

**LAPORAN INDIVIDU
KEGIATAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
(PPL)**

PERIODE : 10 AGUSTUS – 12 SEPTEMBER 2015

SMP NEGERI 3 SENTOLO

Kaliagung, Sentolo, Kulon Progo, D.I.Yogyakarta

Laporan ini disusun sebagai pertanggungjawaban pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) tahun Akademik 2015/2016



Disusun oleh:

Dati Maryami

12601241007

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN
REKREASI**

**FAKULTAS ILMU OLAHRAGA
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

2015

LEMBAR PENGESAHAN
LAPORAN PELAKSANAAN
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Nama Sekolah : SMP N 3 Sentolo

Alamat Sekolah : Desa Kaliagung, Kecamatan Sentolo, Kabupaten
KulonProgo

Pelaksanaan PPL : 10 Agustus – 12 September 2015

Nama Praktikan : Dati Maryami

NIM : 12601241007

Jurusan/Prodi : POR/Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta



Mengesahkan,

Dosen Pembimbing

Guru Pembimbing

Ermawan Susanto, M.Pd

NIP.19780702 200212 1 004

Purwantara

NIP. 19630211198601 1 002

Mengetahui,

Kepala Sekolah

Koordinator PPL



Dra. Praptinah, M.Pd

NIP.19601030 198103 2 006

Suwarni, S.Pd.

NIP.19670607 199802 2 002

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan laporan ini dengan baik. Laporan PPL 2015 ini disusun sebagai bukti bahwa penulis telah menyelesaikan kegiatan PPL di SMP N 3 Sentolo.

Kegiatan PPL ini dilaksanakan secara terbimbing. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan pengalaman belajar, memperluas wawasan, melatih dan mengembangkan kompetensi yang diperlukan dalam bidangnya, meningkatkan keterampilan, kemandirian, tanggung jawab, dan kemampuan dalam memecahkan masalah bagi mahasiswa, dengan mengacu pada UU Guru dan Dosen nomor 14 Tahun 2005, yakni Empat Kompetensi Guru: kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi profesional, dan kompetensi sosial.

Dari pelaksanaan PPL sampai dengan penyusunan laporan ini, tentu saja tidak terlepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak, untuk itu dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan kekuatan dan perlindunganNya.
2. Dr. Rochmat Wahab, M.A selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta
3. Kepala LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta
4. Drs. Cipto Budy Handoyo, M.Pd, selaku Dosen Pembimbing Lapangan yang telah memberikan bimbingan kepada mahasiswa PPL 2015 di SMP N 3 Sentolo.
5. Dra. Praptinah, M.Pd, selaku Kepala Sekolah SMP N 3 Sentolo.
6. Ermawan Susanto, M.Pd. , selaku Dosen Pembimbing Lapangan Prodi PPL sekolah yang telah sabar membimbing kami.
7. Suwarni, S.Pd. selaku koordinator PPL di SMP N 3 Sentolo yang telah membimbing dan memberi kemudahan dalam kegiatan KKN-PPL.
8. Purwantara, selaku Guru Pembimbing PPL di SMP Negeri 3 Sentolo yang senantiasa memberikan saran dan kritik yang membangun serta telah memberikan pelaksanaan program PPL terkait dengan rencana dan proses pembelajaran di kelas.
9. Bapak/Ibu guru serta karyawan di SMP 3 Sentolo yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu, yang telah membantu dan mendukung terlaksananya PPL UNY 2015
10. Orang tua di rumah yang telah membantu baik moral maupun spiritual.

11. Rekan-rekan seperjuangan Mahasiswa PPL Universitas Negeri Yogyakarta
Seluruh
12. Siswa-siswi SMP N 3 Sentolo
13. Semua pihak yang telah membantu pelaksanaan PPL di SMP N 3 Sentolo.

Semoga Tuhan YME membalas semua kebaikan Bapak/ Ibu serta Saudara/i. Penulis menyadari bahwa semua ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis mengharap kritik dan saran yang sekiranya dapat membangun demi kesempurnaan kegiatan ini di kemudian hari, Akhirnya kami berharap laporan ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Yogyakarta, 12 September 2015

Penyusun

Dati Maryami

NIM. 12601241007

DAFTAR ISI

| | |
|-----------------------------|-----|
| HALAMAN JUDUL | i |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | ii |
| KATA PENGANTAR..... | iii |
| DAFTAR ISI..... | v |
| ABSTRAK | vi |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Analisis Situasi..... | 2 |
| B. Perumusan Program..... | 10 |
| C. Visi dan Misi PPL..... | 13 |
| D. Tujuan PPL..... | 13 |
| E. Manfaat PPL..... | 13 |
| BAB II LAPORAN KEGIATAN | |
| A. Persiapan..... | 15 |
| B. Pelaksanaan Program..... | 19 |
| C. Analisis Hasil..... | 26 |
| BAB III PENUTUP | |
| A. Kesimpulan..... | 29 |
| B. Saran..... | 30 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 32 |
| LAMPIRAN | |

PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN

(PPL)

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Tahun Akademik 2014/2015

SMP Negeri 3 Sentolo

Oleh: Dati Maryami

12601241007

ABSTRAK

Universitas Negeri Yogyakarta lebih dikenal dengan universitas pencetak tenaga kependidikan di Yogyakarta. Untuk menghasilkan tenaga kependidikan yang memiliki sikap, pengetahuan, dan keterampilan sebagai tenaga profesional, UNY memberikan pengetahuan dan keterampilan bagi mahasiswa tentang proses belajar mengajar melalui salah satu mata kuliah wajib tempuh yaitu PPL. Lokasi praktek melaksanakan PPL adalah di SMP Negeri 3 Sentolo yang beralamatkan di Kaliagung, Sentolo, KulonProgo

Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan salah satu bentuk implementasi dari Tri Darma Perguruan Tinggi, yaitu melaksanakan pengabdian kepada Masyarakat. Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan wahana bagi mahasiswa untuk menerapkan, mengembangkan dan menggali nilai-nilai intelektual mahasiswa dalam kaitannya dengan lingkungan masyarakat

Pelaksanaan kegiatan PPL dimulai dari tanggal 10 Agustus – 12 September. Selama satu bulan, para mahasiswa dituntut untuk terjun langsung ke dunia pendidikan yang meliputi pembuatan bahan ajar peserta didik, praktik mengajar, bertemu dengan permasalahan di diri siswa dan berusaha untuk memecahkan masalah tersebut, evaluasi dan tindak lanjut mengenai pembelajaran dan lainnya

Dalam bimbingan PPL, mahasiswa (penulis) mengajar Pendidikan Jasmani di kelas IX A-F dengan masing-masing pertemuannya sebanyak 2x40 menit. Kurikulum yang digunakan adalah KTSP (Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan) dan penulisan Rencana Pelaksanaan Pembelajarannya (RPP) sesuai dengan format KTSP. Pendekatan yang digunakan adalah Ekplorasi, Elaborasi dan Konfirmasi. Penggunaan metode pembelajaran yang diterapkan adalah dengan komando, demonstrasi, resiprokal, drill, ceramah, Tanya jawab.

Dalam pelaksanaan PPL, secara umum program ini telah menambah pengalaman yang berharga bagi kemampuan mengajar dan kemampuan manajerial di sekolah yang nantinya menjadi bekal menuju lapangan kerja yang sesungguhnya, yaitu sebagai guru yang profesional serta memiliki kompetensi pedagogik, kepribadian dan sosial yang tinggi baik sebagai tenaga pengajar sekaligus pendidik sehingga dapat membantu siswa sepenuhnya dalam proses pembelajaran dan dapat meningkatkan kualitas sumber daya manusia Indonesia secara umum. Program PPL yang dibuat telah terlaksana dan tercapai sesuai dengan target. Secara keseluruhan Program PPL dapat dilaksanakan dengan baik dan lancar.

Kata kunci : PPL, SMP N 3 Sentolo

BAB I

PENDAHULUAN

Salah satu bagian penting dalam proses pendidikan nasional adalah sekolah, yang berperan strategis dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Menanggapi persoalan tersebut Universitas Negeri Yogyakarta sebagai bagian dari komponen pendidikan nasional yang sejak awal berdirinya telah menyatakan komitmennya terhadap dunia pendidikan merintis program pemberdayaan sekolah melalui program kegiatan PPL.

Visi dari kegiatan PPL ini adalah sebagai pembentukan calon guru atau tenaga pendidikan yang profesional. Misi PPL adalah menyiapkan dan menghasilkan calon guru atau tenaga kependidikan yang memiliki nilai, sikap, pengetahuan, dan keterampilan profesional. Mengintegrasikan dan mengimplementasikan ilmu yang telah mahasiswa kuasai ke dalam praktik keguruan dan atau praktik kependidikan. Memantapkan kemitraan UNY dan sekolah serta lembaga pendidikan. Dan mengkaji serta mengembangkan praktik keguruan dan praktik kependidikan. Oleh karena itu kegiatan PPL yang dilaksanakan didasarkan pada visi dan misi tersebut.

PPL atau Praktik Pengalaman Lapangan diharapkan dapat menjadi bekal bagi mahasiswa sebagai wahana pembentukan tenaga kependidikan yang berkompetensi pedagogik, individual, (kepribadian), sosial, dan professional yang siap memasuki dunia pendidikan, mempersiapkan dan menghasilkan tenaga kependidikan atau calon guru yang memiliki sikap, nilai, pengetahuan, dan keterampilan profesional.

Dalam setiap usaha peningkatan kualitas sumber daya manusia, pendidikan merupakan upaya yang dapat digunakan untuk meningkatkan segala potensi yang dimiliki oleh setiap manusia sehingga dapat meningkatkan kualitas dirinya. Berkaitan dengan hal tersebut, maka kami mencoba untuk meningkatkan kualitas kami sebagai seorang calon pendidik dan produk-produk yang berkualitas sesuai dengan bidang jurusan yang ada melalui program "PPL di SMP N 3 Sentolo".

SMP Negeri 3 Sentolo sebagai salah satu sasaran PPL UNY yang diharapkan dapat meningkatkan kreativitas dan mendapatkan manfaat dalam pelaksanaan PPL di SMP Negeri 3 Sentolo. Mahasiswa PPL UNY diharapkan dapat memberikan bantuan berupa pemikiran, tenaga, dan ilmu pengetahuan dalam merencanakan dan melaksanakan program pengembangan sekolah guna mengembangkan atau meningkatkan segala kompetensi yang dimiliki dalam rangka membentuk pribadi yang cerdas, mandiri, dan bernurani sesuai dengan visi dan misi UNY.

Rangkaian kegiatan pra PPL ini meliputi pengajaran mikro dan kegiatan observasi disekolah. Kegiatan pembelajaran mikro dilakukan dengan teman sebaya

maupun siswa sekolah. Kegiatan observasi di sekolah bertujuan agar mahasiswa memperoleh gambaran mengenai proses pembelajaran yang dilakukan di sekolah beserta kelengkapan sarana dan prasarana yang menunjang proses pembelajaran.

Dalam kegiatan PPL, mahasiswa terjun langsung ke instansi sekolah dalam kurun waktu kurang lebih 5 minggu. Waktu efektif yang digunakan untuk kegiatan PPL adalah sebanyak 6 hari efektif dengan jumlah jam efektif per harinya adalah 6 sampai 8 jam. Selama kegiatan berlangsung, mahasiswa menggunakan waktunya untuk mengamati, mengenal dan mempraktikkan semua kompetensi yang diperlukan bagi seorang tenaga pendidik atau guru, terutama dalam hal perangkat pengajaran. Selain itu menjadikan apa yang didapat adalah sebuah pengalaman dan bekal untuk menghadapi dunia nyata yang ada di lapangan pada waktu yang akan datang, serta dapat memupuk rasa tanggung jawab dan mendidik diri sebagai orang yang professional di bidangnya.

A. Analisis Situasi

Langkah awal yang dilakukan dalam pelaksanaan PPL yaitu observasi lingkungan sekolah. Observasi dilaksanakan pada tanggal 3-8 Agustus 2015. Kegiatan observasi ini dimaksudkan agar mahasiswa PPL mempunyai gambaran yang jelas mengenai situasi dan kondisi di SMP Negeri 3 Sentolo. Dengan adanya kegiatan observasi ini, diharapkan mahasiswa lebih mengenal dan mengetahui apa saja yang perlu diperbaiki dan potensi apa saja yang perlu dioptimalkan serta untuk mencari data tentang fasilitas yang ada di SMP Negeri 3 Sentolo, yang nantinya akan mempermudah dan melancarkan pelaksanaan PPL.

SMP N 3 Sentolo didirikan pada tahun 1959 dengan nama SKP 2 Tahun Partikelir atau Swasta menurut istilah sekarang. Berlaku mulai tanggal 1 Agustus 1961 berubah menjadi SKP 2 Tahun Negeri. Perubahan dari SKP menjadi SMP Negeri 3 Sentolo berlaku mulai tanggal 1 April 1979.

Sebelum dipimpin oleh Drs. Praptinah, M.Pd, SMP Negeri 3 Sentolo pernah memiliki 9 Kepala Sekolah. Pertama kali adalah Ny. Dawimah Zachroni Effendy, kemudian dilanjutkan secara berturut-turut R. Soehardjono, Drs. Sudharman, Andreas Sualat SI, B.A, Bikis Kiswoto, Drs.Sugiharto, Moh. Ibrozi, S.Pd, Hj. Suwartini, S. Pd, dan Drs. Subagyo.

SMP Negeri 3 Sentolo ini memiliki lahan yang cukup luas dan dilengkapi dengan bangunan–bangunan serta fasilitas penunjang lain yang sudah memadai. SMP Negeri 3 Sentolo sudah memiliki fasilitas yang baik namun masih memerlukan pemanfaatan yang lebih maksimal. Usaha tersebut diperlukan untuk mengembangkan dan meningkatkan kualitas di beberapa bidang dalam upaya memajukan sekolah dan

meningkatkan daya saing dengan sekolah–sekolah lainnya pada saat ini dan masa yang akan datang.

Berdasarkan observasi yang dilakukan di SMP Negeri 3 Sentolo, penulis menemukan SMP Negeri 3 Sentolo sebagai sekolah yang telah melaksanakan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) dengan baik, yakni dengan mengedepankan pembelajaran individu yang mandiri. Hal ini merupakan salah satu usaha yang dilakukan untuk mencapai tujuan institusional yang telah ditetapkan, yakni menyiapkan manusia sebagai tenaga kerja menengah yang siap digunakan oleh lapangan pekerjaan tertentu.

Mahasiswa PPL 2015 Universitas Negeri Yogyakarta menyadari bahwa kontribusi yang dapat diberikan kepada pihak sekolah tidak sebanding dengan banyaknya pengalaman yang diperoleh selama menimba ilmu di SMP Negeri 3 Sentolo. Oleh karena itu, upaya pengoptimalan kualitas sekolah hendaknya didukung dengan komunikasi dua arah yang intensif antara mahasiswa PPL dengan pihak sekolah.

Adapun hasil yang diperoleh melalui kegiatan observasi adalah sebagai berikut :

1. Nama Sekolah

SMP Negeri 3 Sentolo

2. Alamat

Beralamatkan di Desa Kaliagung, Kecamatan Sentolo, Kabupaten Kulon Progo, Yogyakarta.

3. Luas bangunan

Gedung SMP Negeri 3 Sentolo berdiri diatas lahan tanah seluas 14.790 m². Terdiri dari 18 ruang kelas, yaitu kelas VII A-F, VIII A-F,dan IX A-F, 1 ruangan Kepala Sekolah, 1 ruang TU, 1 ruang guru, 1 ruang BK + ruang OSIS, 2 ruang UKS (untuk putra 1 dan putri 1), ruang gudang, 1 ruang perpustakaan, 2 laboratorium komputer, 2 laboratorium IPA, 1 ruang karawitan/tari, 1 ruang musik, 1 koperasi siswa, 1 mushola, 1 lapangan basket + lapangan voli + lapangan tenis, lapangan bulutangkis, bak lompat, ruang parkir siswa dan ruang parkir guru/ karyawan, dan 2 kantin. Semua kondisi ruangan dalam keadaan baik dan cukup lengkap.

4. Potensi Guru/Tenaga Mengajar

SMP Negeeri 3 Sentolo mempunyai guru yang berjumlah 40 guru. Semua guru di sekolah ini sudah PNS. Guru SMPN 3 Sentolo sudah profesional sesuai keahlian mereka masing-masing. Nama pengajar di SMPN 3 Sentolo:

1. Dra. Praptinah, M.Pd (KS+IPS)
2. Drs. Suparno (IPS)
3. M.W. Sri Hariyani, S.Pd. (Bahasa Inggris)
4. Dra. Wahyu CN (BK)
5. Sri Hastuti, S.Pd. (Bahasa Inggris)
6. St. Sakiman, S.Pd. (Bahasa Indonesia)
7. Isnaini Rahmah, S.Pd. (Bahasa Indonesia)
8. Suciati (Seni Tari)
9. Anang AA, S.Ag (Agama Islam)
10. Ibnu Prabawa, S.Pd. (Seni Rupa)
11. Purwantara (Penjaskes)
12. Siti Suyanti, S.Pd.(IPA)
13. Johar Sunariyah, S.Pd (PKn)
14. Murni Sugiyarsih, S.Pd (IPS)
15. Siti Waliyah, S.Pd. (Matematika)
16. Haryati, S.Pd. (Bahasa Indonesia)
17. Veronika. Hartini, S.Pd. (Seni Musik)
18. Rumsiyati, S.Pd. (IPA)
19. Suwarni, S.Pd. (Bahasa Jawa)
20. Yuni Susilawati, S.Pd. (Matematika)
21. Mujiastuti, S.Pd (Matematika)
22. Sumilah, S.Pd. (IPS)
23. Mujirah, S.Pd.(Matematika)
24. Dra. Sri Astuti (IPS)
25. Rini Siswanti, S.Pd. (BK)
26. Sri Dalyati, S.Pd. (Keterampilan)
27. B. Hesti L, S.Pd. (IPA)
28. B. Patmi Istiana, S.Pd. (IPA)
29. Mujita (IPS)
30. Kunti Taliningsih, S.Pd. (Bahasa Inggris)
31. Suyatno, S.Pd. (BK)
32. Marwanto, S.Pd. (Bahasa Jawa)
33. Eko Puji Rahmanto, S.Pd. (Bahasa Indonesia)
34. Sugiyanto, S.Pd.Jas (Penjaskes)
35. Helmi Sidik P, A. Md. (TIK)
36. Dyah Tri M, A. Md. (Tata Busana)
37. Ismi Nurhayati, S.Pd. (Bahasa Inggris)

38. Sugiyem (Agama Kristen)
39. Triwidiastuti (PKn)
40. Ery Herawati WK (Agama Katolik)

5. Karyawan

SMP N 3 Sentolo mempunyai 7 karyawan, 6 orang pegawai tetap, dan pegawai tidak tetap 1 orang yang masing-masing berbeda bidangnya. Seperti di bidang kepegawaian, kesiswaan, inventarisasi barang, pengurus gaji usulan dan pembagian, pelaksanaan atau pembantu umum. 7 karyawan tersebut membantu sekolah dengan senang, diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Suyanto
2. Murtilah
3. Sutini
4. Sri Saptaningsih
5. Sunaryati
6. Giyar Priyono
7. Sarwoko

6. Siswa

SMP N 3 Sentolo mempunyai siswa sebanyak 564 siswa yang terdiri dari

- (1) VII A, VII B, VII C, VII D, VII E, VII F
- (2) VIII A, VIII B, VIII C, VIII D, VIII E, VIII F
- (3) IX A, IX B, IX C, IX D, IX E, IX F

Siswa yang mendaftar kebanyakan keluarga yang bermata pencahariannya sebagai tani dan buruh, sedangkan yang berasal dari orang tua pegawai hampir sepertiganya.

Potensi yang dimiliki siswa sudah cukup baik di bidang akademik maupun non akademik. Namun bidang non akademik siswa lebih menonjol. Siswa lebih tertarik pada praktik di lapangan, misalnya saat belajar di laboratorium mereka sangat antusias dalam mengikuti pembelajaran. Siswa masih enggan untuk bertanya atau masih kurang. Siswa-siswa masih kurang minat baca, terbukti intensitas siswa berkunjung ke perpustakaan.

Sedangkan prestasi siswa yang didapatkan antara lain, di bidang olahraga (voli pa dan pi, lari speed), bidang agama (MTQ (selalu mendapat juara), kaligrafi), bidang akademik (olimpiade IPA tingkat provinsi) dan lomba band.

7. Visi dan misi sekolah

a. Visi

Berpijak Moral Bangsa, Unggul dalam Prestasi

b. Misi

- 1) Menumbuh kembangkan perilaku keteladanan
- 2) Mendorong semangat belajar dan bekerja
- 3) Mencapai prestasi optimal

c. Fasilitas

SMP Negeri 3 Sentolo memiliki fasilitas antara lain:

1) Ruang Laboratorium

- a. Laboratorium IPA (Biologi dan Fisika)
- b. Laboratorium komputer

2) Ruang Perkantoran

- a. 1 Ruang Kantor Kepala Sekolah
- b. 1 Ruang Kantor Guru
- c. 1 Ruang Kantor Bimbingan dan Konseling
- d. 1 Ruang Tata Usaha
- e. 1 Ruang Arsip

3) Ruang Penunjang Proses Belajar Mengajar

- a. 1 Ruang Perpustakaan
- b. 1 Ruang Audio Video Application (AVA)
- c. 2 Ruang UKS (putra dan putri)
- d. 3 Ruang Ketrampilan ekstrakurikuler
- e. 1 Ruang Olahraga
- f. Tempat Ibadah (Mushola)
- g. 2 Ruang Pembelajaran Agama kristen dan Katolik
- h. 13 kamar mandi dan WC siswa yang terbagi menjadi 3 kamar mandi untuk siswa putra dan 4 kamar mandi untuk siswa putri dalam satu tempat. 3 kamar mandi baru untuk siswa dan guru, dan 3 kamar mandi di dekat perpustakaan.
- i. Tempat parkir guru dan karyawan
- j. Tempat parkir siswa

4) Ruang / tempat Kegiatan siswa dan berorganisasi

- a. 1 Ruang OSIS satu ruangan dengan Ruang BK
- b. 1 Ruang Koperasi Siswa
- c. 1 Ruang / Studio Musik

- d. 1 Ruang Tari + Krawitan + Menjahit
- e. 1 Ruang Membatik
- f. 1 Ruang Seni Ukir
- g. Ruang lain
 - 1.) 1 Ruang Perlengkapan (gudang)
 - 2.) Kantin

5) Sarana dan prasarana pendukung kegiatan belajar mengajar

a. Media pengajaran

SMP Negeri 3 Sentolo mempunyai media yang cukup lengkap, hal ini dapat dilihat dari 3 LCD Proyektor (1 terpasang di laboratorium, 2 tidak terpasang), 4 laptop, OHP dan TV. Kelas dilengkapi dengan papan tulis dan 7 papan white board di pada ruang kelas IXa-f, 12 board black kelas VII-VIIIa-F, jumlah kursi yang sudah sesuai dengan jumlah siswa.

1) Laboratorium

Laboratorium yang di miliki oleh sekolah SMP Negeri 3 Sentolo, terdapat 2 laboratorium. Laboratorium Fisika dan Biologi. Tempat ini bisa juga digunakan oleh guru mata pelajaran lain. Fasilitas yang terdapat di dalamnya seperti TV, OHP, LCD dll, sedangkan peralatan sudah sangat mendukung di nilai dari kuantitas dan kualitas karena baru di datangkan dari pemerintah Pusat.

Kondisi laboratorium yang baru sangat terjaga, namun laboratorium yang lama, kurang di perhatikan, karena penataan yang masih belum tertata rapi.

2) Perpustakaan

Buku-buku yang terdapat di perpustakaan tergolong lengkap, memenuhi setiap mata pelajaran. Buku-buku yang terdapat di perpustakaan juga masih baru. Buku tersebut didatangkan dari DAK (Dana Alokasi Khusus) sebanyak 1000 buku. Perpustakaan ini juga dilengkapi ruang khusus baca sehingga anak lebih nyaman saat membaca. Petugas yang menjaga perpustakaan dari guru yang mengajarnya sedikit. Sekolah memberlakukan denda 100 rupiah terhadap siswa yang telah meminjam buku lebih dari 1 minggu.

3) UKS

Fasilitas yang terdapat di 2 UKS untuk Putra dan Putri. UKS yang di miliki Sekolah ini sudah cukup lengkap, dilihat dari terdapatnya 2 tempat tidur (selimut + bantal) UKS Putra Putri, alat pengukur TB dan BB, Tandu, Snellen, P3K, Poster, Bagan organisasi pengurusan, daftar perkembangan kesehatan siswa tiap tahun dan kondisi ruangan terjaga kebersihannya karena terdapat giliran piket untuk membersihkan UKS.

4) BK

Bimbingan dan Konseling merupakan salah satu komponen terpenting dalam sebuah sekolah terutama terhadap siswa-siswa. Ruang BK di SMP ini belum standar, di karenakan ruangan bimbingan dan konseling menjadi satu, tidak ada pembatas. Guru yang berkantor di ruang BK terdapat 3. BK di SMP Negeri 3 Sentolo bukan hanya mengurus siswa yang bermasalah saja, tapi mengurus siswa-siswa yang berprestasi pula.

Jika terdapat masalah terhadap anak didik, BK tidak langsung turun tangan, tapi berawal dari guru pengampu pembelajar, jika tidak sanggup, guru kelas menangani, jika belum bisa BK yang menanganinya siswa tersebut. Apa masalah yang dihadapi, sehingga BK bisa memecahkan masalah yang di hadapinya.

5) OSIS

Kegiatan OSIS sudah berjalani dengan baik dan Organisasi ini tergolong cukup membantu dalam melakukan suatu kegiatan yang berhubungan dengan kegiatan sekolah. Seperti halnya PPDB, MOS, Pemilihan OSIS dan kegiatan sekolah lainnya. Namun belum terdapat ruangan OSIS. Ruang tersebut menjadi satu dengan ruang BK, sehingga siswa jarang sekali melakukan rapat-rapat OSIS.

b. Kegiatan Ekstrakurikuler

SMP Negeri 3 Sentolo melaksanakan kegiatan yang bertujuan untuk menyalurkan bakat dan minat siswa-siswanya. Kegiatan ini sudah dilaksanakan oleh sekolah setiap tahunnya. Kegiatan penyalur bakat bagi siswa ini ada 2, yaitu intrakurikuler dan ekstrakurikuler.

Adapun uraian dari kondisi fisik sekolah sebagai berikut:

1) Intrakurikuler

Di sekolah yang termasuk kegiatan intrakurikuler adalah OSIS.

2) Ekstrakurikuler

- a. Pramuka (wajib untuk kelas VII)
- b. Menjahit (Ruangan menjadi satu dengan ruang tari dan pembimbing dari guru sekolah)
- c. Bidang kesenian diantaranya :
 - a) Tari : pembimbing dari guru tari, ada ruang tari dan dilengkapi dengan gamelan Jawa.
 - b) Band : pembimbingnya diambil dari luar sekolah. Terdapat studio musik meskipun masih kecil namun sudah lengkap peralatannya dari gitar, bass, drum, dll. Tempat latihan dilaksanakan di ruangan yang berada di samping kelas IX. Namun sekarang sementara berhenti.
 - c) Drum band : Pembimbing diambil dari luar sekolah. Latihan di lapangan sekolah.
 - d) Paduan suara : Pembimbingnya sudah ada tapi minat siswa terhadap paduan suara belum ada.
- d. Bidang olahraga diantaranya :
 - a) Sepak bola : pembimbing dari guru SMP sendiri dengan menggunakan lapangan milik desa Kaliagung yang berjarak 300 meter dari sekolah.
 - b) Bola voli : diampu oleh guru-guru SMP sendiri dilaksanakan di lapangan yang berada di dalam sekolah.
 - c) Bola basket : diampu oleh guru-guru SMP sendiri dan kegiatannya dilaksanakan di lapangan di dalam area sekolah.
- e. Bidang kesehatan
PMR : Sementara ini baru berhenti.

Sebagian besar kelengkapan fisik yang terdapat di SMP Negeri 3 Sentolo berada dalam kondisi baik. Adanya keberadaan kelengkapan fisik dalam kondisi baik tersebut sangat membantu proses pembelajaran di SMP Negeri 3 Sentolo berjalan dengan baik. Selain adanya kelengkapan fisik yang terdapat di SMP Negeri 3 Sentolo, juga terdapat adanya kegiatan pengembangan diri. Kegiatan tersebut meliputi kegiatan pramuka, pelatihan menjahit, pelatihan komputer, dll.

Hasil observasi di lokasi SMP Negeri 3 Sentolo yang dilakukan pada tanggal 3-8 Agustus 2015 dapat ditemukan beberapa sasaran utama meliputi pengembangan, kompetensi pendidik, potensi akademik, dan non akademik pendidik serta kelengkapan kondisi dan fasilitas belajar.

B. Perumusan Program Dan Rancangan Kegiatan PPL / Magang III

1. Program Praktek Pengalaman Lapangan (PPL)

Program PPL ini merupakan bagian dari mata kuliah yang berbobot 3 SKS dan harus ditempuh oleh mahasiswa kependidikan. Materi yang ada meliputi program mengajar teori dan praktek di kelas yang dikontrol oleh guru pembimbing masing-masing. Rancangan kegiatan PPL ini disusun setelah mahasiswa melakukan observasi di kelas sebelum penerjungan PPL yang bertujuan untuk mengamati kegiatan guru dan siswa di kelas serta lingkungan sekitar dengan maksud agar pada saat PPL nanti mahasiswa siap diterjunkan untuk praktek mengajar, dalam periode bulan Agustus minggu kedua hingga September minggu kedua 2015. Di bawah ini akan dijelaskan rencana kegiatan PPL :

- a. Observasi kegiatan belajar mengajar
- b. Konsultasi dengan guru pembimbing
- c. Menyusun perangkat persiapan pembelajaran
- d. Melaksanakan praktik mengajar di kela
- e. Penilaian
- f. Evaluasi
- g. Menyusun laporan PPL

1. Pra PPL

Mahasiswa PPL telah melaksanakan :

- a. Sosialisasi dan koordinasi
- b. Observasi KBM dan manajerial
- c. Observasi potensi siswa
- d. Identifikasi permasalahan
- e. Rancangan program
- f. Meminta persetujuan koordinator PPL sekolah tentang rancangan program yang akan dilaksanakan

Kegiatan PPL UNY dilaksanakan mulai tanggal 10 Agustus hingga 12 September 2015. Adapun jadwal pelaksanaan kegiatan PPL UNY di SMP Negeri 3 Sentolo dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Jadwal pelaksanaan kegiatan PPL UNY 2015

| No | Kegiatan | Waktu | Tempat |
|----|--|-----------------------------------|------------------------|
| 1 | Pembekalan dan Orientasi Micro Teaching | 9 Februari – 25 Mei 2015 | Prodi masing-masing |
| 2 | Penerjunan | 10 Agustus 2015 | SMP N 3 Sentolo |
| 3 | Observasi | 3 – 8 Agustus 2015 | SMP N 3 Sentolo |
| 4 | Pembekalan PPL | 4 Agustus 2015 | Ruang Microteaching |
| 5 | Penyerahan Mahasiswa PPL | 10 Agustus 2015 | SMP N 3 Sentolo |
| 6 | Praktik Mengajar | 10 Agustus – 12 September 2015 | SMP N 3 Sentolo |
| 7 | Penyelesaian Laporan | 19 September 2015 | SMP N 3 Sentolo |
| 8 | Penarikan Mahasiswa PPL | 12 September 2015 | SMP N 3 Sentolo |

2. Rancangan Program

Hasil pra PPL kemudian digunakan untuk menyusun rancangan program. Rancangan program untuk lokasi SMP Negeri 3 Sentolo berdasarkan pada pertimbangan :

- 1) Permasalahan sekolah sesuai dengan potensi yang ada
- 2) Kemampuan mahasiswa
- 3) Faktor pendukung yang diperlukan (sarana dan prasarana)
- 4) Ketersediaan dana yang diperlukan
- 5) Ketersediaan waktu
- 6) Kesiambungan program

Adapun rancangan program praktik pengalaman lapangan yang akan dilaksanakan praktikan di SMP Negeri 3 Sentolo adalah sebagai berikut :

- 1) Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dilakukan terlebih dahulu sebelum pelaksanaan kegiatan praktek mengajar di kelas. Hal tersebut bertujuan agar pelaksanaan praktek mngajar terencana dan tertata sesuai prosedur yang ada.

- 2) Praktek mengajar micro-teaching

Bertujuan agar mahasiswa dapat mempersiapkan segala sesuatunya serta mengembangkan potensi yang dimiliki sebagai calon pendidik untuk diberikan kepada peserta didiknya nanti. Praktek mengajar yang dilakukan

oleh mahasiswa 6 kali pertemuan. Dari hasil observasi terhadap guru pembimbing, maka mahasiswa melaksanakan praktek mengajar di kelas VII C dan VII D dengan alokasi 2x40 menit.

3) Tahap pembekalan

Pembekalan PPL oleh LPPMP dengan materi Petunjuk Teknis Pelaksanaan PPL dalam KBM di sekolah.

4) Tahap observasi

Kegiatan observasi bertujuan untuk mengetahui bagaimana kondisi, situasi dan permasalahan di sekolah serta hal-hal apa saja yang perlu diperhatikan berkaitan dengan kegiatan pembelajaran.

5) Penyerahan/penerjunan PPL

Program ini sebagai langkah awal yang membuka seluruh rangkaian kegiatan PPL di lembaga yang dimaksud.

6) Praktek mengajar mandiri dan terbimbing

Program ini merupakan inti dari seluruh kegiatan PPL dimana praktikan dididik untuk dapat mengajar secara langsung di kelas baik mengajar mandiri maupun mengajar terbimbing. Latihan mengajar mandiri adalah latihan mengajar sebagaimana layaknya seorang guru mengajar mengajar bidang studi secara penuh sedangkan mengajar terbimbing adalah latihan mengajar yang dilakukan praktikan yang dibimbing oleh guru pembimbing.

Keterampilan belajar yang dilatih meliputi:

a) Persiapan mengajar,

b) Keterampilan melaksanakan proses mengajar di kelas meliputi membuka pelajaran, menyampaikan materi dan menutup pelajaran.

7) Praktek persekolahan

Kegiatan ini meliputi administrasi sekolah dan kegiatan lain yang ada di sekolah.

8) Penyusunan Laporan PPL

Laporan disusun sebagai bentuk pertanggungjawaban terhadap hasil pelaksanaan PPL.

9) Penarikan Mahasiswa PPL

Kegiatan ini menandai berakhirnya seluruh rangkaian kegiatan pelaksanaan PPL yaitu pada tanggal 12 September 2015.

C. Visi dan Misi PPL

1. Visi PPL

Wahana pembentukan calon guru atau tenaga kependidikan yang profesional.

2. Misi PPL

- a. Penyiapan dan menghasilkan calon guru atau tenaga kependidikan yang memiliki nilai, sikap, pengetahuan dan ketrampilan profesional.
- b. Pengintegrasian dan pengimplementasian ilmu yang telah dikuasainya ke dalam praktik keguruan dan atau praktek kependidikan.
- c. Pemantapan kemitraan UNY dan sekolah serta lembaga pendidikan.
- d. Mengkaji dan mengembangkan praktik keguruan dan praktik kependidikan.

D. Tujuan PPL

1. Memberikan pengalaman kepada mahasiswa dalam bidang pembelajaran dan manajerial di sekolah atau lembaga dalam rangka melatih dan mengembangkan kompetensi keguruan atau kependidikan.
2. Memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk mengenal, mempelajari dan menghayati permasalahan sekolah atau lembaga, baik yang terkait dengan proses pembelajaran maupun kegiatan manajerial kelembagaan.
3. Meningkatkan kemampuan mahasiswa untuk menerapkan ilmu pengetahuan dan keterampilan yang telah dikuasai secara inerdiscipliner ke dalam kehidupan nyata di sekolah, klub atau lembaga pendidikan.
4. Memacu pengembangan sekolah atau lembaga dengan cara menumbuhkan motivasi atas dasar kekuatan sendiri.
5. Meningkatkan hubungan kemitraan antara UNY dengan pemerintah daerah, sekolah, klub atau lembaga pendidikan terkait.

E. Manfaat PPL

1. Manfaat bagi mahasiswa

- a. Menambah pemahaman dan penghayatan mahasiswa tentang proses pendidikan dan pembelajaran di sekolah atau lembaga.

- b. Memperoleh pengalaman tentang cara berfikir dan bekerja secara interdisipliner, sehingga dapat memahami adanya keterkaitan ilmu dalam mengatasi permasalahan pendidikan yang ada di sekolah, klub atau lembaga.
- c. Memperoleh daya pealaran dalam melakukan penelaahan, perumusan dan pemecahan masalah pendidikan yang ada di sekolah, klub atau lembaga.
- d. Memperoleh kesempatan dan ketrampilan untuk melaksanakan pembelajaran dan kegiatan manajerial di sekolah, klub atau lembaga.
- e. Pemberian kesempatan kepada mahasiswa untuk dapat berperan sebagai motivator, dinamisator dan membantu pemikiran sebagai problem solver.

2. Manfaat bagi sekolah

- a. Memperoleh kesempatan untuk dapat andil dalam menyiapkan calon guru atau lembaga kependidikan yang profesional.
- b. Mendapatkan bantuan pemikiran, tenaga, ilmu dan teknologi dalam merencanakan serta melaksanakan pengembangan sekolah, klub atau lembaga.
- c. Meningkatkan hubungan kemitraan antara UNY dengan pemerintah daerah, sekolah, klub atau lembaga.
- d. Meningkatkan hubungan sosial kemasyarakatan di lingkungan sekitar sekolah, klub atau lembaga.

3. Manfaat bagi UNY

- a) Memperoleh umpan balik dari sekolah atau lembaga guna pengembangan kurikulum dan IPTEKS yang sesuai dengan kebutuhan masyarakat.
- b) Memperoleh berbagai sumber belajar dan menemukan berbagai permasalahan untuk pengembangan inovasi dan kualitas pendidikan.
- c) Terjalin kerjasama yang lebih baik dengan pemerintah daerah dan instansi terkait untuk pengembangan pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi.

BAB II

PEMBAHASAN

PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL

A. PERSIAPAN

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan mata kuliah yang diprogramkan dalam rangka mempersiapkan mahasiswa sebagai calon pendidik untuk menjadi tenaga kependidikan yang profesional, selain itu mampu menyampaikan ilmu pengetahuan juga mampu menyampaikan nilai-nilai yang terkandung dalam pembelajaran. Selain itu PPL juga dimaksudkan untuk menerapkan ilmu yang telah diterima mahasiswa selama perkuliahan di kampus.

Sebelum penerjunan PPL, mahasiswa dibekali dengan kemampuan seperti: pengetahuan perencanaan pembelajaran, menyusun perangkat pembelajaran, wawasan tentang etika profesi keguruan, pembelajaran mikro dan lain sebagainya. Persiapan lain yang dilakukan yaitu, observasi kelas, pembekalan PPL, pembimbingan PPL, pembuatan perangkat mengajar, serta persiapan sebelum mengajar.

Keberhasilan dari kegiatan PPL sangat ditentukan oleh kesiapan dan persiapan mahasiswa sebagai praktikan, baik secara akademis, mental maupun ketrampilan. Hal tersebut dapat terwujud karena mahasiswa PPL (praktikan) telah diberi bekal, baik yang diprogramkan dari lembaga UNY maupun yang diprogramkan secara individu oleh praktikan sebagai pedoman dasar dalam melaksanakan kegiatan PPL. Program persiapan yang dilaksanakan sebagai berikut :

1. Pengajaran Mikro teaching

Mahasiswa sebagai calon guru diarahkan pada pembentukan kompetensi guru sebagai agen pembelajaran seperti yang termuat dalam Undang-Undang No. 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen, yakni Bab IV pasal 10 dan berdasarkan Peraturan Pemerintah No. 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan pada bab IV pasal 3, kompetensi tersebut meliputi: kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi Profesional, dan kompetensi sosial. Penerapan empat kompetensi guru tersebut salah satunya dapat dibiasakan atau dilihat dari pengajaran mikro.

Pengajaran mikro dilakukan di Laboratorium Micro Teaching di kampus atau di kelas-kelas maupun di lapangan yang digunakan untuk perkuliahan mahasiswa. Calon Mahasiswa PPL tiap prodi dibagi dalam kelompok-

kelompok, masing-masing kelompok terdiri dari kurang lebih 10 orang dan dibimbing oleh seorang dosen pembimbing. Praktik mengajar ini, menjadikan teman-teman satu kelompok sebagai peserta didik dan dosen selain sebagai pembimbing juga sebagai komentator. Dosen pembimbing memberikan arahan, bimbingan, dan penilaian pada setiap mahasiswa saat maju praktik mengajar.

Suasana dalam pengajaran mikro didesain menyerupai kelas yang nyata, disana mahasiswa berlatih mengajar murid dengan metode dan media yang sudah direncanakan dalam RPP yang telah disusun sebelumnya, dengan waktu kurang lebih 20-30 menit tiap kali maju praktik mengajar. Mahasiswa sebagai calon guru dibiasakan untuk berani tampil percaya diri dalam mengajar, menerapkan metode dan membuat media yang menarik, menguasai materi serta terampil dalam mengaktifkan siswanya. Praktik Pembelajaran mikro meliputi:

1. Pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran
2. Praktik membuka dan menutup pelajaran
3. Praktik mengajar
4. Teknik bertanya
5. Teknik menguasai dan mengelola kelas maupun lapangan
6. Sistem penilaian

Pengajaran mikro memberikan keterampilan mengajar yang baik dan ideal kepada mahasiswa yang akan PPL, menerapkan metode-metode pembelajaran yang menarik dengan alat peraga atau media-media yang unik, penyusunan RPP serta ketepatan praktik dengan RPP yang telah disusun. Setelah lulus dalam perkuliahan pengajaran mikro, mahasiswa mendapatkan izin untuk melakukan PPL di sekolah yang sudah ditentukan atau dipilihnya.

2. Observasi Pembelajaran di Kelas

Observasi kegiatan belajar mengajar di kelas bertujuan memberikan pengetahuan dan pemahaman awal tentang kondisi dan karakteristik siswa, baik di dalam maupun di luar kelas secara umum. Selain itu, praktikan juga mendapatkan gambaran secara umum. Selain itu, praktikan juga mendapatkan gambaran secara umum tentang metode mengajar guru di kelas serta sikap guru dalam menghadapi Tingkah laku di kelas. Sasaran observasi pembelajaran di kelas adalah:

- a. Langkah pendahuluan dalam membuka pelajaran
- b. Langkah penyajian materi
- c. Langkah menutup pelajaran

Selain itu, praktikan juga mengamati suasana kelas seperti bagaimana pendidik dengan peserta didik, hubungan antar peserta didik, dan keaktifan peserta didik di kelas dalam mengikuti pelajaran.

Informasi yang diperoleh dalam observasi kelas adalah sebagai berikut:

- a. Perangkat Pembelajaran

- 1) Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran

Guru di SMPN 3 Sentolo menggunakan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan sebagai pedoman dalam mengajar. Pengembangan materi pembelajaran dilakukan dengan menggunakan berbagai sumber yang dapat dipertanggungjawabkan.

- 2) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Rencana Pembelajaran dan silabus sebagai persiapan dan panduan dalam mengajar di kelas dimiliki oleh guru di SMPN 3 Sentolo.

- b. Proses Pembelajaran

Proses pembelajaran kelas di SMPN 3 Sentolo saat pelajaran yaitu:

- 1) Membuka Pelajaran

Pada saat membuka pelajaran, pendidik mengucapkan salam, melakukan presensi, kemudian guru memberi motivasi dan apersepsi pada peserta didik yaitu mengulang pelajaran yang telah dilakukan pada pertemuan sebelumnya dan menggali pengetahuan siswa.

- 2) Penyajian Materi

Pada saat penyajian materi, pendidik mempersiapkan materi pelajaran.

- 3) Metode Pembelajaran

Pada proses pembelajaran metode yang digunakan adalah metode inklusif (cakupan), reciprocal (timbang-balik), drill, demonstrasi, dimana peserta didik memperhatikan terlebih dahulu penjelasan dari pendidik kemudian siswa melaksanakan kegiatan pembelajaran yang sudah diperintahkan.

- 4) Penggunaan Waktu

Waktu yang digunakan dalam proses pembelajaran cukup untuk menyampaikan seluruh materi yang telah direncanakan.

5) Gerak

Pendidik berada di depan barisan siswa saat menjelaskan pembelajaran yang akan dilaksanakan dengan sesekali melontarkan pertanyaan. Selain itu, pendidik berkeliling untuk mengecek peserta didik saat melakukan kegiatan pembelajaran.

6) Cara memotivasi peserta didik

Dalam memotivasi peserta didik, pendidik memberi pujian pada peserta didik yang aktif di kelas dan melakukan praktik dengan baik.

7) Teknik bertanya

Dalam bertanya pendidik mempersilakan peserta didik mengangkat tangan dan menjawab.

8) Teknik Penguasaan Kelas

Dalam penguasaan kelas, pendidik menegur siswa yang tidak memperhatikan pelajaran ketika guru sedang menjelaskan dan ketika praktik siswa yang tidak aktif bergerak ditegur.

9) Penggunaan Media Pendukung KBM

Dalam proses pembelajaran pendidik menggunakan peralatan yang ada di sekolah dengan baik.

10) Bentuk dan cara evaluasi

Dalam melakukan evaluasi, pendidik memberikan pertanyaan lisan kepada peserta didik sehingga dapat diketahui sejauh mana kemampuan peserta didik dalam menyerap pelajaran dan pendidik juga melakukan koreksi dengan menyampaikan proses saat kegiatan belajar keadaan siswa saat mengikuti pembelajaran.

11) Menutup Pelajaran

Pendidik menutup pelajaran dengan membuat kesimpulan tentang materi yang telah dipelajari kemudian berdoa dan dibubarkan.

c. Perilaku Peserta Didik

1) Perilaku siswa di dalam kelas

Sebagian besar peserta didik memperhatikan penjelasan yang diberikan tetapi ada juga yang tidak, peserta didik juga aktif dalam melakukan praktik, bertanya dan menjawab pertanyaan yang dilontarkan oleh pendidik.

2) Perilaku siswa di luar kelas

Sebagian besar peserta didik berkelakuan baik, 3S (Senyum, Sapa, Salam) diterapkan oleh siswa kepada guru, karyawan, dan teman sebaya. Tetapi ada juga yang berkelakuan kurang baik.

3. Penyusunan Perangkat Pembelajaran

Dalam penyusunan persiapan mengajar, praktikan berkonsultasi dengan guru pembimbing tentang materi yang akan diajarkan kepada peserta didik yaitu atletik (lempar lembing dan lari estafet), olahraga permainan (bola voli, bola basket, sepak bola), senam lantai, kebugaran jasmani (sirkuit training). Adapun persiapan tersebut antara lain:

- a. Penghitungan waktu efektif
- b. Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar
- c. Silabus, merupakan persiapan mengajar bagi guru, penyusunan silabus didasarkan pada standar kompetensinya.
- d. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) merupakan persiapan guru untuk mengajar setiap kompetensi dasar.
- e. Daftar Hadir Siswa

4. Pembimbingan PPL

Pembimbingan oleh Dosen Pembimbing Lapangan dan guru mata pelajaran dilakukan di sekolah lokasi PPL dan bisa pula dilaksanakan di kampus. Pembimbingan sangat bermanfaat untuk mahasiswa agar mampu mengembangkan keterampilan dan potensi dalam pengajaran. Pembimbingan bertujuan pula membantu mengatasi kesulitan mahasiswa dalam pelaksanaan program PPL. Pembimbingan dilaksanakan sebanyak empat kali selama PPL, yaitu pada tanggal 18 agustus 2015, 25 agustus 2015, 5 september 2015, dan 12 september 2015.

B. PELAKSANAAN KEGIATAN DAN PROGRAM PPL

1. Pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Pembuatan RPP dilakukan untuk mempermudah praktikan dalam proses mengajar di kelas, yaitu kegiatan pendahuluan, kegiatan inti, kegiatan penutup di kelas. Praktikan membuat RPP sebanyak 8 RPP.

2. Pembuatan silabus

Pembuatan silabus dilakukan untuk mempermudah praktikan dalam membuat RPP, yang mengacu pada Departemen Pendidikan dan Kebudayaan

(DEPENDIKBUD) yang sudah ada. Dalam hal ini, praktikan tidak membuat silabus tetapi silabus sudah tersedia di sekolah, praktikan diharapkan dapat melaksanakan pembelajaran dengan lancar.

3. Kegiatan Praktik Mengajar

Program praktik mengajar dilakukan di kelas dimaksudkan agar praktikan dapat mentransfer ilmu atau materi yang sudah direncanakan. Praktik mengajar ini meliputi praktik mengajar terbimbing, praktik mengajar mandiri (menggantikan guru pembimbing) dan Team teaching bersama teman Perjurusan.

a. Pelaksanaan Mengajar Terbimbing

Dalam mengajar di SMP Negeri 3 Sentolo, praktikan ditugasi mengajar terbimbing di semua kelas IX. Sebelum melaksanakan praktik mengajar dikelas, praktikan telah mempersiapkan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) agar proses pembelajaran terarah sesuai dengan tujuan pembelajaran. Setelah praktikan membuat perangkat belajar dan mempersiapkan bahan ajar, maka praktikan melakukan konsultasi untuk memperkecil kemungkinan terjadinya kesalahan selama mengajar, baik itu dari materi yang di sampaikan ataupun scenario pembelajaran yang kurang tepat.

Hal utama dan pertama yang dilakukan adalah membuka pelajaran dengan berdoa dan dilanjutkan dengan mengadakan presensi, yang juga merupakan salah satu upaya dalam pendekatan terhadap siswa. Setelah itu menyampaikan kompetensi pembelajaran dengan memberikan motivasi agar siswa giat dan tertarik dengan materi yang diberikan, menyampaikan sub kompetensi pembelajaran dikaitkan dengan kondisi atau kenyataan di lapangan agar siswa memperoleh gambaran khusus sehingga memudahkan mereka untuk memahami yang akan disampaikan.

Mahasiswa melakukan kegiatan mengajar 6 kali RPP dengan alokasi waktu 2 X 40 menit setiap satu kali pertemuan. Praktikan menggunakan metode mengajar ceramah, Tanya jawab, respirokal, demonstrasi, komando,drill. Dan guru pembimbing mengawasi serta membantu mahasiswa praktikan. Mahasiswa praktikan mulai melakukan kegiatan praktik mengajar tanggal 18 Agustus 2015 – 11 September 2015.

Selama PPL berlangsung praktik mengajar yang dilakukan praktikan yaitu pengajaran terbimbing 14 kali mengajar, dan 2 kali team teaching. Adapun kegiatan mengajar praktikan adalah sebagai berikut:

Jadwal Pelajaran**SMP N 3 Sentolo**

| No | Hari | Kelas |
|----|--------|-------------|
| 1 | Senin | IX D |
| 2 | Selasa | IX E |
| 3 | Rabu | IX F |
| 4 | Kamis | IX A , IX B |
| 5 | Jumat | IX C |

JADWAL MENGAJAR**SMP N 3 Sentolo**

| Minggu ke- | Hari/Tanggal | Kelas | Jam Ke | Materi yang disampaikan |
|------------|--------------------------|-------|--------|-------------------------|
| 2 | Rabu, 20 Agustus 2015 | 1-2 | IX F | Lempar Lembing |
| | Kamis, 21 Agustus 2015 | 1-2 | IX A | Lempar Lembing |
| | | 3-4 | IX B | Lari Estafet |
| | Jumat, 22 Agustus 2015 | 2-3 | IX C | Lari Estafet |
| 4 | Senin, 31 Agustus 2015 | 2-3 | IX D | Sepak Bola |
| | | 4-5 | VIII C | Sepak Bola |
| | Selasa, 1 September 2015 | 1-2 | IX E | Sepak Bola |
| | Rabu, 2 September 2015 | 1-2 | IX F | Bola Basket |
| | | 3-4 | VIII C | Kebugaran Jasmani |
| | Kamis, 3 September 2015 | 1-2 | IX A | Bola Basket |
| | | 3-4 | IX B | Senam Lantai |

| | | | | |
|---|--------------------------|-----|--------|--------------|
| | Jumat, 4 September 2015 | 2-3 | IX C | Senam Lantai |
| | Sabtu, 5 September 2015 | 3-4 | VIII D | Sepak Bola |
| 5 | Selasa, 8 September 2015 | 1-2 | IX E | Bola Basket |
| | Rabu, 9 September 2015 | 1-2 | IX F | Bola Voli |
| | Kamis, 10 september 2015 | 1-2 | IX A | Bola Voli |
| | | 3-4 | IX B | Bola Voli |
| | Jumat, 11 September 2015 | 2-3 | IX C | Bola Basket |

b. Metode Pembelajaran

Penyampaian materi oleh praktikan saat dikelas dan dilapangan disampaikan dengan metode saat dikelas yaitu simulasi, ceramah, tanya jawab, penugasan, diskusi dan saat dilapangan menggunakan metode komandi, demonstrasi, tanya jawab. Simulasi adalah metode yang menarik untuk diterapkan karena siswa terlibat langsung dalam proses pembelajaran. Sedangkan ceramah merupakan metode yang konvensional yang paling sering digunakan oleh guru. Metode ini tidak memberdayakan siswa yang merupakan objek sehingga kelas lebih didominasi guru. Agar peran siswa dapat muncul, sesekali bertanya di sela-sela penjelasan, atau menggunakan media.

Selain metode simulasi dan ceramah, praktikan juga menggunakan metode tanya jawab, metode ini digunakan praktikan karena dengan metode ini siswa dirangsang untuk berfikir dan menggunakan argumentasinya dalam menjawab pertanyaan dari guru, sehingga siswa dapat menjadi lebih aktif, berani menyampaikan pendapatnya.

Dalam pembelajaran dilapangan praktikan menggunakan metode komando bertujuan agar dalam pengolahan kelas dilapangan siswa tertib dan dan tidak berkeliaran semau siswa. Agar siswa dapat mudah memahami materi yang diajarkan maka guru terlebih dulu memberikan contoh-contoh gerakan, pengajaran tersebut termasuk metode demonstrasi.

Supaya siswa tidak bosan dengan materi yang diulang-ulang maka diberikan metode bermain agar siswa juga dapat mengaplikasikan materi kedalam permainan.

Dengan menggunakan beberapa metode tersebut tentu saja akan lebih mudah membantu guru maupun siswa dalam mengajarkan materi dan menangkap materi ajar.

c. Evaluasi Pembelajaran

Evaluasi pembelajaran dilakukan setiap proses pembelajaran, tidak hanya terkait nilai kognitif tetapi juga psikomotorik dan afektif tiap siswa selama proses pembelajaran di kelas.

d. Keterampilan Mengajar Lainnya

Dalam praktik mengajar, seorang pendidik harus memiliki beberapa trik (langkah) pembelajaran lain sebagai pendukung dalam menerapkan metode pembelajarannya karena tidak setiap metode pembelajaran yang diterapkan dan dianggap cukup untuk diterapkan memiliki nilai yang baik, sebab terkadang hal-hal lain yang sebelumnya tidak menjadi dugaan muncul sebagai masalah baru yang biasanya menghambat proses pembelajaran. Untuk itu diperlukan adanya pengetahuan tentang berbagai metode pembelajaran dan pendekatan lain yang akan sangat berguna dalam menunjang pemberian materi pelajaran yang diajarkan. Misalnya dengan memberikan perhatian penuh dengan mendatangi siswa tersebut (pendekatan individual) dan memberikan asimilasi-asimilasi, disamping memberi petunjuk lain yang akan sangat memacu dirinya agar menjadi lebih baik dari sebelumnya, atau dengan cara selalu memberikan pengalaman-pengalaman berharga yang pernah dialami pendidik yang berkaitan dengan materi pelajaran yang disampaikan dengan penuh perhatian dan mudah dicerna agar kompetensi dan sub kompetensi yang diinginkan bisa tercapai.

5. Umpan Balik Guru Pembimbing

Guru pembimbing memiliki peranan yang sangat besar di dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar, karena secara periodik guru pembimbing mengontrol jalannya pelajaran sekaligus menanyakan, membantu, dan menegur mahasiswa praktikan dalam melaksanakan praktik mengajar. Dalam mengajar selama PPL, praktikan mendapat banyak masukan dari guru pembimbing yang sangat berguna dalam mengajar. Disertai dengan berbagai trik yang berkaitan dengan penguasaan kelas, penguasaan materi, pengenalan lebih jauh terhadap

peserta didik serta bagaimana cara menyusun silabus, RPP, maupun kisi-kisi soal yang baik. Guru pembimbing memberikan pengarahan-pengarahan tentang hal-hal mengajar atau cara-cara untuk mengatasi kendala yang dihadapi.

6. Penyusunan Laporan

Laporan PPL berisi kegiatan yang dilakukan selama pelaksanaan program PPL. Laporan ini disusun secara individu dengan persetujuan guru pembimbing, dosen pembimbing lapangan, koordinator PPL sekolah dan kepala sekolah.

Isi laporan secara umum menggambarkan 4 kompetensi guru yang harus dikuasai praktikan dalam kegiatan PPL. Kompetensi guru dalam Undang-Undang Guru dan Dosen disebutkan bahwa “kompetensi adalah seperangkat pengetahuan, keterampilan dan perilaku yang harus dikuasai oleh guru atau dosen dalam melaksanakan tugas keprofesionalan”. Kompetensi guru dapat dimaknai sebagai kebulatan pengetahuan, keterampilan dan sikap yang berwujud tindakan cerdas dan penuh tanggung jawab dalam melaksanakan tugas sebagai agen pembelajaran. Adapun 4 kompetensi guru yang dikembangkan dalam kegiatan PPL antara lain:

1) Kompetensi Kepribadian

Kompetensi kepribadian merupakan personal yang mencerminkan kepribadian yang mantap, stabil, dewasa, arif dan berwibawa, menjadi teladan bagi peserta didik, dan berakhlak mulia.

Kegiatan PPL yang dilakukan memiliki tujuan mengembangkan kompetensi tersebut, hal-hal yang telah dilakukan untuk mengembangkan kompetensi kepribadian oleh praktikan yaitu melaksanakan kegiatan pembelajaran sesuai dengan norma, memulai pembelajaran tepat waktu, besar hati dalam menerima kritik dan saran dari guru dan teman PPL.

2) Kompetensi Pedagogik

Kompetensi pedagogik, sebagai kemampuan mengelola pembelajaran yang meliputi pemahaman terhadap peserta didik, perancangan dan pelaksanaan pembelajaran, evaluasi hasil belajar dan pengembangan peserta didik untuk mengaktualisasikan berbagai potensi yang dimiliki.

Kegiatan PPL yang dilakukan memiliki tujuan mengembangkan kompetensi tersebut, hal-hal yang telah dilakukan untuk

mengembangkan kompetensi pedagogik adalah penyusunan rancangan pembelajaran yang akan dilakukan, contohnya menggunakan metode yang berbeda-beda, menggunakan media pembelajaran yang relevan dengan materi yang disampaikan, contoh materi pada sistem gerak menggunakan video sehingga peserta didik lebih mudah memahami. Menggunakan sumber belajar yang berbeda dengan peserta didik, melakukan evaluasi dalam setiap pertemuan berupa pos tes dan ulangan harian untuk keseluruhan materi yang telah selesai disampaikan.

3) Kompetensi profesional

Kompetensi profesional merupakan penguasaan materi pembelajaran secara luas dan mendalam yang mencakup penguasaan materi kurikulum mata pelajaran di sekolah dan substansi keilmuan yang menaungi materinya, serta penguasaan terhadap struktur dan metodologi keilmuannya.

Kegiatan PPL yang dilakukan memiliki tujuan mengembangkan kompetensi tersebut, hal-hal yang telah dilakukan untuk mengembangkan kompetensi profesional adalah menguasai dan memahami materi yang akan disampaikan kepada peserta didik, ada beberapa hal yang kurang dalam kompetensi maka untuk mengatasi kekurangan media dalam beberapa pertemuan, praktikan menggunakan media pengganti yang memiliki fungsi yang sama atau modifikasi.

4) Kompetensi Sosial

Kompetensi sosial merupakan kemampuan guru untuk berkomunikasi dan bergaul secara efektif dengan peserta didik, sesama pendidik, tenaga kependidikan, orangtua/wali peserta didik, dan masyarakat sekitar.

Kegiatan PPL yang dilakukan memiliki tujuan mengembangkan kompetensi tersebut, hal-hal yang telah dilakukan untuk mengembangkan kompetensi sosial adalah menjalin hubungan baik dengan guru dan karyawan sekolah SMP N 3 Sentolo

C. ANALISIS HASIL PELAKSANAAN DAN REFLEKSI

1. Analisis Hasil Pelaksanaan Program PPL

Kemampuan praktikan dalam menguasai materi dan metode penyampaian merupakan hal terpenting dalam proses belajar mengajar yang diharapkan agar terjadi transfer nilai dan ilmu serta keterampilan dari guru ke siswa. Akan tetapi bila siswa kurang respek dan serius terhadap mata pelajaran akan menyebabkan kesulitan dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar akan terganggu kelancarannya

Dari kegiatan praktik mengajar di kelas, praktikan menjadi lebih paham bagaimana cara membuka pelajaran, cara mengelola kelas, cara memotivasi siswa, cara menyampaikan dan menyajikan materi, teknik memberikan pertanyaan kepada siswa. Walaupun mungkin belum sempurna, tapi praktikan mendapat pengalaman yang berharga.

Karakter yang berbeda dari setiap siswa menuntut praktikan untuk memberi perlakuan yang berbeda pula dan merencanakan pengajaran yang kreatif dan persiapan yang matang. Hal ini dilakukan agar siswa dapat mengikuti pembelajaran dengan nyaman dan tujuan pembelajaran tercapai. Berdasarkan pelaksanaan praktik mengajar di kelas dapat disampaikan beberapa hal sebagai berikut:

- a. Konsultasi secara berkesinambungan dengan guru pembimbing sangat diperlukan demi lancarnya pelaksanaan mengajar. Banyak hal yang dapat dikonsultasikan dengan guru pembimbing, baik materi, metode maupun media pembelajaran yang paling sesuai dan efektif diterapkan dalam pembelajaran kelas.
- b. Metode yang disampaikan kepada peserta didik harus bervariasi sesuai dengan tingkat pemahaman siswa.
- c. Memberikan evaluasi baik secara lisan maupun tertulis dapat menjadi umpan balik dari peserta didik untuk mengetahui seberapa banyak materi yang telah disampaikan dapat diserap oleh peserta didik.
- d. Memberikan catatan-catatan khusus pada siswa yang kurang aktif pada setiap kegiatan pembelajaran.

2. Hambatan dalam Pelaksanaan PPL

Dalam pelaksanaan PPL terdapat beberapa hal yang dapat menghambat jalannya kegiatan tersebut. Beberapa hambatan yang ada antara lain:

- a. Pengelolaan kelas pada waktu mengajar pertama kali cukup sulit, seperti siswa yang ribut, ngobrol sendiri, dan lain-lain. Hal itu karena

terbatasnya pengalaman pengelolaan kelas dari mahasiswa praktikan. Pada pelaksanaan pertemuan selanjutnya hal tersebut dapat diatasi dengan penyesuaian terhadap siswa dan lingkungan tempat mengajar.

- b. Suasana belajar yang kurang kondusif disebabkan karena ada beberapa siswa di kelas yang suka mengganggu temannya dalam kegiatan belajar mengajar. Hal ini menyebabkan pengurangan waktu dalam kegiatan KBM di kelas karena harus menertibkan siswa tersebut. Dengan demikian, suasana kelas sendiri kurang kondusif.
- c. Kurangnya motivasi untuk belajar giat dan belajar yang baru mengakibatkan pelaksanaan kegiatan pembelajaran tidak berjalan lancar. Perhatian peserta didik tidak ditujukan pada pembelajaran, namun lebih suka bermain sendiri.

3. Usaha Mengatasi Hambatan

Dalam mengatasi hambatan yang ada, praktikan melakukan beberapa cara yang mampu mengatasi hambatan-hambatan tersebut.

Adapun cara-cara yang digunakan praktikan adalah sebagai berikut:

- a. Praktikan melakukan konsultasi dengan guru pembimbing mengenai teknik pengelolaan kelas yang sesuai untuk materi yang akan diajarkannya.
- b. Berkreasi dan berimprovisasi untuk menghindari rasa jenuh atau bosan dalam proses pembelajaran, maka praktikan memanfaatkan fasilitas yang ada dengan sebaik-baiknya dan semaksimal mungkin, berbagai kreasi cara penyampaian dilakukan agar hasil yang dicapai lebih maksimal. Misalkan dengan penyampaian belajar sambil bermain dan metode yang menyenangkan sehingga pada saat praktik siswa bermain permainan dan tanpa terasa siswa mengikuti pembelajaran dengan baik.

4. Refleksi

Dari pelaksanaan PPL yang kegiatan-kegiatannya telah direncanakan maka hasilnya dapat di analisis dan kemudian direfleksikan untuk kemajuan. Berdasarkan perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi yang dilakukan praktikan, dapatlah dianalisis dan diambil beberapa hal sebagai acuan kegiatan dimasa depan sebagai berikut.

Ada beberapa hambatan yang dihadapi praktikan dalam praktik mengajar, antara lain:

- a. Kesulitan dalam pengelolaan kelas, sehingga ada siswa yang kurang memperhatikan pada waktu proses pembelajaran berlangsung.
- b. Siswa sulit untuk menyerap dan memahami materi yang disampaikan saat proses pembelajaran berlangsung.
- c. Sebagian siswa cenderung pasif pada saat pelajaran.

Ada beberapa usaha untuk mengatasi hambatan-hambatan di atas, antara lain:

- a. Memberikan tugas kepada siswa di setiap pertemuan
- b. Menjelaskan dengan pelan-pelan dan berturut, serta tidak lupa menanyakan kepada siswa apakah sudah paham atau belum.
- c. Diciptakan suasana belajar yang serius tetapi santai untuk mengatasi situasi yang kurang kondusif. Hal ini dilakukan untuk menghindari kurangnya konsentrasi, rasa jenuh dan bosan dari siswa karena yang kurang kondusif.
- d. Mendampingi siswa saat melaksanakan kegiatan pembelajaran, ketika sedang melakukan kegiatan pembelajaran guru memperhatikan semua siswa jika ada yang salah maka dibenarkan.
- e. Melakukan kegiatan pembelajaran dimana siswa sebagai pusatnya (*student center*) dan guru sebagai fasilitator yang selalu mendampingi dan membimbing siswa jika mengalami kesulitan dalam belajar.

BAB III

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Pelaksanaan PPL di Lokasi SMP Negeri 3 Sentolo banyak memberikan manfaat dan pengalaman yang berharga bagi praktikan terutama dalam pengelolaan kelas. Manfaat dan pengalaman ini akan terasa di kemudian hari ketika praktikan menjadi seorang guru, dimana guru merupakan pendidik harapan bangsa untuk menjadi generasi yang lebih berkualitas, baik jasmani maupun rohani.

Berdasarkan kegiatan PPL yang telah dilaksanakan, maka praktikan dapat menarik kesimpulan yaitu:

1. Kegiatan PPL merupakan wahana untuk memberikan bekal bagi praktikum (calon guru) tentang bagaimana menjadi seorang guru yang memiliki dedikasi dan loyalitas tinggi pada instansi dan profesinya.
2. Membagi ilmu dari guru kepada siswa merupakan inti dari proses pembelajaran dimana didalamnya harus diselipkan nilai-nilai moral.
3. Komunikasi yang baik antara guru, siswa sangat diperlukan agar proses dan tujuan pembelajaran dapat tercapai.
4. Penguasaan materi yang akan diajarkan kepada peserta didik merupakan hal sangat penting.
5. Seorang guru harus memiliki kesiapan mengajar baik materi, mental, kepribadian, selain modal ilmu yang telah dikuasai dengan baik sebagai syarat utama. Dari materi seperti RPP dan Silabus, mental dan kepribadian yaitu siap menghadapi berbagai karakter siswa
6. Seorang guru harus terus belajar dan menggali pengalaman dari berbagai pihak pada proses pembelajaran.
7. Serta kekompakan antar anggota harus terus terjalin dengan baik karena hal tersebut merupakan faktor pendukung yang sangat berarti sehingga pembagian tugas dan koordinasi dalam kegiatan sekolah tetap terjaga dan dapat berjalan dengan baik.

B. SARAN

Selama pelaksanaan PPL, segala perencanaan yang dilakukan praktikan tidak begitu mengalami kesulitan berarti dalam pelaksanaannya. Namun untuk kelancaran penyelenggaraan KKN-PPL pada masa-masa yang akan datang kami sampaikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi Universitas Negeri Yogyakarta
 - a. Perlunya koordinasi yang lebih baik dalam pelaksanaan kegiatan PPL yaitu lebih disempurnakan dan disosialisasikan dengan baik, karena tidak dipungkiri bahwa ada hal-hal yang masih belum dimengerti baik oleh mahasiswa.
 - b. Lebih meningkatkan monitoring pelaksanaan PPL agar dengan cepat dapat menyelesaikan permasalahan yang muncul dalam pelaksanaan PPL.
 - c. Agar frekuensi kehadiran dosen pembimbing dan DPL ke sekolah lebih sering. Misalkan dalam satu minggu diupayakan dua kali atau minimal satu kali dosen pembimbing PPL dan DPL dapat hadir memberikan bimbingan
2. Bagi Mahasiswa PPL periode berikutnya
 - a. Mahasiswa PPL hendaknya melakukan observasi secara optimal, agar program-program yang dilaksanakan sesuai dengan kebutuhan sekolah.
 - b. Mahasiswa PPL hendaknya melaksanakan kewajibannya dengan baik.
 - c. Mahasiswa PPL hendaknya membina komunikasi yang baik dengan pihak sekolah, agar terbina hubungan yang harmonis.
 - d. Mahasiswa PPL sebelum melaksanakan praktik mengajar hendaknya menguasai materi yang akan disampaikan agar menambah kepercayaan diri ketika mengajar di hadapan peserta didik.
 - e. Mahasiswa PPL hendaknya disiplin dan menjalankan tugas dan kewajibannya selama pelaksanaan PPL sesuai dengan harapan sekolah dan senantiasa menjaga nama baik almamater
 - f. Selalu menjalin kebersamaan (kesatuan Tim) dengan mengedepankan tanggung jawab dan toleransi setiap individu sebagai satu kesatuan.
 - g. Pembuatan catatan harian, mingguan, matriks hasil kerja dan sebagainya sebaiknya dilaksanakan dengan tertib, sehingga memudahkan saat penyusunan laporan.

- h. Pembuatan laporan sebaiknya dimulai sejak awal dengan cara dicicil, sehingga mahasiswa tidak perlu bekerja keras di akhir kegiatan PPL.

3. Bagi SMP N 3 Sentolo

- a. Diharapkan untuk terus menjaga dan meningkatkan kualitas sekolah, baik dari segi Sumber Daya Manusianya maupun sarana dan prasarananya.
- b. Mengoptimalkan penggunaan media pembelajaran yang telah tersedia di sekolah (seperti laboratorium bahasa, OHP, laptop dll).
- c. Diharapkan Semua elemen sekolah terus mendukung, berperan serta dan memfasilitasi kegiatan-kegiatan dari mahasiswa PPL, sehingga seluruh kegiatan dapat terlaksana sesuai dengan yang diharapkan, terutama dalam segi finansial.
- d. Program kerja yang telah dilaksanakan oleh mahasiswa sebaiknya terus dilaksanakan dan dikembangkan sekolah sehingga program tersebut tidak hanya berjalan ketika kegiatan PPL berlangsung.
- e. Warga sekolah hendaknya merawat fasilitas-fasilitas yang telah ada sehingga tetap terjaga dengan baik dan dapat dimanfaatkan sewaktu-waktu.
- f. Hubungan yang sudah terjalin antara pihak Universitas dengan pihak sekolah hendaknya dapat lebih ditingkatkan dan dapat memberi umpan balik satu sama lain.
- g. Meningkatkan system pengajaran yang telah diterapkan, sehingga dapat memperbaiki mutu output dan lulusan SMP N 3 Sentolo dapat bersaing.
- h. Perlu adanya peningkatan kedisiplinan siswa dalam berbagai aspek seperti pakaian, sikap dan tingkah laku, keseriusan dalam mengikuti pelajaran di kelas dan kedisiplinan dalam pelaksanaan upacara bendera.

DAFTAR PUSTAKA

LPPMP. (2015). *Pembekalan Micro/ppl*. Yogyakarta: LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta.

LPPMP. (2015). *Materi Pembekalan PPL*. Yogyakarta: LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta.

LPPMP. (2015). *Agenda PPL*. Yogyakarta: LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta.

LAMPIRAN

PEMERINTAHAN KABUPATEN KULON PROGO

DINAS PENDIDIKAN

SMP NEGERI 3 SENTOLO

Alamat :Kaliagung, Sentolo, KulonProgo 55664. Telp.(0274)773010.Fax. 773148

BUKU KERJA 1

PERANGKAT PEMBELAJARAN

- 1. KALENDER AKADEMIK**
- 2. JADWAL MENGAJAR**
- 3. SKKD**
- 4. SILABUS**
- 5. LAPORAN OBSERVASI**
- 6. RPP**
- 7. AGENDA MENGAJAR**
- 8. PRESENSI SISWA**

Disusun Oleh :

NAMA : Dati Maryami
NIM : 12601241007
**MATA PELAJARAN : Pendidikan Jasmani Olahraga
dan Kesehatan**
TAHUN PELAJARAN : 2015/2016

JADWAL PELAJARAN SEMESTER GANJIL
TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016
SMP NEGERI 3 SENTOLO

| HARI | JAM KE | JAM | KELAS VII | | | | | | KELAS VIII | | | | | | KELAS IX | | | | | | PIKET |
|--------|-------------|-------------|---------------------------|----|----|----|----|----|------------|----|----|----|----|----|----------|----|----|----|----|----|-------|
| | | | A | B | C | D | E | F | A | B | C | D | E | F | A | B | C | D | E | F | |
| SENIIN | 1 | 07.00-07.40 | U | U | U | U | U | U | U | U | U | U | U | U | U | U | U | U | U | U | 14 |
| | 2 | 07.40-08.20 | 5 | 16 | 9 | 18 | 17 | 34 | 26 | 3 | 8 | 33 | 22 | 20 | 6 | 35 | 36 | 11 | 2 | 15 | 36 |
| | 3 | 08.20-09.00 | 5 | 16 | 9 | 18 | 17 | 34 | 26 | 3 | 8 | 33 | 22 | 20 | 6 | 35 | 36 | 11 | 2 | 15 | 36 |
| | | 09.00-09.15 | ISTIRAHAT | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 4 | 09.15-09.55 | 16 | 13 | 32 | 5 | 23 | 18 | 7 | 9 | 34 | 12 | 22 | 10 | 21 | 27 | 30 | 28 | 19 | 23 | |
| | 5 | 09.55-10.35 | 16 | 13 | 32 | 5 | 23 | 18 | 7 | 9 | 34 | 12 | 22 | 10 | 21 | 27 | 30 | 28 | 19 | 26 | |
| | | 10.35-10.50 | ISTIRAHAT | | | | | | | | | | | | | | | | | | 6 |
| SELASA | 6 | 10.50-11.30 | 17 | 21 | 13 | 32 | 7 | 8 | 14 | 15 | 9 | 26 | 33 | 12 | 27 | 10 | 6 | 2 | 30 | 28 | 8 |
| | 7 | 11.30-12.10 | 17 | 21 | 13 | 32 | 7 | 8 | 14 | 15 | 9 | 26 | 33 | 12 | 27 | 10 | 6 | 2 | 30 | 28 | 22 |
| | 1 | 07.00-07.40 | 16 | 12 | 13 | 34 | 5 | 7 | 14 | 10 | 3 | 22 | 20 | 35 | 2 | 9 | 30 | 11 | 31 | 17 | |
| | 2 | 07.40-08.20 | 16 | 12 | 13 | 34 | 5 | 7 | 14 | 10 | 3 | 22 | 20 | 35 | 2 | 9 | 30 | 11 | 15 | | |
| | 3 | 08.20-09.00 | 4 | 17 | 29 | 7 | 18 | 23 | 34 | 27 | 39 | 24 | 12 | 33 | 21 | 6 | 20 | 31 | 28 | 15 | 13 |
| | | 09.00-09.15 | ISTIRAHAT | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 4 | 09.15-09.55 | 8 | 17 | 29 | 7 | 18 | 23 | 34 | 27 | 39 | 24 | 12 | 10 | 21 | 6 | 2 | 9 | 28 | 35 | 20 |
| RABU | 5 | 09.55-10.35 | 8 | 21 | 12 | 23 | 7 | 4 | 3 | 39 | 14 | 20 | 33 | 10 | 31 | 27 | 2 | 9 | 16 | 35 | 29 |
| | | 10.35-10.50 | ISTIRAHAT | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 6 | 10.50-11.30 | 13 | 21 | 12 | 23 | 8 | 18 | 3 | 39 | 14 | 20 | 26 | 22 | 9 | 27 | 35 | 10 | 2 | 16 | 38 |
| | 7 | 11.30-12.10 | 13 | 21 | 4 | 23 | 8 | 18 | 25 | 7 | 15 | 33 | 26 | 22 | 9 | 31 | 35 | 10 | 2 | 16 | 9 |
| | 1 | 07.00-07.40 | 21 | 4 | 26 | 23 | 13 | 17 | 9 | 34 | 14 | 12 | 3 | 8 | 37 | 36 | 19 | 20 | 15 | 11 | 27 |
| | 2 | 07.40-08.20 | 21 | 1 | 26 | 23 | 13 | 17 | 9 | 34 | 14 | 12 | 3 | 8 | 37 | 36 | 19 | 20 | 15 | 11 | 28 |
| | 3 | 08.20-09.00 | 16 | 1 | 21 | 4 | 23 | 9 | 14 | 32 | 27 | 33 | 34 | 3 | 6 | 37 | 20 | 19 | 31 | 10 | 30 |
| KAMIS | | 09.00-09.15 | ISTIRAHAT | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 4 | 09.15-09.55 | 1 | 5 | 17 | 18 | 9 | 7 | 14 | 32 | 27 | 33 | 34 | 3 | 6 | 37 | 20 | 19 | 16 | 10 | 12 |
| | 5 | 09.55-10.35 | 1 | 5 | 17 | 18 | 9 | 23 | 27 | 14 | 33 | 20 | 25 | 26 | 21 | 6 | 31 | 28 | 16 | 15 | 10 |
| | | 10.35-10.50 | ISTIRAHAT | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 6 | 10.50-11.30 | 12 | 9 | 5 | 17 | 18 | 23 | 27 | 14 | 33 | 32 | 8 | 26 | 21 | 19 | 2 | 28 | 36 | 30 | 35 |
| | 7 | 11.30-12.10 | 12 | 9 | 5 | 17 | 18 | 23 | 15 | 25 | 33 | 32 | 8 | 20 | 21 | 19 | 2 | 16 | 36 | 30 | 32 |
| | JUM'AT | 1 | 07.00-07.40 | 34 | 8 | 29 | 26 | 32 | 13 | 7 | 15 | 27 | 3 | 9 | 12 | 11 | 21 | 10 | 20 | 19 | 36 |
| 2 | | 07.40-08.20 | 34 | 8 | 29 | 26 | 32 | 13 | 39 | 15 | 27 | 3 | 9 | 12 | 11 | 21 | 10 | 35 | 19 | 36 | 37 |
| 3 | | 08.20-09.00 | 21 | 16 | 33 | 7 | 24 | 5 | 39 | 15 | 25 | 12 | 20 | 34 | 13 | 11 | 37 | 35 | 9 | 28 | 7 |
| | | 09.00-09.15 | ISTIRAHAT | | | | | | | | | | | | | | | | | | 5 |
| 4 | | 09.15-09.55 | 1 | 32 | 33 | 7 | 24 | 5 | 8 | 26 | 3 | 12 | 20 | 34 | 13 | 11 | 37 | 36 | 9 | 28 | 11 |
| 5 | | 09.55-10.35 | 1 | 32 | 33 | 9 | 7 | 24 | 8 | 26 | 3 | 39 | 20 | 25 | 6 | 21 | 27 | 36 | 15 | 16 | 18 |
| | | 10.35-10.50 | ISTIRAHAT | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| SABTU | 6 | 10.50-11.30 | 26 | 1 | 5 | 9 | 7 | 24 | 3 | 8 | 15 | 39 | 32 | 33 | 37 | 13 | 27 | 16 | 10 | 2 | 25 |
| | 7 | 11.30-12.10 | 26 | 1 | 5 | 7 | 4 | 9 | 3 | 8 | 15 | 25 | 32 | 33 | 37 | 13 | 6 | 16 | 10 | 2 | |
| | 1 | 07.00-07.40 | KERJA BAKTI JUM'AT BERSIH | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 2 | 07.40-08.20 | 9 | 34 | 21 | 8 | 5 | 7 | 15 | 3 | 33 | 20 | 10 | 32 | 2 | 27 | 11 | 13 | 16 | 30 | 16 |
| | 3 | 08.20-09.00 | 9 | 34 | 21 | 8 | 5 | 7 | 15 | 3 | 33 | 20 | 10 | 32 | 2 | 27 | 11 | 13 | 16 | 30 | 15 |
| | | 09.00-09.15 | ISTIRAHAT | | | | | | | | | | | | | | | | | | 19 |
| | 4 | 09.15-09.55 | 5 | 12 | 34 | 29 | 24 | 26 | 32 | 7 | 3 | 9 | 39 | 8 | 19 | 6 | 13 | 28 | 30 | 2 | 34 |
| 5 | 09.55-10.35 | 5 | 12 | 34 | 29 | 24 | 26 | 32 | 7 | 3 | 9 | 39 | 8 | 19 | 6 | 13 | 28 | 30 | 2 | 24 | |
| SUNDI | 1 | 07.00-07.40 | 21 | 26 | 12 | 34 | 5 | 7 | 10 | 27 | 32 | 28 | 33 | 3 | 2 | 9 | 6 | 20 | 15 | 16 | 39 |
| | 2 | 07.40-08.20 | 21 | 26 | 12 | 34 | 5 | 7 | 10 | 27 | 32 | 28 | 33 | 3 | 2 | 9 | 6 | 20 | 15 | 16 | 4 |
| | 3 | 08.20-09.00 | 12 | 5 | 38 | 29 | 26 | 32 | 27 | 10 | 15 | 34 | 20 | 39 | 36 | 2 | 37 | 16 | 13 | 9 | 2 |
| | | 09.00-09.15 | ISTIRAHAT | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 4 | 09.15-09.55 | 12 | 5 | 38 | 29 | 26 | 32 | 27 | 10 | 15 | 34 | 20 | 39 | 36 | 2 | 37 | 16 | 13 | 9 | 21 |
| | 5 | 09.55-10.35 | 32 | 16 | 21 | 5 | 23 | 24 | 15 | 7 | 26 | 10 | 3 | 9 | 27 | 37 | 20 | 2 | 35 | 13 | 3 |
| 6 | 10.35-11.15 | 32 | 16 | 21 | 5 | 23 | 24 | 15 | 7 | 26 | 10 | 3 | 9 | 27 | 37 | 20 | 2 | 35 | 13 | 31 | |

KODE GURU DAN MAPEL

| | | |
|----|--------------------------|-----------------|
| 1 | Dra. Praptinah, M.Pd. | : IPS |
| 2 | Drs. Suparno | : IPS |
| 3 | M.W. Sri Hariyani, S.Pd. | : B.ING |
| 4 | Dra. Wahyu CN | : BK |
| 5 | Sri Hastuti, S.Pd. | : B.ING |
| 6 | St. Sakiman, S.Pd. | : B.IND |
| 7 | Isnaini Rahmah, S.Pd. | : B.IND |
| 8 | Suciaty | : S.TARI(Mulok) |
| 9 | Anang AA, S.Ag. | : Ag. ISLAM |
| 10 | Ibnu Prabawa, S.Pd. | : SB (S.Rupa) |
| 11 | Purwantara | : PENJAS |
| 12 | Siti Suyanti, S.Pd. | : IPA |
| 13 | Johar Sunariyah, S.Pd. | : PKn |
| 14 | Murni Sugiyarsih, S.Pd. | : IPS |
| 15 | Siti Wahiyah, S.Pd. | : MTK |
| 16 | Hayati, S.Pd. | : B.IND |
| 17 | V. Hartini, S.Pd. | : SB (S.Musik) |
| 18 | Rumsiyati, S.Pd. | : IPA |
| 19 | Suwarni, S.Pd. | : B.JAWA |
| 20 | Yuni Susilawati, S.Pd. | : MTK |
| 21 | Mujiastuti, S.Pd. | : MTK |
| 22 | Sumilah, S.Pd. | : IPS |
| 23 | Mujirah, S.Pd. | : MTK |
| 24 | Dra. Sri Astuti | : IPS |
| 25 | Rini Siswanti, S.Pd. | : BK |
| 26 | Sri Dalyati, S.Pd. | : KETERAMPIL |
| 27 | B. Hesti L, S.Pd. | : IPA |
| 28 | B. Patmi Istiana, S.Pd. | : IPA |
| 29 | Mujita | : IPS |
| 30 | Kunti Taliningsih, S.Pd. | : B.ING |
| 31 | Suyatno, S.Pd. | : BK |
| 32 | Marwanto, S.Pd. | : B.JAWA |
| 33 | Eko Puji Rahmanto, S.Pd. | : B.IND |
| 34 | Sugiyanto, S.Pd.Jas | : PENJAS |
| 35 | Helmi Sidik P, A.Md. | : TIK |
| 36 | Dyah Tri M, A.Md. | : T.BUSANA |
| 37 | Ismi Nurhayati, S.Pd. | : B.ING |
| 38 | Sugiyern | : Ag.Kristen |
| 39 | Triwidiastuti | : PKn |
| 40 | Ery Herawati WK | : Ag. Katolik |

Sentolo, 24 Juli 2015

Kepala Sekolah

Dra. Praptinah, M.Pd.

Pembina Tk. I, IV/b

NIP 19601030 198103 2 006

STANDAR KOMPETENSI DAN KOMPETENSI DASAR

KELAS IX / SEMESTER 1

| Standar Kompetensi | Kompetensi Dasar |
|--|--|
| <p>1. Mempraktikkan berbagai teknik dasar ke dalam permainan dan olahraga serta nilai nilai yang terkandung di dalamnya</p> | <p>1.1.Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar lanjutan dengan konsisten serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, dan bersedia berbagi tempat dan peralatan **)</p> <p>1.2.Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola kecil lanjutan dengan konsisten serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan **)</p> <p>1.3.Mempraktikkan teknik dasar atletik lanjutan serta nilai toleransi, percaya diri, keberanian, menjaga keselamatan diri dan orang lain, bersedia berbagi tempat dan peralatan **)</p> <p>1.4.Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar salah satu permainan olahraga bela diri lanjutan dengan konsisten serta nilai keberanian, kejujuran, menghormati lawan dan percaya diri **)</p> |
| <p>2. Mempraktikkan jenis latihan beban dengan alat sederhana untuk meningkatkan kebugaran dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya</p> | <p>2.1.Mengidentifikasi jenis – jenis latihan yang sesuai dengan kebutuhan</p> <p>2.2.Mempraktikkan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan untuk kebugaran jasmani sesuai dengan kebutuhan dengan menggunakan alat sederhana serta nilai semangat, tanggung jawab, disiplin, dan percaya diri</p> |
| <p>3. Mempraktikkan rangkaian gerak senam lantai dengan gerakan yang benar dan nilai nilai yang terkandung di dalamnya</p> | <p>3.1.Mempraktikkan rangkaian senam lantai tanpa alat serta nilai percaya diri, kerjasama, disiplin, keberanian, dan keselamatan</p> |

| | |
|---|--|
| | 3.2.Mempraktikkan beberapa rangkaian senam lantai, serta nilai keberanian, kedisiplinan, keluwesan dan estetika |
| 4. Mempraktikkan rangkaian gerak teknik senam irama tanpa dan dengan alat serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya | 4.1.Mempraktikkan rangkaian aktivitas ritmik tanpa alat dengan koordinasi gerak yang baik serta nilai disiplin, toleransi, keluwesan dan estetika 4.2.Mempraktikkan rangkaian aktivitas ritmik berirama menggunakan alat dengan koordinasi gerak serta nilai disiplin, toleransi keluwesan, dan estetika |
| 5. Mempraktikkan teknik dasar renang gaya punggung dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya *) | 5.1.Mempraktikkan teknik dasar gerakan kaki renang gaya punggung serta nilai disiplin, keberanian dan kebersihan 5.2.Mempraktikkan teknik dasar gerakan lengan renang gaya punggung serta nilai disiplin, keberanian dan kebersihan 5.3.Mempraktikkan teknik dasar pernapasan renang gaya punggung serta nilai disiplin, keberanian dan kebersihan |
| 6. Mempraktikkan dasar dasar penjelajahan di alam bebas dan nilai-nilai yang terkandung ***) | 6.1.Mempraktikkan rencana kegiatan penjelajahan 6.2.Mempraktikkan berbagai keterampilan untuk memecahkan masalah yang ditemukan dalam aktivitas penjelajahan di alam bebas serta nilai kerjasama, disiplin, keselamatan, kebersihan, dan etika |
| 7. Menerapkan budaya hidup sehat | 7.1.Memahami berbagai bahaya kebakaran 7.2.Memahami cara menghindari bahaya kebakaran |

STANDAR KOMPETENSI DAN KOMPETENSI DASAR

KELAS VIII / SEMESTER 1

| Standar Kompetensi | Kompetensi Dasar |
|---|---|
| <p>1. Mempraktikkan berbagai teknik dasar ke dalam permainan dan olahraga serta nilai nilai yang terkandung di dalamnya</p> | <p>1.1. Mempraktikkan teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar lanjutan dengan koordinasi yang baik serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan **)</p> <p>1.2. Mempraktikkan teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola kecil lanjutan dengan koordinasi yang baik serta nilai kerjasama, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan **)</p> <p>1.3. Mempraktikkan teknik dasar salah satu permainan olahraga atletik lanjutan, dengan koordinasi yang baik serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan **)</p> <p>1.4. Mempraktikkan teknik dasar salah satu permainan olahraga bela diri lanjutan dengan koordinasi yang baik serta nilai keberanian, kejujuran, menghormati lawan dan percaya diri **)</p> |
| <p>2. Mempraktikkan latihan kebugaran dalam bentuk latihan sirkuit dan nilai – nilai yang terkandung di dalamnya</p> | <p>2.1. Mempraktikkan latihan kekuatan dan daya tahan anggota badan bagian atas dengan system sirkuit serta nilai disiplin dan tanggung jawab</p> <p>2.2. Mempraktikkan latihan kekuatan dan daya tahan anggota badan bagian bawah dengan system sirkuit serta nilai disiplin dan tanggung jawab</p> |

| | |
|---|---|
| <p>3. Mempraktikkan teknik dasar senam lantai dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya</p> | <p>3.1.Mempraktikkan teknik dasar senam lantai meroda berdasarkan konsep yang serta nilai kedisiplinan, keberanian dan tanggung jawab</p> <p>3.2.Mempraktikkan teknik dasar senam lantai guling lenting serta nilai kedisiplinan, keberanian dan tanggung jawab</p> |
| <p>4. Mempraktikkan senam irama dengan alat dan nilai – nilai yang terkandung di dalamnya</p> | <p>4.1.Mempraktikkan teknik dasar senam irama menggunakan tongkat atau simpai dengan gerakan mengayun dan memutar ke berbagai arah serta nilai disiplin, toleransi dan estetika</p> <p>4.2.Mempraktikkan kombinasi gerakan mengayun/memutar ke berbagai arah dengan gerak melangkah serta nilai disiplin, toleransi, keluwesan gerak, dan esterika</p> |
| <p>5. Mempraktikkan teknik dasar renang gaya bebas dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya *)</p> | <p>5.1.Mempraktikkan teknik dasar gerakan kaki renang gaya bebas serta nilai disiplin, keberanian dan keberhasilan</p> <p>5.2.Mempraktikkan teknik dasar gerakan lengan renang gaya bebas serta nilai disiplin, keberanian, dan keberhasilan</p> <p>5.3.Mempraktikkan teknik dasar pernapasan renang gaya bebas serta nilai disiplin, keberanian dan kebersihan</p> |
| <p>6. Menerapkan budaya hidup sehat</p> | <p>6.1.Mengenal bahaya seks bebas</p> <p>6.2.Menolak budaya seks bebas</p> |

SILABUS PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP N 3 SENTOLO

Kelas : IX (Sembilan)

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Semester : 1 (Satu)

Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan berbagai teknik dasar ke dalam permainan dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

| Kompetensi Dasar | Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | Indikator Pencapaian Kompetensi* | Penilaian | | | Alokasi Waktu | Sumber Belajar |
|--|---------------------|--|--|-------------|-------------------------------|--|---------------|--|
| | | | | Teknik | Bentuk Instrumen | Contoh Instrumen | | |
| 1.1 .Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar lanjutan dengan konsisten serta nilai kerjasama, toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi | Sepak Bola | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar menendang dan menghentikan bola menggunakan kaki bagian dalam dan luar serta menahan bola dengan telapak kaki dengan konsisten yang baik secara berpasangan atau kelompok | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar (menendang dan menghentikan bola menggunakan kaki bagian dalam, dan luar) serta menahan bola dengan telapak kaki dengan konsisten | Unjuk Kerja | Uji petik prosedur dan produk | Lakukan variasi dan kombinasi menendang, menghentikan bola dengan kaki bagian dalam, luar, telapak dan punggung kaki | 4x40 menit | Buku teks, Buku referensi, bola kaki, lapangan sepakbola |
| | | | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar menggiring dan | Unjuk Kerja | Uji petik prosedur dan produk | Lakukan variasi dan kombinasi menggiring dan menghentikan bola dengan | | |

| Kompetensi Dasar | Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | Indikator Pencapaian Kompetensi* | Penilaian | | | Alokasi Waktu | Sumber Belajar |
|-------------------------|---------------------|--|--|-------------|-------------------------------|---|---------------|--|
| | | | | Teknik | Bentuk Instrumen | Contoh Instrumen | | |
| tempat dan peralatan**) | | | <p>menghentikan bola dengan punggung kaki dengan konsisten</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk kerjasama dan toleransi | Unjuk Kerja | Uji petik prosedur dan produk | punggung kaki Observasi | | |
| | Bola voli | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan variasi kombinasi teknik dasar passing atas dan bawah dengan konsisten secara berpasangan atau kelompok Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk kerja sama | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar passing atas dan bawah bola voly dengan konsisten Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk kerjasama | Unjuk kerja | Uji petik prosedur dan produk | Lakukan variasi dan kombinasi teknik dasar passing atas dan bawah Observasi | 2x40 menit | Buku teks, Buku referensi, Bolavoli.net, lapangan bolavoli |
| | Bola Basket | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar passing, menggiring dengan konsisten | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar passing (dada, pantul dan dari atas kepala) dengan | Unjuk kerja | Uji petik prosedur dan produk | Tes variasi kombinasi teknik dasar passing (dada, pantul dan dari atas kepala) dengan konsisten | 2x40 menit | Buku teks, Buku referensi, Bolabasket, |

| Kompetensi Dasar | Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | Indikator Pencapaian Kompetensi* | Penilaian | | | Alokasi Waktu | Sumber Belajar |
|--|---------------------|---|---|-------------|-------------------------------|--|---------------|--|
| | | | | Teknik | Bentuk Instrumen | Contoh Instrumen | | |
| | | <p>secara berpasangan atau kelompok</p> <ul style="list-style-type: none"> Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi | <p>konsisten</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk kerjasama | Unjuk kerja | Uji petik prosedur dan produk | Observasi | | lapangan bolabasket |
| 1.2 Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola kecil lanjutan dengan koordinasi yang baik serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan**) | <i>Bulu tangkis</i> | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan kombinasi teknik dasar memegang raket forehand dan backhand untuk servis dan pukulan dengan koordinasi yang baik secara berpasangan atau kelompok Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai kerjasama dan menghargai lawan | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar memegang raket forehand dan backhand untuk melakukan servis dan pukulan forehand serta backhand dengan konsisten Melakukan bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai kerjasama dan menghargai lawan | Unjuk kerja | Uji petik prosedur dan produk | Lakukan variasi dan kombinasi teknik dasar memegang forehand dan backhand untuk melakukan servis dan pukulan forehand serta backhand | 2x40 menit | Buku teks, buku referensi, bulu-tangkis, net, raket, sutlecock, lapangan bulutangkis |
| | | | | Unjuk kerja | Uji petik prosedur dan produk | Observasi | | |
| | <i>Tenis Meja</i> | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan teknik dasar memegang bat | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan teknik dasar memegang bat forehand dan | Unjuk kerja | Uji petik prosedur dan produk | <ul style="list-style-type: none"> Lakukan variasi dan kombinasi teknik dasar | 2x40 menit | Buku teks, buku referensi, |

| Kompetensi Dasar | Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | Indikator Pencapaian Kompetensi* | Penilaian | | | Alokasi Waktu | Sumber Belajar |
|------------------|---------------------|--|--|-------------|-------------------------------|--|---------------|--|
| | | | | Teknik | Bentuk Instrumen | Contoh Instrumen | | |
| | | <p>forehand dan backhand untuk servis dan pukulan dengan konsisten secara berpasangan atau kelompok</p> <ul style="list-style-type: none"> Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai kerjasama dan menghargai lawan | <p>backhand untuk servis dan pukulan dengan konsisten</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai kerjasama dan menghargai lawan | Unjuk kerja | Uji petik prosedur dan produk | <p>memegang bat forehand dan backhand untuk servis dan pukulan forehand dan backhand</p> <ul style="list-style-type: none"> Observasi | | bad, bola pingpong, meja pingpong, net |

| Kompetensi Dasar | Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | Indikator Pencapaian Kompetensi* | Penilaian | | | Alokasi Waktu | Sumber Belajar |
|--|---------------------|--|---|-------------|-------------------------------|---|---------------|--|
| | | | | Teknik | Bentuk Instrumen | Contoh Instrumen | | |
| | <i>Softball</i> | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar melempar, menangkap memegang stick dan pukulan swing/bunch dengan konsisten secara berpasangan atau kelompok Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai kerjasama | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar melempar, menangkap memegang stick dan pukulan swing/bunch dengan konsisten Melakukan Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai kerjasama | Unjuk kerja | Uji petik prosedur dan produk | Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar melempar, menangkap memegang stick dan pukulan swing/bunch | 2x40 menit | Buku teks, buku referensi, stick, bola softball, glove |
| 1.3. Mempraktikan teknik dasar salah atletik lanjutan serta nilai tolerans, percaya diri, keberanian, menjaga keselamatan diri dan orang lain, bersedia berbagi tempat dan peralatan | • Lari sambung | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan teknik dasar lari sambung secara berpasangan atau kelompok Melakukan lomba lari sambung dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan teknik dasar lari sambung secara berpasangan atau kelompok Melakukan lomba lari sambung dengan peraturan yang dimodifikasi | Unjuk kerja | Uji petik prosedur dan produk | Lakukan teknik dasar start, lari sambung, finish | 2x40 menit | |
| | | | | Unjuk kerja | Uji petik prosedur dan produk | Observasi | | |

| Kompetensi Dasar | Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | Indikator Pencapaian Kompetensi* | Penilaian | | | Alokasi Waktu | Sumber Belajar |
|------------------|--|--|---|---|---|---|---------------|----------------|
| | | | | Teknik | Bentuk Instrumen | Contoh Instrumen | | |
| | <ul style="list-style-type: none"> Lompat jauh gaya berjalan di udara Lempar lembing awalan langkah silang | <p>keberanian</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan teknik dasar awalan, tolakan, sikap di udara dan mendarat Melakukan lomba lompat jauh gaya berjalan di udara untuk menanamkan nilai keberanian Melakukan teknik dasar memegang, membawa, melempar dan gerak ikutan di dahului persepsi motorik secara berpasangan atau kelompok Melakukan lomba lempar lembing dengan peraturan yang dimodifikasi | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan awalan, tolakan, sikap di udara dan mendarat Melakukan lomba lompat jauh gaya berjalan di udara Melakukan teknik dasar memegang , membawa, melempar dan gerak ikutan pada lempar lembing awalan langkah silang Melakukan lempar lembing awalan langkah silang dalam bentuk perlombaan dengan | <p>Unjuk kerja</p> <p>Unjuk kerja</p> <p>Unjuk kerja</p> <p>Unjuk kerja</p> | <p>Uji petik prosedur dan produk</p> <p>Uji petik prosedur dan produk</p> <p>Uji petik prosedur dan produk</p> <p>Uji petik prosedur dan produk</p> | <p>Lakukan teknik dasar awalan, tolakan, sikap di udara dan mendarat lompat jauh gaya berjalan di udara</p> <p>Observasi</p> <p>Lakukan teknik dasar memegang, membawa, melempar, dan gerak ikutan lempar lembing langkah silang !</p> <p>observasi</p> | | |

| Kompetensi Dasar | Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | Indikator Pencapaian Kompetensi* | Penilaian | | | Alokasi Waktu | Sumber Belajar |
|---|---------------------|-----------------------|---|-----------|------------------|------------------|---------------|----------------|
| | | | | Teknik | Bentuk Instrumen | Contoh Instrumen | | |
| | | | peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai percaya diri | | | | | |
| ❖ Karaktersiswa yang diharapkan : <ul style="list-style-type: none"> Disiplin (<i>Discipline</i>) Tekun (<i>diligence</i>) Tanggungjawab (<i>responsibility</i>) Ketelitian (<i>carefulness</i>) Kerja sama (<i>Cooperation</i>) Toleransi (<i>Tolerance</i>) Percaya diri (<i>Confidence</i>) Keberanian (<i>Bravery</i>) | | | | | | | | |

SILABUS PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP N 3 SENTOLO

Kelas : IX (Sembilan)

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Semester : 1 (Satu)

Standar Kompetensi : 2. Mempraktikkan jenis latihan beban dengan alat sederhana untuk meningkatkan kebugaran dan nilai - nilai yang terkandung didalamnya

| Kompetensi Dasar | Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | Indikator Pencapaian Kompetensi* | Penilaian | | | Alokasi Waktu | Sumber Belajar |
|---|---------------------|--|---|-------------|-------------------------------|---|---------------|---|
| | | | | Teknik | Bentuk Instrumen | Contoh Instrumen | | |
| 2.1 Mengidentifikasi jenis jenis latihan yang sesuai dengan kebutuhan | Kebugaran Jasmani | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan identifikasi bentuk latihan untuk kekuatan dan daya tahan (untuk badan bagian atas dan bawah) secara berpasangan atau kelompok | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan identifikasi bentuk latihan untuk kekuatan dan daya tahan (untuk badan bagian atas dan bawah) | Unjuk kerja | Uji petik prosedur dan produk | Lakukan gerak rangkaian ayunan satu lengan dan gerak langkah kaki dengan koordinasi yang baik | 2x2x40 menit | Buku teks, buku referensi, lapangan, tongkat,tape |

| | | | | | | | | |
|---|-------------------|--|---|--------------------------------|--|--|--|---|
| | | <ul style="list-style-type: none">Melakukan identifikasi bentuk latihan untuk kelentukan (persendian leher, tangan, lengan, pinggang, lutut dan kaki) secara berpasangan atau kelompok | <ul style="list-style-type: none">Melakukan identifikasi bentuk latihan untuk kelentukan (persendian leher, tangan, lengan, pinggang, lutut dan kaki) | Unjuk kerja | Uji petik prosedur dan produk | | | |
| 2.2. Mempraktikkan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan untuk kebugaran jasmani sesuai dengan kebutuhan dengan menggunakan alat sederhana serta nilai semangat, tanggung jawab, disiplin, dan | Kebugaran jasmani | <ul style="list-style-type: none">Melakukan latihan kekuatan dan daya tahan otot paha dan kaki secara berpasangan atau kelompokMelakukan lomba kecepatan ,kelincahan dengan peraturan yang dimodifikasi | <ul style="list-style-type: none">Melakukan latihan kekuatan dan daya tahan badan bagian atas menggunakan alat (bola basket/bola sepak)Melakukan latihan kekuatan, kecepatan dan daya tahan badan bagian bawah menggunakan | Unjuk kerja Unjuk kerja | Uji petik prosedur dan produk Uji petik prosedur dan produk | Lakukan bentuk latihan daya tahan, kekuatan dan kecepatan Observasi | | Buku teks, buku referensi, lapangan, tongkat,tape |

| | | | | | | | | |
|---|--|--|---|-------------|-------------------------------|-----------|--|--|
| percaya diri | | untuk menanamkan nilai disiplin dan tanggung jawab | alat (bangku senam) • Melakukan latihan kecepatan badan bagian bawah (lomba lari cepat jarak pendek) | Unjuk kerja | Uji petik prosedur dan produk | Observasi | | |
| ❖ Karaktersiswa yang diharapkan : <ul style="list-style-type: none"> Disiplin (<i>Discipline</i>) Tekun (<i>diligence</i>) Tanggungjawab (<i>responsibility</i>) Ketelitian (<i>carefulness</i>) Kerja sama (<i>Cooperation</i>) Toleransi (<i>Tolerance</i>) Percaya diri (<i>Confidence</i>) Keberanian (<i>Bravery</i>) | | | | | | | | |

SILABUS PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP N 3 SENTOLO
 Kelas : IX (Sembilan)
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Semester : 1 (Satu)
 Standar Kompetensi : 3.Mempraktikkan rangkaian gerak senam lantai dengan gerakan yang benar dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

| Kompetensi Dasar | Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | Indikator Pencapaian Kompetensi* | Penilaian | | | Alokasi Waktu | Sumber Belajar |
|---|---------------------|---|--|------------|-------------------------------|---|---------------|--|
| | | | | Teknik | Bentuk Instrumen | Contoh Instrumen | | |
| 3.1. Mempraktikkan rangkaian senam lantai tanpa alat serta nilai percaya diri, kerja sama, disiplin, keberanian dan keselamatan | Senam lantai | Melakukan gerak rangkai keseimbangan (bertumpu pada kaki) dilanjutkan dengan gerak meroda dan dilanjutkan dengan gerak guling lenting | Melakukan gerak rangkai keseimbangan (bertumpu pada kaki) dilanjutkan dengan gerak meroda dan dilanjutkan dengan gerak guling lenting secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai keberanian, keselamatan dan estetika | Unjuk rasa | Uji petik prosedur dan produk | Lakukan gerak rangkai ayunan satu lengan dan gerak langkah kaki dengan koordinasi yang baik | 2x2x40 menit | Buku teks, buku referensi, lapangan, tongkat, tape |

| | | | | | | | | |
|--|--------------|---|--|-------------|-------------------------------|--|--|--|
| | | | | | | | | |
| 4.2. Mempraktikkan beberapa rangkaian senam lantai kedisiplinan, keberanian keluwesan dan estetika | Senam lantai | Melakukan gerak rangkai keseimbangan (bertumpu selain kaki) dilanjutkan dengan gerak berguling ke depan dan bergerak guling lenting | Melakukan gerak rangkai keseimbangan (bertumpu selain kaki) dilanjutkan dengan gerak berguling ke depan dan bergerak guling lenting secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai keberanian, keselamatan dan estetika | Unjuk Kerja | Uji petik prosedur dan produk | Lakukan gerak rangkai keseimbangan (bertumpu selain kaki) dilanjutkan dengan gerak berguling ke depan dan bergerak guling lenting | | Buku teks, buku refe- rensi, lapangan, tongkat,tape |
| ❖ Karaktersiswa yang diharapkan : Disiplin (<i>Discipline</i>) Tekun (<i>diligence</i>) Tanggungjawab (<i>responsibility</i>) Ketelitian (<i>carefulness</i>) Kerja sama (<i>Cooperation</i>) Toleransi (<i>Tolerance</i>) Percaya diri (<i>Confidence</i>) Keberanian (<i>Bravery</i>) | | | | | | | | |

SILABUS PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP N 3 SENTOLO

Kelas : IX (Sembilan)

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Semester : 1 (Satu)

Standar Kompetensi : 4.Mempraktikkan rangkaian gerak teknik senam irama tanpa dan dengan alat serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya

| Kompetensi Dasar | Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | Indikator Pencapaian Kompetensi* | Penilaian | | | Alokasi Waktu | Sumber Belajar |
|---|------------------------------------|---|--|------------|-------------------------------|---|---------------|---|
| | | | | Teknik | Bentuk Instrumen | Contoh Instrumen | | |
| 3.2. Mempraktikkan rangkaian aktivitas ritmik tanpa alat dengan koordinasi gerak yang baik serta nilai disiplin, toleransi dan estetika | Senam irama dengan alat (tongkat) | Melakukan gerak rangkai ayunan satu lengan dan gerak langkah kaki dengan koordinasi yang baik | Melakukan gerak rangkai ayunan satu lengan dan gerak langkah kaki dengan koordinasi yang baik secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai estetika dan keluwesan gerak | Unjuk rasa | Uji petik prosedur dan produk | Lakukan gerak rangkai ayunan satu lengan dan gerak langkah kaki dengan koordinasi yang baik | 2x2x40 menit | Buku teks, buku referensi, lapangan, tongkat,tape |

| | | | | | | | | |
|--|---|--|---|-------------------|--------------------------------------|--|--|---|
| <p>4.3. Mempraktikkan rangkaian gerakan aktivitas ritmik berirama menggunakan alat dengan koordinasi serta nilai disiplin,toleransi, keluwesan gerak, dan estetika</p> | <p>Senam irama dengan alat (tongkat)</p> | <p>Melakukan gerak rangkai mengayun tongkat depan, samping dan belakang dan gerak langkah kaki dengan koordinasi yang baik</p> | <p>Melakukan gerak rangkai mengayun tongkat depan, samping dan belakang dan gerak langkah kaki dengan koordinasi yang baik setucara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai estetika dan keluwesan gerak</p> | <p>Unjuk rasa</p> | <p>Uji petik prosedur dan produk</p> | <p>Lakukan teknik dasar mengayun tongkat ke depan , samping, dan belakang dan gerak langkah kaki dengan koordinasi yang baik</p> | | <p>Buku teks, buku refe-rensi, lapangan, tongkat,tape</p> |
| <p>❖ Karaktersiswa yang diharapkan : Disiplin (<i>Discipline</i>) Tekun (<i>diligence</i>) Tanggungjawab (<i>responsibility</i>) Ketelitian (<i>carefulness</i>) Kerja sama (<i>Cooperation</i>) Toleransi (<i>Tolerance</i>) Percaya diri (<i>Confidence</i>) Keberanian (<i>Bravery</i>)</p> | | | | | | | | |

SILABUS PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP N 3 SENTOLO

Kelas : IX (Sembilan)

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Semester : 1 (Satu)

Standar Kompetensi : 5. Mempraktikan teknik dasar renang gaya punggung dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya*)

| Kompetensi Dasar | Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | Indikator Pencapaian Kompetensi* | Penilaian | | | Alokasi Waktu | Sumber Belajar |
|---|----------------------|---|--|-------------|-------------------------------|---|---------------|---|
| | | | | Teknik | Bentuk Instrumen | Contoh Instrumen | | |
| 5.1. Mempraktikkan teknik dasar gerakan kaki renang gaya punggung serta nilai disiplin, keberanian dan kebersihan | Renang gaya punggung | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan gerakan kaki renang gaya bebas secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai keberanian | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan tehnik dasar gerakan kaki renang gaya punggung secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai keberanian dan kebersihan | Unjuk kerja | Uji petik prosedur dan produk | Lakukan gerakan kaki renang gaya bebas ! (obsevasi) | 2x2x40 menit | Buku teks, buku referensi, kolam – renang |
| 5.2. Mempraktikkan teknik dasar gerakan lengan | | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan gerakan lengan renang gaya | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan teknik dasar gerakan lengan renang gaya | Unjuk kerja | Uji petik prosedur dan | Lakukan gerakanlengan renang gaya bebas ! | | Buku teks, buku refe- |

| | | | | | | | |
|--|--|---|--|--------------------|--|--|---|
| <p>renang gaya punggung serta nilai disiplin, keberanian dan kebersihan</p> <p>5.3. Mempraktikkan teknik dasar pernapasan renang gaya punggung serta nilai disiplin dan kebersihan</p> | | <p>bebas secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai keberanian</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan teknik dasar pernafasan renang gaya bebas secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai disiplin dan keberanian | <p>punggung secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai keberanian dan kebersihan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan teknik dasar gerakan pernafasan renang gaya punggung secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai keberanian dan kebersihan | <p>Unjuk kerja</p> | <p>produk</p> <p>Uji petik prosedur dan produk</p> | <p>(obsevasi)</p> <p>Lakukan gerakan pernafasan renang gaya bebas ! (obsevasi)</p> | <p>rensi, kolam – renang</p> <p>Buku teks, buku referensi, kolam – renang</p> |
| <p>❖ Karactersiswa yang diharapkan :</p> <ul style="list-style-type: none"> Disiplin (<i>Discipline</i>) Tekun (<i>diligence</i>) Tanggungjawab (<i>responsibility</i>) Ketelitian (<i>carefulness</i>) Kerja sama (<i>Cooperation</i>) Toleransi (<i>Tolerance</i>) Percaya diri (<i>Confidence</i>) Keberanian (<i>Bravery</i>) | | | | | | | |

SILABUS PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP N 3 SENTOLO
 Kelas : IX (Sembilan)
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Semester : 1 (Satu)
 Standar Kompetensi : 6. Mempraktikkan penjelajahan di alam bebas dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

| Kompetensi Dasar | Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | Indikator Pencapaian Kompetensi* | Penilaian | | | Alokasi Waktu | Sumber Belajar |
|---|-----------------------|---|--|-------------|------------------|---|---------------|-------------------------------------|
| | | | | Teknik | Bentuk Instrumen | Contoh Instrumen | | |
| 6.1 Mempraktikkan rencana kegiatan penjelajahan | Pendidikan luar kelas | Membuat perencanaan kegiatan penjelajahan di alam bebas yang disesuaikan dengan kondisi dan situasi tempat kegiatan secara kelompok | Membuat perencanaan kegiatan penjelajahan di alam bebas yang disesuaikan dengan kondisi dan situasi tempat | Unjuk kerja | Uji petik produk | Buatlah rencana pelaksanaan kegiatan penjelajahan di alam bebas (observasi) | 2x40 menit | Buku teks dan referensi, lingkungan |
| 6.2 Mempraktikkan | Penjelajahan di | Melakukan berbagai | Melakukan berbagai | Observasi | Lembar observasi | Lakukan keterampilan | | Buku teks dan |

| | | | | | | | | |
|---|-----------------|--|--|--|--|--|--|-----------------------|
| berbagai keterampilan untuk memecahkan masalah yang ditemukan dalam aktivitas penjelajahan di alam bebas serta nilai kerjasama, disiplin, keselamatan, kebersihan dan etika | sekitar sekolah | keterampilan memecahkan masalah penjelajahan di sekitar sekolah secara kelompok dengan penekanan nilai kerjasama, toleransi, tolong menolong, etika serta memerhatikan keselamatan dan kebersihan lingkungan | keterampilan memecahkan masalah yang ditemukan dalam aktivitas penjelajahan di sekitar sekolah | | | memecahkan masalah yang ditemukan dalam aktivitas penjelajahan | | referensi, lingkungan |
| ❖ Karactersiswa yang diharapkan : <ul style="list-style-type: none"> Disiplin (<i>Discipline</i>) Tekun (<i>diligence</i>) Tanggungjawab (<i>responsibility</i>) Ketelitian (<i>carefulness</i>) Kerja sama (<i>Cooperation</i>) Toleransi (<i>Tolerance</i>) Percaya diri (<i>Confidence</i>) Keberanian (<i>Bravery</i>) | | | | | | | | |

SILABUS PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP N 3 SENTOLO
 Kelas : IX (Sembilan)
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Semester : 1 (Satu)
 Standar Kompetensi : 7. Menerapkan budaya hidup sehat

| Kompetensi Dasar | Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | Indikator Pencapaian Kompetensi* | Penilaian | | | Alokasi Waktu | Sumber Belajar |
|---|---------------------|---|---|-----------|------------------|---|---------------|---------------------------------------|
| | | | | Teknik | Bentuk Instrumen | Contoh Instrumen | | |
| 7.1. Memahami berbagai penyakit menular seksual (PMS) | Kesehatan | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan identifikasi penyakit menular seksual secara berpasangan atau berkelompok | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan identifikasi penyakit menular seksual | Tes tulis | Tes uraian | Sebutkan macam macam penyakit menular seksual | 2x40 menit | Buku teks, buku referensi, lingkungan |
| 7.2. Memahami cara menghindari penyakit menular seksual | | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan pencegahan penyakit menular seksual | <ul style="list-style-type: none"> Melakukan cara pencegahan penyakit menular seksua | Tes tulis | Tes uraian | Sebutkan cara pencegahan penyakit menular seksual | | |

❖ **Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin (*Discipline*)
Tekun (*diligence*)
Tanggungjawab (*responsibility*)
Ketelitian (*carefulness*)
Kerjasama (*Cooperation*)
Toleransi (*Tolerance*)
Percaya diri (*Confidence*)
Keberanian (*Bravery*)

Mengetahui
Kepala SMP N 3 Sentolo
Dra. Praptinah, M.Pd.
NIP. 19601030 198203 2 002

Guru Mata Pelajaran
Purwantara
NIP. 19630211198601 1 002

Sentolo, 11 Agustus 2015
Mahasiswa
Dati Maryami
NIM.12601241007



**FORMAT OBSERVASI
PEMBELAJARAN DI KELAS DAN
OBSERVASI PESERTA DIDIK**

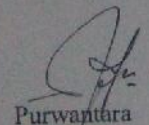

NPma.1
Untuk mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

Nama Mahasiswa : Dati Maryami Pukul : 07.00 – 09.00
NIM : 12601241007 Tempat Praktik : SMP N 3 Sentolo
Tgl. Observasi : Fak/Jur/Prodi : FIK/POR/PJKR

| No. | Aspek yang diamati | Deskripsi Hasil Pengamatan |
|----------------------------|--|---|
| A | Perangkat Pembelajaran | |
| | 1. Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran (KTSP) | Ada, Penerapan EEK terhadap pembelajaran di kelas sudah dapat berjalan dengan lancar |
| | 2. Silabus | Ada sesuai dengan kurikulum yang dipakai, tapi belum terpadu (tematik). |
| | 3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) | Ada |
| B | Proses Pembelajaran | |
| | 1. Membuka pelajaran | Salam pembuka, presensi, menyiapkan siswa dan apersepsi |
| | 2. Penyajian materi | Disampaikan dengan menjelaskan materi kepada siswa dan penjelasan sesuai dengan RPP. |
| | 3. Metode pembelajaran | Resiprokal (timbang balik), Inklusi (cakupan), Demonstrasi |
| | 4. Penggunaan bahasa | Bahasa Indonesia dan beberapa kali diselingi oleh bahasa daerah |
| | 5. Penggunaan waktu | Tepat waktu dan efektif. |
| | 6. Gerak | Saat menjelaskan berdiri di depan barisan siswa dan ketika siswa melakukan kegiatan guru mengamati dengan keliling |
| | 7. Cara memotivasi siswa | Memberikan apresiasi kepada siswa yang aktif |
| | 8. Teknik bertanya | Pertanyaan 2 arah dari guru ke siswa kemudian dari siswa kepada guru (pertanyaan yang diberikan untuk mengecek ketidakjelasan secara umum). |
| 9. Teknik penguasaan kelas | 1. Memberi waktu kepada siswa untuk diam dan memperhatikan. 2. Memberikan teguran jika siswa tidak merasa diberi toleransi. | |

| | | |
|----------|----------------------------------|---|
| | 10. Penggunaan media | Sudah memanfaatkan fasilitas mengajar sebaik mungkin |
| | 11. Bentuk dan cara evaluasi | Menyampaikan hasil pembelajaran . |
| | 12. Menutup pelajaran | Menyimpulkan pembelajaran, berdoa dan salam. |
| C | Perilaku siswa | |
| | 1. Perilaku siswa di dalam kelas | <ol style="list-style-type: none"> 1. Keaktifan siswa cukup untuk hal yang belum mereka ketahui. 2. Beberapa masih sering ngobrol saat diterangkan. 3. Cukup gaduh saat pelajaran berlangsung (20%-40%). 4. Ada beberapa anak yang diberi pertanyaan tidak bisa menjawab. |
| | 2. Perilaku siswa di luar kelas | <p>Sebelum masuk kelas</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Duduk di sekitar lingkungan luar sekolah. 2. Duduk di depan kelas. 3. Masuk kelas dan ngobrol. <p>Ketika istirahat</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Duduk di depan kelas. 2. Jajan ke kantin. 3. Membaca buku perpustakaan. 4. Tetap di kelas dan ngobrol jika tidak pada ruangan. <p>Ketika pulang sekolah</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nongkrong di sekitar wilayah luar sekolah. 2. Langsung pulang. <p>Sesama teman</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Akrab dengan teman sebaya 2. Saling menghargai dengan adik kelas dan kakak kelas |

| | |
|---|--|
| <p>Guru Pembimbing</p>  <p>Purwantara</p> <p>NIP. 19630211198601 1 002</p> | <p>Sentolo, Agustus 2015</p> <p>Mahasiswa</p>  <p>Dati Maryami</p> <p>NIM. 12601241007</p> |
|---|--|



Universitas Negeri Yogyakarta

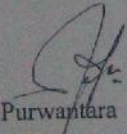

**FORMAT OBSERVASI
KONDISI SEKOLAH**

NPma.2
Untuk mahasiswa

Nama Sekolah : SMP N 3 Sentolo Nama Mahasiswa : Dati Maryami
Alamat Sekolah : Kaliagung, Sentolo, Kulonprogo NIM : 12601241007
Fak/Jur/Prodi : FIK/POR/PJKR

| No | Aspek yang diamati | Deskripsi Hasil Pengamatan |
|----|-----------------------|--|
| 1. | Kondisi fisik sekolah | Ruang kelas : 18 ruang Ruang laboratorium : 3 Kondisi : baik, terawat, bersih, memenuhi standar Lapangan upacara : sempit, sehingga kurang memadai Tempat parkir : sempit, teratur Taman : kurang rapi |
| 2. | Potensi siswa | Pada tiap kelas rata-rata terdiri 28 - 32 siswa per kelas VII, VIII maupun IX. Dan cukup banyak siswa SMP N 3 Sentolo yang menjadi perwakilan sekolah untuk mengikuti kejuaran baik di tingkat kecamatan maupun kabupaten |
| 3. | Potensi guru | Terdapat potensi guru, terbukti terdapat kurang lebih 25 orang dari jumlah guru 40 orang |
| 4. | Potensi karyawan | Ada dan dalam melaksanakan tugas berjalan dengan baik |
| 5. | Fasilitas KBM, media | Ruang kelas, meja, kursi, papan tulis, OHP, guru, buku panduan, Komputer, LCD (tapi belum di tiap kelas) |
| 6. | Perpustakaan | Kondisi ruang : terang, cukup bersih, buku tidak tertata rapi, penataan tidak sesuai jenisnya, suasana tenang Koleksi buku : buku sudah banyak, majalah, kliping, atlas, ensiklopedi, kamus Fasilitas : meja dan kursi untuk membaca |
| 7. | Laboratorium | Laboratorium IPA Laboratorium Bahasa Laboratorium TIK Kondisi : tertata rapi |
| 8. | Bimbingan Konseling | Ada dan berjalan dengan baik, peraturan sekolah dilaksanakan dengan baik. |

| | | |
|-----|---|---|
| 9. | Bimbingan Belajar (Les) | Tersedia jam setelah jam pelajaran untuk kelas 9 untuk menghadapi Ujian Nasional |
| 10. | Ekstralurikuler : Pramuka, Tonti, Sepakbola, kesenian (karawitan, tari, sablon, dan batik), dsb | Ada . namun masih belum berjalan semestinya |
| 11. | Organisasi dan fasilitas OSIS | Ada, fasilitas kurang memadai |
| 12. | Organisasi dan fasilitas UKS | Ada, struktur organisasi lengkap Fasilitas UKS : peralatan dan perkakas cukup memadai. |
| 13. | Administrasi (karyawan, sekolah, diting) | Ada, baik, cukup lengkap dan dijalankan sesuai dengan fungsinya sendiri-sendiri. |
| 14. | Karya Tulis Ilmiah Remaja | Belum ada |
| 15. | Karya Ilmiah oleh guru | Ada |
| 16. | Koperasi siswa | Ada dan berjalan dengan baik Kondisi: penataan tidak rapi |
| 17. | Tempat ibadah | Tersedia mushola : ada tempat wudhu, peralatan ibadah lengkap dan jumlahnya memadai, dan alat kebersihan. |
| 18. | Kesehatan lingkungan | WC/toilet : cukup memadai Sudah terpisah antara wc putra dan putri Lingkungan sekitar sekolah : cukup bersih dan terawat Sumur : kondisi air bersih, |
| 19. | Lain-lain | - |

| | |
|--|--|
| <p>Guru Pembimbing</p>  <p>Purwanitara</p> <p>NIP. 19630211198601 1 002</p> | <p>Sentolo, Agustus 2015</p> <p>Mahasiswa</p>  <p>Dati Maryami</p> <p>NIM. 12601241007</p> |
|--|--|

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

| | |
|-----------------|---|
| Sekolah | : SMP N 3 SENTOLO |
| Mata Pelajaran | : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan |
| Pokok Bahasan | : Lempar Lembing |
| Kelas/ Semester | : IX / 1 |
| Alokasi Waktu | : 2 x 40 menit (1 x Pertemuan) |

Standar Kompetensi *

1. Mempraktikkan berbagai teknik dasar atletik ke dalam permainan dan olahraga dan nilai nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar

- 1.3.Mempraktikkan teknik dasar atletik lanjutan serta nilai toleransi, percaya diri, keberanian, menjaga keselamatan diri dan orang lain, bersedia berbagi tempat dan peralatan

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah melaksanakan pembelajaran diharapkan:

1. Siswa dapat melakukan cara memegang lembing
2. Siswa dapat melakukan cara awalan gerakan lempar lembing
3. Siswa dapat melakukan gerakan melempar lembing
4. Siswa dapat melakukan gerakan lanjutan gerakan lempar lembing

Karakter yang diharapkan

Disiplin (*dicipline*)

Toleransi (*tolerance*)

Bertanggung jawab (*responsibility*)

Keberanian (*bravery*)

Tekun (*diligence*)

Percaya diri (*confidence*)

B. Materi pembelajaran

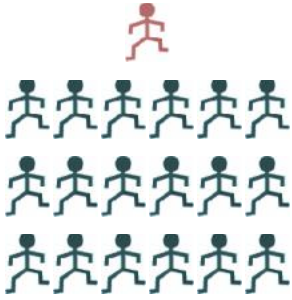
Olahraga dan Permainan – Lempar Lembing

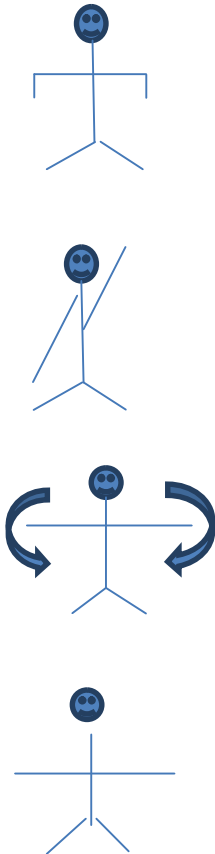

1. Cara memegang lembing (*american style*)
2. Cara gerakan awalan lempar lembing (*hop step*)
3. Cara gerakan melempar lembing
4. Cara gerakan lanjutan lempar lembing

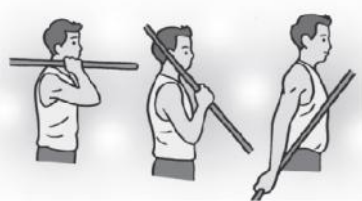


C. Metode pembelajaran

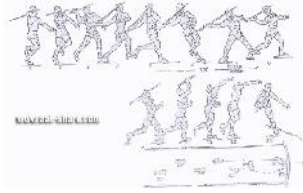


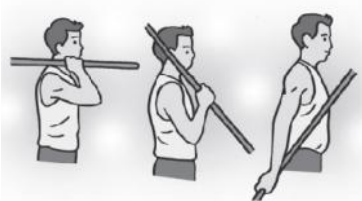
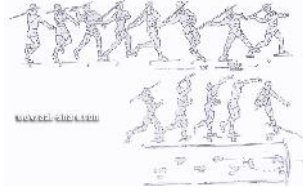
1. Komando
2. Demonstrasi
3. Drill
4. Resiprokal

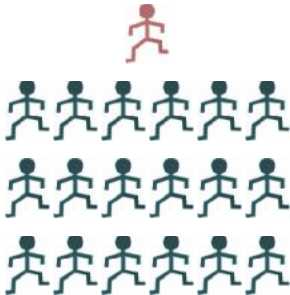
D. Kegiatan pembelajaran

| No | Kegiatan dan Uraian | Gambar | Alokasi Waktu |
|----|---|--|---------------|
| 1. | Kegiatan pendahuluan |  | 15 menit |
| a. | Berbaris, berhitung Peserta didik dibariskan menjadi 3 bersaf | | |
| b. | Berdoa Guru memimpin untuk berdoa menurut agama dan kepercayaan masing masing | | |
| c. | Presensi Guru mempresensi peserta didik akan kehadiran keseluruhan peserta didik | | |
| d. | Apersepsi Guru memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran pada peserta didik | | |
| e. | Pemanasan - Statis (2x8 hitungan) Peregangan statis meliputi: 1. Peregangan tangan baik kanan maupun kiri dengan ditarik ke samping dan ke belakang 2. Peregangan punggung, tangan, dan kaki dengan mengaitkan kedua tangan dan | | |

| | | | |
|-----------|---|--|-----------------|
| | <p>ditarik ke atas, ke samping dan ke bawah.</p> <p>3. Peregangan kaki baik kaki kiri maupun kanan dengan ditarik ke atas, kesamping, dan kebelakang</p> | | |
| | <p>- Dinamis (2x8 hitungan)</p> <p>Peregangan dinamis meliputi :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kedua tangan di depan dada kemudian melakukan gerakan buka dan tutup tangan ke samping. 2. Lateral I Tangan diayunkan ke atas dan ke bawah 3. Berdiri dengan kaki dibuka selebar bahu dan tangan direntangkan ke samping. Lakukan putar kedepan dan belakang dengan poros bahu 4. Buka kaki dan rentangkan tangan. Ayun kaki kanan sampai menyentuh tangan kiri dan sebaliknya |  | |
| <p>2.</p> | <p>Kegiatan Inti</p> <p>a. Kegiatan eksplorasi</p> <p>Dalam kegiatan eksplorasi guru menyampaikan, menjelaskan, dan memberi contoh gerakan lari esafet</p> <p>- Melakukan cara memegang lembing (<i>american style</i>)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Lembing dipegang pada bagian belakang lilitan tali dengan jari telunjuk dan ibu jari dan ketiga jari lainnya melingkar disekitar lilitan . 2. Posisi lembing tepat berada pada garis tengah telapak tangan 3. Kekuatan pegangan pada jari telunjuk dan ibu jari |  <p>Tang style</p> <p>Finlandia style</p> <p>American style</p> | <p>45 menit</p> |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | | |
| | <ul style="list-style-type: none"> - Melakukan cara awalan gerakan lempar lembing 1. Posisi lembing berada di atas kepala dengan lengan ditekuk, siku menghadap ke depan dan telapak tangan menghadap atas. Posisi lembing berada sejajar di atas garis paralel dengan tanah. 2. Kekuatan pada siku kanan |  | |
| | <ul style="list-style-type: none"> - Melakukan cara gerakan melempar lembing 1. Sikap gerakan, yaitu lari secepatnya kemudian saat sampai tanda yang ditentukan tangan kanan mulai sedikit diluruskan ke belakang bawah dengan mata lembing dan pandangan terarah ke sudut lemparan, lalu kaki kanan melangkah dan mendarat maka dengan tumpuan kaki kanan dilanjutkan gerakan berjingkat dengan pendaratan kaki kanan terlebih dahulu dilanjutkan kaki kiri langsung ditarik selebar dan sejauh mungkin 2. Pada gerak melemparkan lembing, Kedua bahu diputar perlahan ke arah kanan (bukan kidal), lengan kanan mulai bergerak dan diluruskan ke arah belakang dengan tubuh bagian atas condong ke belakang. Pandangan selalu melihat lurus ke depan 3. Tarik bahu kanan dan lengan melakukan gerakan melempar melalui poros bahu dengan kuat ke depan-atas. Badan bergerak melewati kaki depan, lalu melepaskan lembing |  <p style="text-align: center;">Hop step</p>  <p style="text-align: center;">Cross step</p> | |

| | | | |
|--|---|---|--|
| | <p>- Cara gerakan lanjutan lempar lembing</p> <p>1. Sikap akhir, yaitu lempar lembing ke depan atas dengan lemparan sekuat-kuatnya. Posisi kaki , kaki kanan mendarat diikuti kaki kiri dengan selebar dan sejauh mungkin untuk menambah kekuatan lemparan dan menjaga keseimbangan.</p> |  <p>Hop step</p>  <p>Cross step</p> | |
| | <p>b. Kegiatan Elaborasi</p> <p>Dalam kegiatan elaborasi guru mengajak dan membimbing peserta didik untuk mencoba gerakan lempar lembing</p> | | |
| | <p>1) Peserta didik dibagi 2 bersaf lalu dilanjutkan mencoba</p> <ol style="list-style-type: none"> gerakan memegang, gerakan cara awalan gerakan cara lemparan gerakan cara gerak lanjutan <p>(tanpa menggunakan lembing dan bejalan 2-3 kali ulangan)</p> |  <p>American style</p> | |
| | <p>2) Peserta didik dibagi 2 bersaf lalu dilanjutkan</p> <ol style="list-style-type: none"> gerakan memegang, gerakan cara awalan gerakan cara lemparan gerakan cara gerak lanjutan <p>(menggunakan lembing dan dengan bejalan 2-3 kali ulangan)</p> |   | |
| | <p>3) Melakukan gerakan keseluruhan secara langsung dan bergantian dengan berlari 1-2 kali ulangan</p> | | |
| | <p>c. Kegiatan konfirmasi</p> <p>- Melakukan timbal balik positif dan penguatan dalam bentuk lisan, isyarat, maupun hadiah terhadap keberhasilan</p> | | |

| | | | |
|----|---|--|----------|
| | <p>peserta didik</p> <ul style="list-style-type: none"> - Melakukan gerakan lempar lembing dengan baik dan benar - Memberi konfirmasi terhadap hasil eksplorasi dan elaborasi peserta didik melalui berbagai sumber - Memfasilitasi peserta didik melakukan refleksi untuk memperoleh pengalaman belajar yang telah dilakukan - Memfasilitasi peserta didik untuk memperoleh pengalaman yang bermakna dalam mencapai kompetensi dasar sebagai fasilitator, informan | | |
| 3. | Kegiatan penutup | | |
| | a. Pendinginan Peserta didik melakukan pendinginan | | |
| | b. Berbaris Peserta didik kembali dibariskan dalam bentuk 3 bersaf | | |
| | c. Evaluasi dan Kesimpulan Mengevaluasi materi dan melakukan penilaian dan atau refleksi diri terhadap materi yang telah dilaksanakan Kemudian merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk pembelajaran remidi, program pengayaan, layanan konseling, penugasan baik individu maupun kelompok sesuai hasil belajar peserta didik |  | 20 menit |
| | d. Berdoa Guru memimpin untuk berdoa menurut agama dan kepercayaan masing masing | | |

E. Sumber Belajar

- a. Buku Aktif Berolahraga untuk SMP dan MTS Kelas IX

(Supriyanto, Joko dan Tugimin.2010.*Aktif Berolahraga*.Jakarta:PD. PERCADA)

b. Internet

<http://edukasicenter.blogspot.com/2014/11/gaya-dan-cara-melempar-lembing-dalam.html>

F. Media Pembelajaran

- a. Lapangan
- b. Cones 5 buah
- c. Lembing 15 buah
- d. Peluit dan Stopwatch

G. Penilaian

Penilaian dilakukan selama proses dan sesudah pembelajaran berlangsung.

1. Teknik Penilaian

a. Aspek psikomotor

Kemampuan peserta didik dalam melakukan lempar lembing

Keterangan :

Berikan penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta didik dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Nilai 4 , jika siswa mampu mempraktikkan seluruh gerakan lempar lembing (cara memegang, awal, lemparan, akhir) dengan baik dan benar

Nilai 3 , jika siswa hanya mampu mempraktikkan tiga gerakan dari seluruh gerakan lempar lembing dengan baik dan benar

Nilai 2 , jika siswa hanya mampu mempraktikkan dua gerakan dari seluruh gerakan lempar lembing dengan baik dan benar

Nilai 1 , jika siswa hanya mampu mempraktikkan satu gerakan dari seluruh gerakan lempar lembing dengan baik dan benar

Nilai

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian = ----- X 50

Jumlah skor maksimal

b. Aspek kognitif

Kemampuan peserta didik dalam bertanya dan menjawab dengan lisan dan peragaan dengan baik mengenai lempar lembing

Keterangan :

Berikan penilaian terhadap kualitas jawaban peserta didik dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Nilai 4 , jika siswa mampu menjelaskan pengetahuan semua dari pertanyaan mengenai lempar lembing dengan lengkap dan benar (cara memegang, gerakan dan aturan lempar lembing)

Nilai 3 , jika siswa mampu menjelaskan pengetahuan semua dari pertanyaan mengenai lempar lembing dengan kurang lengkap (cara memegang, gerakan dan aturan lempar lembing)

Nilai 2 , jika siswa hanya mampu menjelaskan pengetahuan dua dari 3 pertanyaan mengenai lempar lembing

Nilai 1 , jika siswa hanya mampu menjelaskan pengetahuan satu dari 3 pertanyaan mengenai lempar lembing

Nilai

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian = ----- X 20

Jumlah skor maksimal

c. Aspek afektif

Kemampuan peserta didik dalam menanamkan nilai toleransi, percaya diri, berani, tanggung jawab, bersedia berbagi tempat dan peralatan terhadap materi lempar lembing

Keterangan :

Berikan tanda cek (v) pada kolom untuk menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap tanda cek (v) mendapat nilai 1

Nilai

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian = ----- X 30

Jumlah skor maksimal

2. Rubrik Penilaian

a. Aspek psikomotor

| Aspek yang dinilai | Kualitas gerak | | | |
|---|----------------|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Cara memegang lembing (<i>american style</i>) | | | | |
| Gerakan awal lempar lembing | | | | |
| Gerakan lemparan lembing | | | | |
| Gerakan akhir lempar lembing | | | | |
| Gerakan keseluruhan lempar lembing | | | | |
| Jumlah | | | | |
| Jumlah skor maksimal = 20 | | | | |

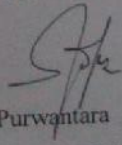
b. Aspek kognitif

| Aspek yang dinilai | Kualitas jawaban | | | |
|---|------------------|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Pengetahuan cara memegang lembing (<i>american style</i>) | | | | |
| Pengetahuan cara gerakan awalan - akhir lempar lembing | | | | |
| Pengetahuan aturan lempar lembing | | | | |
| Jumlah | | | | |
| Jumlah skor maksimal = 12 | | | | |

c. Aspek afektif

| Aspek yang dinilai | Cek (v) |
|--|---------|
| Rasa percaya diri dalam melakukan lempar lembing | |
| Toleransi / menghargai lawan | |
| Berani dan tanggung jawab dalam melakukan lempar lembing | |
| Bersedia berbagi tempat dan peralatan | |
| Jumlah | |
| Jumlah skor maksimal = 4 | |

Mengetahui,
Guru Pembimbing



Purwantara

NIP. 19630211198601 1 002

Yogyakarta, 19 Agustus 2015

Mahasiswa



Dati Maryami

NIM. 12601241007

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

| | |
|-----------------|---|
| Sekolah | : SMP N 3 SENTOLO |
| Mata Pelajaran | : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan |
| Pokok Bahasan | : Lari Estafet |
| Kelas/ Semester | : IX / 1 |
| Alokasi Waktu | : 2 x 40 menit (1 x pertemuan) |

Standar Kompetensi *

1. Mempraktikkan berbagai teknik dasar atletik ke dalam permainan dan olahraga dan nilai nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar

- 1.3. Mempraktikkan teknik dasar atletik lanjutan serta nilai toleransi, percaya diri, keberanian, menjaga keselamatan diri dan orang lain, bersedia berbagi tempat dan peralatan

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah melaksanakan pembelajaran diharapkan:

1. Siswa dapat melakukan cara memegang tongkat estafet
2. Siswa dapat melakukan star jongkok dan melayang dalam lari estafet
3. Siswa dapat melakukan cara memberi tongkat estafet
4. Siswa dapat melakukan cara menerima tongkat estafet
5. Siswa dapat melakukan gerakan lanjutan dari gerakan estafet
6. Karakter yang diharapkan

Disiplin (*dicipline*)

Toleransi (*tolerance*)

Percaya diri (*confidence*)

Tekun (*diligence*)

Bertanggung jawab (*responsibility*)

Berani (*bravery*)

B. Materi pembelajaran

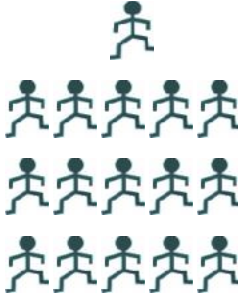
Olahraga dan Permainan – Lari estafet

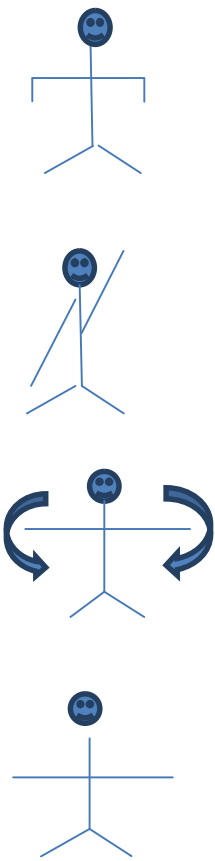

1. Cara memegang tongkat estafet
2. Cara star jongkok dan melayang lari estafet
3. Cara memberi tongkat estafet
4. Cara menerima tongkat estafet


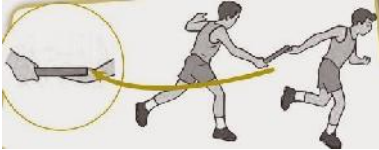

C. Metode pembelajaran

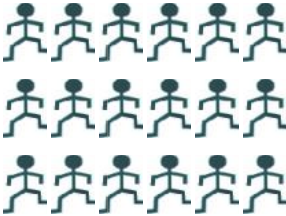

1. Komando
2. Demonstrasi
3. Drill
4. Resiprokal

D. Kegiatan pembelajaran

| No | Kegiatan dan Uraian | Gambar | Alokasi Waktu |
|----|--|--|---------------|
| 1. | Kegiatan pendahuluan |  | 15 menit |
| a. | Berbaris, berhitung Peserta didik dibariskan menjadi 3 bersaf | | |
| b. | Berdoa Guru memimpin untuk berdoa menurut agama dan kepercayaan masing masing | | |
| c. | Presensi Guru mempresensi peserta didik akan kehadiran keseluruhan peserta didik | | |
| d. | Apersepsi Guru memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran pada peserta didik | | |
| e. | Pemanasan Peserta didik melakukan pemanasan meliputi - Statis (2x8 hitungan) Peregangan statis meliputi : 1. Peregangan tangan baik kanan maupun | | |

| | | | |
|----|---|--|----------|
| | <p>kiri dengan ditarik ke samping dan kebelakang</p> <p>2. Peregangannya punggung, tangan, dan kaki dengan mengaitkan kedua tangan dan ditarik ke atas, kesamping dan kebawah. Peregangannya kaki baik kaki kiri maupun kanan dengan ditarik keatas, kesamping, dan kebelakang</p> | | |
| | <p>- Dinamis (2x8 hitungan)</p> <p>Peregangan dinamis meliputi :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kedua tangan di depan dada kemudian melakukan gerakan buka dan tutup tangan ke samping. 2. Lateral I Tangan diayunkan ke atas dan ke bawah 3. Berdiri dengan kaki dibuka selebar bahu dan tangan direntangkan ke samping. Lakukan putar kedepan dan belakang dengan poros bahu 4. Buka kaki dan rentangkan tangan. Ayun kaki kanan sampai menyentuh tangan kiri dan sebaliknya |  | |
| 2. | Kegiatan Inti | | |
| | a. Kegiatan eksplorasi | | |
| | <ul style="list-style-type: none"> o Cara memegang tongkat estafet <ol style="list-style-type: none"> 1) Cara memegang tongkat, bagi pelari pemberi tongkat harus dipegang bagian ujung tongkat. 2) Sedangkan bagian ujung tongkat yang lainnya akan dipegang pelari penerima. <ul style="list-style-type: none"> o Cara start jongkok dan melayang <ol style="list-style-type: none"> 1) Start jongkok merupakan permulaan lari yang diawali dari posisi jongkok. Aba aba yang digunakan adalah <i>bersedia</i> |  | 45 menit |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | <p>(posisi siap tangan di letakkan didepan garis membentuk v dan kaki berada posisi depan belakang dengan lutut ditekuk) <i>siap</i> (badan diangkat condong ke depan, posisi pinggang lebih tinggi dari bahu) dan <i>yak</i> (pelari menolak keras dan mulai berlari)</p> <p>2) Start melayang merupakan start dari posisi berdiri tanpa jongkok</p> |  | |
| | <p>o Cara memberi dan menerima tongkat estafet</p> <p>Dalam memberi dan menerima tongkat ada dua cara</p> <p>1) Non visual</p> <p>Cara ini dilakukan oleh pelari penerima pada saat menerima tongkat dengan cara tidak melihat ke belakang (pandangan ke depan) dan tangan penerima dijulurkan ke belakang. Penerima tongkat dapat menerima tongkat setelah menerima tanda atau aba-aba dari pemberi tongkat</p> <p>2) Visual</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cara ini dilakukan oleh pelari penerima pada saat menerima tongkat dengan cara melihat ke belakang (menengok pada pemberi tongkat). - Sebelum tongkat diberikan dengan tangan kiri, penerima telah menoleh kearah pemberi. Sambil berlari tangan kanan penerima dijulurkan kearah pemberi dengan sikap telapak tangan menghadap ke atas, keempat jari ke bawah rapat, Ibu jari terbuka. Tongkat diberikan dari atas ke bawah. - Seperti pada bagian di atas, tetapi telapak tangan penerima menghadap ke |   | |

| | | | |
|--|---|--|--|
| | <p>belakang pemberi, keempat jari terbuka kearah dalam, tongkat diberikan dengan ayunan dari bawah ke atas.</p> <p>- Hampir sama dengan yang diatas, hanya saja disini lengan penerima dijulurkan serong belakang bawah. Telapak tangan menghadap ke belakang serong ke atas. Keempat jari rapat menuju keluar. Ibu jari terbuka menuju ke dalam. Tongkat diberikan dengan ayunan dari bawah ke atas.</p> | | |
| <p>b. Kegiatan elaborasi</p> <p>Dalam kegiatan elaborasi guru mengajak dan membimbing peserta didik untuk mencoba gerakan lari estafet dengan 2-3 kali ulangan</p> | <p>1) Anak dibagi dalam bentuk 3 bersaf untuk mencoba cara memegang tongkat.</p> <p>2) Anak dibagi dalam bentuk 3 bersaf untuk mencoba star jongkok dan melayang</p> |  | |
| | <p>3) Anak dibagi dalam beberapa kelompok dengan tiap kelompok beranggotakan 4 – 5 orang kemudian mencoba memberi dan menerima tongkat estafet</p> <p>a. Latihan di tempat</p> <p>Pemberi tongkat memegang ujung tongkat dengan tangan kiri, penerima siap menerima tongkat dengan tangan kanan. Kedua pelari melakukan gerakan lari di tempat. Apabila ada aba-aba peluit, kedua pelari saling memberi dan menerima tongkat. Latihan ini diulang-ulang dan dapat dilakukan dengan cara visual dan nonvisual.</p> <p>b. Latihan dengan lari kecil</p> <p>Pelari pemberi dan penerima melakukan lari kecil ke depan bersama-sama. Jarak muka</p> |  | |

| | | | |
|----|--|--|----------|
| | <p>belakang secukupnya agar penerimaan tongkat dapat berjalan dengan baik. Apabila ada aba-aba peluit, tongkat diberikan kepada pelari penerima tongkat.</p> <p>c. Latihan dengan lari</p> <p>Pelari penerima dan pemberi berdiri dengan jarak 10 m. Pelari pemberi lari cepat untuk memberikan tongkatnya. Sebelum sampai, pelari penerima segera lari dan mengulurkan tangannya sambil menoleh ke belakang untuk menerima tongkat dari pelari pemberi. Setelah diterima segera lari cepat sampai finish.</p> | | |
| | 3. Kegiatan konfirmasi | | |
| | <ol style="list-style-type: none"> 1) Melakukan timbal balik positif dan penguatan dalam bentuk lisan, isyarat, maupun hadiah terhadap keberhasilan peserta didik 2) Melakukan gerakan lari estafet dengan baik dan benar 3) Memberi konfirmasi terhadap hasil eksplorasi dan elaborasi peserta didik melalui berbagai sumber 4) Memfasilitasi peserta didik melakukan refleksi untuk memperoleh pengalaman belajar yang telah dilakukan 5) Memfasilitasi peserta didik untuk memperoleh pengalaman yang bermakna dalam mencapai kompetensi dasar sebagai fasilitator, informan | | |
| 3. | Kegiatan Penutup | | |
| | <ol style="list-style-type: none"> a. Pendinginan Peserta didik melakukan pendinginan b. Berbaris dan berhitung Peserta didik kembali dibariskan dalam bentuk 3 bersaf | | 20 menit |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | <p>b. Evaluasi dan Kesimpulan</p> <p>1) Mengevaluasi materi dan melakukan penilaian dan atau refleksi diri terhadap materi yang telah dilaksanakan</p> <p>2) Kemudian merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk pembelajaran remedi, program pengayaan, layanan konseling, penugasan baik individu maupun kelompok sesuai hasil belajar peserta didik</p> | | |
| | <p>4. Berdoa</p> <p>Guru memimpin untuk berdoa menurut agama dan kepercayaan masing masing</p> | | |

E. Sumber Belajar

- a. Buku Aktif Berolahraga untuk SMP dan MTS Kelas IX

(Supriyanto, Joko dan Tugimin.2010.*Aktif Berolahraga*.Jakarta:PD.

PERCADA)

- b. Internet

<http://www.olahragakesehatanjasmani.com/2014/11/teknik-dasar-memberi-dan-menerima.html>

<http://sport.10terbaik.com/2012/12/lari-estafet.html>

F. Alat dan Media Pembelajaran

1. Ruang terbuka / lapangan
2. Tongkat estafet 9 buah
3. Cones 6 buah
4. Peluit dan Stopwatch

G. Penilaian

Penilaian dilakukan selama proses dan sesudah pembelajaran berlangsung.

1. Teknik Penilaian

- a. Aspek psikomotor

Kemampuan peserta didik dalam melakukan lari estafet

Keterangan :

Berikan penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta didik dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Nilai 4 , jika siswa mampu mempraktikkan seluruh gerakan lari estafet (cara memegang, cara star jongkok dan melayang, cara memberi tongkat estafet,cara menerima tongkat estafet) dengan baik dan benar

Nilai 3 , jika siswa hanya mampu mempraktikkan tiga gerakan dari seluruh gerakan lari estafet dengan baik dan benar

Nilai 2 , jika siswa hanya mampu mempraktikkan dua gerakan dari seluruh gerakan lari estafet dengan baik dan benar

Nilai 1 , jika siswa hanya mampu mempraktikkan satu gerakan dari seluruh gerakan lari estafet dengan baik dan benar

Nilai

$$\text{Penilaian} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 50$$

b. Aspek kognitif

Kemampuan peserta didik dalam bertanya dan menjawab dengan lisan dan peragaan dengan baik mengenai lari estafet

Keterangan :

Berikan penilaian terhadap kualitas jawaban peserta didik dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Nilai 4 , jika siswa mampu menjelaskan pengetahuan semua dari pertanyaan mengenai lari estafet(cara memegang, cara star jongkok dan melayang, cara memberi tongkat estafet, cara menerima tongkat estafet) dengan baik dan benar

Nilai 3 , jika siswa mampu menjelaskan pengetahuan semua dari pertanyaan mengenai lari estafet dengan kurang lengkap (cara memegang, cara star jongkok dan melayang, cara memberi tongkat estafet, cara menerima tongkat estafet) dengan baik dan benar

Nilai 2 , jika siswa hanya mampu menjelaskan pengetahuan dua dari 3 pertanyaan mengenai lari estafet

Nilai 1 , jika siswa hanya mampu menjelaskan pengetahuan satu dari 3 pertanyaan mengenai lari estafet

Nilai

$$\text{Penilaian} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20$$

c. Aspek afektif

Kemampuan peserta didik dalam menanamkan nilai toleransi, percaya diri, berani, tanggung jawab, bersedia berbagi tempat dan peralatan terhadap materi lari estafet

Keterangan :

Berikan tanda cek (v) pada kolom untuk menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap tanda cek (v) mendapat nilai 1

Nilai

$$\text{Penilaian} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30$$

2. Rubrik Penilaian

a. Aspek psikomotor

| Aspek yang dinilai | Kualitas gerak | | | |
|---------------------------------------|----------------|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Cara memegang tongkat estafet | | | | |
| Gerakan star jongkok dan melayang | | | | |
| Gerakan cara memberi tongkat estafet | | | | |
| Gerakan cara menerima tongkat estafet | | | | |
| Gerakan keseluruhan lari estafet | | | | |
| Jumlah | | | | |
| Jumlah skor maksimal = 20 | | | | |

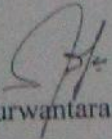

b. Aspek kognitif

| Aspek yang dinilai | Kualitas jawaban | | | |
|---|------------------|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Pengetahuan cara memegang tongkat estafet | | | | |
| Pengetahuan cara memberi dan menerima tongkat estafet | | | | |
| Pengetahuan cara gerakan awalan - akhir lari estafet | | | | |
| Jumlah | | | | |
| Jumlah skor maksimal = 12 | | | | |

c. Aspek afektif

| Aspek yang dinilai | Cek (v) |
|---|---------|
| Rasa percaya diri dalam melakukan lari estafet | |
| Toleransi / menghargai lawan | |
| Berani dan tanggung jawab dalam melakukan estafet | |
| Bersedia berbagi tempat dan peralatan | |
| Jumlah | |
| Jumlah skor maksimal = 4 | |

Yogyakarta, 20 Agustus 2015

| | |
|--|---|
| <p>Guru Pembimbing</p>  <p>Purwantara NIP. 19630211198601 1 002</p> | <p>Mahasiswa</p>  <p>Dati Maryami NIM. 12601241007</p> |
|--|---|

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Sekolah : SMP N 3 SENTOLO
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Pokok Bahasan : Permainan Sepak Bola
Kelas / Semester : IX / 1
Alokasi Waktu : 2 x 40 menit(1 x pertemuan)

Standar kompetensi *

1. Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar

- 1.1. Mempraktikkan teknik dasar salah satu nomor olah raga bola besar beregu lanjutan serta nilai kerjasama, toleransi, memecahkan masalah menghargai teman dan keberanian **)

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah peserta didik melakukan pembelajaran teknik dasar permainan sepak bola diharapkan

1. Peserta didik dapat mempraktikkan passing menggunakan kaki bagian dalam
2. Peserta didik dapat mempraktikkan controlling bola dengan kaki
3. Peserta didik dapat mempraktikkan teknik dasar sepak bola ke dalam permainan sepak bola yang telah dimodifikasi

Karakter peserta didik yang diharapkan

Disiplin (*discipline*)

Tekun (*diligence*)

Tanggungjawab (*responsibility*)

Kerjasama (*cooperation*)

Percayadiri (*Confidence*)

Keberanian (*bravery*)

B. Materi Pembelajaran

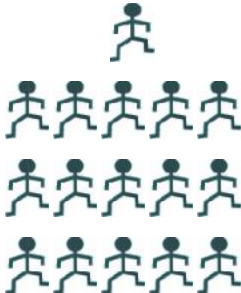
Permainan Sepak Bola

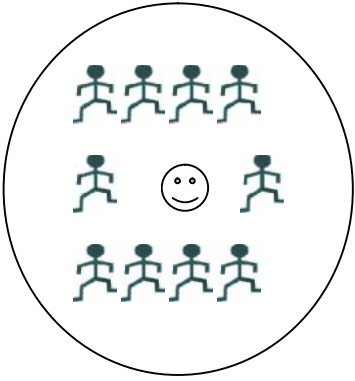
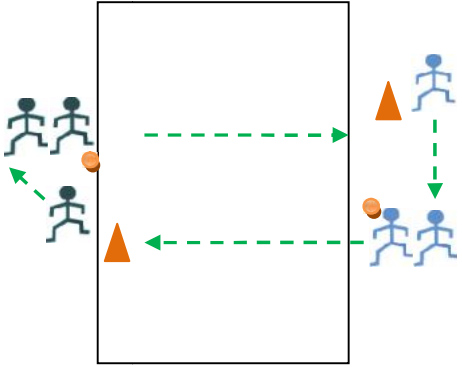
1. Passing bola menggunakan kaki bagian dalam
2. Controlling Bola dengan menggunakan kaki
3. Bermain sepakbola menggunakan peraturan yang telah dimodifikasi

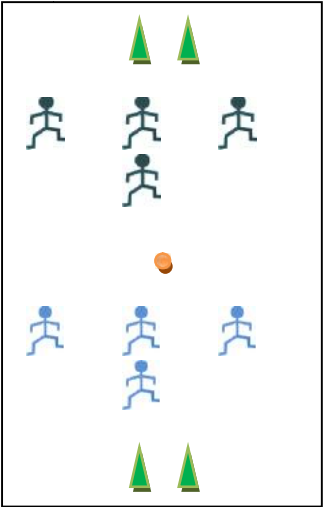
C. Metode Pembelajaran


1. Komando
2. Ceramah
3. Demonstrasi
4. Resiprokal

D. Kegiatan pembelajaran

| No | Kegiatan dan Uraian | Gambar | Alokasi Waktu |
|----|--|---|---------------|
| 1. | Kegiatan pendahuluan |  | 15 menit |
| a. | Berbaris, berhitung Peserta didik dibariskan dalam bentuk 3 bersaf | | |
| b. | Berdoa Guru memimpin berdoa menurut agama dan kepercayaan masing masing peserta didik | | |
| c. | Presensi Guru mempresensi peserta didik akan kehadiran keseluruhan peserta didik | | |
| d. | Apersepsi Guru Mengajukan pertanyaan yang terkait | | |

| | | | |
|----|--|--|---------------------|
| | <p>dengan materi yang akan dipelajari guna mengetahui seberapa jauh kemampuan awal peserta didik terkait dengan materi yang akan dipelajari sekaligus untuk mengaitkan materi penegatahuan sebelumnya dengan materi yang akan dipelajari.</p> | | |
| | <p>e. Pemanasan</p> <p>Peserta didik melakukan pemanasan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Lari 1 x putaran lapangan sepak bola 2. Permainan <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik dibagi dalam 4-5 kelompok • Peserta didik bermain kucing kucingan • Membentuk lingkaran , 1 orang berperan menjadi kucing dan bola diibaratkan tikus • Sebagai peran selain kucing melakukan passing bola ke teman lainnya jangan sampai mengenai peran kucing • Jika yang berperan kucing berhasil touching atau merebut bola akan bergantian dengan temannya yang direbut |  | |
| 2. | Kegiatan Inti | | |
| | <p>a. <u>Eksplorasi</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik dibagi menjadi 3 kelompok • Tiap kelompok melakukan passing (menggunakan kaki bagian dalam) dari jarak kurang lebih 6 meter dengan target cones secara bergantian seperti gambar • Peserta didik yang berada di belakang cones berusaha controlling bola dan menendang kembali ke posisi awal. • Setelah passing bola ke cones, peserta didik berlari ke arah cones, dan yang berdiri di belakang cones berlari ke arah samping kiri begitu seterusnya |  | <p>45 menit</p> |

| | |
|--|--|
| <p>b. <u>Elaborasi</u></p> <p>Melakukan permainan sepak bola yang telah dimodifikasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik dibagi menjadi 2 kelompok putra dan 2 kelompok putri • Pelaksanaan permainan sepak bola dengan dua lapangan, 1 untuk kelompok putra dan 1 untuk kelompok putri • Permainan dilakukan dengan ukuran lapangan dan ukuran gawang diperkecil |  |
| <p>c. <u>Konfirmasi</u></p> <p>Dalam tahap ini guru:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memberikan umpan balik positif dan penguatan dalam bentuk lisan, isyarat, maupun hadiah terhadap keberhasilan peserta didik. • Memberikan konfirmasi terhadap hasil eksplorasi dan elaborasi peserta didik melalui berbagai sumber. • Memfasilitasi peserta didik melakukan refleksi untuk memperoleh pengalaman belajar yang telah dilakukan. • Memfasilitasi peserta didik untuk memperoleh pengalaman yang bermakna dalam mencapai kompetensi dasar: <ul style="list-style-type: none"> a) Berfungsi sebagai narasumber dan fasilitator dalam menjawab pertanyaan peserta didik yang menghadapi kesulitan, dengan menggunakan bahasa yang baku dan benar. b) Membantu menyelesaikan masalah. c) Memberi acuan agar peserta didik dapat melakukan pengecekan hasil eksplorasi. d) Memberi informasi untuk bereksplorasi | |

| | | | |
|----|---|---|---------------------|
| | <p>lebih jauh</p> <p>e) Memberikan motivasi kepada peserta didik yang kurang atau belum berpartisipasi aktif</p> | | |
| 3. | Kegiatan Penutup | | |
| | <p>a. Pendinginan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik mengayun-ayunkan badan ke bawah dengan 2x hitungan - Melakukan permainan <ol style="list-style-type: none"> 1) Peserta didik dibagi menjadi dua kelompok 2) Kemudian berbaris berbanjar dan melakukan game mengurutkan tanggal lahir/ berat badan/tinggi badan/ presensi. 3) Saat berpindah posisi peserta didik tidak boleh melewati batas. <p>b. Berbaris</p> <p>Peserta didik kembali dibariskan dalam bentuk 3 bersaf</p> <p>c. Evaluasi dan kesimpulan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Bersama-sama dengan peserta didik dan/atau sendiri membuat kesimpulan dari pembelajaran yang telah dilakukan. 2) Melakukan penilaian dan/atau refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan secara konsisten dan terprogram. 3) Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran. 4) Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk pembelajaran remedi, program pengayaan, layanan konseling dan/atau memberikan tugas baik tugas individual maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik. |  | <p>20 menit</p> |

| | | | |
|-----------|---|--|--|
| d. Berdoa | Berdoa sesuai agama dan kepercayaan masing masing | | |
|-----------|---|--|--|

E. Alat dan Media Pembelajaran

1. Ruang terbuka yang datar dan aman
2. Bola sepak 4-5 bola
3. Peluit
4. Cones 6 buah
5. Jam tangan
6. Stopwatch

Sumber belajar :

Buku Aktif Berolahraga untuk SMP dan MTS Kelas IX (Supriyanto, Joko dan Tugimin.2010.*Aktif Berolahraga*.Jakarta : PD. PERCADA)

F. Penilaian

Penilaian dilakukan selama proses dan sesudah pembelajaran berlangsung.

| Indikator Pencapaian Kompetensi | Penilaian | | |
|--|-----------------------|--------------------------------|---|
| | Teknik | Bentuk Instrumen | Contoh Instrumen |
| <p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> - Melakukan teknik dasar menendang bola dengan kaki bagian dalam dan menghentikan bola dengan telapak kaki - Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi | Tes praktik (kinerja) | Tes Contoh Kinerja | Lakukan teknik passing dan controlling bola dengan kaki bagian dalam dan telapak kaki dengan koordinasi yang baik ! |
| <p>Aspek kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mengetahui bentuk teknik dasar menendang / passing dan menghentikan bola / controlling bola dengan kaki bagian dalam dan telapak kaki | Tes Tertulis | Pilihan ganda / Uraian Singkat | Teknik passing bola dengan kaki bagian dalam posisi badan |

| | | | |
|---|---------------|------------------|---|
| Aspek afektif | | | |
| - Kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan | Tes Observasi | Lembar Observasi | Kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan |

1. Teknik Penilaian

a. Aspek psikomotor

Kemampuan peserta didik dalam melakukan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam dan controlling bola dengan kaki

Keterangan :

Berikan penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta didik dengan rentang nilai antara 1 - 4

Nilai4 ,jika peserta didik mampu mempraktikkan teknik passing dan controlling bola dengan baik dan benar

Nilai3, jika peserta didik hanya mampu mempraktikkan teknik passing dengan baik dan benar

Nilai2, jika peserta didik hanya mampu mempraktikkan controlling bola dengan baik dan benar

Nilai1 ,jika peserta didik belum mampu dalam melakukan passing dan controlling bola dengan baik dan benar

Nilai

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian = ----- X 50

Jumlah skor maksimal

b. Aspek kognitif

Kemampuan peserta didik dalam bertanya dan menjawab dengan lisan dan peragaan dengan baik mengenai teknik teknik dalam permainan sepak bola

Keterangan :

Berikan penilaian terhadap kualitas jawaban peserta didik dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Nilai4 ,jika peserta didik mampu menjelaskan pengetahuan semua dari pertanyaan mengenai teknik teknik dalam permainansepak bola dengan baik dan benar

Nilai3 ,jika peserta didik mampu menjelaskan pengetahuan semua dari pertanyaan mengenai teknik sepak bola dengan kurang lengkap namun benar

Nilai2 ,jika peserta didik hanya mampu menjelaskan pengetahuan dua dari 3 pertanyaan mengenai permainan sepak bola

Nilai1 ,jika peserta didik hanya mampu menjelaskan pengetahuan satu dari 3 pertanyaan mengenai permainan sepak bola

Nilai

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian = ----- X 20

Jumlah skor maksimal

c. Aspek afektif

Kemampuan peserta didik dalam menanamkan nilai toleransi, percaya diri, berani, tanggung jawab, bersedia berbagi tempat dan peralatan terhadap materi permainan sepak bola

Keterangan :

Berikan tanda cek (v) pada kolom untuk menampilkan perilaku yang diharapkan.Tiap tanda cek (v) mendapat nilai 1

Nilai

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian = ----- X 30

Jumlah skor maksimal

2. Rubrik Penilaian

a. Aspek psikomotor

| Aspek yang dinilai | Kualitas gerak | | | |
|---|----------------|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Kemampuan peserta didik dalam passing bola | | | | |
| Kemampuan peserta didik dalam controlling bola | | | | |
| Kemampuan peserta didik dalam menerapkan dalam permainan sepak bola | | | | |
| Jumlah | | | | |
| Jumlah skor maksimal = 12 | | | | |

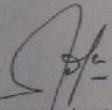
b. Aspek kognitif

| Aspek yang dinilai | Kualitas Jawaban | | | |
|---|------------------|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Pengetahuan peserta didik mengenai teknik dasar dalam sepak bola | | | | |
| Pengetahuan peserta didik mengenai penerapan teknik ke dalam permainan sepak bola | | | | |
| Pengetahuan peserta didik dalam melakukan passing dengan kaki bagian dalam | | | | |
| Pengetahuan peserta didik dalam melakukan controlling bola | | | | |
| Jumlah | | | | |
| Jumlah skor maksimal = 16 | | | | |

c. Aspek afektif

| Aspek yang dinilai | Cek (v) |
|--|---------|
| Berani dalam mengambil keputusan saat bermain | |
| Menunjukkan kerjasama dengan teman satu tim | |
| Bertanggung jawab | |
| Toleransi terhadap sesama | |
| Menunjukkan sikap bersungguh-sungguh dalam bermain | |
| Jumlah | |
| Jumlah skor maksimal = 4 | |

Mengetahui,
Guru Pembimbing

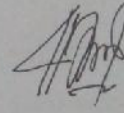


Purwantara

NIP. 19630211198601 1 002

Yogyakarta, 31 Agustus 2015

Mahasiswa



DatiMaryami

NIM. 12601241007

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

| | |
|------------------|---|
| Sekolah | : SMP N 3 SENTOLO |
| Mata Pelajaran | : Pendidikan Jaman Olahraga dan Kesehatan |
| Pokok Bahasan | : Permainan Bola Basket |
| Kelas / Semester | : IX / 1 |
| Alokasi Waktu | : 2 x 40 Menit (1 x pertemuan) |

Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga dan nilai – nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar

- 1.1. Mempraktikkan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar lanjutan dengan baik serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah peserta didik melakukan pembelajaran teknik dasar permainan bola basket diharapkan

1. Peserta didik dapat mempraktikkan teknik dasar bounce pass, chest pass, overhead pass
2. Peserta didik dapat mempraktikkan teknik dasar lay up
3. Peserta didik dapat mempraktikkan chest pass, bounce pass, overhead pass, dan lay up ke dalam permainan bola basket

Karakter peserta didik yang diharapkan

Disiplin (discipline)

Kerjasama (cooperation)

Tekun (diligence)

Percaya diri (Confidence)

Tanggungjawab (responsibility)

Keberanian (bravery)


B. Materi Pembelajaran




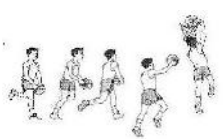
1. Teknik dasar bounce pass, chest pass, overhead pass
2. Teknik dasar lay up
3. Bermain bola basket dengan menerapkan teknik passing yang benar dan dengan aturan yang telah dimodifikasi

C. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi
2. Komando
3. Resiprokal

D. Kegiatan Pembelajaran

| No | Kegiatan dan uraian | Gambar | Alokasi waktu |
|----|--|--|---------------|
| 1 | <p>Kegiatan pendahuluan</p> <p>a. Berbaris, berhitung Peserta didik dibariskan dalam bentuk tiga bersaf</p> <p>b. Berdoa Berdoa dengan khidmat sesuai agama dan kepercayaan masing masing</p> <p>c. Presensi Mempresensi kehadiran semua peserta didik</p> <p>d. Apersepsi Memberi motivasi dan menjelaskan mengenai materi dengan peristiwa aktual</p> <p>e. Pemanasan</p> <ul style="list-style-type: none">- Lari 2 x putaran lapangan basket- Bermain throw and catch <p>Peserta didik dibagi 2 kelompok, kemudian bermain lempar tangkap tanpa dribble dan berlari kemudian berusaha melempar kepada temannya yang berada di end line lapangan</p> |  | 15 menit |

| | | | |
|----------|---|---|---------------------|
| <p>2</p> | <p>Kegiatan inti</p> <p>a. Eksplorasi</p> <p>Dalam kegiatan eksplorasi guru menjelaskan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bounce pass <ol style="list-style-type: none"> 1. Posisi bola berada setinggi dada 2. Pantulkan bola ke lantai dengan jarak 2/3 dari pemberi 3. Arah pandangan ke bola dan penerima - Chest pass <ol style="list-style-type: none"> 1. Posisi bola berada setinggi dada 2. Dorong bola lurus ke depan dan diakhiri dengan sentakan pergelangan tangan 3. Posisi badan condong kedepan dan kaki yang berada dibelakang pindah kedepan - Overhead pass <ol style="list-style-type: none"> 1. Berdiri selebar bahu 2. Posisi bola di atas kepala 3. Siku agak dibengkokkan sedikit 4. Lempar bola lurus jangan parabola ke penerima 5. Pandangan mengikuti ke arah bola 6. Dan lemparan bola setinggi dada penerima - Lay up <ol style="list-style-type: none"> 1. Bola dipegang di depan badan 2. Kaki kanan atau kiri sebagai tumpuan berada di depan 3. Gerakan kaki kanan atau kiri yang berada di belakng ke arah depan dengan hitungan satu 4. Langkahkan kaki tumpuan tadi ke arah yang sama dengan jarak yang lebih pendek dilanjutkan dengan meloncat ke atas setinggi mungkin sambil melepaskan bola ke arah ring bsket (hitungan 2 dan 3) 5. Setelah pemain bisa boleh dengan berlari |     | <p>45 menit</p> |
|----------|---|---|---------------------|

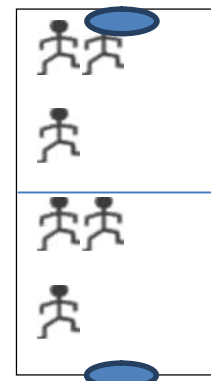
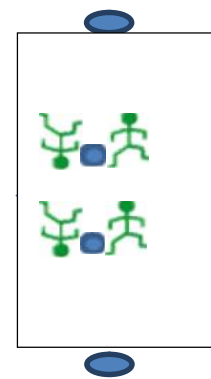
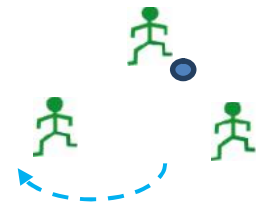
b. Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi guru memfasilitasi peserta didik untuk melakukan

- Bintang beralih
 1. Peserta didik dibagi dalam 5 kelompok dan tiap kelompok dibagi 3 bagian
 2. Dengan tiap kelompok satu bola, peserta didik melakukan passing bounce, chest, dan overhead pass
 3. Setelah passing, peserta didik berlari ke arah passing

- Lay up
 1. Peserta didik dibagi menjadi 2 bagian
 2. Bergantian melakukan dribble dilanjutkan gerakan lay up
 3. Setelah melakukan lay up segera rebound sendiri dan berlari ke barisan sebelahnya

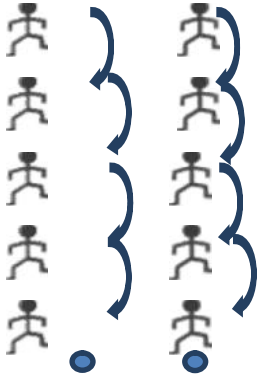
- Bermain bola basket
 1. Peserta didik dibagi dengan tiap kelompok \pm 5 orang dan bermain 5 vs 5
 2. Peserta didik diharapkan dapat menerapkan teknik passing dan lay up ke dalam permainan



c. Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi guru:

- Memberikan umpan balik positif dan penguatan dalam bentuk lisan, isyarat, maupun hadiah terhadap keberhasilan peserta didik.
- Memberikan konfirmasi terhadap hasil eksplorasi dan elaborasi peserta didik melalui berbagai sumber.
- Memfasilitasi peserta didik melakukan refleksi untuk memperoleh pengalaman belajar yang telah dilakukan.

| | | | |
|---|--|---|-------------|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Memfasilitasi peserta didik untuk memperoleh pengalaman yang bermakna dalam mencapai kompetensi dasar: <ul style="list-style-type: none"> a. Berfungsi sebagai narasumber dan fasilitator dalam menjawab pertanyaan peserta didik yang menghadapi kesulitan, dengan menggunakan bahasa yang baku dan benar untuk membantu menyelesaikan masalah. b. Memberi acuan agar peserta didik dapat melakukan pengecekan hasil eksplorasi. c. Memberi informasi untuk bereksplorasi lebih jauh. d. Memberikan motivasi kepada peserta didik yang kurang atau belum berpartisipasi aktif. | | |
| 3 | <p>Kegiatan penutup</p> <p>a. Pendinginan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siswa dibagi menjadi dua kelompok atau lebih dengan jumlah yang sama. Kemudian berbaris berbanjardan melakukan game estafet bola, setiap siswa dalam kelompok tidak boleh melakukan cara/gerakan yang sama dalam memberikan bola. <p>b. Berbaris, berhitung</p> <p>Peserta didik dibariskan dalam bentuk tiga bersaf</p> <p>c. Evaluasi dan kesimpulan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bersama sama dengan peserta didik dan / atau sendiri membuat kesimpulan dari pembelajaran yang telah dilakukan. - Melakukan penilaian dan / atau refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan secara konsisten dan terprogram. - Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran. - Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk pembelajaran remedi, program pengayaan, layanan konseling dan / atau memberikan tugas baik tugas individual maupun kelompok sesuai dengan hasil |  | 20 menit |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | belajar peserta didik. | | |
| | d. Berdoa | | |
| | - Guru memimpin peserta didik untuk berdoa sesuai dengan agama dan kepercayaan masing masing | | |

E. Alat Dan Media Pembelajaran

1. Ruang terbuka / lapangan
2. Bola basket 5 buah
3. Cones 6 buah
4. Peluit
5. Jam tangan
6. Stopwatch

Sumber belajar : Buku Aktif Berolahraga untuk SMP dan MTS kelas IX
(Supriyanto, Joko Dan Tugimin. 2010.*Aktif Berolahraga*.Jakarta:
PD.PERCADA

F. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran.

| Indikator Pencapaian Kompetensi | Penilaian | | |
|--|-------------|----------------------|---|
| | Teknik | Bentuk Instrumen | Contoh Instrumen |
| <p>AspekPsikomotor</p> <p>Melakukan passing (overhead, chest dan bounce pass) dalam permainan bola basket</p> <p>Melakukan lay up dalam permainan bola basket</p> | Tes praktik | Tes contoh kinerja | - Lakukan overhead pass, chest pass ,bounce pass, dan lay up dalam permainan bola basket. |
| <p>AspekKognitif</p> <p>Memahami dan dapat melaksanakan materi yang telah diberikan.</p> | Pengamatan | Pengamatan permainan | - Keputusan yang diambil peserta didik dalam mem-passing bola ke teman dan keputusan untuk lay up untuk mendapat poin |

| | | | |
|--|------------|--|---|
| Aspek Afektif | | | |
| Toleransi, tanggungjawab, percaya diri, keberanian dan kerjasama | Pengamatan | Pengamatan perilaku selama proses pembelajaran | Toleransi, tanggungjawab, keberanian dan kerjasama. |

1. Teknik Penilaian

a. Aspek Psikomotor

Melakukan passing (overhead, chest dan bounce pass) dan lay up ke dalam permainan bola basket.

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja siswa dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Nilai

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian} = \frac{\text{-----}}{\text{-----}} \times 50$$

Jumlah skor maksimal

b. Aspek Kognitif

Mengamati bagaimana pengambilan keputusan siswa saat bermain permainan bola basket yang telah dimodifikasi.

Penilaian terhadap penerapan dan pengambilan keputusan siswa dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Nilai

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian} = \frac{\text{-----}}{\text{-----}} \times 20$$

Jumlah skor maksimal

c. Aspek Afektif

Melaksanakan kegiatan pembelajaran bola basket - passing (overhead, chest dan bounce pass) dan lay up yang telah disusun sedemikian rupa untuk menanamkan toleransi, tanggung jawab, percaya diri, keberanian dan kerjasama

Berikan tanda cek () pada kolom yang tersedia, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek () mendapat skor 1.

Nilai

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian = ----- X 30

Jumlah skor maksimal

2. Rubrik Penilaian

a. Aspek Psikomotor

| No | Aspek yang Dinilai | Kualitas gerak | | | |
|--------------------------|---|----------------|---|---|---|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1 | Kemampuan peserta didik melakukan Overhead pass | | | | |
| 2 | Kemampuan peserta didik melakukan Chest pass | | | | |
| 3 | Kemampuan peserta didik melakukan Bounce pass | | | | |
| 4 | Kemampuan peserta didik melakukan lay up | | | | |
| 5 | Kemampuan peserta didik melakukan penerapan teknik passing ke dalam permainan bola basket | | | | |
| Jumlah | | | | | |
| Jumlah skor maksimal: 20 | | | | | |

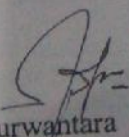
b. Aspek Kognitif

| No | Pengamatan | Kualitas | | | |
|-------------------------|---|----------|---|---|---|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1. | Pengambilan keputusan dalam melakukan passing saat bermain permainan bola basket yang telah dimodifikasi (siapa yang dituju, ada penjaga atau tidak, menggunakan passing apa) | | | | |
| 2. | Pengambilan keputusan dalam melakukan lay up saat bermain bola basket | | | | |
| Jumlah | | | | | |
| Jumlah skor maksimal: 8 | | | | | |

c. Aspek Afektif

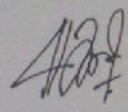
| No | Perilaku yang Diharapkan | Cek() |
|-------------------------|---|--------|
| 1 | Berani dalam mengambil keputusan saat bermain | |
| 2 | Menunjukkan kerjasama dengan teman satu tim | |
| 3 | Bertanggung jawab | |
| 4 | Toleransi terhadap sesama | |
| Jumlah | | |
| Jumlah skor maksimal: 4 | | |

Mengetahui,
Guru Pembimbing


Purwantara
NIP. 19630211198601 1 002

Yogyakarta, 2 September 2015

Mahasiswa


Dati Maryami
NIM. 12601241007

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

| | |
|--------------------|---|
| Sekolah / Instansi | : SMP N 3 SENTOLO |
| Mata Pelajaran | : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan |
| Pokok Bahasan | : Senam Lantai |
| Kelas / Semester | : IX |
| Alokasi Waktu | : 40 menit x 2 (1 x pertemuan) |

Standar kompetensi

3. Mempraktikkan rangkaian gerak senam lantai dengan gerakan yang benar dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi dasar

- 3.1. Mempraktikkan rangkaian senam lantai tanpa alat serta nilai percaya diri, kerjasama, disiplin, keberanian, dan keselamatan
- 3.2. Mempraktikkan beberapa rangkaian senam lantai, serta nilai keberanian, kedisiplinan, keluwesan dan estetika

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah peserta didik melakukan pembelajaran, diharapkan :

1. Peserta didik dapat mempraktikkan gerakan guling ke depan dengan baik dan benar
2. Peserta didik dapat mempraktikkan gerakan guling ke belakang dengan baik dan benar
3. Peserta didik dapat mempraktikkan gerakan kombinasi dari guling ke depan ke guling belakang ke guling depan kembali

Karakter peserta didik yang diharapkan :

Disiplin (discipline) pTanggung jawab (responsibility)

Keberanian (bravery) Toleransi (tolerance)

Percaya Diri (confidence)

B. Materi Pembelajaran

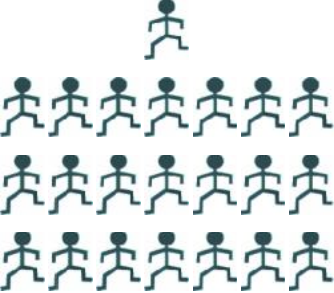
Senam Lantai



1. Gerakan guling ke depan dengan baik dan benar
2. Gerakan guling ke belakang dengan baik dan benar
3. Kombinasi gerakan guling ke depan – guling ke belakang – guling ke depan


C. Metode Pembelajaran

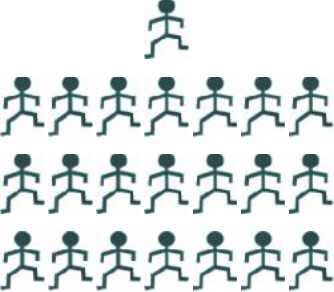
1. Drill
2. Komando
3. Demonstrasi
4. Resiprokal

D. Kegiatan Pembelajaran

| No | Kegiatan dan Uraian | Gambar | Alokasi Waktu |
|----|---|--|---------------|
| 1 | Kegiatan pendahuluan |  | 15 menit |
| a. | Berbaris dan berhitung Peserta didik dibariskan ke dalam tiga bersaf | | |
| b. | Berdoa Peserta didik berdoa sesuai agama dan keyakinan masing masing | | |
| c. | Presensi Guru mempresensi kehadiran peserta didik | | |
| d. | Apersepsi Guru memotivasi dan menjelaskan materi yang akan dipelajari | | |
| e. | Pemanasan - Lari 2 x putaran - Statis Gerakan meregangkan otot mulai dari tangan (ke kanan, kiri, atas, bawah) dilanjutkan kaki (tarik ke atas, samping, belakang) | | |

| | | | |
|---|---|--|----------|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Dinamis <p>Gerakan koordinasi mulai dari tangan (buka tutup tangan, lateral I, lateral S) dilanjutkan kaki (buka tutup dan depan belakang)</p> | | |
| 2 | <p>Kegiatan inti</p> <p>a. Eksplorasi</p> <p>Dalam kegiatan eksplorasi guru menjelaskan tentang</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gerakan guling ke depan <ol style="list-style-type: none"> 1. Gerakan senam lantai roll depan dapat anda awali dengan sikap jongkok dengan kedua tangan menumpu pada matras selebar bahu 2. Kedua kaki anda luruskan, siku ditekuk, kepala dilipat hingga dagu menyentuh dada 3. Lakukan gerakan menggulingkan badan ke depan dengan mendaratkan tengkuk terlebih dahulu dan kedua kaki anda dilipat rapat pada dada 4. Kedua tangan melemaskan tumpuan dari matras, pegang mata kaki dan kemudian berusaha bangun 5. Sikap akhir dari roll depan adalah tubuh berdiri seperti semula - Gerakan guling ke belakang <ol style="list-style-type: none"> 1. Posisikan tubuh anda berdiri tegak dengan tangan lurus ke atas membentuk huruf V 2. Tekuk lutut hingga jongkok atau setengah jongkok dan tangan lurus ke depan 3. Gulingkan badan dengan kaki lurus dan saat mendaratkan kaki di jatuhkan jauh di atas kepala |   | 45 menit |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | <p>4. Kembali ke posisi semula yaitu berdiri tegak</p> | | |
| | <p>b. Elaborasi</p> <p>Dalam kegiatan elaborasi guru memfasilitasi peserta didik untuk mencoba dan melakukan gerakan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Saling bergantian mencoba berguling ke depan 3 x cobaan - Saling bergantian mencoba berguling ke belakang 3 x cobaan - Saling bergantian mencoba mengkombinasikan gerakan berguling ke depan – guling ke belakang –guling ke depan |  | |
| | <p>c. Konfirmasi</p> <p>Dalam kegiatan konfirmasi guru :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Memberikan umpan balik positif dan penguatan dalam bentuk lisan, isyarat, maupun hadiah terhadap keberhasilan peserta didik. - Memberikan konfirmasi terhadap hasil eksplorasi dan elaborasi peserta didik melalui berbagai sumber. - Memfasilitasi peserta didik melakukan refleksi untuk memperoleh pengalaman belajar yang telah dilakukan. - Memfasilitasi peserta didik untuk memperoleh pengalaman yang bermakna dalam mencapai kompetensi dasar: <ul style="list-style-type: none"> a. Berfungsi sebagai narasumber dan fasilitator dalam menjawab pertanyaan peserta didik yang menghadapi kesulitan, dengan menggunakan bahasa yang baku dan benar. b. Membantu menyelesaikan masalah. | | |

| | | | |
|---|--|--|-------------|
| | <p>c. Memberi acuan agar peserta didik dapat melakukan pengecekan hasil eksplorasi.</p> <p>d. Memberi informasi untuk bereksplorasi lebih jauh.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Memberikan motivasi kepada peserta didik yang kurang atau belum berpartisipasi aktif | | |
| 3 | Kegiatan Penutup | | |
| | <p>a. Pendinginan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Berpasangan dua dua saling berpegangan dan melakukan pendinginan - Membungkukkan badan saling berpegangan - Rapatkan kaki, Tarik tangan - Semua duduk dengan kaki lurus dan berpegangan tangan kemudian berkerjasama berusaha untuk berdiri | | |
| | <p>b. Berbaris dan berhitung</p> <p>Peserta didik kembali dibariskan dalam bentuk 3 bersaf</p> | | |
| | <p>c. Evaluasi dan kesimpulan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bersama-sama dengan peserta didik dan/atau sendiri membuat kesimpulan dari pembelajaran yang telah dilakukan. - Melakukan penilaian dan/atau refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan secara konsisten dan terprogram. - Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran. - Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk pembelajaran remedi, program pengayaan, layanan konseling dan/atau memberikan tugas baik tugas individual maupun kelompok sesuai |  | 20 menit |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | dengan hasil belajar peserta didik. | | |
| | d. Berdoa Berdoa sesuai agama dan kepercayaan masing masing | | |

E. Alat dan Media Pembelajaran

1. Ruang terbuka / lapangan
2. Matras 3 buah
3. Peluit
4. Stopwatch
5. Jam tangan
6. Sumber belajar

Buku Aktif Berolahraga untuk SMP dan MTS kelas IX (Supriyanto, Joko. Tugimin.2010. Aktif Berolahraga.Jakarta : PD. PERCADA)

F. Penilaian

Penilaian dilakukan selama proses dan sesudah pembelajaran berlangsung.

| Indikator Pencapaian Kompetensi | Penilaian | | |
|--|-----------------------|--------------------------------|---|
| | Teknik | Bentuk Instrumen | Contoh Instrumen |
| Aspek Psikomotor - Melakukan gerakan guling ke depan dan ke belakang dengan baik dan benar - Melakukan kombinasi gerakan guling ke depan dan ke belakang | Tes praktik (kinerja) | Tes Contoh Kinerja | Lakukan gerakan guling ke depan dan ke belakang dengan koordinasi yang baik ! |
| Aspek kognitif - Mengetahui tahap tahap gerakan guling ke depan dan guling ke belakang | Tes Tertulis | Pilihan ganda / Uraian Singkat | Cara melakukan gerakan guling ke depan dan ke belakang adalah |
| Aspek afektif - Kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, tanggung jawab | Tes Observasi | Lembar Observasi | Kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, tanggung jawab |

1. Teknik Penilaian

a. Aspek psikomotor

Kemampuan peserta didik dalam melakukan gerakan guling ke depan dan guling ke belakang

Keterangan :

Berikan penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta didik dengan rentang nilai antara 1 - 4

Nilai 4 , jika peserta didik mampu mempraktikkan gerakan guling ke depan dan ke belakang dengan baik dan benar

Nilai 3 , jika peserta didik hanya mampu mempraktikkan gerakan guling depan saja dengan baik dan benar

Nilai 2 , jika peserta didik hanya mampu mempraktikkan gerakan guling ke belakang saja dengan baik dan benar

Nilai 1 , jika peserta didik belum mampu dalam melakukan guling ke depan dan ke belakang dengan baik dan benar

Nilai

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian} = \frac{\text{-----}}{\text{-----}} \times 50$$

Jumlah skor maksimal

b. Aspek kognitif

Kemampuan peserta didik dalam bertanya dan menjawab dengan lisan dan peragaan dengan baik mengenai tahap tahap gerakan guling ke depan dan ke belakang

Keterangan :

Berikan penilaian terhadap kualitas jawaban peserta didik dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Nilai 4 , jika peserta didik mampu menjelaskan pengetahuan semua dari pertanyaan mengenai gerakan guling ke depan dengan baik dan benar

Nilai 3 , jika peserta didik mampu menjelaskan pengetahuan semua dari pertanyaan mengenai gerakan guling ke belakang dengan baik dan

benar

Nilai 2 , jika peserta didik hanya mampu menjelaskan pengetahuan hanya sebagian dari pertanyaan mengenai gerakan guling ke depan

Nilai 1 , jika peserta didik hanya mampu menjelaskan pengetahuan hanya sebagian dari pertanyaan mengenai gerakan guling ke belakang

Nilai

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian = ----- X 20

Jumlah skor maksimal

c. Aspek afektif

Kemampuan peserta didik dalam menanamkan nilai toleransi, percaya diri, berani, tanggung jawab, bersedia berbagi tempat dan peralatan terhadap materi permainan sepak bola

Keterangan :

Berikan tanda cek (v) pada kolom untuk menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap tanda cek (v) mendapat nilai 1

Nilai

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian = ----- X 30

Jumlah skor maksimal

2. Rubrik Penilaian

a. Aspek psikomotor

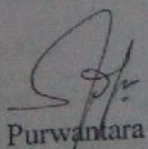

| Aspek yang dinilai | Kualitas gerak | | | |
|---|----------------|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Kemampuan peserta didik dalam melakukan guling ke depan | | | | |
| Kemampuan peserta didik dalam melakukan guling ke belakang | | | | |
| Kemampuan peserta didik dalam melakukan gerakan kombinasi guling ke depan dan ke belakang | | | | |
| Jumlah | | | | |
| Jumlah skor maksimal = 12 | | | | |

b. Aspek kognitif

| Aspek yang dinilai | Kualitas Jawaban | | | |
|---|------------------|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Pengetahuan peserta didik mengenai gerakan guling ke depan | | | | |
| Pengetahuan peserta didik mengenai gerakan guling ke belakang | | | | |
| Jumlah | | | | |
| Jumlah skor maksimal = 8 | | | | |

c. Aspek afektif

| Aspek yang dinilai | Cek (v) |
|--|---------|
| Berani dalam melakukan guling ke depan dan ke belakang | |
| Percaya diri akan kemampuan masing masing peserta didik | |
| Bertanggungjawab | |
| Toleransi terhadap sesama | |
| Menunjukkan sikap bersungguh-sungguh dalam melakukan gerakan | |
| Jumlah | |
| Jumlah skor maksimal = 5 | |

| | |
|--|---|
| <p>Mengetahui, Guru Pembimbing</p>  <p>Purwantara NIP. 19630211198601 1 002</p> | <p>Yogyakarta, 3 September 2015</p> <p>Mahasiswa</p>  <p>Dati Maryami NIM. 12601241007</p> |
|--|---|

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Sekolah / Instansi : SMP N 3 SENTOLO
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Pokok Bahasan : Kebugaran Jasmani
Kelas / Semester : VIII / 1
Alokasi Waktu : 2 x 40 menit (1xpertemuan)

Standar kompetensi

2. Mempraktikkan latihan kebugaran dalam bentuk latihan sirkuit dan nilai nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi dasar

- 2.1. Mempraktikkan latihan kekuatan dan daya tahan anggota badan bagian atas dengan system sirkuit serta nilai disiplin dan tanggung jawab
- 2.2. Mempraktikkan latihan kekuatan dan daya tahan anggota badan bagian bawah dengan system sirkuit serta nilai disiplin dan tanggung jawab

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah peserta didik melakukan pembelajaran sirkuit training diharapkan

1. Peserta didik dapat mempraktikkan latihan kekuatan dan daya tahan anggota badan bagian atas dengan baik
2. Peserta didik dapat mempraktikkan latihan kekuatan dan daya tahan anggota badan bagian bawah dengan baik

Karakter peserta didik yang diharapkan

| | |
|-----------------------------------|---------------------------|
| Disiplin (dicipline) | Toleransi (tolerance) |
| Bertanggungjawab (responsibility) | Percaya Diri (Confidence) |
| Keberanian (bravery) | |

B. Materi Pembelajaran

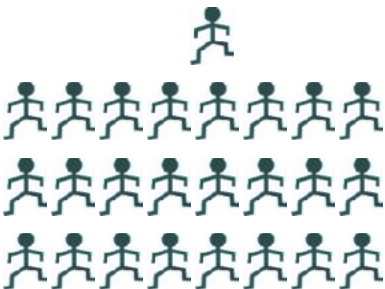
Latihan kebugaran jasmani _ Sirkuit training



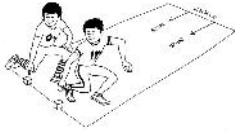


1. Latihan kekuatan dan daya tahan anggota badan bagian atas
2. Latihan kekuatan dan daya tahan anggota badan bagian bawah

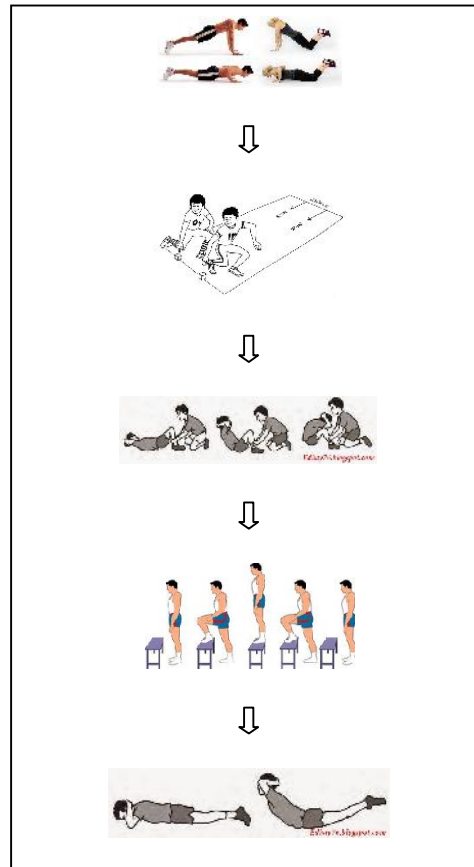
C. Metode Pembelajaran

1. Komando
2. Resiprokal
3. Demonstrasi

D. Kegiatan Pembelajaran

| No | Kegiatan dan Uraian | Gambar | Alokasi Waktu |
|----|---|--|---------------|
| 1 | Kegiatan pendahuluan |  | 15 menit |
| a. | Berbaris dan berhitung Peserta didik dibariskan ke dalam tiga bersaf | | |
| b. | Berdoa Peserta didik berdoa sesuai agama dan keyakinan masing masing | | |
| c. | Presensi Guru mempresensi kehadiran peserta didik | | |
| d. | Apersepsi Guru memotivasi dan menjelaskan materi yang akan dipelajari | | |
| e. | Pemanasan <ul style="list-style-type: none">- Lari 2 x putaran- Statis Gerakan meregangkan otot mulai dari tangan (ke kanan, kiri, atas, bawah) dilanjutkan kaki (tarik ke atas, samping, belakang)- Dinamis Gerakan koordinasi mulai dari tangan (buka tutup tangan, lateral I, lateral S) dilanjutkan kaki (buka tutup) | | |

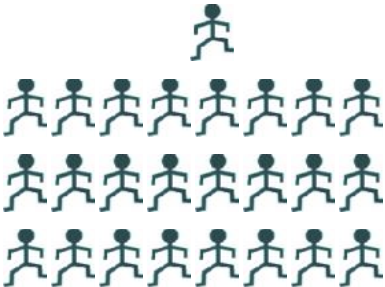
| | | | |
|---|---|---|-------------|
| 2 | Kegiatan inti | | |
| | <p>a. Eksplorasi</p> <p>Dalam kegiatan eksplorasi guru menjelaskan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sirkuit training Yaitu Latihan fisik yang dilakukan secara berurutan menggabungkan latihan kekuatan dengan latihan aerobic secara berurutan dalam satu tempat. - Push up Untuk melatih kekuatan dan daya otot lengan - Sit up Untuk melatih kekuatan daya tahan otot perut - Shuttle run Untuk melatih kelincahan - Naik turun bangku Untuk melatih kekuatan dan daya tahan otot tungkai - Back up Untuk melatih kekuatan daya otot perut dan pinggan |      | 45 menit |
| | <p>b. Elaborasi</p> <p>Dalam kegiatan elaborasi guru memfasilitasi peserta didik untuk melakukan sirkuit training dengan baik dan benar</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sit up - Back up - Push up - Shuttle run - Naik turun bangku <p>Semua dilakukan 1 set dengan waktu 30 s dan istirahat 10 s</p> | | |



c. Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi guru :

- Memberikan umpan balik positif dan penguatan dalam bentuk lisan, isyarat, maupun hadiah terhadap keberhasilan peserta didik.
- Memberikan konfirmasi terhadap hasil eksplorasi dan elaborasi peserta didik melalui berbagai sumber.
- Memfasilitasi peserta didik melakukan refleksi untuk memperoleh pengalaman belajar yang telah dilakukan.
- Memfasilitasi peserta didik untuk memperoleh pengalaman yang bermakna dalam mencapai kompetensi dasar:
 - a. Berfungsi sebagai narasumber dan fasilitator dalam menjawab pertanyaan peserta didik yang

| | | | |
|---|--|--|-------------|
| | <p>menghadapi kesulitan, dengan menggunakan bahasa yang baku dan benar.</p> <p>b. Membantu menyelesaikan masalah.</p> <p>c. Memberi acuan agar peserta didik dapat melakukan pengecekan hasil eksplorasi.</p> <p>d. Memberi informasi untuk bereksplorasi lebih jauh.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Memberikan motivasi kepada peserta didik yang kurang atau belum berpartisipasi aktif | | |
| 3 | <p>Kegiatan Penutup</p> <p>a. Pendinginan</p> <p>b. Berbaris dan berhitung</p> <p>Peserta didik kembali dibariskan dalam bentuk 3 bersaf</p> <p>c. Evaluasi dan kesimpulan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bersama-sama dengan peserta didik dan/atau sendiri membuat kesimpulan dari pembelajaran yang telah dilakukan. - Melakukan penilaian dan/atau refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan secara konsisten dan terprogram. - Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran. - Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk pembelajaran remedi, program pengayaan, layanan konseling dan/atau memberikan tugas baik tugas individual maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik. |  | 20 menit |
| | <p>d. Berdoa</p> <p>Berdoa sesuai agama dan kepercayaan masing masing</p> | | |

E. Alat dan Media Pembelajaran

1. Ruang terbuka / Lapangan
2. Cones 6 buah
3. Bangku 3 buah
4. Stopwatch
5. Peluit
6. Jam tangan
7. Bola tangan 5 buah
8. Sumber Belajar

Buku Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP/MTS untuk kelas VIII (Husdarta, Jaja Suharja dan Maryani, Eni. 2010.Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Jakarta: Armico.)

F. Penilaian

Penilaian dilakukan selama proses dan sesudah pembelajaran berlangsung.

| Indikator Pencapaian Kompetensi | Penilaian | | |
|---|-----------------------|--------------------------------|---|
| | Teknik | Bentuk Instrumen | Contoh Instrumen |
| <p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> - Melakukan gerakan semua pos dengan baik dan benar (naik turun bangku, sit up, back up, push up, shuttle run) | Tes praktik (kinerja) | Tes Contoh Kinerja | Lakukan gerakan sirkuit training dengan koordinasi yang baik ! |
| <p>Aspek kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mengetahui bentuk teknik dasar dan fungsi gerakan naik turun bangku, sit up, back up, push up, shuttle run yang benar dan efektif | Tes Tertulis | Pilihan ganda / Uraian Singkat | Gerakan push up merupakan gerakan untuk melatih..... |
| <p>Aspek afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan | Tes Observasi | Lembar Observasi | Kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan |

1. Aspek psikomotor

a. Petunjuk Penilaian

Penilaian aspek keterampilan diberikan dalam dua bentuk, yaitu penilaian terhadap kesempurnaan/keterampilan sikap/cara melakukan proses gerakan (penilaian sikap) dan penilaian produk/prestasi dari gerakan tersebut (diambil dari ketepatan waktu melakukan gerakan).

b. Butir Soal Keterampilan (Unjuk Kerja)

1) Lakukan latihan kekuatan otot! Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan suatu proses gerakan (penilaian proses) dan ketepatan melakukan gerakan (penilaian produk).

| Penilaian Keterampilan Gerak | | | | Nilai Akhir | Ket |
|-------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|--------------------------------------|-------------|-----|
| Penilaian Proses | | | Penilaian Produk (Tes kekuatan otot) | | |
| Sikap awalan gerakan (Skor 3) | Proses melakukan gerakan (Skor 4) | Sikap akhir gerakan (Skor 3) | | | |
| | | | | | |

2) Kriteria Penilaian Keterampilan (Unjuk Kerja)

1) Kriteria Penilaian Proses

Kriteria skor : Pelaksanaan kekuatan (Proses)

- Sikap awal

Skor 3, jika :

- (1) sikap baring terlentang
- (2) kedua lutut ditekuk dan dirapatkan
- (3) kedua tangan menopang leher bagian belakang

Skor 2 : jika hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor 1 : jika hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor 0 : jika tidak satupun kriteria dilakukan secara benar.

- Pelaksanaan gerak

Skor 4, jika :

- (1) angkat badan ke atas sampai mencium lutut
- (2) kemudian turunkan lagi badan sampai posisi berbaring
- (3) kedua tangan tetap memegang leher
- (4) pandangan mata tetap ke atas

Skor 3 : jika tiga kriteria dilakukan dengan benar

Skor 2 : jika hanya dua kriteria dilakukan dengan benar

Skor 1 : jika hanya satu kriteria dilakukan dengan benar

Skor 0 : jika tidak satupun kriteria dilakukan dengan benar

- Pelaksanaan akhir (kembali ke sikap semula)

Skor 3, jika :

- (1) posisi badan tidur terlentang dan tetap rileks
- (2) kedua tangan tetap memegang leher bagian belakang
- (3) kedua tungkai diluruskan dan dibuka selebar bahu

Skor 2 : jika hanya dua kriteria dilakukan secara benar

Skor 1 : jika hanya satu kriteria dilakukan secara benar

Skor 0 : jika tidak satupun kriteria dilakukan secara benar

2) Kriteria Penilaian Prestasi

✿ Penilaian prestasi kekuatan dan daya tahan otot (*Pushup*).

| Perolehan Nilai | | Kriteria Penskoran | Klasifikasi Nilai |
|-----------------|---------------|--------------------|-------------------|
| Putera | Putri | | |
| ... > 25 kali | ... > 20 kali | 100% | Sangat Baik |
| 20 – 24 kali | 15 – 19 kali | 90% | Baik |
| 15 – 19 kali | 10 – 14 kali | 80% | Cukup |
| 10 – 14 kali | 5 – 9 kali | 70% | Kurang |
| ... < 10 kali | ... < 5 kali | 60% | Kurang Sekali |

✿ Penilaian prestasi kekuatan dan daya tahan otot (*Sit-up*).

| Perolehan Nilai | | Kriteria Penskoran | Klasifikasi Nilai |
|-----------------|---------------|--------------------|-------------------|
| Putera | Putri | | |
| ... > 30 kali | ... > 25 kali | 100% | Sangat Baik |
| 25 – 29 kali | 20 – 24 kali | 90% | Baik |
| 20 - 24 kali | 15 – 19 kali | 80% | Cukup |
| 15 – 19 kali | 10 – 14 kali | 70% | Kurang |
| ... < 15 kali | ... < 10 kali | 60% | Kurang Sekali |

✿ Penilaian prestasi kekuatan dan daya tahan otot (*backup*).

| Perolehan Nilai | | Kriteria Penskoran | Klasifikasi Nilai |
|-----------------|---------------|--------------------|-------------------|
| Putera | Putri | | |
| ... > 30 kali | ... > 25 kali | 100% | Sangat Baik |
| 25 – 29 kali | 20 – 24 kali | 90% | Baik |
| 20 - 24 kali | 15 – 19 kali | 80% | Cukup |
| 15 – 19 kali | 10 – 14 kali | 70% | Kurang |
| ... < 15 kali | ... < 10 kali | 60% | Kurang Sekali |

✿ penilaian prestasi (naik turun bangku)

| Perolehan Nilai | Kriteria Penskoran | Klasifikasi Nilai |
|-----------------|--------------------|-------------------|
| >18 | 4 | Sangat Baik |
| 15-17 | 3 | Baik |
| 12-14 | 2 | Cukup |
| 9-11 | 1 | Kurang |

✿ penilaian prestasi (*shuttle run*)

| Perolehan Nilai | Kriteria Penskoran | Klasifikasi Nilai |
|-----------------|--------------------|-------------------|
| >12 | 4 | Sangat Baik |
| 10-11 | 3 | Baik |
| 8-9 | 2 | Cukup |
| 6-7 | 1 | Kurang |

2. Aspek kognitif

a. Petunjuk penilaian

Setelah mempelajari materi aktivitas kebugaran jasmani, tugaskan kepada peserta didik untuk mengerjakan tugas kelompok di bawah ini dengan

penyuh rasa tanggung jawab. Tugas kelompok ini dapat dikerjakan di rumah dan dikumpulkan dalam bentuk portofolio.

b. Butir Soal Pengetahuan

| No | Butir Pertanyaan | Kriteria Penskoran | | | | | Nilai Akhir |
|----|---|--------------------|---|---|---|---|-------------|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | d | |
| 1. | Jelaskan cara melakukan latihan <i>sit-up</i> untuk meningkatkan kekuatan otot perut! | | | | | | |
| 2. | Jelaskan cara melakukan latihan <i>push-up</i> untuk meningkatkan kekuatan otot lengan! | | | | | | |
| 3. | Jelaskan cara melakukan naik turun bangku yang benar! | | | | | | |
| 4. | Jelaskan cara melakukan <i>back-up</i> yang benar! | | | | | | |
| 5. | Jelaskan cara melakukan shuttle run yang benar! | | | | | | |

c. Kriteria Penilaian (*Pengetahuan / Pemahaman*)

- Skor 4 : jika peserta didik mampu menjelaskan *cara sit up, push up*, naik turun bangku dan shuttle run dengan benar.
- Skor 3 : jika peserta didik mampu menjelaskan dua pertanyaan di atas.
- Skor 2 : jika peserta didik mampu menjelaskan salah satu pertanyaan di atas.
- Skor 1 : jika tidak satupun pertanyaan di atas mampu dijelaskan.

3. Aspek afektif

a. Petunjuk Penilaian

Penilaian aspek perilaku (sikap) dilakukan dengan pengamatan selama mengikuti kegiatan belajar mengajar. Pengamatan dalam proses penilaian dilakukan saat peserta didik melakukan aktivitas kebugaran jasmani. Aspek-aspek yang dinilai meliputi : kerjasama, tanggungjawab, menghargai teman, disiplin dan toleransi.

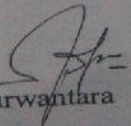
Berikan tanda cek (✓) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap

perilaku yang dicek (✓) dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 3.
(Baik=3, Sedang=2, dan Kurang=1).

b. Rubrik Penilaian Perilaku


| PERILAKU YANG DINILAI | CEK (✓) | | |
|---------------------------|---------|--------|--------|
| | Baik | Sedang | Kurang |
| 1. Kerjasama | | | |
| 2. Tanggungjawab | | | |
| 3. Menghargai teman | | | |
| 4. Disiplin | | | |
| 5. Toleransi | | | |
| Jumlah skor maksimal = 15 | | | |

Mengetahui,
Guru Pembimbing


Purwantara
NIP. 19630211198601 1 002

Yogyakarta, 2 September 2015

Mahasiswa


Dati Maryami
NIM. 12601241007

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

| | |
|------------------|---|
| Sekolah | : SMP N 3 SENTOLO |
| Mata Pelajaran | : Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan |
| Pokok Bahasan | : Permainan Bola Voli |
| Kelas / Semester | : IX / 1 |
| Alokasi Waktu | : 2 x 40 menit (1 x pertemuan) |

Standar Kompetensi *

1. Mempraktekkan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga serta nilai nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktekkan variasi dan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar lanjutan dengan koordinasi yang baik, serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan **)

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah peserta didik melakukan pembelajaran teknik dasar bola voli diharapkan

1. Peserta didik dapat mempraktikkan keterampilan dasar passing bawah dengan baik dan benar
2. Peserta didik dapat mempraktikkan keterampilan dasar passing atas dengan baik dan benar
3. Peserta didik dapat mempraktikkan keterampilan servis bawah / atas dengan baik dan benar
4. Peserta didik dapat mempraktikkan seluruh keterampilan ke dalam bentuk permainan bola voli

Karakter yang diharapkan

Disiplin (*discipline*)

Bertanggung Jawab (*responsibility*)

Kerjasama (*cooperation*)

Percaya diri (*confidence*)

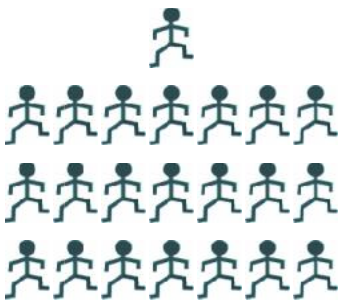
B. Materi pembelajaran

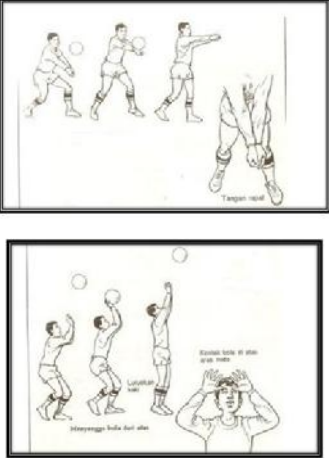

1. Keterampilan dasar passing bawah bola voli
2. Keterampilan dasar passing atas bola voli
3. Keterampilan dasar servis bawah/atas bola voli
4. Keterampilan menerapkan teknik ke dalam bentuk permainan bola voli

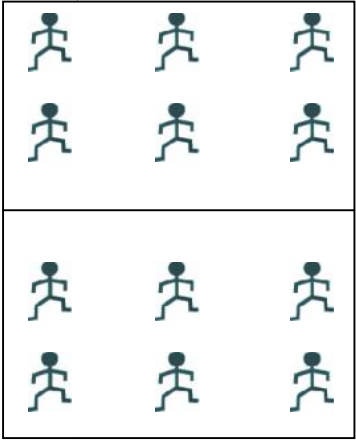


C. Metode Pembelajaran

1. Drill
2. Komando
3. Demonstrasi
4. Resiprokal

D. Kegiatan Pembelajaran

| No | Kegiatan dan Uraian | Gambar | Alokasi Waktu |
|----|--|--|---------------|
| 1 | Kegiatan pendahuluan |  | 15 menit |
| a. | Berbaris dan berhitung Peserta didik dibariskan dalam bentuk 3 bersaf dan berhitung untuk mengetahui jumlah peserta didik | | |
| b. | Berdoa Berdoa sesuai agama dan kepercayaan masing masing dengan khidmat | | |
| c. | Presensi Guru mempresensi kehadiran peserta didik | | |

| | | | |
|---|--|---|-------------|
| | <p>d. Apersepsi Guru memotivasi dan menjelaskan materi yang akan dipelajari</p> <p>e. Pemanasan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lari 2 x putaran - Pemanasan statis <p>Gerakan meregangkan otot mulai dari tangan (ke kanan, kiri, atas, bawah) dilanjutkan kaki (tarik ke atas, samping, belakang)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pemanasan dinamis <p>Gerakan koordinasi mulai dari tangan (buka tutup tangan, lateral I, lateral S) dilanjutkan kaki (buka tutup dan depan belakang)</p> | | |
| 2 | <p>Kegiatan inti</p> <p>a. Eksplorasi</p> <p>Memberikan gambaran mengenai teknik yang akan dipelajari melalui demonstrasi atau peragaan guru maupun siswa yang mahir.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Passing bawah - Passing atas - Servis bawah - Servis atas <p>b. Elaborasi</p> <p>Dalam kegiatan elaborasi guru memfasilitasi peserta didik untuk</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mencoba melakukan kegiatan yang telah disampaikan guru <ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik dibagi 7 kelompok - Tiap kelompok berdiri di dua ujung berbanjar - Tiap kelompok melakukan passing bawah, passing atas, servis bawah, servis atas secara bertahap - Yang sudah melakukan passing pindah |   | 45 menit |

| | | |
|--|--|-------------|
| <p>kebelakang</p> <ul style="list-style-type: none"> - Begitu seterusnya <p>2. Bermain</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dibagi 2 – 3 tim (d disesuaikan jumlah peserta didik) - Putra sendiri dan putri sendiri - Bermain dengan menerapkan teknik passing dan servis ke dalam permainan - Permainan dengan 1-2 set dengan game poin 15 |  | |
| <p>c. Konfirmasi</p> <ul style="list-style-type: none"> - Guru mengumpulkan siswa dan bertanya jawab tentang kesulitan yang dialami selama pembelajaran. - Memberi penguatan pujian atau motivasi untuk selalu belajar. - Mengoreksi hasil hasil kegiatan yang diajarkan - Memberi masukan kepada siswa yang kesulitan dalam melakukan pembelajaran. | | |
| Kegiatan Penutup | | |
| <p>a. Pendinginan</p> <p>Peserta didik diajak berjalan mengitari lapangan bola voli sebanyak 2 kali dengan santai dan sambil mengayun ayunkan tangan serta kaki</p> |  | |
| <p>b. Berbaris dan berhitung</p> <p>Peserta didik dibariskan dalam bentuk 3 bersaf dan berhitung untuk mengetahui jumlah peserta didik</p> |  | 20 menit |
| <p>c. Evaluasi dan kesimpulan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bersama-sama dengan peserta didik dan/atau sendiri membuat kesimpulan | | |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | <p>dari pembelajaran yang telah dilakukan.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Melakukan penilaian dan/atau refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan secara konsisten dan terprogram. - Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran. - Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk pembelajaran remedi, program pengayaan, layanan konseling dan/atau memberikan tugas baik tugas individual maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik. | | |
| | <p>d. Berdoa Berdoa sesuai agama dan kepercayaan masing masing</p> | | |

E. Alat dan Media Pembelajaran

1. Ruang terbuka / lapangan
2. Bola voli 7 buah
3. Tiang voli
4. Net voli
5. Peluit
6. Stopwatch
7. Jam tangan
8. Sumber belajar

Buku Aktif Berolahraga untuk SMP dan MTS kelas IX (Supriyanto, Joko. Tugimin.2010. Aktif Berolahraga.Jakarta : PD. PERCADA)

F. Penilaian

Penilaian dilakukan selama dan sesudah proses pembelajaran

1) Keterampilan Penilaian

a. Aspek Psikomotor

Kemampuan peserta didik dalam melakukan keterampilan dasar dalam permainan bola voli

Keterangan :

Berikan penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta didik dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Nilai

$$\text{Penilaian} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 50$$

b. Aspek kognitif

Kemampuan peserta didik dalam bertanya dan menjawab pertanyaan dengan lisan dan peragaan dengan baik mengenai permainan bola voli

Keterangan

Berikan penilaian terhadap kualitas jawaban peserta didik dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Nilai

$$\text{Penilaian} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20$$

c. Aspek afektif

Kemampuan peserta didik dalam menanamkan nilai kerjasama, percaya diri, tanggungjawab, berani, bersedia berbagi tempat dan peralatan terhadap materi permainan bola voli

Keterangan

Berikan tanda cek (v) pada kolom untuk menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap tanda cek (v) mendapat nilai 1

Nilai

$$\text{Penilaian} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30$$

2) Rubrik Penilaian

a. Aspek psikomotor

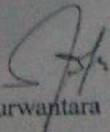

| Aspek yang dinilai | Kualitas gerak | | | |
|-------------------------------------|----------------|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Gerakan awal | | | | |
| Gerakan perkenaan | | | | |
| Gerakan akhir | | | | |
| Gerakan keseluruhan dalam permainan | | | | |
| Jumlah | | | | |
| Jumlah skor maksimal = 16 | | | | |

b. Aspek kognitif

| Aspek yang dinilai | Kualitas jawaban | | | |
|--|------------------|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Apa saja keterampilan dasar dalam permainan bola voli? | | | | |
| Bagaimana gerakan tangan saat perkenaan bola pada passing bawah? | | | | |
| Jumlah | | | | |
| Jumlah skor maksimal = 8 | | | | |

c. Aspek afektif

| Aspek yang dinilai | Cek (v) |
|---|---------|
| Percaya diri dan kerja keras dalam melakukan berbagai keterampilan dalam voli | |
| Kerjasama satu tim dalam permainan bola voli | |
| Toleransi / menghargai lawan | |
| Bersedia berbagi tempat dan peralatan | |
| Tekun dan disiplin dalam melakukan pembelajaran | |
| Jumlah | |
| Jumlah skor maksimal = 5 | |

| | |
|--|--|
| Mengetahui, Guru Pembimbing  Purwantara NIP. 19630211198601 1 002 | Yogyakarta, 9 September 2015 Mahasiswa  Dati Maryami NIM. 12601241007 |
|--|--|

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

| | |
|------------------|---|
| Sekolah | : SMP N 3 SENTOLO |
| Mata Pelajaran | : Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan |
| Pokok Bahasan | : Permainan Bola Voli |
| Kelas / Semester | : VIII / 1 |
| Alokasi Waktu | : 2 x 40 menit (1 x pertemuan) |

Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan dan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah melakukan pembelajaran permainan sepak bola diharapkan

1. Peserta didik dapat melakukan dribbling bola sepak dengan koordinasi kaki yang baik
2. Peserta didik dapat melakukan passing bola dengan koordinasi kaki yang baik
3. Peserta didik dapat melakukan controlling bola dengan koordinasi kaki yang baik.
4. Peserta didik dapat menerapkan teknik – teknik kedalam permainan sepakbola dengan baik dan menggunakan peraturan, lapangan, dan jumlah pemain yang telah dimodifikasi

5. Karakter siswa yang diharapkan:

Disiplin (discipline)

Tanggung Jawab (responsibility)

Kerja sama (cooperation)

Toleransi (tolerance)

Percaya diri (convidence)

Keberanian (bravery)

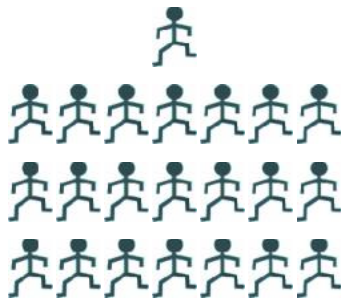
B. Materi Pembelajaran


Permainan Sepakbola:

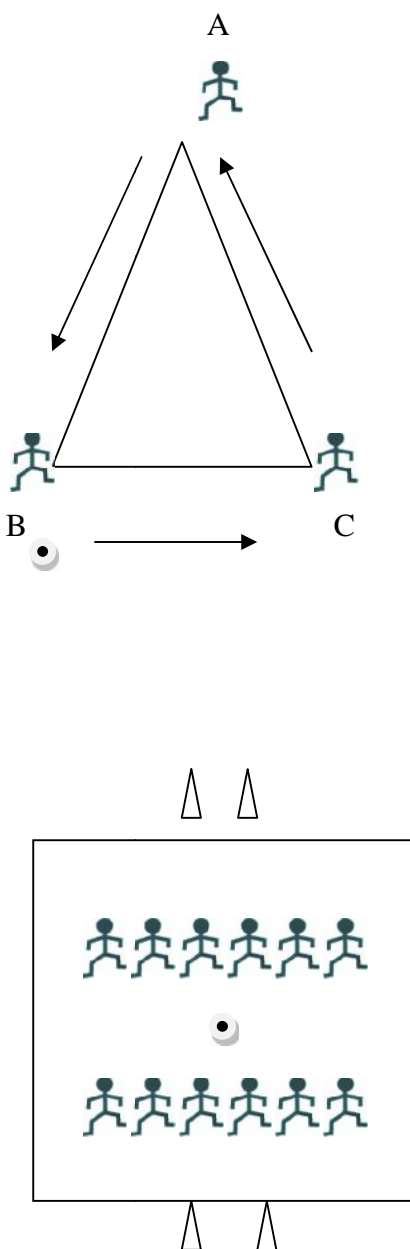
1. Dribling bola menggunakan kaki bagian luar.
2. Passing datar menggunakan kaki bagian dalam.
3. Controlling bola.
4. Bermain sepakbola menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

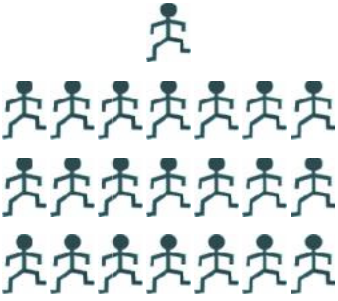
C. Metode Pembelajaran

1. Ceramah
2. Komando
3. Resiprokal
4. Demonstrasi

| No | Kegiatan dan Uraian | Gambar | Alokasi Waktu |
|---|---|--|---------------|
| 1. | Kegiatan Pendahuluan |  | 15 menit |
| | Kegiatan pendahuluan | | |
| | a. Berbaris dan berhitung Peserta didik dibariskan ke dalam tiga bersaf | | |
| | b. Berdoa Perserta didik berdoa sesuai agama dan keyakinan masing masing | | |
| | c. Presensi Guru mempresensi kehadiran peserta didik | | |
| d. Apersepsi Guru memotivasi dan menjelaskan materi yang akan dipelajari | | | |

| | | | |
|----|---|---|-------------|
| | <p>e. Pemanasan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lari 2 x putaran • Statis <p>Gerakan meregangkan otot mulai dari tangan (ke kanan, kiri, atas, bawah) dilanjutkan kaki (tarik ke atas, samping, belakang)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dinamis <p>Gerakan koordinasi mulai dari tangan (buka tutup tangan, lateral I, lateral S) dilanjutkan kaki (buka tutup dan depan belakang)</p> | | |
| 2. | Kegiatan Inti | | 45 menit |
| | <p>a. Eksplorasi</p> <p>Dalam kegiatan eksplorasi guru menjelaskan teknik passing, controlling bola, dan dribble dengan memberi contoh oleh guru atau salah satu siswa yang sudah bisa melakukan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kemudian peserta didik dibagi menjadi 4 kelompok • Tiap kelompok dibagi 2 bagian sama rata dan saling berhadapan • Bola dari utara dipassing ke siswa yang berada di utara. siswa yang passing berlari ke arah passing bola • Bola kemudian distop/control oleh siswa yang di selatan. • Siswa yang mengontrol bola mendribble ke arah utara. • Begitu seterusnya |  | |

| | | |
|--|--|--|
| <p>b. Elaboras</p> <p>Dalam kegiatan elaborasi guru memfasilitasi lebih kepada peserta didik dengan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dengan bintang beralih • Dibagi 2 kelompok, dengan tiap kelompok dibagi 3 bagian • Model permainan masih sama yang sebelumnya • Hanya dirubah dengan bentuk bintang beralih • Posisi a melakukan dribble ke arah b • Posisi b melakukan controlling bola dan melakukan passing ke posisi c • Posisi c melakukan controlling dan melakukan dribble setengah kemudian di passing ke posisi a • Begitu seterusnya <p>Bermain sepak bola</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik laki laki dan perempuan dibagi dua kelompok sama rata • Dengan lapangan dan lebar gawang yang dimodifikasi , peserta didik melakukan permainan sepak bola • Diharapkan peserta didik mampu menerapkan teknik teknik ke dalam permainan |  <p>The diagram illustrates two soccer activities. The top part shows a triangle drill with three players labeled A, B, and C. Player A is at the top vertex, B at the bottom-left, and C at the bottom-right. Arrows indicate a clockwise sequence: A to B, B to C, and C to A. A ball is shown near player B with an arrow pointing towards player C. The bottom part shows a rectangular soccer field with a ball in the center. There are two goalposts at the top and two at the bottom. Each goal is defended by six players, for a total of 12 players on the field.</p> | |
| <p>c. Konfirmasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memberikan umpan balik positif dan penguatan dalam bentuk lisan, isyarat, maupun hadiah terhadap keberhasilan peserta didik. • Memberikan konfirmasi terhadap hasil eksplorasi dan elaborasi peserta didik | | |

| | | | |
|----|--|--|--|
| | <p>melalui berbagai sumber.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memfasilitasi peserta didik melakukan refleksi untuk memperoleh pengalaman belajar yang telah dilakukan. • Memfasilitasi peserta didik untuk memperoleh pengalaman yang bermakna dalam mencapai kompetensi dasar: <ul style="list-style-type: none"> a) Berfungsi sebagai narasumber dan fasilitator dalam menjawab pertanyaan peserta didik yang menghadapi kesulitan, dengan menggunakan bahasa yang baku dan benar. b) Membantu menyelesaikan masalah. c) Memberi acuan agar peserta didik dapat melakukan pengecekan hasil eksplorasi. d) Memberi informasi untuk bereksplorasi lebih jauh <p>Memberikan motivasi kepada peserta didik yang kurang atau belum berpartisipasi aktif</p> | | |
| 3. | <p>Kegiatan penutup</p> <p>a. Pendinginan Peserta didik mengayun-ayunkan badan ke bawah dengan 2x hitungan.</p> <p>b. Berbaris Peserta didik kembali dibariskan dalam bentuk 3 bersaf</p> <p>c. Evaluasi dan kesimpulan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Bersama-sama dengan peserta didik membuat kesimpulan dari pembelajaran yang telah dilakukan. 2) Melakukan penilaian dan/atau refleksi terhadap kegiatan yang sudah |  | |

| | | | |
|--|---|--|--|
| | <p>dilaksanakan secara konsisten dan terprogram.</p> <p>3) Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran.</p> <p>4) Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk pembelajaran remedi, program pengayaan, layanan konseling dan/atau memberikan tugas baik tugas individual maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik.</p> | | |
| | <p>d. Berdoa</p> <p>Berdoa sesuai agama dan kepercayaan masing masing</p> | | |

D. Alat, Media dan Sumber Belajar :

1) Alat Pembelajaran :

- a. Cone 6 buah
- b. Bola sepak 4 buah
- c. Gawang
- d. Peluit dan stopwatch

2) Sumber Belajar :

Roji. 2007. *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan: untuk SMP/MTs kelas VIII*: Jakarta. Erlangga

E. Penilaian

1. Rubrik Penilaian Tes Keterampilan (Psikomotor)

| No | Aspek yang dinilai | Kualitas Gerak | | |
|----|--|----------------|---|---|
| | | 1 | 2 | 3 |
| 1 | Keterampilan dalam melakukan passing menggunakan kaki bagian dalam | | | |
| 2 | Keterampilan dalam melakukan controlling bola. | | | |
| 3 | Ketrampilan dalam melakukan dribling | | | |
| | Jumlah | | | |

- Nilai 3 jika siswa mampu mempraktikkan semua teknik gerakan passing, kontrol dan dribling dengan baik dan benar
- Nilai 2 jika siswa mampu mempraktikkan 2 teknik gerakan dengan baik dan benar
- Nilai 1 jika siswa mampu mempraktikkan 1 teknik gerakan dengan baik dan benar

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 50\%$$

2. Rubrik Penilaian Tes Sikap (Afektif)

| No | Asek yang dinilai | Checklist () |
|----|--------------------|------------------|
| 1 | Disiplin | |
| 2 | Tanggungjawab | |
| 3 | Kerjasama | |
| 4 | Bersungguh-sungguh | |
| 5 | Ketrampilan | |
| | Jumlah Skor | |

Keterangan :

Setiap perilaku yang dinilai diberi checklist (√) diberi nilai 1

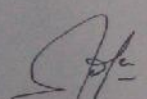
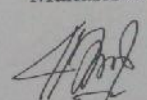
$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 25\%$$

3. Rubrik Penilaian Pengetahuan (Kognitif)

| Pertanyaan yang diajukan | Kualitas Jawaban | | | |
|--|------------------|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1. Bagaimana posisi kaki kita saat melakukan passing ? | | | | |
| 2. Bagaimana cara melakukan kontrol jika bola berada dibagian depan? | | | | |
| Jumlah skor: | | | | |

- Nilai 4 jika mampu menjelaskan cara passing dan kontrol dengan benar dan lengkap
- Nilai 3 jika siswa mampu menjelaskan namun kurang lengkap
- Nilai 2 jika siswa mampu menjelaskan salah satu
- Nilai 1 jika siswa tidak dapat menjawab semua pertanyaan

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 25$$

| | |
|--|---|
| <p>Mengetahui, Guru Pembimbing</p> <p> Purwantara NIP. 19630211198601 1 002</p> | <p>Yogyakarta, 31 Agustus 2015</p> <p>Mahasiswa</p> <p> DatiMaryami NIM. 12601241007</p> |
|--|---|

AGENDA MENGAJAR

SMP N 3 SENTOLO

Sekolah : SMP N 3 Sentolo

Semester : 1 (satu)

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Tahun Pelajaran : 2015 / 2016

| Hari/Tgl | Jam | Kelas | Rencana Kegiatan Guru (Tulis ringkas kegiatan, pokok bahasan, sumber dll) | Catatan Hasil Pelaksanaan (Selesai tidaknya rencana dan tindak lanjut) | Ket |
|---------------------------|------------|--------------|--|---|------------|
| Rabu, 20 Agustus 2015 | 1-2 | IX F | Memberi pembelajaran tentang lempar lembing mulai dari cara memegang, gerakan awalan, gerakan melempar, dan gerakan lanjutan | Selesai Peserta didik dapat melakukan gerakan lempar lembing | |
| Kamis, 21 Agustus 2015 | 1-2 | IX A | Memberi pembelajaran tentang lempar lembing mulai dari cara memegang, gerakan awalan, gerakan melempar, dan gerakan lanjutan | Selesai Peserta didik dapat melakukan gerakan lempar lembing | |

| | | | | | |
|---------------------------|-----|--------|---|--|--|
| | 3-4 | IX B | Memberi pembelajaran tentang lari estafet mulai dari cara memegang tongkat estafet, start jongkok dan melayang, cara memberi dan menerima (visual dan non visual) | Selesai Peserta didik dapat melakukan gerakan lari estafet | |
| Jumat, 22 Agustus 2015 | 2-3 | IX C | Memberi pembelajaran tentang lari estafet mulai dari cara memegang tongkat estafet, start jongkok dan melayang, cara memberi dan menerima (visual dan non visual) | Selesai Peserta didik dapat melakukan gerakan lari estafet | |
| Senin, 31 Agustus 2015 | 2-3 | IX D | Memberi pembelajaran tentang permainan sepak bola mengenai teknik passing dengan menggunakan kaki bagian dalam | Selesai Peserta didik dapat menerapkan keterampilan passing dengan kaki bagian dalam ke dalam permainan sepak bola | |
| | 4-5 | VIII C | Memberi pembelajaran tentang permainan sepak bola mengenai teknik passing dengan menggunakan kaki bagian dalam, controlling bola, dan dribble | Selesai Peserta didik dapat menerapkan keterampilan passing dengan kaki bagian dalam, dribble, controlling bola ke dalam permainan sepak bola | |

| | | | | |
|-----------------------------|-----|--------|--|---|
| Selasa, 1 September 2015 | 1-2 | IX E | Memberi pembelajaran tentang permainan sepak bola mengenai teknik passing dengan menggunakan kaki bagian dalam | Selesai Peserta didik dapat menerapkan keterampilan passing dengan kaki bagian dalam ke dalam permainan sepak bola |
| Rabu, 2 September 2015 | 1-2 | IX F | Memberi pembelajaran tentang permainan bola basket mengenai passing yaitu chest pass, overhead pass, bounce pass dan pengenalan lay up | Selesai Peserta didik dapat menerapkan keterampilan passing ke dalam permainan bola basket dan mampu mencetak poin dengan lay up |
| | 3-4 | VIII C | Memberi pembelajaran tentang sirkuit training dengan 5 pos (push up, sit up, back up, shuttle run, naik turun bangku) | Selesai Peserta didik dapat melakukan sirkuit training dengan sungguh sungguh |
| Kamis, 3 September 2015 | 1-2 | IX A | Memberi pembelajaran tentang permainan bola basket mengenai passing yaitu chest pass, overhead pass, bounce pass dan pengenalan lay up | Selesai Peserta didik dapat menerapkan keterampilan passing ke dalam permainan bola basket dan mampu mencetak poin |

| | | | | | |
|----------------------------|-----|-----------|---|--|--|
| | | | | dengan lay up | |
| | 3-4 | IX B | Memberi pembelajaran tentang gerakan kombinasi senam lantai tanpa alat yaitu roll depan dan roll belakang | Selesai Peserta didik mampu melakukan gerakan kombinasi senam lantai roll depan dan roll belakang. Hanya 1-2 orang yang tidak berani melakukan gerakan tersebut | |
| Jumat, 4 September 2015 | 2-3 | IX C | Memberi pembelajaran tentang gerakan kombinasi senam lantai tanpa alat yaitu roll depan dan roll belakang | Selesai Peserta didik mampu melakukan gerakan kombinasi senam lantai roll depan dan roll belakang. Hanya 1-2 orang yang tidak berani melakukan gerakan tersebut | |
| Sabtu, 5 September 2015 | 3-4 | VIII D | Memberi pembelajaran tentang permainan sepak bola mengenai teknik passing dengan menggunakan kaki bagian dalam, controlling bola, dan dribble | Selesai Peserta didik dapat menerapkan keterampilan passing dengan kaki bagian dalam, dribble, controlling bola ke dalam permainan sepak bola | |

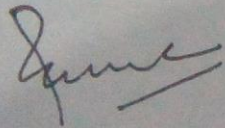
| | | | | | |
|-----------------------------|-----|------|--|--|--|
| | | | | | |
| Selasa, 8 September 2015 | 1-2 | IX E | Memberi pembelajaran tentang permainan bola basket mengenai passing yaitu chest pass, overhead pass, bounce pass dan pengenalan lay up | Selesai Peserta didik dapat menerapkan keterampilan passing ke dalam permainan bola basket dan mampu mencetak poin dengan lay up | |
| Rabu, 9 September 2015 | 1-2 | IX F | Memberi pembelajaran tentang permainan bola voli mengenai passing bawah, passing atas, servis bawah, servis atas | Selesai Peserta didik dapat menerapkan keterampilan passing bawah, atas, servis ke dalam permainan bola voli. Namun masih ada beberapa yang belum menguasai teknik tersebut | |
| Kamis, 10 September 2015 | 1-2 | IX A | Memberi pembelajaran tentang permainan bola voli mengenai passing bawah, passing atas, servis bawah, servis atas | Selesai Peserta didik dapat menerapkan keterampilan passing bawah, atas, servis ke dalam permainan bola voli. Namun | |

| | | | | | |
|-----------------------------|-----|------|--|--|--|
| | | | | masih ada beberapa yang belum menguasai teknik tersebut | |
| | 3-4 | IX B | Memberi pembelajaran tentang permainan bola voli mengenai passing bawah, passing atas, servis bawah, servis atas | Selesai Peserta didik dapat menerapkan keterampilan passing bawah, atas, servis ke dalam permainan bola voli. Namun masih ada beberapa yang belum menguasai teknik tersebut | |
| Jumat, 11 September 2015 | 2-3 | IX C | Memberi pembelajaran tentang permainan bola basket mengenai passing yaitu chest pass, overhead pass, bounce pass dan pengenalan lay up | Selesai Peserta didik dapat menerapkan keterampilan passing kedalam permainan bola basket dan mampu mencetak dengan lay up | |

Sabtu, 12 September 2015

Mengetahui,

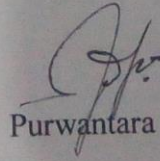
Dosen Pembimbing



Ermawan Susanto, M.Pd

NIP.19780702 200212 1 004

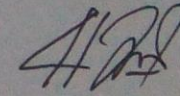
Guru Pembimbing



Purwantara

NIP. 19630211198601 1 002

Mahasiswa



Dati Maryami

NIM.12601241007

DAFTAR HADIR SISWA
SMP N 3 SENTOLO
TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016
KELAS IX A

| No | | Nama Siswa | L/P | Tanggal | | |
|------------------|-------|-----------------------------|-----|------------|------------|------------|
| Absen | Induk | | | 20-08-2015 | 03-09-2015 | 10-09-2015 |
| 1 | 5761 | Abdul Wahab | L | v | v | v |
| 2 | 5762 | Ananta Irman Prayitno | L | v | v | v |
| 3 | 5763 | Aziz Subekti | P | v | v | v |
| 4 | 5764 | Caffeine Ryan Praditya | L | v | v | v |
| 5 | 5765 | Daffa Ahmad Hilmi | L | v | v | v |
| 6 | 5766 | Destiana Setia Rahayu | P | v | v | v |
| 7 | 5767 | Diky Widiyanto | L | v | v | v |
| 8 | 5768 | Dimas Ario Sinubyo | L | v | v | v |
| 9 | 5769 | Eko Kuspriyanto | L | A | v | S |
| 10 | 5770 | Evi Widiastanti | P | v | v | v |
| 11 | 5772 | Galih Niken Sari | P | v | v | v |
| 12 | 5773 | Gitnandika Kintan Devania | P | v | v | v |
| 13 | 5774 | Hani Listina | P | v | v | v |
| 14 | 5775 | Ikhrom Irfandi | L | v | v | v |
| 15 | 5777 | Ina Trivana | P | v | v | v |
| 16 | 5778 | Marcelina Dwi Surelaningrum | P | v | v | v |
| 17 | 5779 | Muhamad Adhar Mashuri | L | v | v | v |
| 18 | 5780 | Nanda Ardityaningrum | P | v | v | v |
| 19 | 5781 | Novita Setiawati | P | v | v | v |
| 20 | 5782 | Nur Winarsih | P | v | v | v |
| 21 | 5783 | Nurul Hidayah | P | v | v | v |
| 22 | 5784 | Raden Aldi Dwi Saputro | L | v | v | v |
| 23 | 5785 | Ratna Puji Lestari | P | v | v | v |
| 24 | 5786 | Rizki Puji Febriyanto | L | v | v | v |
| 25 | 5787 | Safika Wulandari | P | v | v | v |
| 26 | 5788 | Taufik Widhi Atmoko | L | v | v | v |
| 27 | 5789 | Tri Rumiwati | P | v | v | v |
| 28 | 5790 | Trio Isdoarto | L | v | v | v |
| 29 | 5791 | Wahyu Triadi Putro | L | v | v | v |
| 30 | 5792 | Yeni Kitriyana Putri | P | v | v | v |
| Jumlah Kehadiran | | | | 29 | 30 | 29 |
| | | | A | 1 | - | - |
| | | | I | - | - | 1 |
| | | | S | - | - | - |

DAFTAR HADIR SISWA
SMP N 3 SENTOLO
TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016
KELAS IX B

| No | | Nama Siswa | L/P | Tanggal | | |
|------------------|-------|------------------------|-----|-----------------|------------|------------|
| Absen | Induk | | | 20-08-2015 | 03-09-2015 | 10-09-2015 |
| 1 | 5793 | Alip Bowo | L | v | v | v |
| 2 | 5794 | Andi Setiawan | L | v | v | v |
| 3 | 5795 | Ari Kuswati | P | v | v | v |
| 4 | 5796 | Awing Setyo Megantoro | L | v | v | v |
| 5 | 5797 | Chandra Widianoro | L | v | v | v |
| 6 | 5798 | Cindy Santika Dewi | P | i | v | v |
| 7 | 5799 | Danar Virnya Putra | L | v | v | v |
| 8 | 5800 | Desty Ramalia | P | i | v | v |
| 9 | 5801 | Devi Septyana Putrid | P | i | A | v |
| 10 | 5802 | Dimas Aja Prakosa | L | v | v | v |
| 11 | 5803 | Dita Indrianti | P | i | v | v |
| 12 | 5804 | Duwi Rohmatdi | L | v | v | v |
| 13 | 5805 | Dwi Prihandoko | L | v | v | v |
| 14 | 5806 | Dwi Pujiasih | P | i | v | v |
| 15 | 5807 | Eko Widianoro | L | v | v | v |
| 16 | 5808 | Ellia Fatonah Kurmani | P | v | v | v |
| 17 | 5809 | Fajar Purwanto | L | v | v | v |
| 18 | 5810 | Fandi Himawan | L | v | v | v |
| 19 | 5811 | Ganang Ratna Yuda | L | v | v | v |
| 20 | 5812 | Handa Ardiko | L | v | v | v |
| 21 | 5814 | Hilmy Zahid Mahardika | L | v | v | v |
| 22 | 5815 | Monita Indrawati | P | v | v | v |
| 23 | 5817 | Puji Indri Astute | P | v | v | v |
| 24 | 5818 | Rizky Rohmad Ramdhoni | L | v | v | v |
| 25 | 5819 | Rukidi | L | v | v | v |
| 26 | 5820 | Tri Lestari | P | i | v | v |
| 27 | 5821 | Triyana Wahyu Pramukti | L | v | v | v |
| 28 | 5822 | Wahyu Pangestu | L | v | v | v |
| 29 | 5823 | Wahida Nur Hayati | P | v | v | v |
| 30 | 5824 | Yunita Dwi Lestari | P | v | v | v |
| Jumlah Kehadiran | | | | 24 | 29 | 30 |
| | | | A | - | 1 | - |
| | | | I | 6 (drumband) | - | - |
| | | | S | - | - | - |

DAFTAR HADIR SISWA
SMP N 3 SENTOLO
TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016
KELAS IX C

| No | | Nama Siswa | L/P | Tanggal | | |
|------------------|-------|----------------------------|-----|------------------|------------|------------|
| Absen | Induk | | | 22-08-2015 | 04-09-2015 | 11-09-2015 |
| 1 | 5825 | Andika Ramaditya | L | v | v | v |
| 2 | 5826 | Anggi Haryati | P | v | v | v |
| 3 | 5827 | Anjar Sari | P | v | v | v |
| 4 | 5828 | Arinta Yuliani | P | v | v | v |
| 5 | 5829 | Arya Fauzun | L | v | v | v |
| 6 | 5830 | Candra Marlina | P | v | v | v |
| 7 | 5831 | Cornelius Agung Wirawan | L | v | v | v |
| 8 | 5832 | Cyrilus Argo Ismoyo | L | v | v | v |
| 9 | 5833 | Dedi Kurniawan | L | v | v | v |
| 10 | 5834 | Deny Irawan | L | i | v | v |
| 11 | 5835 | Dias Jeni Stavia | P | v | v | v |
| 12 | 5836 | Feby Adianto | L | i | s | s |
| 13 | 5837 | Gavino Alrosin Fahzila | L | i | v | v |
| 14 | 5838 | Ivona Dwi Hafsari | P | v | v | v |
| 15 | 5839 | Melyana Yunita Sari | P | v | v | v |
| 16 | 5840 | Miftakhul Anisa Nurjanah | P | v | v | v |
| 17 | 5841 | Muhammd Rochman | L | i | v | v |
| 18 | 5842 | Nenty Septianingrum | P | v | v | v |
| 19 | 5843 | Nur Rohmatuloh | L | v | v | v |
| 20 | 5844 | Nurul Kholifah | P | i | v | v |
| 21 | 5845 | Rianti Widianingsih | P | i | v | v |
| 22 | 5846 | Risa Nur Lestari | P | v | v | v |
| 23 | 5847 | Runi Dessi Febriana | P | v | v | v |
| 24 | 5848 | Saefuteri Rahmahwaty | P | v | v | v |
| 25 | 5849 | Sarwanto | L | v | v | v |
| 26 | 5850 | Shasha Nindha Ankhofiya | P | v | v | v |
| 27 | 5851 | Sinthia Dwi Rindiatika | P | v | v | v |
| 28 | 5852 | Sumino | L | i | v | v |
| 29 | 5853 | Taufiq Hammam Priambodo | L | i | v | v |
| 30 | 5854 | Terstian Daffa Ramadhan | L | i | v | v |
| 31 | 5855 | Willy Antoro | L | v | v | v |
| 32 | 5856 | Zulian Firdhaus Muktamirin | L | v | v | v |
| Jumlah Kehadiran | | | | 22 | 31 | 31 |
| | | | A | - | - | - |
| | | | I | 10 (drumband) | - | - |
| | | | S | - | 1 | 1 |

DAFTAR HADIR SISWA
SMP N 3 SENTOLO
TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016
KELAS IX D

| No | | Nama siswa | L/P | Tanggal |
|------------------|-------|----------------------------|-----|------------|
| Absen | Induk | | | 31-08-2015 |
| 1 | 5857 | Anang Zuniyanto | L | v |
| 2 | 5758 | Anggye Puspitaningrum | P | v |
| 3 | 5760 | Arditya Febritama | L | v |
| 4 | 5761 | Aziz Nur Fuad | L | v |
| 5 | 5762 | Cindy Oktaviana Saeputri | P | v |
| 6 | 5763 | Delisa Diya Ayuning Putrid | P | v |
| 7 | 5764 | Devina Pratisara | P | v |
| 8 | 5765 | Dila Kusuma Dewi | P | v |
| 9 | 5766 | Dimas Akung Prasetyo | L | v |
| 10 | 5767 | Diwana Subaktio Gansarestu | L | v |
| 11 | 5768 | Endah Saputri | P | v |
| 12 | 5769 | Farah Triyanindya | P | v |
| 13 | 5770 | Fathur Rochim | L | v |
| 14 | 5771 | Hendra Dwi Setyo Pambudi | L | v |
| 15 | 5772 | Heri Wiyanto | L | v |
| 16 | 5773 | Kristiana | P | v |
| 17 | 5774 | Maryudi | L | v |
| 18 | 5775 | Mufti Putri Dewi Buana | P | v |
| 19 | 5776 | Muhammad Taufiqurrohman | L | v |
| 20 | 5778 | Nur Fitri Kurniatun | P | v |
| 21 | 5779 | Panji Pamungkas | L | v |
| 22 | 5780 | Purnomo | L | v |
| 23 | 5781 | Rika Millennia Saputri | P | v |
| 24 | 5782 | Roro Prawesti Arumita | P | s |
| 25 | 5783 | Ryan Adi Krisna | L | v |
| 26 | 5784 | Septa Lingga Nugraha | L | v |
| 27 | 5785 | Shafira Nurul Aziza | P | v |
| 28 | 5786 | Wahyu Jati Haryo Seno | L | v |
| 29 | 5787 | Yuli Santoso | L | v |
| 30 | 5788 | Zahrina Amelia | P | v |
| Jumlah kehadiran | | | | 29 |
| | | | A | - |
| | | | I | - |
| | | | S | 1 |

DAFTAR HADIR SISWA
SMP N 3 SENTOLO
TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016
KELAS IX E

| No | | Nama Siswa | L/P | Tanggal | |
|------------------|-------|------------------------|-----|---------------|------------|
| Absen | Induk | | | 01-09-2015 | 08-09-2015 |
| 1 | 5889 | Agnelia Risma Kustiana | P | v | v |
| 2 | 5890 | Aldi Winarto | L | v | v |
| 3 | 5891 | Alfina Dwi Kistiyano | P | v | v |
| 4 | 5892 | Alma Wening Yunikawati | P | v | v |
| 5 | 5893 | Arif Wahyu Saputro | L | v | v |
| 6 | 5894 | Bilyarta Eka Wijaya | L | v (terlambat) | v |
| 7 | 5896 | Demy Uliendi | L | v (terlambat) | v |
| 8 | 5897 | Dhika Okta Rusmianto | L | v | v |
| 9 | 5898 | Diah Laila Widi Astute | P | v | v |
| 10 | 5899 | Dimas Rahmat Maulana | L | v | v |
| 11 | 5900 | Dwi Saputra | L | v | v |
| 12 | 5901 | Eгаа Aprilia Windyanto | L | v | v |
| 13 | 5902 | Fajar Setiawan | L | v | v |
| 14 | 5903 | Fani Setiyawan | L | v | v |
| 15 | 5904 | Fina Esa Nurhijri'ah | P | v | v |
| 16 | 5905 | Indra Hari Pamunngkas | L | v (terlambat) | v |
| 17 | 5906 | Lani Nurdiyati | P | v | v |
| 18 | 5908 | Lilik Septiantoro | L | v | v |
| 19 | 5909 | Lutfika Istiqomah | P | v | v |
| 20 | 5910 | Muhamad Farid Hasan | P | v | v |
| 21 | 5911 | Nadia Nur Hasanah | L | v | v |
| 22 | 5912 | Oki Damayanti | L | v | v |
| 23 | 5913 | Prasetyo Pambudi | L | v | v |
| 24 | 5914 | Rendi Irfan Yunansi | L | v | v |
| 25 | 5915 | Safitri | P | v | v |
| 26 | 5916 | Tri Bagus Pamungkas | L | v | v |
| 27 | 5917 | Wahyu Andreana | L | v | v |
| 28 | 5918 | Widya Anang Susilo | L | v | v |
| 29 | 5919 | Yusuf Ikhsan Nur Iman | L | v | v |
| 30 | 5920 | Zaenal Efendi | L | v | v |
| Jumlah Kehadiran | | | | 30 | 30 |
| | | | A | - | - |
| | | | I | - | - |
| | | | S | - | - |

DAFTAR HADIR SISWA
SMP N 3 SENTOLO
TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016
KELAS IX F

| No | | Nama siswa | L/P | Tanggal | | |
|------------------|-------|-------------------------|-----|------------|--------------|------------|
| Absen | Induk | | | 20-08-2015 | 02-09-2015 | 09-09-2015 |
| 1 | 5921 | Adinda Rohmi Saputri | P | v | v | v |
| 2 | 5922 | Affandi | L | v | v | v |
| 3 | 5923 | Ahmad Khoirudin | L | v | s | v |
| 4 | 5925 | Ardana Irawan | L | v | v(terlambat) | v |
| 5 | 5926 | Bangun Prayoga | L | i | v | v |
| 6 | 5927 | Danang Prasetyo | L | v | v | v |
| 7 | 5938 | Duwi Anjar Ari Wibowo | L | v | v | v |
| 8 | 5929 | Dwi Fitriani | P | v | v | v |
| 9 | 5930 | Eka Kristianti | P | v | v | v |
| 10 | 5931 | Eko Noviyanto | L | v | v | v |
| 11 | 5932 | Febria Tri Lestari | P | v | v | v |
| 12 | 5933 | Feni Nuryani | P | v | v | v |
| 13 | 5934 | Gagas Aruna Gerivianto | L | i | v | v |
| 14 | 5935 | Juni Arto | L | v | v | v |
| 15 | 5936 | Khorudin Anwar | L | v | v | v |
| 16 | 5937 | Lavinna Agatha Angelia | P | v | v | v |
| 17 | 5938 | Melas Tri Putri Antika | P | v | v | v |
| 18 | 5939 | Muhammad Dimas Prasetyo | L | v | v | v |
| 19 | 5940 | Mufky Akmal Yufon | L | i | v | v |
| 20 | 5941 | Nanda Setiaji | L | i | v | v |
| 21 | 5942 | Nines Tri Utami | P | v | v | v |
| 22 | 5943 | Restu Pratama Putra | L | v | v | v |
| 23 | 5944 | Riana Widianingsih | P | S | v | v |
| 24 | 5945 | Risa Harjati | P | v | v | v |
| 25 | 5946 | Ronny Riansa Putra | L | v | v | v |
| 26 | 5947 | Rudhi Yanto | L | v | v | v |
| 27 | 5948 | Silvy Octavia S | P | i | v | v |
| 28 | 5949 | Tri Puji Lestari | P | v | v | v |
| 29 | 5950 | Wahyu Putro Sejati | L | v | v | v |
| 30 | 5952 | Yunus Ariyanto | L | v | v | v |
| 31 | 5735 | Dwi Ganang Ramafy | L | S | v | v |
| Jumlah kehadiran | | | | 24 | 30 | 30 |
| | | | A | - | - | - |
| | | | I | Drumband | - | - |
| | | | S | - | - | - |

DAFTAR HADIR SISWA
SMP N 3 SENTOLO
TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016
KELAS VIII C

| No | | Nama siswa | L/P | Tanggal |
|------------------|-------|--|-----|------------|
| Absen | Induk | | | 31-08-2015 |
| 1 | 6017 | Agus Setiyanto | L | v |
| 2 | 6018 | Ainaya Fitri Ramadanti | P | v |
| 3 | 6019 | Antonius Damas Rama Pramuditya Nugroho | L | v |
| 4 | 6020 | Ari Wijayanto | L | v |
| 5 | 6021 | Arif Cipta Nugraha | L | v |
| 6 | 6022 | Bagaz Kynoe Dyaz Wieceksono | L | v |
| 7 | 6023 | Bagus Dwi Saputro | L | v |
| 8 | 6024 | Bagus Setia Budi | L | A |
| 9 | 6025 | Benhardt Elisa Sinaga | P | v |
| 10 | 6026 | Candra Budiantoro | L | v |
| 11 | 6027 | Charlie | L | v |
| 12 | 6028 | Dedi Yulianto | L | v |
| 13 | 6029 | Devina Fitri Nurhayati | P | v |
| 14 | 6030 | Dewi Dwi Wulandari | P | v |
| 15 | 6031 | Dwi Suranti | P | v |
| 16 | 6032 | Fitri Wulandari | P | v |
| 17 | 6033 | Gregorius Irza Triyoga Edhitya Sugiyarto | L | v |
| 18 | 6034 | Hilarious Dimas Rama Praditya Nugroho | L | v |
| 19 | 6035 | Maulana Dwi Cahyono | L | v |
| 20 | 6036 | Muhammad Afrizal Gumelar | L | v |
| 21 | 6037 | Nabela Eka Kristian | P | v |
| 22 | 6038 | Ria Khoiriyah | P | v |
| 23 | 6039 | Rio Saputra | L | v |
| 24 | 6040 | Riska Anin Dyawati | P | v |
| 25 | 6041 | Suprihatin | P | v |
| 26 | 6042 | Suwanto | L | v |
| 27 | 6043 | Yahya Muhammad Yanuar | L | v |
| 28 | 6044 | Yosia Mekhael Felik Hutabarat | L | v |
| 29 | 6045 | Yusak Sedy Mulya | L | v |
| Jumlah kehadiran | | | | 29 |
| | | | A | 1 |
| | | | I | - |
| | | | S | - |

DAFTAR HADIR SISWA
SMP N 3 SENTOLO
TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016
KELAS VIII D

| No | | Nama siswa | L/P | Tanggal |
|------------------|-------|--------------------------------|-----|------------|
| Absen | Induk | | | 05-09-2015 |
| 1 | 6046 | Agus Kurniawan | L | v |
| 2 | 6047 | Akhdanafi Akmal | L | v |
| 3 | 6048 | Amanda Ayu Tri Lestari | P | v |
| 4 | 6049 | Amir Syarifudin | L | v |
| 5 | 6050 | Arif Wicaksono | L | v |
| 6 | 6051 | Dedik Budiyanto | L | v |
| 7 | 6052 | Dicky Sandhitya | L | v |
| 8 | 6053 | Didannuar Bimajaya | L | v |
| 9 | 6055 | Dwi Anandha | L | v |
| 10 | 6056 | Dyah Fatmawati | P | v |
| 11 | 6057 | Fashikhulisani | P | i |
| 12 | 6058 | Fitri Nur Rohmah | P | v |
| 13 | 6059 | Habsi Ashidiq | L | v |
| 14 | 6060 | Ikhsan Nur Sa'bani | L | v |
| 15 | 6061 | Ismawan | L | v |
| 16 | 6062 | Isna Pangestuti | P | v |
| 17 | 6063 | Muhammad Elang Permana | L | v |
| 18 | 6064 | Nafilah Daini Fachrani | P | v |
| 19 | 6065 | Nurul Dwi Arfiani | P | v |
| 20 | 6066 | Rakhmawati Solikhah Budiyaniti | P | v |
| 21 | 6067 | Renita Dwi Astuti | P | v |
| 22 | 6068 | Richard Ardiyansyah | L | v |
| 23 | 6069 | Ricky Budi Setiawan | L | v |
| 24 | 6070 | Riyani Puji Astute | P | v |
| 25 | 6071 | Sandy Ruliansyah | L | v |
| 26 | 6072 | Santi Kurniawati | P | v |
| 27 | 6073 | Secaria Pramadani | P | v |
| 28 | 6074 | Tegar Agus Khariri | L | v |
| 29 | 6075 | Timur Firanti | P | v |
| 30 | 6076 | Yeni Dwi Ningsih | P | v |
| 31 | 6077 | Yorgia Tegar Riantaka | L | v |
| Jumlah kehadiran | | | | 30 |
| | | | A | - |
| | | | I | 1 |
| | | | S | - |

DAFTAR HADIR SISWA
SMP N 3 SENTOLO
TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016
KELAS VIII E

| No | | Nama siswa | L/P | Tanggal |
|------------------|-------|-------------------------------|-----|------------|
| Absen | Induk | | | 02-09-2015 |
| 1 | 6078 | Aditya Pradana | L | v |
| 2 | 6079 | Afri Setia Diantoro | L | v |
| 3 | 6080 | Agung Setiawan | L | v |
| 4 | 6081 | Alfina Fauzia | P | v |
| 5 | 6082 | Aulia Amal Hanwita | L | v |
| 6 | 6083 | Awang Tri Atmaja | L | v |
| 7 | 6084 | Bhaskara Bondan Tri Atmaja | L | v |
| 8 | 6085 | Cici Septiana | P | v |
| 9 | 6086 | Dian Istkhomah Widianingrum | P | v |
| 10 | 6087 | Difa Putri Arifenda | P | v |
| 11 | 6088 | Dimas Prasetyo | L | v |
| 12 | 6089 | Eka Feri Hermansyah | L | v |
| 13 | 6090 | Etwin Nurcahyo | L | v |
| 14 | 6091 | Fara Defita Handayani | P | v |
| 15 | 6092 | Hendra Setyawan | L | v |
| 16 | 6093 | Iqbal Yoga Pangestu | L | v |
| 17 | 6094 | Isnandar Pratama | L | v |
| 18 | 6095 | Lia Vinka Wahyuni | P | v |
| 19 | 6096 | Lissa Sudaryanti | P | v |
| 20 | 6097 | Mohammad Berry Akmalia | L | v |
| 21 | 6098 | Muhammad Nasrudin | L | v |
| 22 | 6099 | Novi Andayani | P | v |
| 23 | 6100 | Nurul Dwi Rahmadiani | P | v |
| 24 | 6101 | Okta Sari Adibtya Putri | P | v |
| 25 | 6102 | Rahmat Daryanto | L | v |
| 26 | 6103 | Raola Intan Akhsani | P | v |
| 27 | 6105 | Sinta Kurniawati | P | v |
| 28 | 6106 | Talenta Raihan Adam Triatmaja | L | v |
| 29 | 6107 | Talittha Shafa Nariswari | P | v |
| 30 | 6108 | Whavi Indriani | P | v |
| Jumlah Kehadiran | | | | |
| | | | A | |
| | | | I | |
| | | | S | |



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL SMP N 3 SENTOLO TAHUN 2015

F02

Untuk
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMP N 3 SENTOLO

ALAMAT : Kaliagung, Sentolo, Kulon Progo, Yogyakarta.
SEKOLAH/LEMBAGA : Telp. (0274) 773010

GURU PEMBIMBING : Purwantara

NAMA MAHASISWA : Dati Maryami

NIM : 12601241007

FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

DOSEN PEMBIMBING : Ermawan Santoso , S.Pd.

| NO | HARI / TANGGAL | MATERI KEGIATAN | HASIL | HAMBATAN | SOLUSI |
|----|-------------------------------|--|---|---|--|
| 1. | Senin , 10 Agustus 2015 | <ul style="list-style-type: none">07.00 - 07.40 Upacara Hari Senin | <ul style="list-style-type: none">Upacara dapat berjalan dengan khidmat dan lancar Persiapan berjalan lancarPelaksanaan penyambutan PPL berjalan dengan baik | Masih ada beberapa siswa yang tidak berseragam lengkap da nada beberapa siswa yang sibuk berbicara sendiri saat upacara berlangsung | Melaporkan ke guru BK dan Guru BK memberikan teguran. Siswa yang tidak berseragam lengkap sesudah upacar di beri sanksi dan teguran. |
| | | <ul style="list-style-type: none">08.20 – 10.00 Bersih – Bersih | Bersih bersih dilaksanakan oleh 11 anggota PPL dan dapat berjalan lancar. | - | - |

| | | | | | |
|----|-------------------------------|---|--|---|---|
| | | Basecamp | | | |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 10.00 – 11.00 Bimbingan dengan DPL PPL | Bimbingan pertama sekaligus penyerahan setelah penerjunan di bulan sebelumnya | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 11.00 – 12.00 Pendampingan Latihan Tonti (Baris Berbaris) | Latihan Tonti (Baris Berbaris) mampu berjalan lancar dan para siswa cukup serius dalam berlatih | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 14.30 – 16.00 Pendampingan Latihan Tonti (Baris Berbaris) | | - | - |
| 2. | Selasa, 11 Agustus 2015 | <ul style="list-style-type: none"> 07.00 – 08.20 Mengikuti KBM Guru Pembimbing dan Bimbingan | Mengikuti KBM guru pembimbing dengan materi ajar permainan bola basket. Pelaksanaan bejalan lancar | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 08.30 – 10.30 Pendampingan Latihan Tonti (Baris Berbaris) | Latihan Tonti (Baris Berbaris) mampu berjalan lancar dan para siswa cukup serius dalam berlatih | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 11.00 – 12.00 Membantu | Menjaga perpustakaan dan merekap data peminjaman dan pengembaliann buku | | |

| | | | | | |
|----------|-----------------------|--|--|---|---|
| | | <p>Pengelolaan Perpustakaan</p> <p>(rekap data peminjaman dan pengembalian buku)</p> | | | |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 14.00 – 16.00 <p>Pendampingan Latihan Drumband</p> | <p>Latihan Drumband mampu berjalan lancar dan para siswa cukup serius dalam berlatih.</p> | - | - |
| 3 | Rabu, 12 Agustus 2015 | <ul style="list-style-type: none"> • 07.00 – 08.30 <p>Membantu Pengelolaan Perpustakaan (Perapihan Buku Perpustakaan)</p> | <p>Hasil penataan buku sesuai nomor inventaris memunculkan kesan rapi dan memudahkan peserta didik untuk mencari buku yang akan dibutuhkan</p> | <p>Pengembalian buku oleh peserta didik terkadang tidak dikembalikan sesuai nomor inventaris sehingga proses perapihan buku butuh kejelian dan waktu lama</p> | <p>Penataan ulang secara bertahap dan proses pengembalian buku harus dipantau oleh penjaga perpustakaan agar sesuai dengan letak buku</p> |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 09.00 – 12.00 <p>Pendampingan Latihan Tonti (Baris Berbaris)</p> | <p>Latihan Tonti (Baris Berbaris) mampu berjalan lancar dan para siswa cukup serius dalam berlatih</p> | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 12.15 – 13.15 <p>Koordinasi / Rapat mengenai Persiapan Kegiatan Hari</p> | <p>Persiapan untuk kegiatan hari pramuka dan hari kemerdekaan lebih matang</p> | - | - |

| | | | | | |
|----|------------------------|--|---|---|---|
| | | Pramuka dan Hari Kemerdekaan | | | |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 14.30 – 16.30 Pendampingan Latihan Tonti (Baris Berbaris) | Latihan Tonti (Baris Berbaris) mampu berjalan lancar dan para siswa cukup serius dalam berlatih | - | - |
| 4. | Kamis, 13 Agustus 2015 | <ul style="list-style-type: none"> • 07.00 – 08.30 Pendampingan Latihan Drumband | Latihan Drumband mampu berjalan lancar dan para siswa cukup serius dalam berlatih. | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 08.30 – 10.00 Pendampingan Gladi Bersih Petugas Upacara Hari Pramuka | Gladi bersih petugas upacara hari Pramuka berjalan lancar | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 10.30 – 12.00 Pendampingan Latihan Tonti (Baris Berbaris) | Latihan Tonti (Baris Berbaris) mampu berjalan lancar dan para siswa cukup serius dalam berlatih | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 13.00 – 13.30 Rapat Persiapan Kegiatan Upacara | Koordinasi kedua H-1 upacara hari Pramuka sehingga pelaksanaan upacara dapat berjalan lancar | - | - |

| | | | | | |
|----|------------------------------|---|---|---|---|
| | | Hari Pramuka | | | |
| 5. | Jumat, 14 Agustus 2015 | IJIN KE BANDUNG (FINAL FOUR LIGA MAHASISWA FUTSAL 2015) | - | - | - |
| 6. | Sabtu, 15 Agustus 2015 | | - | - | - |

Mengetahui,
Dosen Pembimbing

Ermawan Susanto
Ermawan Susanto, M.Pd
NIP.19780702 200212 1 004

Guru Pembimbing

Purwantara
Purwantara
NIP. 19630211198601 1 002

Sabtu, 15 Agustus 2015

Mahasiswa

Dati Maryami
Dati Maryami
NIM.12601241007



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL SMP N 3 SENTOLO TAHUN 2015

F02

Untuk
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMP N 3 SENTOLO

ALAMAT : Kaliagung, Sentolo, Kulon Progo, Yogyakarta.
SEKOLAH/LEMBAGA : Telp. (0274) 773010

GURU PEMBIMBING : Purwantara

NAMA MAHASISWA : Dati Maryami

NIM : 12601241007

FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

DOSEN PEMBIMBING : Ermawan Santoso , S.Pd.

| NO | HARI/ TANGGAL | MATERI KEGIATAN | HASIL | HAMBATAN | SOLUSI |
|----|----------------------------|--|--|----------|--------|
| 1. | Senin, 17 Agustus 2015 | IJIN KE BANDUNG (FINAL FOUR LIGA MAHASISWA FUTSAL 2015) | - | - | - |
| 2. | Selasa, 18 Agustus 2015 | • 07.30 – 09.00 Diskusi dengan | Kegiatan penyusunan RPP berjalan lancar | - | - |

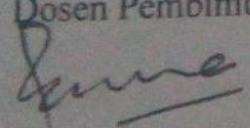
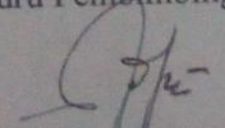
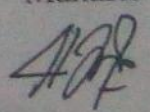
| | | | | | |
|----|--------------------------|---|---|------------------------------------|--|
| | | teman tentang RPP | | | |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 09.30 – 10.00 Bimbingan DPL PPL | Oleh dosen PPL pembimbingan dilaksanakan di SMP dengan materi bimbingan : penyusunan RPP dan tatap muka minimal | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 10.30 – 11.30 Pendampingan Latihan Tonti (Baris Berbaris) | Latihan Tonti (Baris Berbaris) mampu berjalan lancar dan para siswa cukup serius dalam berlatih | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 14.30 – 16.30 Pendampingan Latihan Drumband | Latihan Drumband mampu berjalan lancar dan para siswa cukup serius dalam berlatih dan irama musik lebih seirama | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 17.00 – 17.30 Pencarian Bahan Ajar dengan materi Lempar Lembing | Pencarian materi lempar lembing mulai dari teknik memegang sampai gerakan keseluruhan melakukan lempar lembing | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 19.00 – 21.00 Penyusunan RPP (Lempar Lembing) | Penyusunan RPP dengan materi lempar lembing dapat berjalan lancar | - | - |
| 3. | Rabu, 19 Agustus 2015 | <ul style="list-style-type: none"> 07.00 – 08.20 Pelaksanaan Praktik Mengajar Kelas IX F | Pelaksanaan KBM di pertemuan pertama cukup berjalan lancar | Kurang maksimalnya penggunaan alat | Menyesuaikan alat pembelajaran dengan jumlah peserta didik agar lebih maksimal |

| | | | | | |
|--|--|---|---|---|---|
| | | (Lempar Lembing) | | | |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 08.20 – 09.00 Pendampingan Latihan Drumband | Latihan Drumband mampu berjalan lancar dan para siswa cukup serius dalam berlatih dan irama musik lebih seirama | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 09.00 – 09.30 Evaluasi dan Bimbingan RPP dengan Guru Pembimbing | Konsultasi hasil penyusunan RPP dan proses KBM | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 09.30 – 10.50 Rapat Koordinasi Persiapan Karnaval | Rapat berjalan dengan lancar | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 11.00 – 12.00 Revisi Penyusunan RPP Lempar Lembing | Proses revisi dapat berjalan dengan lancar | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 16.00 – 16.30 Pencarian Bahan Ajar dengan materi Lari Estafet | Pencarian materi lari estafet mulai dari teknik memegang sampai gerakan keseluruhan melakukan lari estafet | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 19.00 – 21.00 Penyusunan RPP | Penyusunan RPP dengan materi lari estafet dapat berjalan lancar | | |

| | | | | | |
|----|---------------------------|--|---|--|--|
| | | (Lari Estafet) | | | |
| 4. | Kamis, 20 Agustus 2015 | <ul style="list-style-type: none"> 07.00 – 08.20 Pelaksanaan Praktik Mengajar Kelas IX A (Lempar Lembing) | Pelaksanaan KBM di pertemuan kedua cukup berjalan lancar | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 08.20 – 09.55 Pelaksanaan Praktik Mengajar Kelas IX B (Lari Estafet) | Pelaksanaan KBM di pertemuan ketiga cukup berjalan lancar | Siswa belum sepenuhnya memahami materi | Perlu pengulangan penjelasan materi terhadap peserta didik |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 10.00 – 11.00 Pembuatan Net untuk Kegiatan Karnaval | Pelaksanaan pembuatan net dapat berjalan lancar dan menghasilkan net (modifikasi) | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 11.30 – 12.10 Pendampingan Latihan Tonti (Baris Berbaris) | Latihan Tonti (Baris Berbaris) mampu berjalan lancar dan para siswa cukup serius dalam berlatih | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 12.15 – 13.00 Evaluasi Kegiatan bersama anggota PPL | Evaluasi dapat berjalan lancar dan kegiatan dihari sebelumnya tidak ada masalah | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 15.00 – 17.30 Pendampingan Latihan Tonti (Baris Berbaris) | Latihan Tonti (Baris Berbaris) mampu berjalan lancar dan para siswa cukup serius dalam berlatih | - | - |

| | | | | | |
|----|---------------------------|--|---|-----------------------------------|---|
| | | Berbaris) | | | |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 19.00 – 20.00 Revisi Penysunan RPP Lari Estafet | Proses revisi dapat berjalan dengan lancar | - | - |
| 5. | Jumat, 21 Agustus 2015 | <ul style="list-style-type: none"> • 07.00 – 07.40 Jumat Bersih | Dilaksanakan oleh seluruh siswa, guru dan anggota PPL sehingga lingkungan sekolah tampak bersih | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 07.40 – 09.00 Pelaksanaan Praktik Mengajar Kelas IX C (Lari Estafet) | Kegiatan KBM dapat berjalan lancar dan peserta didik paham materi lari estafet | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 09.15 – 09.45 Bimbingan dengan Guru Pendamping | Bimbingan berjalan lancar | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 11.40 – 11.00 Rapat Persiapan Pelaksanaan Pawai di Tingkat Kecamatan | Rapat berjalan lancar | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 13.00 – 15.00 Latihan Gladi bersih Karnaval | Gladi bersih karnaval dapat berjalan lancar | - | - |
| 6. | Sabtu, | <ul style="list-style-type: none"> • 07.00 – 11.00 | Persiapan berjalan lancar, peserta lomba tonti, karnaval, drumband siap | Kurangnya topi untuk pleton putri | Mengantisipasi dengan memakai topi pleton putra dan baris |

| | | | | |
|-----------------|--|---|--|--|
| 22 Agustus 2015 | Persiapan Kegiatan Pawai, Karnaval (make up, kelengkapan alat) | berpakaian lomba dan siap mengikuti lomba dalam rangka hari kemerdekaan | | dibagian tengah |
| | <ul style="list-style-type: none"> 11.30 – 19.00 Pendampingan Pawai (baris berbaris, drumband, karnaval) di tingkat Kecamatan Sentolo | Pendampingan berjalan lancar dan peserta didik tidak ada yang sakit | Medan jalan pawai cukup sulit dan naik turun | Mengatur jalan dan disaat melewati jalan yang sulit diantisipasi dengan maju jalan |

| | | |
|---|---|---|
| <p>Mengetahui, Dosen Pembimbing</p>  <p>Ermawan Susanto, M.Pd NIP.19780702 200212 1 004</p> | <p>Guru Pembimbing</p>  <p>Purwantara NIP. 19630211198601 1 002</p> | <p>Sabtu, 22 Agustus 2015 Mahasiswa</p>  <p>Dati Maryami NIM.12601241007</p> |
|---|---|---|



**LAPORAN MINGGUAN
PELAKSANAAN PPL SMP N 3 SENTOLO
TAHUN 2015**

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMP N 3 SENTOLO

NAMA MAHASISWA : Dati Maryami

ALAMAT : Kaliagung, Sentolo, Kulon Progo, Yogyakarta.
SEKOLAH/LEMBAGA : Telp. (0274) 773010

NIM : 12601241007

GURU PEMBIMBING : Purwantara

FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

DOSEN PEMBIMBING : Ermawan Santoso , S.Pd.

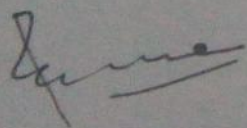
| NO | HARI / TANGGAL | MATERI KEGIATAN | HASIL | HAMBATAN | SOLUSI |
|----|----------------------------|---|-------|----------|--------|
| 1. | Senin, 24 Agustus 2015 | IJIN KE MALAYSIA (KEJUARAAN FUTSAL DI UITM) | - | - | - |
| 2. | Selasa, 25 Agustus 2015 | | - | - | - |
| 3. | Rabu, | | - | - | - |

| | | | | | |
|----|---------------------------|--|--|---|---|
| | 26 Agustus 2015 | | | | |
| 4. | Kamis, 27 Agustus 2015 | | - | - | - |
| 5. | Jumat, 28 Agustus 2015 | | - | - | - |
| 6. | Sabtu, 29 Agustus 2015 | IJIN KE MALAYSIA (KEJUARAAN FUTSAL DI UITM) | - | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 15.00 – 17.30 Pencarian Bahan Ajar dengan materi Sepak Bola dan Penyusunan RPP kelas VIII (Sepak Bola) | Pencarian materi sepak bola dengan teknik passing dengan kaki bagian dalam | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 19.00 – 21.30 Pencarian Bahan Ajar dengan materi Sepak Bola dan Penyusunan RPP (Sepak Bola) | Pencarian materi sepak bola dengan teknik passing dengan kaki bagian dalam | - | - |

| | | | | | |
|--|--|----------|--|--|--|
| | | kelas IX | | | |
|--|--|----------|--|--|--|

Mengetahui,

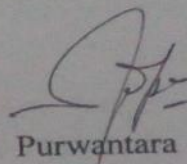
Dosen Pembimbing



Ermawan Susanto, M.Pd

NIP.19780702 200212 1 004

Guru Pembimbing

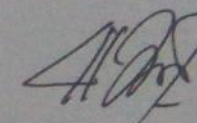


Purwantara

NIP. 19630211198601 1 002

Sabtu, 29 Agustus 2015

Mahasiswa



Dati Maryami

NIM.12601241007



**LAPORAN MINGGUAN
PELAKSANAAN PPL SMP N 3 SENTOLO
TAHUN 2015**

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMP N 3 SENTOLO

NAMA MAHASISWA : Dati Maryami

ALAMAT : Kaliagung, Sentolo, Kulon Progo, Yogyakarta.
SEKOLAH/LEMBAGA : Telp. (0274) 773010

NIM : 12601241007

GURU PEMBIMBING : Purwantara

FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

DOSEN PEMBIMBING : Ermawan Santoso , S.Pd.

| NO | HARI / TANGGAL | MATERI KEGIATAN | HASIL | HAMBATAN | SOLUSI |
|----|---------------------------|--|--|----------|--------|
| 1. | Senin, 31 Agustus 2015 | • 07.00 – 07.40 Upacara Hari Senin | Upacara dapat berjalan secara khidmad dan lancar | - | - |
| | | • 07.40 – 09.00 Pelaksanaan | Pelaksanaan KBM di kelas IX D berjalan cukup lancar | - | - |

| | | | | | |
|----|-----------------------------|---|---|---|---|
| | | Praktik Mengajar Kelas IX D (Sepak Bola) | | | |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 09.15 – 10.35 Team Teaching- Pelaksanaan Praktik Mengajar Kelas VIII C (Sepak Bola) | Pelaksanaan KBM di kelas VIII C berjalan cukup lancar siswa mampu melakukan keterampilan passing, dribble, controlling bola | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 10.45-11.15 Bimbingan dengan guru pembimbing | Bimbingan mengarah kepada penyusunan rpp dan pengelolaan kelas | | |
| 2. | Selasa, 1 September 2015 | <ul style="list-style-type: none"> 07.00 – 08.20 Pelaksanaan Praktik Mengajar Kelas IX E (Sepak Bola) | Pelaksanaan KBM di kelas VIII C berjalan cukup lancar siswa mampu menerapkan ke dalam permainan sepak bola | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 09.00 – 12.00 Membantu Pengelolaan Perpustakaan (Jaga Perpustakaan) | Bertugas menjaga perpustakaan dan bertugas mencatat peminjaman dan pengembalian buku | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 12.10 – 14.00 | Pengajian yang diikuti oleh bapak ibu guru yang beragama islam dan | - | - |

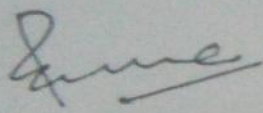
| | | | | | |
|----|---------------------------|--|--|---|---|
| | | Pengajian rutin tanggal 1 di SMP N 3 Sentolo | bertempat di Masjid SMP N 3 Sentolo dengan tema : kurban | | |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 16.00 – 17.00 Pencarian Bahan Ajar dengan materi Bola Basket dan Kebugaran Jasmani | <ul style="list-style-type: none"> Pencarian materi bola basket dengan teknik chest pass, overhead pass, bounce pass , lay up Pencarian materi kebugaran jasmani dengan sirkuit training | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 18.00 – 22.00 Penyusunan RPP (Bola Basket dan Kebugaran Jasmani) | Penyusunan bertahap diawali RPP basket dilanjutkan RPP kebugaran dan semua berjalan lancar | - | - |
| 3. | Rabu, 2 September 2015 | <ul style="list-style-type: none"> 07.00 – 08.20 Pelaksanaan Praktik Mengajar Kelas IX F (Bola Basket) | Pelaksanaan KBM berjalan lancar | Beberapa siswa belum paham dengan aturan permainan basket diantaranya dobel, foul | Diberhentikan sejenak dan diberi pengarahan kembali tentang dobel dan foul |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 08.20 – 09.55 Pelaksanaan Praktik Mengajar Kelas VIII E (Kebugaran) | Pelaksanaan KBM berjalan lancar | beberapa siswa hanya mampu melakukan gerakan tiap pos dengan jumlah sedikit | Diberi motivasi lisan untuk mau melakukan gerakan tersebut agar lebih meningkat |

| | | | | | |
|----|----------------------------|---|--|--|---|
| | | Jasmani) | | | |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 10.30 – 12.10 Pendampingan Latihan Upacara Hari Senin oleh kelas IX F | Latihan upacara berjalan lancar dan serius | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 16.00 – 16.30 Pencarian materi ajar senam lantai | Pencarian materi senam lantai roll depan dan belakang berjalan dengan lancar | - | - |
| 4. | Kamis, 3 September 2015 | <ul style="list-style-type: none"> • 19.00 – 21.00 Penyusunan RPP (senam lantai) | Penyusunan RPP berjalan lancar | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 07.00 – 08.20 Pelaksanaan Praktik Mengajar Kelas IX A (Bola Basket) | Pelaksanaan KBM di kelas IX A berjalan lancar | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 08.20 – 09.55 Pelaksanaan Praktik Mengajar Kelas IX B (Senam Lantai) | Pelaksanaan KBM di kelas IX A berjalan lancar, serius | Terdapat beberapa peserta didik yang takut melakukan gerakan roll depan dan belakang | Diberi motivasi untuk melakukan dan di ajak untuk mencoba melakukan |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 10.50 – 12.10 | Bertugas menjaga perpustakaan dan | - | - |

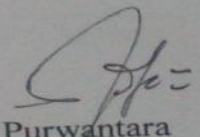
| | | | | | |
|----|----------------------------|--|---|--|---|
| | | Membantu Pengelolaan Perpustakaan (Jaga Perpustakaan) | bertugas mencatat peminjaman dan pengembalian buku | | |
| 5. | Jumat, 4 September 2015 | • 07.00 – 07.40 Jumat Bersih | Dilaksanakan oleh seluruh siswa, guru dan anggota PPL sehingga lingkungan sekolah tampak bersih | - | - |
| | | • 07.40 – 09.00 Pelaksanaan Praktik Mengajar Kelas IX C (Senam Lantai) | Pelaksanaan KBM di kelas IX A berjalan lancar, serius | Terdapat beberapa peserta didik yang takut melakukan gerakan roll depan dan belakang | Diberi motivasi untuk melakukan dan di ajak untuk mencoba melakukan |
| | | • 09.15-09.45 Bimbingan dengan guru pembimbing | Bimbingan berjalan lancar | | |
| 6. | Sabtu, 5 September 2015 | • 07.00 – 08.20 Pendampingan Latihan Upacara Hari Senin oleh kelas IX F | Latihan upacara berjalan lancar dan serius | - | - |
| | | • 08.20 – 09.55 Team Teaching - Pelaksanaan Praktik Mengajar | Pelaksanaan KBM di kelas VIII C berjalan cukup lancar siswa mampu melakukan keterampilan passing, dribble, controlling bola | - | - |

| | | | | |
|--|--|---|---|---|
| | Kelas VIII D (Sepak Bola) | | | |
| | <ul style="list-style-type: none"> 10.30 – 11.30 Bimbingan DPL PPL | Bimbingan dilaksanakan dengan materi bimbingan : Persiapan Penyusunan Laporan PPL | - | - |
| | <ul style="list-style-type: none"> 12.00 – 14.00 Koordinasi / rapat anggota PPL mengenai laporan PPL dan Perpisahan PPL | Rapat berjalan lancar | - | - |

Mengetahui,
Dosen Pembimbing

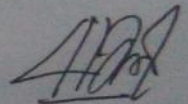

Ermawan Susanto, M.Pd
NIP.19780702 200212 1 004

Guru Pembimbing


Purwantara
NIP. 19630211198601 1 002

Sabtu, 5 September 2015

Mahasiswa


Dati Maryami
NIM.12601241007



**LAPORAN MINGGUAN
PELAKSANAAN PPL SMP N 3 SENTOLO
TAHUN 2015**

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMP N 3 SENTOLO

NAMA MAHASISWA : Dati Maryami

ALAMAT : Kaliagung, Sentolo, Kulon Progo, Yogyakarta.
SEKOLAH/LEMBAGA : Telp. (0274) 773010

NIM : 12601241007

GURU PEMBIMBING : Purwantara

FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

DOSEN PEMBIMBING : Ermawan Santoso , S.Pd.

| NO | HARI / TANGGAL | MATERI KEGIATAN | HASIL | HAMBATAN | SOLUSI |
|----|----------------------------|--|---|----------|--------|
| 1. | Senin, 7 September 2015 | <ul style="list-style-type: none">07.00 – 07.40 Upacara Hari Senin | Upacara berjalan dengan lancar dan khidmat | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none">11.00 – 12.00 Bimbingan dengan | Pembahasan laporan dan acara penarikan mahasiswa PPL | | |

| | | | | | |
|----|-----------------------------|---|--|---|---|
| | | dosen DPL Lapangan | | | |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 14.00 – 16.00 Koordinasi PPL | Pembahasan tentang acara penarikan mahasiswa PPL | | |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 17.00 – 17.30 Pencarian materi ajar permainan bola voli | Pencarian materi berjalan lancar | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 19.00 – 21.00 Penyusunan RPP dengan materi ajar Permainan bola voli | Penyusunan RPP berjalan dengan lancar | - | - |
| 2. | Selasa, 8 September 2015 | <ul style="list-style-type: none"> • 07.00 – 08.20 Pelaksanaan Praktik Mengajar Kelas IX E (Bola Basket) | Pelaksanaan KBM berjalan cukup lancar | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 08.30 – 10.30 Pembuatan laporan (lampiran) | Pembuatan laporan dilakukan secara bertahap | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> • 11.00 – 12.00 Membantu | Bertugas menjaga perpustakaan dan bertugas mencatat peminjaman dan | - | - |

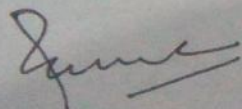
| | | | | | |
|----|---------------------------|---|---|---|---|
| | | Pengelolaan Perpustakaan (Jaga Perpustakaan) | pengembalian buku | | |
| 3. | Rabu, 9 September 2015 | <ul style="list-style-type: none"> 07.00 – 08.20 Pelaksanaan Praktik Mengajar Kelas IX E (Bola Voli) | Pelaksanaan KBM berjalan lancar | Beberapa anak masih takut sakit kena bola | Diberi motivasi dan diajak untuk mencoba dan mencoba |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 08.30 – 09.00 Bimbingan guru pembimbing | Berjalan dengan lancar | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 14.00 – 16.00 19.00 – 22.00 Pembuatan laporan | Pembuatan laporan dilakukan secara bertahap | - | - |
| 4. | Kamis, 10 September | <ul style="list-style-type: none"> 07.00 – 08.20 Pelaksanaan Praktik Mengajar Kelas IX A (Bola Voli) | Pelaksanaan KBM berjalan dengan lancar | Peserta didik terdapat beberapa yang ngeyel dan tidak memperhatikan | Ditegur perlahan agar diam dan memerhatikan |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 08.20 – 09.55 Pelaksanaan | Pelaksanaan KBM berjalan lancar | Motivasi tiap peserta didik kurang | Adanya motivasi lisan dan member waktu longgar ke peserta didik untuk bermain dengan bola |

| | | | | | |
|----|-----------------------------|---|--|---|------------|
| | | Praktik Mengajar Kelas IX B (Bola Voli) | | | lebih lama |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 10.00 – 11.30 Bimbingan dengan guru pembimbing | Dilakukan bimbingan untuk kesekian kalinya guna memperbaiki yang belum terlaksana dengan baik | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 11.00 – 13.00 Pembuatan laporan ppl | Pembuatan laporan dilakukan secara bertahap | - | - |
| 5. | Jumat, 11 September 2015 | <ul style="list-style-type: none"> 07.00 – 07.40 Jumat bersih | Jumat bersih dilakukan oleh semua warga SMP N 3 Sentolo dan pelaksanaan berjalan lancar | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 07.40 – 09.00 Pelaksanaan Praktik Mengajar Kelas IX C | Pelaksanaan KBM berjalan lancar | - | - |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 09.00 – 09.30 Bimbingan DPL | Bimbingan terakhir sebelum penarikan dengan materi bimbingan tentang penarikan dan laporan ppl | - | - |
| 6. | Sabtu, 12 September 2015 | <ul style="list-style-type: none"> 07.30 – 10.30 Persiapan perpisahan dan Penarikan | Persiapan tempat dan lainnya berjalan lancar | - | - |

| | | | | | |
|--|--|---|--|---|---|
| | | Mahasiswa PPL | | | |
| | | <ul style="list-style-type: none"> 10.30-12.30 Pelaksanaan penarikan mahasiswa PPL | Penarikan mahasiswa PPL oleh dosen pamong kepada SMP N 3 Sentolo | - | - |

Mengetahui,

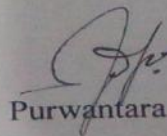
Dosen Pembimbing



Ermawan Susanto, M.Pd

NIP.19780702 200212 1 004

Guru Pembimbing

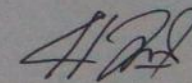


Purwantara

NIP. 19630211198601 1 002

Sabtu, 12 September 2015

Mahasiswa



Dati Maryami

NIM.12601241007



MATRIK PROGRAM KERJA PPL/MAGANG III UNY
TAHUN: 2015

| |
|------------------------|
| F01 |
| Untuk Mahasiswa |

Universitas Negeri Yogyakarta

Nomor Lokasi

NAMA SEKOLAH/ LEMBAGA : SMP NEGERI 3 SENTOLO

ALAMAT SEKOLAH/ LEMBAGA : Kaliagung, Sentolo, Kulon Progo

Nama Mahasiswa

: Dati Maryami

NIM

: 12601241007

: Ilmu

Fakultas/Jurusan

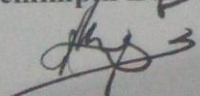
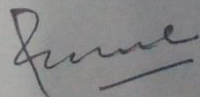
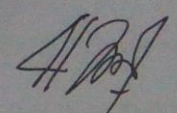
Keolahragaan/PJKR

| No. | Program/ Kegiatan Magang III | Jumlah Jam Per Minggu | | | | | Jml |
|----------|---|-----------------------|-----|-----|-----|-----|-----|
| | | I | II | III | IV | V | Jam |
| 1 | Praktik Mengajar Terbimbing | | | | | | |
| | a. Persiapan (pencarian materi, pembuatan RPP) | | 6.5 | 2.5 | 7.5 | 2.5 | 19 |
| | b. Pelaksanaan | | 5.5 | | 9 | 6.5 | 21 |
| | c. Evaluasi & Tindak Lanjut | | 2 | | | | 2 |
| 2 | Pendampingan Mengajar Guru dan Teman (Team Teaching) | | | | | | |
| | a. Persiapan | | | 2.5 | 2 | | 4.5 |
| | b. Pelaksanaan | 1 | | | 3 | | 4 |
| | c. Evaluasi & Tindak Lanjut | | | | | | |
| 3 | Upacara Bendera Hari Senin | | | | | | |
| | a. Persiapan | | | | 3 | | 3 |

| | | | | | | | |
|----------|--|-----|-----|--|---|---|-----|
| | b. Pelaksanaan | 1 | | | 1 | 1 | 3 |
| | c. Evaluasi & Tindak Lanjut | | | | | | |
| 4 | Pendampingan Lomba Baris Berbaris | | | | | | |
| | a. Persiapan | 11 | 8 | | | | 19 |
| | b. Pelaksanaan | | 7.5 | | | | 7.5 |
| | c. Evaluasi & Tindak Lanjut | | | | | | |
| 5 | Pendampingan Lomba Karnaval | | | | | | |
| | a. Persiapan | | 3 | | | | 3 |
| | b. Pelaksanaan | | | | | | |
| | c. Evaluasi & Tindak Lanjut | | | | | | |
| 6 | Pendampingan Lomba Drumband | | | | | | |
| | a. Persiapan | 3.5 | 2.5 | | | | 6 |
| | b. Pelaksanaan | | | | | | |
| | c. Evaluasi & Tindak Lanjut | | | | | | |
| 7 | Upacara Hari Pramuka | | | | | | |
| | a. Persiapan | 1.5 | | | | | 1.5 |
| | b. Pelaksanaan | | | | | | |
| | c. Evaluasi & Tindak Lanjut | | | | | | |
| 8 | Jumat Bersih | | | | | | |
| | a. Persiapan | | | | | | |
| | b. Pelaksanaan | | 1 | | 1 | 1 | 3 |
| | c. Evaluasi & Tindak Lanjut | | | | | | |

| | | | | | | | |
|-----------|--|-----|-----|--|---|---|-----|
| 9 | Rapat Koordinasi PPL | | | | | | |
| | a. Persiapan | | | | | | |
| | b. Pelaksanaan | 3 | 2.5 | | 2 | 2 | 9.5 |
| | c. Evaluasi & Tindak Lanjut | | | | | | |
| 10 | Membantu Pengelolaan Perpustakaan | | | | | | |
| | a. Persiapan | | | | | | |
| | b. Pelaksanaan | 2.5 | | | 4 | | 6.5 |
| | c. Evaluasi & Tindak Lanjut | | | | | | |
| 11 | Pengajian Rutin Sekolah | | | | | | |
| | a. Persiapan | | | | | | |
| | b. Pelaksanaan | | | | 2 | | 2 |
| | c. Evaluasi & Tindak Lanjut | | | | | | |
| 12 | Bimbingan Guru Pembimbing | | | | | | |
| | a. Persiapan | | | | | | |
| | b. Pelaksanaan | | 1 | | 1 | 1 | 3 |
| | c. Evaluasi & Tindak Lanjut | | | | | | |
| 13 | Bimbingan Dosen Lapangan | | | | | | |
| | a. Persiapan | | | | | | |
| | b. Pelaksanaan | 1 | | | | 1 | 2 |
| | c. Evaluasi & Tindak Lanjut | | | | | | |
| 14 | Bimbingan DPL PPL | | | | | | |
| | a. Persiapan | | | | | | |

| | | | | | | | |
|-----------|------------------------------|--|-----|--|---|---|------------|
| | b. Pelaksanaan | | 0.5 | | 1 | 1 | 2.5 |
| | c. Evaluasi & Tindak Lanjut | | | | | | |
| 16 | Pembuatan Laporan PPL | | | | | | |
| | a. Persiapan | | | | | | |
| | b. Pelaksanaan | | | | | 9 | 9 |
| | c. Evaluasi & Tindak Lanjut | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | Jumlah | | | | | | 131 |

| | | |
|---|---|---|
| <p>Kepala Sekolah / Pemimpin Lembaga</p>  <p>Dra. Praptinah, M.Pd NIP.19601030 198103 2 006</p> | <p>Mengetahui/ Menyetujui, Dosen Pembimbing Lapangan</p>  <p>Ermawan Santoso, M.Pd. NIP.19780702 200212 1 004</p> | <p>Yang membuat,</p>  <p>Dati Maryami NIM.12601241007</p> |
|---|---|---|



KARTU BIMBINGAN PPL

PUSAT PENGEMBANGAN PPL DAN PKL

LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN (LPPMP) UNY
TAHUN 2015.....

F04

UNTUK MAHASISWA

Nama Sekolah / Lembaga : SMP N. 3 SENTOLO
 Alamat Sekolah : Kaliagung, sentolo, Kulon Progo
 Nama DPL PPL : Ermawan Suranto, MPA
 Prodi / Fakultas DPL PPL : PJKR
 Jumlah Mahasiswa PPL : 2 Mahasiswa

| No | Tgl. Kehadiran | Jml Mhs | Materi Bimbingan | Keterangan | Tanda Tangan DPL PPL |
|----|-------------------|---------|---------------------------------------|------------|----------------------|
| 1 | 18 Agustus 2015 | 2 | Penyusunan RPP & Target Nulko minimal | | <i>[Signature]</i> |
| 2 | 25 Agustus 2015 | 2 | Pengadaan Sarpras Pengas | | <i>[Signature]</i> |
| 3 | 7 September 2015 | 2 | Persiapan Penyusunan Laporan | | <i>[Signature]</i> |
| 4 | 11 September 2015 | 2 | Penarikan dan Laporan | | <i>[Signature]</i> |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

PERHATIAN :

- Kartu bimbingan PPL ini dibawa oleh mhs PPL (1 kartu untuk 1 prodi).
- Kartu bimbingan PPL ini harap diisi materi bimbingan dan dimintakan tanda tangan dari DPL PPL setiap kali bimbingan di lokasi.
- Kartu bimbingan PPL ini segera dikembalikan ke PP PPL & PKL UNY paling lambat 3 (tiga) hari setelah penarikan mhs PPL untuk keperluan administrasi.

Mengetahui,
 Kepala Sekolah / Lembaga

[Signature]

Dra. Praptinah MPA

NIP. 19601030 198103 2 006

Sentolo, 11 September 2015
 Mhs PPL Prodi PJKR

[Signature]

DATI MARYAM



REKAPITULASI DANA
LAPORAN HASIL KERJA PPL UNY
TAHUN 2015

Universitas Negeri Yogyakarta

| |
|--------------------|
| F03 |
| Untuk mahasiswa |

| No. | Nama Kegiatan | Hasil Kuantitatif / Kualitatif | SERAPAN DANA (DALAM RUPIAH) | | | | Jumlah |
|-----|--|--|-----------------------------|-------------|-----------------|---------------------------|--------|
| | | | Swadaya / Sekolah / Lembaga | Mahasiswa | Pemda Kabupaten | Sponsor / Lembaga Lainnya | |
| 1. | Pencarian, Pembuatan Materi Dan Penyusunan RPP | Materi Ajar, gambar Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) | | Rp 50.000,- | | Rp 50.000,- | |
| 2. | Penyusunan Laporan PPL | Laporan PPL. | | Rp 50.000,- | | Rp 50.000,- | |
| | | | Jumlah | | | Rp 100.000,- | |

Mengetahui,

Kepala sekolah

Dra. Praptinah, M.Pd

NIP 19601030 198103 2 006

Dosen Pembimbing Lapangan

Ermawan Susanto, M.Pd

NIP.19780702 200212 1 004

Sentolo, 12 September 2015

Ketua Kelompok

Suhari Ratmoko

NIM. 12209244002

DOKUMENTASI

Kegiatan pembelajaran



Kegiatan pendampingan Tonti



Kegiatan pendampingan karnaval dan drumband



Kegiatan upacara hari senin

