Tanggal Pengisian : .....

Tahun Pelajaran : .....

#### Petunjuk penilaian

- Skor 4: jika peserta didik mampu menjawab *empat* jawaban dengan benar
- Skor 3: jika peserta didik mampu menjawab *tiga* jawaban dengan benar
- Skor 2: jika peserta didik mampu menjawab *dua* jawaban dengan benar
- Skor 1: jika peserta didik mampu menjawab *satu* jawaban dengan benar

Daftar tugas:

Carilah jawaban dari pertanyaan berikut melalui berbagai sumber dengan benar :

1. Bagaimana prosedur melakukan tendangan Ap Chagi?
2. Bagaimana prosedur melakukan tangkisan Momtong an makki dan Area makki?
3. Pola latihan apa yang tepat untuk melakukan tendangan dan tangkisan?

NO	SOAL	KUNCI JAWABAN	SKOR
1.	Bagaimana prosedur melakukan tendangan Ap Chagi?	<ol style="list-style-type: none"><li>a. Siap dengan kuda-kuda salah satu kaki di depan.</li><li>b. Mengangkat paha dengan membentuk sudut <math>90^0</math> pada lutut.</li><li>c. Meluruskan kaki ke depan, dengan diberi sedikit tenaga.</li><li>d. Perkenaan pada telapak kaki.</li></ol>	4
2	Bagaimana prosedur melakukan tangkisan Momtong an makki dan Area makki?	<p>Momtong bakkat makki (tangkisan ke arah dalam):</p> <ol style="list-style-type: none"><li>a. Sikap kuda-kuda, tangan kanan (untuk menangkis) diawali dari bahu menuju ke dalam tengah.</li><li>b. Tangan mengepal kearah atas.</li><li>c. Lengan diberi kekuatan, siap untuk menangkis.</li></ol> <p>Area makki (tangkisan ke arah luar):</p> <ol style="list-style-type: none"><li>a. Sikap kuda-kuda, tangan kanan (untuk menangkis) diawali dari dalam menuju ke arah luar.</li><li>b. Tangan mengepal kearah dalam.</li><li>c. Siku ditekuk.</li><li>d. Lengan diberi kekuatan, siap untuk menangkis.</li></ol>	4

3	Pola latihan apa yang tepat untuk melakukan tendangan dan tangkisan?	Pola latihan : Latihan kelenturan, latihan lengan (push up, dengan dumbel, plank, dll) serta latihan squat untuk kekuatan kaki	2
	Jumlah skor maksimal		10

PEROLEHAN NILAI:

$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor Perolehan}}{\text{Skor Maksimal}} \times 4$
--

Lampiran 5B

**INSTRUMEN PENILAIAN PEMBELAJARAN REMIDIAL KOMPETENSI KETERAMPILAN**

**Petunjuk Penilaian**

Penilaian keterampilan diberikan dalam bentuk kinerja, yaitu suatu proses yang bersifat prosedural dalam melakukan suatu rangkaian gerakan kombinasi pukulan (*olgul jierugi, momtong jireugi, dan arae jireugi*), tangkisan (*olgul makki, momtongan makki, dan arae makki*), tendangan (*ap chagi dan dollyo chagi*) ditempat bersama *partner*. Berikan tanda cek (√) pada kolom perolehan skor yang sudah disediakan, dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 4. ( Sangat Baik = 4, Baik = 3, Cukup= 2 Kurang = 1).

Lakukan variasi dan kombinasi prinsip dasar beladiri taekwodo:

**Lembar Observasi**

**Penilaian Kompetensi Keterampilan**

**Penilaian Keterampilan Gerak**

No	Nama Peserta Didik	Prosedural Rangkaian Gerakan																Jumlah Skor	Nilai				
		Momtong Jierugi				Momtongan Makki				Arae Makki				Ap Chagi						Dollyo Chagi			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4						
1																							
2																							
3																							
4	Dst.																						

Skor Max = 20

Nilai = skor perolehan/skor maksimal x 4

No.	Keterampilan Gerak	Kriteria gerak sangat sempurna
1	<b>Momtong Jierugi</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jika peserta didik melakukan pukulan.</li> <li>2. Jika peserta didik melakukan pukulan, lengan lurus dan sesuai tahapan.</li> <li>3. Jika peserta didik melakukan pukulan, lengan lurus dan sesuai tahapan, menuju ke tengah (tepat sasaran).</li> <li>4. Jika peserta didik melakukan pukulan, lengan lurus dan sesuai tahapan, menuju ke tengah (tepat sasaran), ada kekuatan (<i>power</i>) dan gerakan sistematis.</li> </ol>

2	<b>Momtong an Makki</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jika peserta didik melakukan tangkisan.</li> <li>2. Jika peserta didik melakukan tangkisan, sesuai tahapan.</li> <li>3. Jika peserta didik melakukan tangkisan, sesuai tahapan, tangkisan tepat sasaran.</li> <li>4. Jika peserta didik melakukan tangkisan, sesuai tahapan, tangkisan tepat sasaran, ada kekuatan (<i>power</i>) dan gerakan sistematis.</li> </ol>
3	<b>Arae Makki</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jika peserta didik melakukan tangkisan.</li> <li>2. Jika peserta didik melakukan tangkisan, sesuai tahapan.</li> <li>3. Jika peserta didik melakukan tangkisan, sesuai tahapan, tangkisan tepat sasaran.</li> <li>4. Jika peserta didik melakukan tangkisan, sesuai tahapan, tangkisan tepat sasaran, ada kekuatan (<i>power</i>) dan gerakan sistematis.</li> </ol>
4	<b>Ap Chagi</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jika peserta didik melakukan tendangan.</li> <li>2. Jika peserta didik melakukan tendangan, sesuai tahapan.</li> <li>3. Jika peserta didik melakukan tendangan, sesuai tahapan, tendangan tepat sasaran (dengan punggung kaki).</li> <li>4. Jika peserta didik melakukan tendangan, sesuai tahapan, tendangan tepat sasaran (dengan punggung kaki), ada kekuatan (<i>power</i>) dan gerakan sistematis.</li> </ol>
5	<b>Dollyo Chagi</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jika peserta didik melakukan tendangan.</li> <li>2. Jika peserta didik melakukan tendangan, sesuai tahapan.</li> <li>3. Jika peserta didik melakukan tendangan, sesuai tahapan, kaki tumpu berubah 180<sup>0</sup> dan dengan punggung kaki.</li> <li>4. Jika peserta didik melakukan tendangan, sesuai tahapan, kaki tumpu berubah 180<sup>0</sup> dan dengan punggung kaki, ada kekuatan (<i>power</i>) dan gerakan sistematis.</li> </ol>

**PEDOMAN PENSKORAN KOMPETENSI KETERAMPILAN  
PEMBELAJARAN REMIDIAL (K I-4)**

**Keterangan :**

Skor 4 : apabila dilakukan dengan sangat sempurna

Skor 3 : apabila dilakukan dengan sempurna

Skor 2 : apabila dilakukan dengan cukup sempurna

Skor 1 : apabila dilakukan dengan kurang sempurna

**PEROLEHAN NILAI :**

$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor Perolehan}}{\text{Skor Maksimal}} \times 4$
--

**Rentang Nilai Kompetensi Keterampilan**

No.	Nilai	Predikat
1	$3,84 > x \geq 4,00$	A
2	$3,51 > x \geq 3,83$	A-
3	$3,18 > x \geq 3,50$	B+
4	$2,84 > x \geq 3,17$	B
5	$2,51 > x \geq 2,83$	B-
6	$2,18 > x \geq 2,50$	C+
7	$1,84 > x \geq 2,17$	C
8	$1,51 > x \geq 1,83$	C-
9	$1,18 > x \geq 1,50$	D+
10	$1,00 > x \geq 1,17$	D

## Lampiran 6

### INSTRUMEN PENILAIAN PEMBELAJARAN PENGAYAAN KOMPETENSI KETERAMPILAN

#### Petunjuk Penilaian

Penilaian keterampilan diberikan dalam bentuk kinerja, yaitu suatu proses yang bersifat prosedural dalam melakukan suatu rangkaian gerakan kombinasi pukulan (*olgul jierugi, momtong jireugi, dan arae jireugi*), tangkisan (*olgul makki, momtongan makki, dan arae makki*), tendangan (*ap chagi dan dollyo chagi*) dengan arah maju dan mundur serta dengan gerakan melakukan serangan dan bertahan. Berikan tanda cek (√) pada kolom perolehan skor yang sudah disediakan, dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 4. ( Sangat Baik = 4, Baik = 3, Cukup= 2 Kurang = 1).

Lakukan variasi dan kombinasi prinsip dasar beladiri taekwodo:

#### Lembar Observasi

#### Penilaian Kompetensi Keterampilan

##### Penilaian Keterampilan Gerak

##### Prosedural Rangkaian Gerakan

No	Nama Peserta Didik	Prosedural Rangkaian Gerakan																Jumlah Skor	Nilai				
		Momtong Jierugi				Momtongan Makki				Arae Makki				Ap Chagi						Dollyo Chagi			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1																							
2																							
3																							
4	Dst.																						

Skor Max = 20

Nilai = skor perolehan/skor maksimal x 4

No.	Keterampilan Gerak	Kriteria gerak sangat sempurna
1	<b>Momtong Jierugi</b>	1. Jika peserta didik melakukan pukulan. 2. Jika peserta didik melakukan pukulan, lengan

		<p>lurus dan sesuai tahapan.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Jika peserta didik melakukan pukulan, lengan lurus dan sesuai tahapan, menuju ke tengah (tepat sasaran).</li> <li>4. Jika peserta didik melakukan pukulan, lengan lurus dan sesuai tahapan, menuju ke tengah (tepat sasaran), ada kekuatan (<i>power</i>) dan gerakan sistematis.</li> </ol>
2	<b>Momtong an Makki</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jika peserta didik melakukan tangkisan.</li> <li>2. Jika peserta didik melakukan tangkisan, sesuai tahapan.</li> <li>3. Jika peserta didik melakukan tangkisan, sesuai tahapan, tangkisan tepat sasaran.</li> <li>4. Jika peserta didik melakukan tangkisan, sesuai tahapan, tangkisan tepat sasaran, ada kekuatan (<i>power</i>) dan gerakan sistematis.</li> </ol>
3	<b>Arae Makki</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jika peserta didik melakukan tangkisan.</li> <li>2. Jika peserta didik melakukan tangkisan, sesuai tahapan.</li> <li>3. Jika peserta didik melakukan tangkisan, sesuai tahapan, tangkisan tepat sasaran.</li> <li>4. Jika peserta didik melakukan tangkisan, sesuai tahapan, tangkisan tepat sasaran, ada kekuatan (<i>power</i>) dan gerakan sistematis.</li> </ol>
4	<b>Ap Chagi</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jika peserta didik melakukan tendangan.</li> <li>2. Jika peserta didik melakukan tendangan, sesuai tahapan.</li> <li>3. Jika peserta didik melakukan tendangan, sesuai tahapan, tendangan tepat sasaran (dengan punggung kaki).</li> <li>4. Jika peserta didik melakukan tendangan, sesuai tahapan, tendangan tepat sasaran (dengan punggung kaki), ada kekuatan (<i>power</i>) dan gerakan sistematis.</li> </ol>
5	<b>Dollyo Chagi</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jika peserta didik melakukan tendangan.</li> <li>2. Jika peserta didik melakukan tendangan, sesuai tahapan.</li> <li>3. Jika peserta didik melakukan tendangan, sesuai tahapan, kaki tumpu berubah 180<sup>0</sup> dan dengan punggung kaki.</li> </ol>



		4. Jika peserta didik melakukan tendangan, sesuai tahapan, kaki tumpu berubah $180^0$ dan dengan punggung kaki, ada kekuatan ( <i>power</i> ) dan gerakan sistematis.
--	--	---

**PEDOMAN PENSKORAN KOMPETENSI KETERAMPILAN  
PEMBELAJARAN REMIDIAL (K I-4)**

**Keterangan :**

Skor 4 : apabila dilakukan dengan sangat sempurna

Skor 3 : apabila dilakukan dengan sempurna

Skor 2 : apabila dilakukan dengan cukup sempurna

Skor 1 : apabila dilakukan dengan kurang sempurna

**PEROLEHAN NILAI :**

$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor Perolehan}}{\text{Skor Maksimal}} \times 4$
--

Rentang Nilai Kompetensi Keterampilan

No.	Nilai	Predikat
1	$3,84 > x \geq 4,00$	A
2	$3,51 > x \geq 3,83$	A-
3	$3,18 > x \geq 3,50$	B+
4	$2,84 > x \geq 3,17$	B
5	$2,51 > x \geq 2,83$	B-
6	$2,18 > x \geq 2,50$	C+
7	$1,84 > x \geq 2,17$	C
8	$1,51 > x \geq 1,83$	C-
9	$1,18 > x \geq 1,50$	D+
10	$1,00 > x \geq 1,17$	D

Yogyakarta, 22 September 2017

Mengetahui  
Guru Pembimbing

Praktikan

Putut Danu Danolan S. Pd.  
NIP.

Ari Wibowo Restu Putra  
NIM. 14601244017

Catatan Guru Pembimbing

.....  
.....  
.....  
.....

Lampiran 11. Catatan Mingguan PLT



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**TAHUN 2017**

---

**NAMA SEKOLAH** : SMA NEGERI 10 YOGYAKARTA      **NAMA MAHASISWA** : ARI WIBOWO RESTU PUTRA  
**ALAMAT SEKOLAH** : Jl. Gadean No. 5 Ngupasan,  
Yogyakarta      **NIM** : 14601244017  
**GURU PEMBIMBING** : Putut Danu Panolan, S.Pd.      **FAK/JUR/PRODI** : FIK / POR / PJKR  
**DPL** : Ahmad Rithaudin, S. Pd. Jas. M. Or.

No	Hari/ Tanggal	Waktu	Materi Kegiatan	Hasil Kualitatif/Kuantitatif	Hambatan	Solusi
<b>MINGGU KE-1</b>						
1.	Jumat, 15/09/2017	07.00-11.00	Pembuatan Silabus	Dibuat rancangan silabus pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan kelas XI dengan 4 kompetensi dasar.	Masih bingung menentukan silabus.	Mencari referensi bertanya kepada teman dan guru.

2.	Sabtu, 16/09/2017	07.00-12.00	Observasi Sekolah	Melakukan observasi lingkungan sekolah, jadwal pembelajaran dan situasi umum di sekolah.		
		12.00-14.00	Pembuatan Silabus	Penyelesaian pembuatan silabus untuk kelas XI dengan 4 KD untuk semester gasal.		
3.	Minggu, 17/09/2017	-	-	-	-	-
<b>MINGGU KE-2</b>						
4.	Senin, 18/09/2017	07.30-09.00	Upacara Sertijab OSIS dan MPK	Telah diikuti oleh kelas X (6 Kelas), Kelas XI (7 Kelas), pengurus OSIS dan MPK lama dan baru sebanyak ± 20 orang, guru-guru dan karyawan, mahasiswa PPG Universitas Sanata Dharma dan 21 Mahasiswa PLT UNY.		
		09.00-11.00	Penyerahan Mahasiswa PLT	Pengerahan mahasiswa PLT diikuti oleh 22 orang mahasiswa PLT UNY, Kepala Sekolah SMA Negeri 10 YK, Waka Humas dan DPL Pamong.		
		11.00-13.00	Rapat Koordinasi PLT	Rapat membahas ketentuan seragam, jadwal piket harian dan program-program PLT. Dihasilkan daftar ketentuan seragam mahasiswa PLT, daftar jadwal piket harian dan program-program PLT. Diikuti oleh 22 mahasiswa PLT UNY.		
5.	Selasa, 19/09/2017	07.15-10.30	Pendampingan Guru	Membantu guru mengisi penilaian <i>skipping</i> yang diikuti oleh siswa kelas XII MIPA 3 dan XII MIPA 4 dari jam ke 1 sampai 4.		

		10.30-11.15 & 12.30-13.15	Pendampingan Guru	Observasi kelas yang diampu bersama guru pamong, pengenalan diri dan penyampaian materi taekwondo untuk pertemuan berikutnya di kelas XI MIPA 4 jam ke 5 dan XI MIPA 5 jam ke 7.		
		11.15-14.45	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
		11.15-14.45	Konsultasi dengan Guru Pembimbing	Konsultasi dengan guru pembimbing membahas silabus, RPP dan pembagian kelas serta diikuti oleh 2 mahasiswa PLT dan guru penjas.		
6.	Rabu, 20/09/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru mengisi penilaian <i>skipping</i> yang diikuti oleh siswa kelas XII IPS di jam ke 1 sampai 2.		
		08.45-14.00	Piket Lobi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rekap kehadiran siswa seluruh kelas: 6 kelas X, 7 kelas XI dan 5 kelas XII.</li> <li>2. Pendataan buku baru dengan jumlah 35 paket buku yang datang, berisi buku pelajaran kelas X, XI dan buku pegangan guru.</li> </ol>		
7.	Kamis, 21/09/2017	-	Libur Tahun Baru Islam 1439 H	-	-	-

8.	Jumat, 22/09/2017	07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru mengisi penilaian <i>skipping</i> yang diikuti oleh siswa kelas XII MIPA 2.		
		08.45-11.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI IPS 2	Kelas XI IPS 2 telah dilaksanakan pembelajaran beladiri tae kwon do dengan materi teori kuda-kuda, pukulan dan tangkisan dilanjutkan dengan praktik selama 3 JP.  Ada 1 siswa XI IPS 2 yang sakit, 1 izin dan 23 siswa lainnya hadir (25 siswa).	Pembelajaran terbimbing pertama yang dilakukan masih kaku dan sedikit tegang.	Mempelajari materi lebih lagi agar siap dalam melaksanakan pengajaran.
9.	Sabtu, 23/09/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 4	Kelas XI MIPA 4 telah dilaksanakan praktik pembelajaran beladiri tae kwon do materi kuda-kuda, pukulan dan tangkisan selama 2 JP.  Tidak ada siswa XI MIPA 4 yang tidak hadir (33 siswa)		
		08.45-10.30	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 5	Kelas XI MIPA 5 telah dilaksanakan praktik pembelajaran beladiri tae kwon do materi kuda-kuda, pukulan dan tangkisan selama 2 JP.  Ada 1 siswa XI MIPA 4 yang izin dan 23 siswa lainnya hadir (24 siswa)		
		10.30-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga		

				lobi jika ada tamu yang datang.		
		11.15-12.00	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI IPS 1	Kelas XI IPS 1 telah dilaksanakan teori pembelajaran beladiri tae kwon do dengan materi teori kuda-kuda ( <i>Ap Seogi &amp; Apkubi Seogi</i> ) dan tendangan ( <i>Ap Chagi &amp; Dollyo Chagi</i> ) selama 1 JP. Ada 1 siswa XI IPS 1 yang sakit, 2 izin dan 20 siswa lainnya hadir (23 siswa).		
10.	Minggu, 24/09/2017	07.00-09.00	Pembuatan Matriks Kegiatan	65% matriks kegiatan PLT telah dibuat.	Kesulitan dalam menentukan tambahan jam selain jam kokuler atau sekolah.	Mencari kegiatan lain seperti pendampingan ekstra dan menambah kegiatan lain.
		09.00-10.00	Konsultasi Teman Sejawat	Mendapatkan saran dan tambahan mengenai materi permainan tenis meja berkaitan dengan peraturan permainan.	Perbedaan pendapat sedikit membuat materi sulit di dapat.	Lebih mengerti satu sama lain.
		10.00-11.30	Pembuatan RPP	Membuat rencana pembelajaran dengan materi beladiri tae	Penyusunan	Mencari referensi

				kwon do, sedangkan untuk hasil RPP 95% selesai dan 5% sisanya kekurangan yang akan dikonsultasikan kepada guru pamong.	materi dalam kegiatan pembelajaran sedikit bingung.	di buku maupun teman yang telah memiliki RPP serupa.
<b>MINGGU KE-3</b>						
11.	Senin, 25/09/2017	07.15-08.00	Upacara Bendera	Upacara berlangsung dengan tertib dan lancar serta diikuti oleh 6 kelas X, 5 kelas XII, mahasiswa PLT UNY, kepala sekolah, guru dan karyawan.		
		08.00-09.30	Pendampingan Mengajar	Membantu teman satu prodi PJKR dalam praktik mengajar materi <i>passing</i> dan <i>dribbling</i> dalam sepakbola kelas X MIPA 1 2 JP.		
		09.45-10.30	Konsultasi dengan Guru Pembimbing	Konsultasi dengan guru pembimbing membahas RPP Tae Kwon Do dalam penyampaian materi berikutnya serta diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan guru pamong.		
		10.30-14.45	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
12.	Selasa, 26/09/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi materi kuda-kuda dan tendangan beladiri Tae Kwon Do pada kelas XII MIPA 3 2		



				JP.		
		08.45-10.30	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi materi kuda-kuda dan tendangan beladiri Tae Kwon Do pada kelas XII MIPA 1 2 JP.		
		10.30-11.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 4	Kelas XI MIPA 4 telah dilaksanakan teori pembelajaran beladiri tae kwon do materi kuda-kuda dan tendangan selama 1 JP. Ada 2 siswa XI MIPA 4 yang sakit dan 31 lainnya hadir (33 siswa)		
		12.30-13.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 5	Kelas XI MIPA 5 telah dilaksanakan teori pembelajaran beladiri tae kwon do materi kuda-kuda dan tendangan selama 1 JP. Tidak ada XI MIPA 5 yang tidak hadir (24 siswa)		
		13.15-14.45	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
13.	Rabu, 27/09/2017	10.30-11.15	Konsultasi dengan Guru Pembimbing	Konsultasi dengan guru pembimbing membahas RPP Tae Kwon Do dalam penyampaian materi berikutnya serta diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan guru pamong.		
		11.15-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
14.	Kamis,	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada		

	28/09/2017			siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi praktik materi kuda-kuda ( <i>Ap Seogi &amp; Apkubi Seogi</i> ) dan tendangan ( <i>Ap Chagi &amp; Dollyo Chagi</i> ) beladiri Tae Kwon Do pada kelas XII MIPA 4 2 JP.		
		08.45-10.30	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI IPS 1	Kelas XI IPS 1 telah dilaksanakan praktik pembelajaran beladiri tae kwon do dengan materi kuda-kuda, pukulan dan tangkisan dilanjutkan dengan praktik selama 2 JP. Ada 1 siswa XI IPS 1 yang sakit, 1 <i>alpha</i> dan 21 siswa lainnya hadir (23 siswa).		
		10.30-14.00	Pembuatan RPP	Membuat rencana pembelajaran dengan materi permainan bola kecil (Tenis Meja) untuk pertemuan berikutnya, sedangkan untuk hasil RPP 95% selesai dan 5% sisanya kekurangan yang akan dikonsultasikan kepada guru pamong.		
15.	Jumat, 29/09/2017	07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi praktik materi kuda-kuda ( <i>Ap Seogi &amp; Apkubi Seogi</i> ) dan tendangan ( <i>Ap Chagi &amp; Dollyo Chagi</i> ) beladiri Tae Kwon Do pada kelas XII MIPA 2 2 JP.		
		08.45-11.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI IPS 2	Kelas XI IPS 2 telah dilaksanakan teori dan praktik pembelajaran beladiri tae kwon do dengan materi teori kuda-kuda ( <i>Ap Seogi &amp; Apkubi Seogi</i> ) dan tendangan ( <i>Ap Chagi &amp; Dollyo Chagi</i> ) selama 3 JP.		

				Ada 2 siswa XI IPS 2 yang izin dan 23 siswa lainnya hadir (25 siswa).		
16.	Sabtu, 30/09/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 4	Kelas XI MIPA 4 telah dilaksanakan teori dan praktik pembelajaran beladiri tae kwon do dengan materi teori kuda-kuda ( <i>Ap Seogi &amp; Apkubi Seogi</i> ) dan tendangan ( <i>Ap Chagi &amp; Dollyo Chagi</i> ) selama 2 JP. Ada 1 siswa XI MIPA 4 yang sakit dan 32 siswa lainnya hadir (33 siswa).		
		08.45-10.30	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 5	Kelas XI MIPA 5 telah dilaksanakan teori dan praktik pembelajaran beladiri tae kwon do dengan materi teori kuda-kuda ( <i>Ap Seogi &amp; Apkubi Seogi</i> ) dan tendangan ( <i>Ap Chagi &amp; Dollyo Chagi</i> ) selama 2 JP. Ada 1 siswa XI MIPA 5 yang izin dan 23 siswa lainnya hadir (24 siswa).		
		10.30-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
		11.15-12.00	Pelaksanaan Praktik Mengajar	Kelas XI IPS 1 telah dilaksanakan teori pembelajaran permainan bola kecil (Tenis Meja) dengan materi pukulan		

			XI IPS 1	<i>forehand</i> dan pukulan <i>backhand</i> selama 1 JP. Ada 1 siswa XI IPS 1 yang sakit, 2 izin dan 20 siswa lainnya hadir (23 siswa).		
		14.00-16.00	Pendampingan Pramuka	Mahasiswa PLT UNY mendampingi siswa kelas X dan XI menonton bareng film G30S/PKI di aula SMA Negeri 10 Yogyakarta dengan 10 bapak tentara korem 072 Pamungkas.		
17.	Minggu, 01/10/2017	07.15-08.45	Upacara Bendera	Upacara hari Kesaktian Pancasila berlangsung dengan tertib dan lancar serta diikuti oleh 6 kelas X, 7 kelas XI, 5 kelas XII, mahasiswa PLT UNY, kepala sekolah, guru dan karyawan.		
		09.00-10.30	Pembuatan RPP	Menyelesaikan rencana pembelajaran dengan materi permainan bola kecil (Tenis Meja) untuk pertemuan berikutnya dan akan dikonsultasikan kepada guru pamong.		
<b>MINGGU KE-4</b>						
18.	Senin, 02/10/2017	07.15-08.45	Pendampingan Mengajar	Membantu teman satu prodi PJKR dalam praktik mengajar materi <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah dalam permainan bola besar (Bola Voli) kelas X MIPA 1 2 JP.		
		08.45-09.30	Konsultasi dengan Guru Pembimbing	Konsultasi dengan guru pembimbing membahas RPP Tenis Meja dalam penyampaian materi berikutnya serta diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan guru pamong.		
		09.30-14.45	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga		

				lobi jika ada tamu yang datang.		
19.	Selasa, 03/10/2017	06.30-.07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi materi tenis meja yaitu pukulan <i>forehand</i> dan pukulan <i>backhand</i> pada kelas XII MIPA 3 2 JP.		
		08.45-10.30	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi materi tenis meja yaitu pukulan <i>forehand</i> dan pukulan <i>backhand</i> pada kelas XII MIPA 1 2 JP.		
		10.30-11.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 4	Kelas XI MIPA 4 telah dilaksanakan teori pembelajaran permainan bola kecil (Tenis Meja) materi pukulan <i>forehand</i> dan pukulan <i>backhand</i> selama 1 JP. Ada 1 siswa XI MIPA 4 yang izin, 1 <i>alpha</i> dan 31 lainnya hadir (33 siswa)		
		12.30-13.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 5	Kelas XI MIPA 5 telah dilaksanakan teori pembelajaran permainan bola kecil (Tenis Meja) materi pukulan <i>forehand</i> dan pukulan <i>backhand</i> selama 1 JP. Tidak ada XI MIPA 5 yang tidak hadir (24 siswa)		
		11.15-14.45	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		

20.	Rabu, 04/10/2017	06.30-.07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi materi tenis meja yaitu pukulan <i>forehand</i> dan pukulan <i>backhand</i> pada kelas XII IPS 2 JP.		
		08.45-11.15	Pembuatan RPP	Membuat rencana pembelajaran dengan materi <i>passing</i> dan <i>dribbling</i> dalam permainan bola besar (Sepakbola) untuk pertemuan berikutnya, sedangkan untuk hasil RPP 95% selesai dan 5% sisanya kekurangan yang akan dikonsultasikan kepada guru pamong.		
		11.15-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
21.	Kamis, 05/10/2017	06.30-.07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi materi tenis meja yaitu pukulan <i>forehand</i> dan pukulan <i>backhand</i> pada kelas XII MIPA 4 2 JP.		
		08.45-10.30	Pelaksanaan Praktik Mengajar	Kelas XI IPS 1 telah dilaksanakan praktik pembelajaran permainan bola kecil (Tenis Meja) materi pukulan <i>forehand</i>		

			XI IPS 1	dan pukulan <i>backhand</i> selama 2 JP. Ada 1 siswa XI IPS 1 yang sakit, 2 <i>alpha</i> dan 20 siswa lainnya hadir (23 siswa).		
		10.30-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
22.	Jumat, 06/10/2017	07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi materi tenis meja yaitu pukulan <i>forehand</i> dan pukulan <i>backhand</i> pada kelas XII MIPA 2 2 JP.		
		08.45-11.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI IPS 2	Kelas XI IPS 2 telah dilaksanakan teori dan praktik pembelajaran permainan bola kecil (Tenis Meja) materi pukulan <i>forehand</i> dan pukulan <i>backhand</i> selama 3 JP. Tidak ada siswa XI IPS 2 yang tidak hadir (25 siswa).		
23.	Sabtu, 07/10/2017	06.30-.07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 4	Kelas XI MIPA 4 telah dilaksanakan praktik pembelajaran permainan bola kecil (Tenis Meja) materi pukulan <i>forehand</i> dan pukulan <i>backhand</i> selama 2 JP. Ada 3 siswa XI MIPA 4 yang sakit dan 29 siswa lainnya hadir (33 siswa).		
		08.45-10.30	Pelaksanaan Praktik	Kelas XI MIPA 5 telah dilaksanakan praktik pembelajaran		

			Mengajar XI MIPA 5	permainan bola kecil (Tenis Meja) materi pukulan <i>forehand</i> dan pukulan <i>backhand</i> selama 2 JP. Tidak ada XI MIPA 5 yang tidak hadir (24 siswa)		
		10.30-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
		11.15-12.00	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI IPS 1	Kelas XI IPS 1 telah dilaksanakan teori pembelajaran permainan bola besar (Sepakbola) dengan materi <i>passing</i> dan <i>dribbling</i> selama 1 JP. Ada 2 siswa XI IPS 1 yang sakit, 1 <i>alpha</i> dan 20 siswa lainnya hadir (23 siswa).		
24.	Minggu, 08/10/2017	08.00-09.30	Pembuatan RPP	Menyelesaikan rencana pembelajaran dengan materi permainan bola besar (Sepakbola) untuk pertemuan berikutnya dan akan dikonsultasikan kepada guru pamong.		
		09.30-10.30	Konsultasi Teman Sejawat	Mendapatkan saran dan tambahan mengenai materi permainan bola besar (Sepakbola) berkaitan dengan peraturan permainan.		
<b>MINGGU KE-5</b>						
25.	Senin, 09/10/2017	07.15-08.00	Upacara Bendera	Upacara berlangsung dengan tertib dan lancar serta diikuti oleh 6 kelas X, 7 kelas XI, mahasiswa PLT UNY, kepala sekolah, guru dan karyawan.		
		08.00-09.30	Pendampingan	Membantu teman satu prodi PJKR dalam praktik mengajar		



			Mengajar	permainan bola kecil (Tenis Meja) materi pukulan <i>forehand</i> dan pukulan <i>backhand</i> kelas X MIPA 1 2 JP.		
		09.45-10.30	Konsultasi dengan Guru Pembimbing	Konsultasi dengan guru pembimbing membahas RPP Sepakbola dalam penyampaian materi berikutnya serta diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan guru pamong.		
		10.30-14.45	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
26.	Selasa, 10/10/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam penilaian <i>Under Ring</i> (Bola Basket) pada kelas XII MIPA 3 2 JP.		
		08.45-10.30	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam penilaian <i>Under Ring</i> (Bola Basket) pada kelas XII MIPA 1 2 JP.		
		10.30-11.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 4	Kelas XI MIPA 4 telah dilaksanakan teori pembelajaran permainan bola besar (Sepakbola) materi <i>passing</i> dan <i>dribbling</i> selama 1 JP. Ada 2 siswa XI MIPA 4 yang sakit, 2 <i>alpha</i> dan 29 lainnya hadir (33 siswa)		
		12.30-13.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar	Kelas XI MIPA 5 telah dilaksanakan teori pembelajaran permainan bola besar (Sepakbola) materi <i>passing</i> dan		

			XI MIPA 5	<i>dribbling</i> selama 1 JP. Ada 1 siswa XI MIPA 5 yang sakit dan 23 lainnya hadir (24 siswa)		
		11.15-14.45	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
27.	Rabu, 11/10/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam penilaian <i>Under Ring</i> (Bola Basket) pada kelas XII IPS 2 JP.		
		08.45-11.15	Pembuatan RPP	Membuat rencana pembelajaran dalam permainan bola kecil ( <i>Softball</i> ) untuk pertemuan berikutnya, sedangkan untuk hasil RPP 95% selesai dan 5% sisanya kekurangan yang akan dikonsultasikan kepada guru pamong.		
		11.15-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
28.	Kamis, 12/10/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam penilaian <i>Under Ring</i> (Bola Basket) pada kelas XII MIPA 4 2 JP.		

		08.45-10.30	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI IPS 1	Kelas XI IPS 1 telah dilaksanakan praktik pembelajaran permainan bola besar (Sepakbola) materi <i>passing</i> dan <i>dribbling</i> selama 2 JP. Tidak ada siswa XI IPS 1 yang tidak hadir (23 siswa).		
		10.30-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
29.	Jumat, 13/10/2017	07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam penilaian <i>Under Ring</i> (Bola Basket) pada kelas XII MIPA 2 2 JP.		
		08.45-11.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI IPS 2	Kelas XI IPS 2 telah dilaksanakan teori dan praktik pembelajaran permainan bola besar (Sepakbola) materi <i>passing</i> dan <i>dribbling</i> selama 3 JP. Tidak ada siswa XI IPS 2 yang tidak hadir (25 siswa).		
30.	Sabtu, 14/10/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 4	Kelas XI MIPA 4 telah dilaksanakan praktik pembelajaran permainan bola besar (Sepakbola) materi <i>passing</i> dan <i>dribbling</i> selama 2 JP. Ada 3 siswa XI MIPA 4 yang sakit dan 29 siswa lainnya hadir (33 siswa).		
		08.45-10.30	Pelaksanaan Praktik	Kelas XI MIPA 5 telah dilaksanakan praktik pembelajaran		

			Mengajar XI MIPA 5	permainan bola besar (Sepakbola) materi <i>passing</i> dan <i>dribbling</i> selama 2 JP. Tidak ada XI MIPA 5 yang tidak hadir (24 siswa)		
		10.30-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
		11.15-12.00	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI IPS 1	Kelas XI IPS 1 telah dilaksanakan teori pembelajaran permainan bola kecil ( <i>Softball</i> ) selama 1 JP. Ada 1 siswa XI IPS 1 yang sakit, 1 <i>alpha</i> dan 21 siswa lainnya hadir (23 siswa).		
31.	Minggu, 15/10/2017	08.00-09.30	Pembuatan RPP	Menyelesaikan rencana pembelajaran dengan materi permainan bola kecil ( <i>Softball</i> ) untuk pertemuan berikutnya dan akan dikonsultasikan kepada guru pamong.		
		09.30-10.30	Konsultasi Teman Sejawat	Mendapatkan saran dan tambahan mengenai materi permainan bola kecil ( <i>Softball</i> ) berkaitan dengan peraturan permainan.		
<b>MINGGU KE-6</b>						
32.	Senin, 16/10/2017	07.15-08.00	Upacara Bendera	Upacara berlangsung dengan tertib dan lancar serta diikuti oleh 7 kelas XI, 5 kelas XII, mahasiswa PLT UNY, kepala sekolah, guru dan karyawan.		
		08.00-09.30	Pendampingan Mengajar	Membantu teman satu prodi PJKR dalam praktik mengajar permainan bola kecil (Bulutangkis) kelas X MIPA 1 2 JP.		

		09.45-10.30	Konsultasi dengan Guru Pembimbing	Konsultasi dengan guru pembimbing membahas RPP <i>Softball</i> dalam penyampaian materi berikutnya serta diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan guru pamong.		
		10.30-14.45	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
33.	Selasa, 17/10/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi permainan bola kecil (Kasti) pada kelas XII MIPA 3 2 JP.		
		08.45-10.30	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi permainan bola kecil (Kasti) pada kelas XII MIPA 1 2 JP.		
		10.30-11.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 4	Kelas XI MIPA 4 telah dilaksanakan teori pembelajaran permainan bola kecil ( <i>Softball</i> ) selama 1 JP. Ada 2 siswa XI MIPA 4 yang izin dan 31 lainnya hadir (33 siswa)		
		12.30-13.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 5	Kelas XI MIPA 5 telah dilaksanakan teori pembelajaran permainan bola kecil ( <i>Softball</i> ) selama 1 JP. Ada 1 siswa XI MIPA 5 yang izin dan 23 lainnya hadir (24 siswa)		
		11.15-14.45	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga		

				lobi jika ada tamu yang datang.		
34.	Rabu, 18/10/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi permainan bola kecil (Kasti) pada kelas XII IPS 2 JP.		
		08.45-11.15	Pembuatan RPP	Membuat rencana pembelajaran dalam permainan bola besar (Bola Voli) untuk pertemuan berikutnya, sedangkan untuk hasil RPP 95% selesai dan 5% sisanya kekurangan yang akan dikonsultasikan kepada guru pamong.		
		11.15-14.00	Pembuatan Soal PTS Penjas	Membuat soal untuk Penilaian Tengah Semester Penjasorkes yaitu materi Penyakit Menular Seksual dan HIV/AIDS untuk pertemuan berikutnya dengan 10 butir soal essay beserta kunci jawaban.		
		11.15-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
35.	Kamis, 19/10/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi permainan bola kecil (Kasti) pada kelas XII MIPA 4 2 JP.		

		08.45-10.30	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI IPS 1	Kelas XI IPS 1 telah dilaksanakan praktik pembelajaran permainan bola kecil ( <i>Softball</i> ) selama 2 JP. Ada 1 siswa XI IPS 1 yang sakit dan 22 siswa lainnya hadir (23 siswa).		
		10.30-13.15	Pembuatan Soal PTS Penjas	Membuat soal untuk Penilaian Tengah Semester Penjasorkes yaitu materi Penyakit Menular Seksual dan HIV/AIDS untuk pertemuan berikutnya dengan 10 butir soal essay beserta kunci jawaban.		
		10.30-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
36.	Jumat, 20/10/2017	07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi permainan bola kecil (Kasti) pada kelas XII MIPA 2 2 JP.		
		08.45-11.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI IPS 2	Kelas XI IPS 2 telah dilaksanakan teori dan praktik pembelajaran permainan bola kecil ( <i>Softball</i> ) materi <i>passing</i> dan <i>dribbling</i> selama 3 JP. Tidak ada siswa XI IPS 2 yang tidak hadir (25 siswa).		
37.	Sabtu, 21/10/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pelaksanaan Praktik Mengajar	Kelas XI MIPA 4 telah dilaksanakan praktik pembelajaran permainan bola kecil ( <i>Softball</i> ) selama 2 JP.		

			XI MIPA 4	Ada 2 siswa XI MIPA 4 yang sakit, 2 <i>alpha</i> dan 29 siswa lainnya hadir (33 siswa).		
		08.45-10.30	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 5	Kelas XI MIPA 5 telah dilaksanakan praktik pembelajaran permainan bola kecil ( <i>Softball</i> ) selama 2 JP. Tidak ada siswa XI MIPA 5 yang tidak hadir (24 siswa).		
		10.30-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
		11.15-12.00	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI IPS 1	Kelas XI IPS 1 telah dilaksanakan Penilaian Tengah Semester Penjasorkes selama 1 JP. Ada 1 siswa XI IPS 1 yang izin, 1 <i>alpha</i> dan 21 siswa lainnya hadir (23 siswa).		
38.	Minggu, 22/10/2017	08.00-09.30	Pembuatan RPP	Menyelesaikan rencana pembelajaran dengan materi permainan bola besar (Bola Voli) untuk pertemuan berikutnya dan akan dikonsultasikan kepada guru pamong.		
		09.30-10.30	Konsultasi dengan Teman Sejawat	Mendapatkan saran dan tambahan mengenai materi permainan bola besar (Bola Voli) berkaitan dengan peraturan permainan.		
<b>MINGGU KE-7</b>						
39.	Senin, 23/10/2017	07.15-08.00	Upacara Bendera	Upacara berlangsung dengan tertib dan lancar serta diikuti oleh 5 kelas XII, 6 kelas X, mahasiswa PLT UNY, kepala sekolah, guru dan karyawan.		



		08.00-09.30	Pendampingan Mengajar	Membantu teman satu prodi PJKR dalam praktik mengajar permainan bola kecil (Kasti) kelas X MIPA 1 2 JP.		
		09.45-10.30	Konsultasi dengan Guru Pembimbing	Konsultasi dengan guru pembimbing membahas RPP Bola Voli dalam penyampaian materi berikutnya serta diikuti oleh 1 mahasiswa PLT dan guru pamong.		
		10.30-14.45	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
40.	Selasa, 24/10/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi permainan bola besar (Bola Voli) pada kelas XII MIPA 3 2 JP.		
		08.45-10.30	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi permainan bola besar (Bola Voli) pada kelas XII MIPA 1 2 JP.		
		10.30-11.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 4	Kelas XI MIPA 4 telah dilaksanakan Penilaian Tengah Semester Penjasorkes selama 1 JP. Ada 2 siswa XI MIPA 4 yang sakit, 2 <i>alpha</i> dan 29 siswa lainnya hadir (33 siswa).		
		12.30-13.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 5	Kelas XI MIPA 5 telah dilaksanakan Penilaian Tengah Semester Penjasorkes selama 1 JP. Tidak ada siswa XI MIPA 5 yang tidak hadir (24 siswa).		

		11.15-14.45	Koreksi Hasil Ujian Siswa	Mengoreksi hasil jawaban ujian PTS Penjasorkes kelas XI IPS 1, XI MIPA 4 dan XI MIPA 5.		
		11.15-14.45	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
41.	Rabu, 25/10/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi permainan bola besar (Bola Voli) pada kelas XII IPS 2 JP.		
		08.45-12.00	Koreksi Hasil Ujian Siswa	Mengoreksi hasil jawaban ujian PTS Penjasorkes kelas XI IPS 1, XI MIPA 4 dan XI MIPA 5.		
		12.00-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
42.	Kamis, 26/10/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi permainan bola besar (Bola Voli) pada kelas XII MIPA 4 2 JP.		
		08.45-10.30	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI IPS 1	Kelas XI IPS 1 telah dilaksanakan praktik pembelajaran permainan bola besar (Bola Voli) selama 2 JP. Tidak ada siswa XI IPS 1 yang tidak hadir (23 siswa).		

		10.30-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
43.	Jumat, 27/10/2017	07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi permainan bola besar (Bola Voli) pada kelas XII MIPA 2 2 JP.		
		08.45-11.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI IPS 2	Kelas XI IPS 2 telah dilaksanakan praktik pembelajaran permainan bola besar (Bola Voli) selama 2 JP dan dilanjutkan dengan ujian Penilaian Tengah Semester Penjasorkes selama 1 JP. Tidak ada siswa XI IPS 2 yang tidak hadir (25 siswa).		
44.	Sabtu, 28/10/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 4	Kelas XI MIPA 4 telah dilaksanakan praktik pembelajaran permainan bola besar (Bola Voli) selama 2 JP. Ada 2 siswa XI MIPA 4 yang sakit, 2 izin, 1 <i>alpha</i> dan 28 siswa lainnya hadir (33 siswa).		
		08.45-10.30	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 5	Kelas XI MIPA 5 telah dilaksanakan praktik pembelajaran permainan bola besar (Bola Voli) selama 2 JP. Ada 1 siswa XI MIPA 5 yang izin dan 23 siswa lainnya hadir (24 siswa).		
		10.30-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga		

				lobi jika ada tamu yang datang.		
		11.15-12.00	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI IPS 1	Kelas XI IPS 1 telah dilaksanakan teori pembelajaran Bahaya Merokok selama 1 JP. Tidak ada siswa XI IPS 1 yang tidak hadir (23 siswa).		
45.	Minggu, 29/10/2017	08.00-11.00	Koreksi Hasil Ujian Siswa	Mengoreksi hasil jawaban ujian PTS Penjasorkes kelas XI IPS 2.		
<b>MINGGU KE-8</b>						
46.	Senin, 30/10/2017	07.15-08.00	Upacara Bendera	Upacara berlangsung dengan tertib dan lancar serta diikuti oleh 7 kelas XI, 5 kelas XII, mahasiswa PLT UNY, kepala sekolah, guru dan karyawan.		
		08.00-10.00	Rapat Kelompok PLT UNY	Rapat koordinasi kelompok PLT UNY SMA 10 Yogyakarta		
		10.00-14.45	Penyusunan Laporan	Menyusun laporan PLT dari awal dan memilih milih lampiran.	Ketidakjelasan dalam pembekalan PLT sehingga mahasiswa bingung dalam membuat lampiran laporan.	Mencari referensi ke teman sejawat atau sumber lainnya.

47.	Selasa, 31/10/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi penilaian praktik servis atas dan servis bawah Bola Voli pada kelas XII MIPA 3 2 JP.		
		08.45-10.30	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi penilaian praktik servis atas dan servis bawah Bola Voli pada kelas XII MIPA 1 2 JP.		
		10.30-11.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 4	Kelas XI MIPA 4 telah dilaksanakan teori pembelajaran Bahaya Merokok selama 1 JP. Ada 2 siswa XI MIPA 4 yang izin dan 31 siswa lainnya hadir (33 siswa).		
		12.30-13.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 5	Kelas XI MIPA 5 telah dilaksanakan teori pembelajaran Bahaya Merokok selama 1 JP. Ada 3 siswa XI MIPA 5 yang sakit dan 21 siswa lainnya hadir (24 siswa).		
		11.15-14.45	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
48.	Rabu, 01/11/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pendampingan	Membantu guru dalam mengisipenilaian praktik servis atas		

			Guru	dan servis bawah Bola Voli pada kelas XII IPS 2 JP.		
		08.45-14.00	Pembuatan Soal PAS Penjas	Membuat soal untuk Penilaian Akhir Semester dari berbagai materi Penjasorkes yang sudah diajarkan untuk pertemuan berikutnya dengan 50 butir pilihan ganda dan 5 butir soal essay beserta kunci jawaban.		
		08.45-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
49.	Kamis, 02/11/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi penilaian praktik servis atas dan servis bawah Bola Voli pada kelas XII MIPA 4 2 JP.		
		08.45-10.30	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI IPS 1	Kelas XI IPS 1 telah dilaksanakan penilaian praktik servis atas dan servis bawah permainan bola besar (Bola Voli) selama 2 JP. Tidak ada siswa XI IPS 1 yang tidak hadir (23 siswa).		
		10.30-14.00	Ujian Susulan PTS Penjasorkes	Memfasilitasi siswa yang akan mengikuti ujian PTS susulan dikarenakan izin, sakit dan <i>alpha</i> .		
		10.30-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
50.	Jumat,	07.15-08.45	Pendampingan	Membantu guru dalam mengisi penilaian praktik servis atas		

	03/11/2017		Guru	dan servis bawah Bola Voli pada kelas XII MIPA 2 2 JP.		
		08.45-11.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI IPS 2	Kelas XI IPS 2 telah dilaksanakan penilaian praktik servis atas dan servis bawah permainan bola besar (Bola Voli) selama 2 JP dilanjutkan dengan materi teori Bahaya Merokok 1 JP. Ada 1 siswa XI IPS 2 yang izin dan 24 siswa lainnya hadir (25 siswa).		
51.	Sabtu, 04/11/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 4	Kelas XI MIPA 4 telah dilaksanakan penilaian praktik servis atas dan servis bawah permainan bola besar (Bola Voli) selama 2 JP. Ada 2 siswa XI MIPA 4 yang izin dan 31 siswa lainnya hadir (33 siswa).		
		08.45-10.30	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 5	Kelas XI MIPA 5 telah dilaksanakan penilaian praktik servis atas dan servis bawah permainan bola besar (Bola Voli) selama 2 JP. Ada 3 siswa XI MIPA 5 yang sakit, 1 izin dan 20 siswa lainnya hadir (24 siswa).		
		10.30-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga		

				lobi jika ada tamu yang datang.		
		11.15-12.00	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI IPS 1	Kelas XI IPS 1 telah dilaksanakan teori pembelajaran Tingkat Kebugaran Jasmani selama 1 JP. Ada 4 siswa XI IPS 1 yang izin, 2 <i>alpha</i> dan 17 siswa lainnya hadir (23 siswa).		
52.	Minggu, 05/11/2017	08.00-11.00	Rekapitulasi Nilai	Nilai peserta didik ujian PTS Penjasorkes dan servis atas serta servis bawah permainan bola voli di rekap digabungkan untuk dijadikan satu folder, lalu nantinya ada dokumen softfile maupun hardfilenya.		
<b>MINGGU KE-9</b>						
53.	Senin, 06/11/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-13.15	Pembuatan Denah	Pembuatan denah sekolah untuk kenang-kenangan sekolah		
		13.15-14.45	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
54.	Selasa, 07/11/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi praktik Tingkat Kebugaran Jasmani pada kelas XII MIPA 3 2 JP.		



		08.45-10.30	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi praktik Tingkat Kebugaran Jasmani pada kelas XII MIPA 1 2 JP.		
		10.30-11.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 4	Kelas XI MIPA 4 telah dilaksanakan teori pembelajaran Tingkat Kebugaran Jasmani selama 1 JP. Ada 1 siswa XI MIPA 4 yang izin dan 32 siswa lainnya hadir (33 siswa).		
		12.30-13.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 5	Kelas XI MIPA 5 telah dilaksanakan teori pembelajaran Tingkat Kebugaran Jasmani selama 1 JP. Tidak ada siswa XI MIPA 5 yang tidak hadir (24 siswa).		
		13.15-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
55.	Rabu, 08/11/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi praktik Tingkat Kebugaran Jasmani pada kelas XII IPS 2 JP.		
		08.45-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
56.	Kamis, 09/11/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		

		07.15-08.45	Pendampingan Guru	Membantu guru dalam mengisi praktik Tingkat Kebugaran Jasmani pada kelas XII MIPA 4 2 JP.		
		08.45-10.30	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI IPS 1	Kelas XI IPS 1 telah dilaksanakan praktik Tingkat Kebugaran Jasmani selama 2 JP. Ada 1 siswa XI IPS 1 yang sakit, 2 <i>alpha</i> dan 20 siswa lainnya hadir (23 siswa).		
		10.30-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
57.	Jumat, 10/11/2017	07.15-08.00	Upacara Peringatan Hari Pahlawan	Upacara berlangsung dengan tertib dan lancar serta diikuti oleh 6 kelas X, 7 kelas XI, mahasiswa PLT UNY, kepala sekolah, guru dan karyawan.		
		08.45-11.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI IPS 2	Kelas XI IPS 2 telah dilaksanakan materi teori Tingkat Kebugaran Jasmani selama 1 JP dan dilanjutkan dengan praktik Tingkat Kebugaran Jasmani selama 2 JP. Ada 10 siswa XI IPS 2 yang izin, 1 sakit dan 14 siswa lainnya hadir (25 siswa).		
58.	Sabtu, 11/11/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-08.45	Pelaksanaan Praktik Mengajar	Kelas XI MIPA 4 telah dilaksanakan praktik Tingkat Kebugaran Jasmani selama 2 JP.		

			XI MIPA 4	Ada 2 siswa XI MIPA 4 yang izin, 1 sakit dan 30 siswa lainnya hadir (33 siswa).		
		08.45-10.30	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 5	Kelas XI MIPA 5 telah dilaksanakan praktik Tingkat Kebugaran Jasmani selama 2 JP. Ada 1 siswa XI MIPA 5 izin dan 23 siswa lainnya hadir (24 siswa).		
		10.30-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
		11.15-12.00	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI IPS 1	Kelas XI IPS 1 telah dilaksanakan penginformasian kisi-kisi Penilaian Akhir Semester Penjasorkes selama 1 JP. Ada 2 siswa XI IPS 1 yang <i>alpha</i> dan 21 siswa lainnya hadir (23 siswa).		
59.	Minggu, 12/11/2017	-	-	-	-	-
<b>MINGGU KE-10</b>						
60.	Senin, 13/11/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-13.15	Pembuatan Laporan PLT	Menyusun laporan dimulai dari halaman judul, daftar isi, abstrak, lembar pengesahan, kata pengantar, bab 1, bab 2, bab 3 dan daftar lampiran yang diperlukan.		

		13.15-14.45	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
61.	Selasa, 14/11/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		10.30-11.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 4	Kelas XI MIPA 4 telah dilaksanakan penginformasian kisi-kisi Penilaian Akhir Semester Penjasorkes selama 1 JP. Ada 2 siswa XI MIPA 4 yang sakit, 1 <i>alpha</i> dan 30 siswa lainnya hadir (33 siswa).		
		12.30-13.15	Pelaksanaan Praktik Mengajar XI MIPA 5	Kelas XI MIPA 5 telah dilaksanakan penginformasian kisi-kisi Penilaian Akhir Semester Penjasorkes selama 1 JP. Ada 3 siswa XI MIPA 5 yang sakit, 1 izin dan 20 siswa lainnya hadir (24 siswa).		
		13.15-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
62.	Rabu, 15/11/2017	06.30-07.15	Salam Pagi	Kegiatan salam pagi dengan 4-5 rekan mahasiswa PLT pada siswa dan guru dengan berjabat tangan dan mengucapkan salam serta mengingatkan siswa untuk melepas jaketnya.		
		07.15-12.00	Persiapan Penarikan PLT	Mempersiapkan kenang-kenangan, membeli snack, memesan tumpeng, membuat susunan acara, dan rencana acara.		

		07.15-14.00	Piket Lobi	Merekap presensi, izin siswa kelas X, XI dan XII serta jaga lobi jika ada tamu yang datang.		
63.	Kamis, 16/11/2017	07.15-12.00	Penarikan PLT	Penarikan secara resmi yang dilakukan oleh DPL pamong dan pihak sekolah disertai pemberian kenang-kenangan dan potong tumpeng.		

Mengetahui,

Koordinator PPL  
SMA Negeri 10 Yogyakarta

Dosen Pembimbing Lapangan,

Guru Pembimbing,

Mahasiswa Praktikan,



Agus Mardiyono, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 19690530 199802 1 001

Ahmad Rithaudin, S. Pd. Jas. M. Or.  
NIP. 19550415 198502 1 001

Putut Danu Panolan, S.Pd  
NIP.

Ari Wibowo Restu Putra  
NIM. 14601244017

Lampiran 8. Daftar Nilai Peserta Didik

LEGER NILAI SISWA

**MAPEL** : PENJASORKES **TAHUN PELAJARAN** : 2017 / 2018  
**KELAS** : XI IPS 1 **SEMESTER** : GASAL / 1  
**NAMA GURU** : PUTUT DANU PANOLAN, S. Pd. **NIP.**

NO	NIS	NAMA SISWA	PENGETAHUAN		KETERAMPILAN	
			NILAI PTS	PREDIKAT	NILAI	PREDIKAT
1	10194	ADHAM SATYA ADHI NEGARA	7,2	-	-	A
2	10196	AMIRATUL GHAZALAH	7,9	-	-	s
3	10197	APRILLIA HERLINAWATI	8,4	-	-	B
4	10201	DHIYA AINA ULHAQ	8,4	-	-	B
5	10202	ESTER LITA GUNAWAN	8,6	-	-	B
6	10204	FIA KUSUMADANI	9,5	-	-	B
7	10205	HAFIDZ HIDAYATULLAH OKTOVA	8,6	-	-	B
8	10206	I PUTU ADE SARJANA PUTRA	7,2	-	-	s
9	10207	IBRAHIM WIBOWO	7,7	-	-	B
10	10209	LATIFAH	8,8	-	-	A
11	10210	MAHENDRA PUTRA PAMUNGKAS	-	-	-	B

12	10211	MUHAMMAD TAUFAN PAMUNGKAS	7,8	-	-	A
13	10212	NAILIL HALIZA SAMPURNO	9,0	-	-	B
14	10213	ODELIA RITMANINGSIH	9,8	-	-	B
15	10216	TISA ADELLA RASYA	9,1	-	-	B
16	10217	WISNU TRI CAHYO	7,2	-	-	B
17	10218	WORO ASTUTI	7,2	-	-	B
18	10219	YOGA HANINDYATAMA	8,4	-	-	A
19	10224	AURA MUTHIA KHANSA (PINDAH SEKOLAH)	-	-	-	-
20	10228	DESTI NURRAHMAWATI	6,8	-	-	B
21	10233	FAHMIE DIENURRASYID AL FIRDAUSY	7,2	-	-	A
22	10235	FUJI MORITASSHARI	8,1	-	-	B
23	10237	JULISA TIYASTUTI EKASARI	8,3	-	-	B
24	10243	NUR HANIFAH	8,0	-	-	B

Mengetahui,  
Kepala Sekolah

**Drs. Basuki**  
NIP. 19591012 198903 1 006

Yogyakarta, 15 November 2017  
Guru Pengampu

Putut Danu Panolan, S. Pd.  
NIP. . . .







4	10203	FAUZIAH SAPUTRI	8,9	-	-	B
5	10214	R. WISNU BAYU SANTIKO	8,8	-	-	A
6	10215	RISMA OCTA SHAFIRA	8,1	-	-	A
7	10220	AGUNG NUGRAHATAMA	8,3	-	-	A
8	10221	ANAZIAH SAPUTRI	9,0	-	-	B
9	10222	ARBASINTA ADHININGTYAS	8,6	-	-	B
10	10223	ARUM PUTRI PRATIWI	8,3	-	-	B
11	10225	AZEL HALIM PRATAMA	7,9	-	-	A
12	10227	DANIEL KALIS JATI MUKTI	8,7	-	-	A
13	10229	DEVIKA TIARA PUTRI PRASETYANTO	8,7	-	-	B
14	10230	DIMAS NOVIADÉ	8,4	-	-	i
15	10231	ELISABETH PUTRI MULIA	9,0	-	-	s
16	10232	FADHILA LUTHFI SALSABILA CHRISNA	7,9	-	-	B
17	10234	FARAH AYU INDASARI	8,8	-	-	B
18	10236	GUSTI MADE NGURAH YOGIA DWIYANDRA	8,0	-	-	A
19	10238	LUTVAN QASMAL ARDIYASA	7,9	-	-	A
20	10239	MARIA LINTANG NING RATRI	8,2	-	-	B
21	10240	MUHAMMAD KEVINZA NUHA AINAN AT	8,6	-	-	A

22	10241	MUHAMMAD RAFI ARDIAN SYAHPUTRA	8,7	-	-	A
23	10242	MUTIARA KUSUMA PUTRI DEWATA	8,2	-	-	B
24	10244	PRIMITIVA DYAH AYU CEMPAKA SEKAR LANGIT	9,1	-	-	B
25	10245	TASYA NABILA PUTRI	8,4	-	-	B

Mengetahui,  
Kepala Sekolah

Yogyakarta, 15 November 2017  
Guru Pengampu

**Drs. Basuki**  
NIP. 19591012 198903 1 006

Putut Danu Panolan, S. Pd.  
NIP. . . .

Lampiran 8. Daftar Nilai Peserta Didik

LEGER NILAI SISWA

**MAPEL** : PENJASORKES **TAHUN PELAJARAN** : 2017 / 2018  
**KELAS** : XI MIPA 4 **SEMESTER** : GASAL / 1  
**NAMA GURU** : PUTUT DANU PANOLAN, S. Pd. **NIP.**

NO	NIS	NAMA SISWA	PENGETAHUAN		KETERAMPILAN	
			NILAI PTS	PREDIKAT	NILAI	PREDIKAT
1	10123	ABDU RASYID HAKIM	9,4	-	-	B
2	10125	ALLYSSA AZAHRA	9,2	-	-	I
3	10126	ALMA WIDYA ARISTA HUTOMO	8,2	-	-	I
4	10128	BAGAS GILANG ANANTA	9,9	-	-	B
5	10132	DIMAS BINTANG DHARMAWAN	9,9	-	-	B
6	10133	DIMAS JATI WIJANARKA	9,9	-	-	A
7	10135	DWI SAKTI BAKTI	9,8	-	-	A
8	10136	DYO RISKY ALMARIBY	9,7	-	-	A
9	10145	MUHAMMAD IQBAL BIMA SAKTI	8,4	-	-	A
10	10147	NAFTALI RAFAEL LUCAS	9,7	-	-	A
11	10149	NURUL LAILA KUSUMA PUTRI	8,8	-	-	C

12	10155	RYNISSA ZHAHRANI	8,6	-	-	B
13	10156	SALSABILA WIDYA KIRANA	9,3	-	-	C
14	10157	SANGKALA THESDA KENANGA	8,7	-	-	A
15	10158	SHABRINA MYRA VANIA	8,6	-	-	I
16	10161	ANISA BALA	8,9	-	-	B
17	10162	ANNISA AMALIA PUTRI PRATAMA	9,1	-	-	C
18	10163	ANTONIO RAFELITO MARSADIO	9,1	-	-	A
19	10164	DON RUI TORNADO ROSA	7,1	-	-	A
20	10166	FANNIJARA ENGGAR LARASATI	8,7	-	-	A
21	10171	IRMA ANINDYA BUDIARTI	7,8	-	-	B
22	10173	KHAIRUNNISA AFIDAYANI	9,2	-	-	B
23	10174	MARCELLA CITRA AMARANGGANA LARASATI	9,6	-	-	B
24	10177	MUHAMMAD FAUZAN ACYUTO	6,7	-	-	B
25	10180	NURINA SALSABILA	8,6	-	-	C
26	10182	RIKA ARDANIA	8,7	-	-	B
27	10183	RIZKA PUTRI DWICAHYANI	8,4	-	-	C
28	10184	SALSABILA OKTAVIANI HUTOMO PUTRI	7,5	-	-	B
29	10185	SANIARA AZKA WAHYU SANTOSA	8,5	-	-	A

30	10186	SEKAR AYU MAYANGSARI	7,8	-	-	B
31	10188	SHELLLA SARA YASMINE	9,1	-	-	B
32	10192	ZAHRA SERUNI RAMADHANI	9,4	-	-	B
33	10246	AQILAH ARRAHMAH	9,2	-	-	B

Mengetahui,  
Kepala Sekolah

Yogyakarta, 15 November 2017  
Guru Pengampu

**Drs. Basuki**  
NIP. 19591012 198903 1 006

Putut Danu Panolan, S. Pd.  
NIP. . . .

-