

LAPORAN INDIVIDU
KEGIATAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)

SMA Negeri 1 Minggir

Pakeran, Sendangmulyo, Minggir, Sleman

Diajukan Sebagai Tugas Akhir Pelaksanaan

Praktek Pengalaman Lapangan (PPL)

15 Juli – 15 September 2016

Dosen Pembimbing Lapangan : Drs. Moch Slamet, MS.



Disusun Oleh :

Khoerul Anam

13601244001

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2016

PENGESAHAN

Pengesahan Laporan Kegiatan PPL di SMA Negeri 1 Minggir

Yang bertanda tangan di bawah ini, kami pembimbing PPL di SMA Negeri 1 Minggir, menerangkan bahwa mahasiswa di bawah ini:

Nama : Khoerul Anam
NIM : 13601244001
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan kegiatan PPL di SMA Negeri 1 Minggir dari tanggal 15 Juli 2016 sampai dengan 15 September 2016. Hasil kegiatan tercakup dalam naskah laporan ini.

Minggir, 15 September 2016

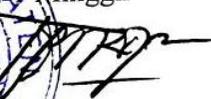
Dosen Pembimbing Lapangan


Drs. Moch. Slamet, MS.
NIP. 19541201 1979031004

Guru Mata Pelajaran Penjas


Lucas Cahya Suncoko, S.pd
NIP. 19750524 200212 1 009

Mengetahui


Kepala Sekolah
SMA Negeri 1 Minggir

Drs. Suharto
NIP. 19680406 198803 1 008

Koordinator PPL
SMA N 1 Minggir


Muh. Romdoni, S.Pd
NIP. 19681206 199412 1 002

KATA PENGANTAR

Puji syukur praktikan panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan berkat dan anugerah-Nya, sehingga kegiatan PPL 2016 di SMA Negeri 1 Minggir dapat terlaksana dengan baik dan lancar, serta praktikan dapat menyelesaikan laporan PPL sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Semoga kegiatan yang telah dilaksanakan memberikan manfaat bagi semua pihak yang terkait dan khususnya bagi praktikan sendiri.

Laporan ini disusun sebagai tugas akhir pelaksanaan PPL bagi mahasiswa UNY serta merupakan hasil dari pengalaman dan observasi praktikan selama melaksanakan kegiatan PPL di SMA Negeri 1 Minggir mulai dari tanggal 15 Juli – 15 September 2016.

Praktikan menyadari keberhasilan laporan ini atas bantuan berbagai pihak, maka pada kesempatan ini praktikan mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi - tingginya kepada:

1. Bapak Dr. Rohmat Wahab, M.A. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Drs. Suharto selaku Kepala SMA Negeri 1 Minggir yang telah memberi izin kepada praktikan untuk melaksanakan PPL di sekolah tersebut.
3. Bapak Muh. Romdhoni, S. Pd selaku kordinator PPL di sekolah yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan selama praktikan melaksanakan PPL di SMA Negeri 1 Minggir.
4. Dosen pembimbing pengajaran mikro dan pembimbing lapangan Drs.Moch.Slamet,MS. yang telah memberikan bimbingan awal sebelum kegiatan pengalaman lapangan berlangsung.
5. Bapak Lucas Cahyo Suncoko, S.Pd selaku guru pembimbing yang sudah dengan sabar dan dengan luar biasa memberikan bimbingan dan pengarahan cara mengajar yang baik.
6. Bapak dan Ibu Guru, Karyawan, dan siswa-siswi SMA Negeri 1 Minggir yang telah membantu pelaksanaan PPL di SMA Negeri 1 Minggir.
7. Rekan-rekan PPL UNY yang telah bekerja sama dengan baik sehingga program kerja PPL dapat berjalan lancar dan terselesaikan dengan baik.
8. Serta pihak-pihak yang tidak dapat praktikan sebutkan satu persatu.

Praktikan menyadari bahwa laporan ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang konstruktif selalu diharapkan demi perbaikan-perbaikan selanjutnya.

Minggir, 15 September 2016

Praktikan,



Khoerul Anam
NIM.13601244001

DAFTAR ISI

PENGESAHAN	2
KATA PENGANTAR.....	3
DAFTAR ISI	5
Abstrak	6
BAB I	7
PENDAHULUAN	7
1. Analisis Situasi.....	8
2. Kondisi Fisik Sekolah.....	8
3. Kondisi Non-Fisik Sekolah.....	11
4. Rancangan Kegiatan PPL.....	14
BAB II	16
PERSIAPAN , PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL.....	16
A. PERSIAPAN	16
B. PELAKSANAAN PPL	17
C. ANALISIS HASIL PELAKSANAAN DAN REFLEKSI.....	21
BAB III	25
PENUTUP	25
A. KESIMPULAN.....	25
B. SARAN.....	25
DAFTAR PUSTAKA.....	27

ABSTRAK

LAPORAN KEGIATAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) SMA N 1 MINGGIR

Oleh : Khoerul Anam

Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan mata kuliah yang wajib ditempuh dalam setiap jenjang S-1 kependidikan. PPL yang berhubungan langsung dengan peserta didik merupakan implementasi nyata dari mata kuliah *Micro Teaching* yang telah diajarkan dan merupakan tempat untuk menerapkan dan mentransfer ilmu yang selama ini telah dipelajari.

Sebelum pelaksanaan PPL, dilaksanakanlah pembekalan PPL agar mempunyai gambaran dalam pelaksanaan PPL di sekolah. Selain itu, mahasiswa diberi kesempatan untuk melakukan observasi proses pembelajaran di kelas sebelum penerjungan PPL, yaitu beberapa bulan sebelumnya. Observasi pra-PPL menyangkut perangkat pembelajaran (meliputi Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan, silabus, dan RPP), proses pembelajaran (meliputi cara membuka pelajaran, menyajikan materi, metode pembelajaran, penggunaan bahasa,dll), dan perilaku siswa, baik di dalam maupun di luar kelas. Model rencana pembelajaran disesuaikan dengan permintaan lapangan. Hal ini dimaksudkan supaya lebih mudah dalam implementasinya serta mampu menyesuaikan dengan konteks, karena itulah tuntutan untuk menjadi guru, bukan hanya sekedar formalitas melainkan lebih kepada integrasi situasi dalam lingkungan kependidikan.

Semua kegiatan PPL secara keseluruhan dapat dilaksanakan oleh praktikan. Kegiatan PPL menyangkut observasi dalam kelas, mengajar, dan evaluasi. Praktik mengajar sebanyak 8 kali tatap muka yang dilaksanakan secara parallel dari kelas ke kelas untuk semua kelas X dengan jadwal praktek ngajar sebagai berikut: Hari Selasa: X IPS 1, Rabu X IPS 2, Kamis: X IPA 1, dan X IPA 2. Setiap pertemuan berdurasi tiga jam pelajaran (satu jam pelajaran adalah 45 menit). Sebelumnya praktikan membuat persiapan (perangkat pembelajaran) yaitu rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP). Dengan Praktik Pengalaman Lapangan ini praktikan mendapat pengalaman dalam pembelajaran secara nyata di dalam kelas beserta permasalahan kependidikan di sekolah

BAB I

PENDAHULUAN

Sebagai salah satu komponen penting dalam mewujudkan pendidikan yang berkualitas adalah sekolah. Sekolah memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia, dalam hal ini peserta didik. Mengingat pentingnya peran sekolah, Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) sebagai lembaga yang konsisten mengabdikan dalam dunia pendidikan memfasilitasi mahasiswanya untuk menimba ilmu Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di sekolah.

Sesuai dengan Tri Dharma Perguruan Tinggi yang ketiga yaitu pengabdian kepada masyarakat, maka tanggung jawab mahasiswa dalam pendidikan adalah melaksanakan tugas-tugas yang diberikan di kampus secara akademik. Tanggungjawab mahasiswa setelah mendapatkan ilmu dari kampus ialah mentransfer, menginformasikan dan mengaplikasikan ilmunya kepada masyarakat pada umumnya dan lingkungan kependidikan khususnya. Dari hasil pengaplikasian itu seorang mahasiswa dapat diukur mengenai kesiapan dan kemampuannya sebelum akhirnya menjadi bagian dari masyarakat luas. Beranjak dari hal itu maka diadakanlah program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) sebagai implementasi dari pengabdian kepada masyarakat dan pengaplikasian ketrampilan dan ilmu pengetahuan yang dimiliki kepada masyarakat khususnya dalam lingkungan pendidikan.

PPL dijadikan sebagai pengalaman yang nyata bagi mahasiswa dalam upaya mempersiapkan seluruh potensi diri (SDM) sebelum terjun langsung menjadi bagian masyarakat luas termasuk di dalamnya lembaga edukatif seperti sekolah dan institusi pendidikan lainnya. Kegiatan PPL ini salah satunya dilaksanakan di SMA N 1 Minggir yang merupakan salah satu mitra kerjasama UNY. Melalui program ini UNY dan SMA N 1 Minggir diharapkan dapat membentuk kerjasama yang bermanfaat bagi kedua belah pihak khususnya dalam hal pelaksanaan proses pembelajaran guna mencetak generasi bangsa yang berkualitas. Program PPL mampu memberikan masukan dan pemikiran yang inovatif terkait pelaksanaan pembelajaran di sekolah dan bantuan tenaga dalam program pengembangan sekolah. Serta mampu memberikan bekal kepada mahasiswa dalam menjadi seorang tenaga pendidik.

1. Analisis Situasi

Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan mata kuliah wajib yang harus ditempuh oleh setiap mahasiswa kependidikan di Universitas Negeri Yogyakarta. PPL merupakan kegiatan yang dilaksanakan oleh mahasiswa sebagai wujud pengabdian mahasiswa kepada masyarakat, sekolah, atau lembaga masyarakat sekaligus untuk melatih mahasiswa untuk menerapkan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimiliki. Sebelum diterjunkan ke lokasi PPL terlebih dahulu melakukan observasi untuk memperoleh data yang diperlukan untuk menyusun program kerja.

SMA Negeri 1 Minggir terletak di wilayah Pakeran, Sendang Mulyo, Minggir, Sleman, Yogyakarta. Lokasi ini bisa ditempuh dari Yogyakarta selama 50 menit. Sebelah utara sekolah adalah persawahan, sebelah barat perkampungan penduduk, sebelah selatan berbatasan dengan Kecamatan Moyudan, dan sebelah timur juga berbatasan dengan area persawahan. SMA Negeri 1 Minggir di bawah pimpinan Kepala Sekolah Drs. Suharto, terus berbenah diri dalam meningkatkan mutu dan kualitas baik itu output atau input dalam membangun citra SMA Negeri 1 Minggir yang berdedikasi unggul.

Sebelum melaksanakan program PPL, diperlukan sejumlah data yang akan menjadi dasar pelaksanaan program tersebut melalui kegiatan observasi. Observasi yang dilakukan oleh mahasiswa dibagi menjadi dua macam, yaitu observasi kondisi fisik sekolah yang berhubungan dengan fasilitas yang tersedia dan observasi kondisi non-fisik sekolah yang secara garis besar berhubungan dengan permasalahan dan potensi pembelajaran.

2. Kondisi Fisik Sekolah

SMA N 1 Minggir terletak di dusun Pakeran, Kelurahan Sendangmulyo, Kecamatan Minggir, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Lokasinya sekitar duapuluh kilometer arah barat dari pusat kota Yogyakarta. Sekolah ini berada agak menjorok kedalam perkampungan sehingga mengurangi gangguan dari aktivitas jalan raya, dan dapat lebih mengkondufikan kegiatan belajar mengajar di sekolah.

Secara umum kondisi fisik SMA Negeri 1 Minggir, Sleman, D.I Yogyakarta sudah layak sebagai tempat belajar mengajar. Beberapa ruangan yang ada di SMA Negeri 1 Minggir, Sleman, D.I. Yogyakarta diantaranya:

a. Ruang Kelas

Sekolah ini mempunyai 12 ruangan kelas. Dengan pembagian, kelas X berjumlah 4 kelas (X MIPA-1, X MIPA-2, X IPS-1, dan X IPS-2), kelas XI berjumlah 4 kelas (2 kelas IPA & 2 kelas IPS), serta kelas XII berjumlah 4 kelas (2 kelas IPA & 2 kelas IPS). Pembagian jurusan sudah di lakukan sejak kelas XI, hal ini sangat bagus dalam menanamkan kemantapan siswa dalam memilih jenjang jurusan yang akan di pilih ke depannya. Kondisi setiap ruang kelas secara fisik sudah baik. Segala sarana untuk menunjang pembelajaran telah tersedia dengan baik, seperti: LCD, whiteboard, spidol, penghapus, dll.

b. Ruang Praktek dan Ruang Pendukung Sekolah

Disamping ruang kelas, praktikan juga mengadakan observasi kelengkapan gedung/fasilitas yang ada di SMAN 1 Minggir, Sleman Yogyakarta. Sarana dan prasarana (fasilitas) pendidikan tersebut antara lain :

1) Ruang Praktek dan Laboratorium

1.1. Laboratorium IPA

a) Laboratorium Biologi

Fungsi utama dari ruang praktik ini adalah untuk mendukung kegiatan praktek untuk mata pelajaran Biologi.

b) Laboratorium Fisika

Fungsi utama dari ruang praktik ini adalah untuk mendukung kegiatan praktek untuk mata pelajaran Fisika.

c) Laboratorium Kimia

Fungsi utama dari ruang praktik ini adalah untuk mendukung kegiatan praktek untuk mata pelajaran Kimia.

1.2. Laboratorium Komputer

Fungsi utama dari ruang praktik ini adalah untuk mendukung kegiatan praktek untuk mata pelajaran TIK.

1.3. Laboratorium AVA (Audiovisual)

Ruangan yang biasa disebut ruang AVA ini digunakan untuk pelajaran atau kegiatan yang membutuhkan media seperti VCD player dan tape recorder. Ruang ini juga di fasilitasi dengan AC, tempat duduk yang nyaman, dan layar proyektor.

2) Mushola

Mushola digunakan oleh seluruh warga sekolah secara aktif untuk kegiatan keagamaan dan kegiatan yang lain. Sarana prasarana seperti mushola sangat dibutuhkan untuk meningkatkan iman dan taqwa siswa. SMA Negeri 1 Minggir mempunyai mushola, akan tetapi ada beberapa masalah yang harus diperhatikan. Di tempat wudhu tidak ada sekat antara tempat wudhu putra dan putri, tidak tersedianya sarung bagi putra, khususnya untuk tamu.

3) Ruang Guru

Ruang guru mata pelajaran yang ada di SMAN 1 Minggir, Sleman D.I.Yogyakarta disatukan dalam satu ruangan, sehingga dapat dengan mudah untuk menemui guru-guru mata pelajaran.

4) Ruang Kepala Sekolah

Ruang kepala sekolah berada di samping ruang guru dengan tujuan agar mudah dalam komunikasi antara Kepala Sekolah dengan guru-guru dalam hal penyatuan visi-misi sekolah.

5) Ruang Tata Usaha

Ruang TU berada di depan gedung sekolah di sebelah ruang Kepala Sekolah dengan tujuan agar mudah dalam melayani siswa dan masyarakat luar yang berkepentingan dan mencari informasi dengan sekolah.

6) Ruang Bimbingan Konseling

Ruang bimbingan konseling berada di samping ruang kelas, sehingga dengan tata letak yang strategis, sehingga siswa dan masyarakat bisa dengan mudah untuk menemukan ruangan ini.

7) Ruang Unit Kesehatan Sekolah (UKS)

Ruang UKS yang dimiliki SMAN 1 Minggir ini masih bergabung dengan Ruang Bimbingan Konseling. Hal ini dikarenakan ruangan yang terbatas. Dan untuk meminimalisir kemungkinan siswa menjadikan UKS sebagai tempat bolos.

8) Ruang Fasilitas Lainnya

a) Perpustakaan

Perpustakaan SMA Negeri 1 Minggir terletak di bagian utara menghadap ke selatan. Koleksi buku di perpustakaan ini sudah sangat lengkap, akan tetapi ukuran ruangan perpustakaan masih perlu berbenah, ukuran perpustakaan tidak sesuai dengan jumlah buku yang tersedia. Perpustakaan juga masih kekurangan 1 rak buku, hal ini di lihat dari banyaknya buku yang masih diletakkan di atas lemari dan meja.

b) Sarana olahraga seperti lapangan olahraga (lapangan basket, lapangan futsal, lapangan voli, bak lompat jauh). Prasarana olahraga yang lengkap seperti bola, gawang, simpai, jarring, matras, cones, dan masih banyak lainnya. Lapangan basket SMA N 1 Minggir terletak di sebelah tenggara SMA. Sedangkan Bak lompat jauh, Lapangan sepak bola dan volley terletak di tengah sekolah, yang juga merupakan lapangan upacara SMA N 1 Minggir.

c) Fasilitas pendukung lain yang berfungsi sebagai fasilitas yang digunakan oleh seluruh warga sekolah untuk menunjang kegiatan sekolah, antara lain: koperasi sekolah, kantin, kamar mandi, gudang sarpras olahraga dan tempat parkir. Koperasi siswa berjumlah satu yaitu terletak di sebelah laboratorium Biologi. Kantin SMA N 1 Minggir berjumlah dua terletak berdampingan di halaman depan sekolah. Kamar mandi SMA N 1 Minggir yang tersedia sudah cukup yaitu berjumlah 2 WC guru dan 3 lokasi WC siswa (timur perpustakaan, selatan mushola dan timur lapangan basket)

3. Kondisi Non-Fisik Sekolah

a. Potensi siswa

Siswa SMAN 1 Minggir, Sleman, D.I.Yogyakarta berjumlah kurang lebih sebanyak 380 siswa. Siswa-siswa tersebut adalah yang mendaftar sebagai siswa dan registrasi ulang pada setiap tahun ajaran baru.

Motivasi belajar siswa di SMAN 1 Minggir Sleman, D.I. Yogyakarta sudah cukup tinggi, hal ini dapat dilihat dari frekuensi minat mereka pada lomba-lomba (mata pelajaran dan ekstrakurikuler) dan keaktifan di kelas.

Semangat untuk berorganisasi dan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler juga sudah tinggi. Setiap siswa saling berlomba untuk mengikuti organisasi dan kegiatan ekstrakurikuler yang ada, antusiasme mereka sudah cukup bagus.

b. Potensi Guru

SMA Negeri 1 Minggir yang berada di Pakeran, Sendangmulyo, Minggir, Sleman, Yogyakarta memiliki tenaga pengajar sebanyak 33 Guru dan karyawan diantaranya guru dengan pendidikan akhir S1 sebanyak 20 orang dan guru dengan pendidikan akhir S2 sebanyak 3 orang serta 4 karyawan tidak tetap, 17 pegawai, dengan 6 pegawai yang sudah berstatus tetap, sedangkan 11 pegawai lagi masih berstatus karyawan tidak tetap.

Di dalam kegiatan belajar mengajar guru-guru di SMAN 1 Minggir, Sleman, D.I. Yogyakarta memiliki dedikasi yang tinggi dalam hal memotivasi siswa, berinteraksi dengan siswa, dan penyampaian materi yang menarik perhatian siswa. Walaupun berdasarkan pengamatan ada beberapa guru yang cara mengajarnya masih kurang menarik bagi siswa.

Dedikasi yang tinggi dari guru-guru SMAN 1 Minggir, Sleman, D.I. Yogyakarta dapat dilihat dari antusiasme guru-guru dalam mengikuti pelatihan, penataran dan seminar-seminar bagi guru. Kegiatan yang diikuti guru-guru tersebut, sedikit banyak telah mengubah cara mengajar yang lebih inovatif, kreatif dan membuat siswa tertarik belajar.

c. Potensi Karyawan

Jumlah seluruh karyawan di SMAN 1 Minggir, Sleman sebanyak 6 pegawai yang sudah berstatus tetap, sedangkan 11 pegawai lagi masih berstatus karyawan tidak tetap yang terdiri atas petugas TU, petugas perpustakaan dan penjaga sekolah. Para karyawan SMAN 1 Minggir, Sleman memiliki produktivitas yang baik yakni sesuai dengan tugasnya masing-masing.

d. Pendukung kegiatan belajar mengajar

1) Media pengajaran

SMAN 1 Minggir, Sleman, D.I.Yogyakarta mempunyai media yang sangat memadai, hal ini ditandai dengan adanya papan tulis yang baik, kursi yang sesuai dengan jumlah murid, serta sudah tersedia LCD projector dan laptop.

Buku-buku di perpustakaan cukup lengkap tetapi masih perlu dilakukan penataan kembali mengingat kondisi ruangan yang kecil. Perpustakaan ini sudah cukup kondusif dengan meja dan kursi yang sudah tertata rapi, serta pelayanan yang cukup baik.

2) OSIS

Kegiatan OSIS belum berjalan dengan maksimal dan sekarang sudah mulai mengaktifkan kembali keorganisasiannya.

3) Ekstrakurikuler

Melalui wadah OSIS siswa dapat mengembangkan potensi yang dimiliki dengan optimal. Program kerja yang dijalankan antara lain majalah dinding dan MOS. Kegiatan OSIS tahun ini secara umum sudah jauh lebih baik, tetapi masih perlu pembinaan terhadap kinerja mereka agar bisa mandiri. Selain itu para siswa dapat menyalurkan minat dan bakat melalui kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan pada sore hari dan diikuti wajib oleh kelas X dan XI, meliputi:

- Ekstrakurikuler wajib: Pramuka bagi kelas X dan kelas XI (Bantara)
- Ekstrakurikuler pilihan: , qiro'ah, seni tari, bola volly, basket, sepakbola, batik, kerajinan mendong, kerajinan bambu, dan lain-lain.

4) Visi dan Misi Sekolah

Visi SMA Negeri 1 Minggir adalah terwujudnya sekolah yang bermutu, mandiri, berdasarkan imtaq, sedangkan misinya adalah:

- Melaksanakan pembimbingan pemahaman dan pengembangan potensi secara optimal.
- Melaksanakan pemberian bekal keterampilan untuk mempersiapkan kemandirian.

- Melaksanakan program bimbingan khusus untuk mempersiapkan siswa agar bisa berhasil dalam menempuh UN dan melanjutkan di Perguruan Tinggi.
- Meningkatkan penghayatan terhadap ajaran agama sehingga menjadi sumber kearifan dalam bertindak.

4. Rancangan Kegiatan PPL

Kegiatan PPL sebagai wahana mahasiswa dalam mewujudkan Tri Dharma yang ketiga yaitu pengabdian masyarakat. Masyarakat di sini dikategorikan menjadi tiga yaitu kategori masyarakat umum, kategori industri dan kategori sekolah. Program PPL yang kami laksanakan tergolong dalam kategori sekolah, khususnya SMA N 1 Mingir. Dengan demikian, mahasiswa diharapkan dapat memberikan bantuan pemikiran, tenaga, dan ilmu pengetahuan dalam merencanakan dan melaksanakan program pengembangan atau pembangunan sekolah.

Rangkaian kegiatan PPL dimulai sejak mahasiswa di kampus sampai di sekolah tempat praktik. Sebelum melaksanakan kegiatan PPL tentunya harus dipersiapkan rancangan kegiatan PPL terlebih dahulu sehingga kegiatan PPL tersebut dapat dilaksanakan sesuai dengan tujuannya. Rancangan kegiatan PPL tersebut digunakan sebagai bahan acuan untuk pelaksanaan PPL di sekolah agar terarah dan sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

Berikut ini adalah rancangan kegiatan PPL secara umum sebelum melakukan praktik mengajar di kelas:

1. Observasi Kelas

Observasi kelas dengan tujuan untuk mengetahui karakteristik peserta didik, kelebihan dan kerurangan dalam proses pembelajaran, keadaan lingkungan dan fasilitas penunjang proses pembelajaran.

2. Konsultasi persiapan mengajar

Konsultasi dengan guru pembimbing mengenai kelas, waktu, materi, silabus dan RPP yang dibutuhkan. Konsultasi ini dilaksanakan secara rutin dimuali sejak observasi kelas.

3. Pembuatan perangkat pengajaran

Membuat persiapan mengajar yang meliputi pembuatan Rencana

Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), bahan ajar, media, dan alat evaluasi.

4. Konsultasi pembuatan perangkat pengajaran

Konsultasi dengan guru pembimbing mengenai RPP, materi, media, buku-buku sumber, dan alat evaluasi pembelajaran yang telah dibuat sebelum pelaksanaan pengajaran di kelas.

5. Pelaksanaan praktik mengajar

Pelaksanaan praktik mengajar di kelas dilaksanakan minimal 7 kali tatap muka. Jadwal mengajar disesuaikan dengan jadwal mengajar yang telah ditentukan oleh guru pembimbing masing-masing.

6. Konsultasi pelaksanaan mengajar

Konsultasi pelaksanaan mengajar dilakukan tiap kali sebelum atau setelah kegiatan mengajar dilaksanakan serta saat menemukan kendala dalam pelaksanaan praktik mengajar.

7. Evaluasi mengajar

Evaluasi mengajar dilaksanakan tiap kali selesai mengajar. Di mana mahasiswa mengkonsultasikan materi yang akan disampaikan pada pertemuan selanjutnya dan guru pembimbing memberikan evaluasi terkait kekurangan maupun kelebihan dalam praktik mengajar yang telah dilaksanakan.

BAB II

PERSIAPAN , PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL

A. PERSIAPAN

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

1. Rancangan program PPL.

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

2. Persiapan materi pembelajaran

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

3. Persiapan metode dan media pembelajaran

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

4. Konsultasi dengan guru pembimbing

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

B. PELAKSANAAN PPL

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

1. Praktik Mengajar Terbimbing

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

2. Praktik Mengajar Mandiri

Kegiatan praktik mengajar mandiri ini dilakukan selama masa kegiatan PPL. Di mana jadwal pelaksanaan kegiatan praktik mengajar dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Hari	Kelas	Pertemuan ke-	Jumlah Jam Pelajaran
Selasa	X IPS 2	3,4,5	3
Rabu	X IPS 1	3,4,5	3
Kamis	X MIPA 1	3,4,5	3
Jum'at	X MIPA 2	3,4,5	3

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

- a. Adanya perbedaan kemampuan siswa dalam menyerap materi yang disampaikan.
- b. Di kelas X IPS beberapa siswa yang cenderung lebih ribut saat pembelajaran berlangsung sehingga mengganggu konsentrasi siswa yang lain.
- c. Di kelas X IPA lebih mudah untuk mngkondisikan siswa daripada siswa dari

kelas X IPS.

- d. Dari semua kelas yang diampu, rata-rata siswa senang dengan mata pelajaran penjas, kebanyakan siswa yang senang saat diampu adalah siswa laki-laki.

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

3. Proses Pembelajaran

a. Membuka Pelajaran

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

b. Penyajian Materi

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

c. Penggunaan Bahasa

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

d. Penggunaan Waktu

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

e. Gerak

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

f. Cara Memotivasi Siswa

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

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

h. Teknik Bertanya

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

i. Teknik Penguasaan Kelas

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

j. Penggunaan Media

Media yang digunakan yaitu berupa:

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

k . Sarana dan Prasarana Olahraga

- 1) Cones
- 2) Bola Voli
- 3) Bola Sepak
- 4) Bola Basket
- 5) Bola Kasti
- 6) Pemukul
- 7) Simpai
- 8) Net voli
- 9) Lapangan bola
- 10) Lapangan basket
- 11) Lapangan voli
- 12) Bak Pasir

k. Bentuk dan Cara Evaluasi Evaluasi

yang diberikan berbentuk:

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

l. Menutup Pelajaran

Mahasiswa PPL menutup pelajaran dengan memberikan pertanyaan sekilas mengenai apa yang telah dipelajari dan bertanya pada siswa kesimpulan terkait materi yang telah dipelajari untuk mengecek tingkat pemahaman siswa mengenai materi yang telah disampaikan. Kemudian memberikan kesimpulan, evaluasi, pengarahannya, dan poin-poin yang harus diperhatikan menyampaikan pelajaran yang akan dipelajari minggu depan dan tugas untuk siswa terkait materi yang selanjutnya, dan diakhiri dengan salam.

C. ANALISIS HASIL PELAKSANAAN DAN REFLEKSI

1. Analisis Hasil Pelaksanaan

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

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

- g. Adanya kejadian-kejadian tidak terduga yang memaksa mahasiswa selaku guru melakukan perubahan pelaksanaan pembelajaran dari rencana yang sudah disusun sebelumnya.

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

- a. Mengoptimalkan metode games, diskusi, dan tanya jawab untuk mengakomodir kejenuhan siswa
- b. Konsultasi dengan guru pembimbing secara rutin
- c. Kerjasama yang baik adalah sebagai penentu berhasil tidaknya suatu program.
- d. Sebagai calon guru penting menguasai kemampuan-kemampuan seperti; membuka kelas, bagaimana berinteraksi dengan peserta didik, teknik bertanya kepada peserta didik, memilih metode yang tepat, alokasi waktu, penggunaan media dan menutup pembelajaran.
- e. Menggunakan metode mengajar yang interaktif, komunikatif, dan menarik sehingga semua siswa termotivasi untuk aktif di dalam kelas.
- f. Menciptakan suasana yang rileks dan akrab di dalam kelas sehingga guru bisa menjadi *sharing partner* bagi siswa. Apabila siswa mengalami kesulitan, mereka tidak segan untuk mengungkapkan kesulitannya atau menanyakan hal yang belum mereka pahami dalam pelajaran. Melakukan pendekatan yang lebih personal dengan peserta didik tersebut sehingga siswa bisa menjadi lebih *respect* terhadap pengajar dan juga terhadap apa yang diajarkan.
- g. Menganggap peserta didik adalah kawan, sehingga lebih akrab dalam interaksi di dalam dan diluar kelas.
- h. Menerima kritik dari dan saran dari peserta didik sehingga seorang guru mengetahui sejauh mana kemampuannya dalam mengelola pembelajaran.
- i. Memberikan sedikit materi sebelum ke lapangan.
- j. Menyesuaikan RPP dengan situasi yang ada.

2. Manfaat PPL bagi Mahasiswa

Selama menjalani peran sebagai guru, mahasiswa banyak mendapatkan pengalaman seputar dunia pendidikan juga pencerahan tentang peranan seorang guru dalam proses pembelajaran. Selain itu mahasiswa juga mengetahui apa saja administrasi guru yang harus dibuat oleh seorang guru saat mengajar. Mahasiswa menyadari bahwa tanggungjawab guru bukan

hanya sebatas ranah kognitif tetapi juga afektif yang terkadang sangat sulit disampaikan tetapi dapat dicontohkan. Mahasiswa juga menyadari pentingnya pengelolaan kelas yang baik demi tercapainya tujuan pembelajaran.

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

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

BAB III

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Setelah melakukan PPL di SMAN 1 Minggir, Sleman Yogyakarta selama kurang lebih 2 bulan, terhitung mulai 15 Juli 2016 sampai dengan 15 September 2016, para praktikan dalam menyelesaikan program-program tersebut memperoleh banyak pengalaman. Pengalaman ini diperoleh baik secara langsung maupun tidak langsung dan program-program kerja yang direncanakan telah berjalan dengan baik dan lancar, sehingga dapat diperoleh kesimpulan antara lain :

1. Kegiatan PPL yang telah dilaksanakan meliputi: pembuatan RPP, pembuatan bahan ajar, pembuatan media, praktik pembelajaran di kelas dan di lapangan, pembuatan administrasi guru, dan penyusunan laporan PPL.
2. Kegiatan PPL memfasilitasi mahasiswa dalam menimba ilmu dan mempraktikkan ilmu yang sudah diterima di kampus pada dunia pendidikan yang sebenarnya sehingga dapat menjadi bekal yang bermanfaat bagi karir mahasiswa di dunia pendidikan di kemudian hari.
3. Ketika proses pembelajaran berlangsung tentunya terjadi permasalahan-permasalahan, sebagai seorang guru mahasiswa PPL harus peka terhadap permasalahan-permasalahan tersebut dan mampu mencari solusinya.
4. Sebagai calon pengajar, mahasiswa harus banyak belajar dari guru pembimbing agar mendapatkan pembinaan sehingga kegiatan yang dilakukan terarah dan bukan asal-asalan.
5. Pelaksana PPL dituntut untuk memiliki kompetensi *professionality* (kemampuan profesi), kompetensi *personality* (kemampuan individu), dan kemampuan *sociality* (kemampuan bermasyarakat), dalam kaitannya dengan kompetensi *professionality* maka PPL memberikan kontribusi yang lebih konkrit dan berharga.

B. SARAN

Berdasarkan pengalaman selama menjalankan PPL di SMA N 1 Minggir , maka penyusun mengharapkan :

1. Bagi Sekolah
 - a) Tetap menjaga hubungan baik antara kedua belah pihak yaitu dari Pihak

SMA N 1 Minggir dengan UNY.

- b) Melengkapi siswa dengan buku pengangan agar siswa dapat mengikuti pelajaran dengan baik.
- c) Melengkapi sarana dan prasaran alat olahraga agar siswa semua dapat mengikuti pembelajaran dengan maksimal.

2. Bagi Mahasiswa

- a) Menyusun program kerja yang bukan hanya inovatif dan kreatif tetapi juga realistis.
- b) Membina kebersamaan dan kekompakan diantara mahasiswa PPL sehingga dapat bekerjasama secara baik.
- c) Memahami kondisi lingkungan, karakter dan kemampuan seluruh elemen-elemen sekolah khususnya peserta didik/siswa.
- d) Menjalin hubungan baik dan komunikasi dengan guru pembimbing sehingga tidak terjadi kesalahpahaman.
- e) Menjalin hubungan baik dan komunikasi dengan siswa dan seluruh warga sekolah.
- f) Mahasiswa PPL agar senantiasa menjaga nama baik lembaga atau almameter.
- g) Bagi mahasiswa PPL yang akan datang diusahakan lebih mempersiapkan diri, baik dari segi materi pelajaran yang akan diampu maupun fisik dan mental agar proses PPL dapat berjalan dengan lancar.

3. Bagi Universitas

- a) Segala informasi dan kepastian tentang kewajiban-kewajiban apa saja yang harus dilaksanakan selama PPL diinformasikan dengan jelas.
- b) Beberapa mahasiswa mendapatkan informasi pengadaan pelaksanaan PPL dari mulut ke mulut, diharapkan segala informasi tentang pengadaan atau informasi yang berhubungan dengan pelaksanaan PPL diinformasikan disetiap jurusan, contohnya dapat berupa surat keputusan yang ditampilkan di papan pengumuman.
- c) Pelayanan pemberian informasi yang lebih baik dan mudah kepada mahasiswa PPL.

DAFTAR PUSTAKA

Tim Pembekalan KKN. 2015. *Materi pembekalan KKN Tahun 2015*. Yogyakarta : UNY

Tim PPL UNY. 2014. *Panduan PPL 2015 Universitas Negeri Yogyakarta*. Yogyakarta : UNY.

Tim PPL UNY. 2015. *Pedoman Pengajaran Mikro*. Yogyakarta : UNY.

Tim PPL UNY. 2015. *101 Tips menjadi Guru Sukses*. Yogyakarta : UNY.



LAPORAN HASIL OBSERVASI KONDISI SEKOLAH

Universitas Negeri Yogyakarta

Nama Sekolah : SMA Negeri 1 Minggir	Nama Mahasiswa : Khoerul Anam
Alamat : Pakeran, Sendangmulyo, Minggir, Sleman, DIY.	NIM : 13601244001 FAK/JUR/PRO : FIK/PJKR

No	Aspek yang diamati	Deskripsi hasil pengamatan	Keterangan
1.	Kondisi fisik sekolah	SMA N 1 Minggir berdiri di atas tanah seluas m ² dengan luas bangunan sebesar m ² . Memiliki ruang kelas sejumlah 12 ruangan yang representatif dan menunjang kegiatan belajar. Karena telah didaulat sebagai sekolah adiwiyata, maka kondisi sekolah sangat hijau dan bersih serta nyaman. Ruangan-ruangan yang ada telah dilengkapi dengan peralatan penunjang seperti LCD Proyektor, CCTV dan kipas angin. Meski berdiri di lahan yang sempit dan padat, namun tata letak dan pemanfaatan bangunan bisa dimaksimalkan dengan baik dan optimal.	BAIK
2.	Potensi siswa	Jumlah siswa tahun 2016/2017 di SMA N 1 Minggir adalah siswa yang tersebar di kelas X, XI dan XII. Input SMA N 1 Minggir sudah baik karena rata-rata nilai Ujian Nasional yang dapat diterima di sekolah ini yaitupada tahun 2016/2017. Dengan kata lain, SMA N 1 Minggir adalah salah satu sekolah berprestasi di Kecamatan Minggir. Sejumlah kejuaraan telah berhasil diraih baik di tingkat regional maupun nasional di bidang akademik	BAIK

		maupun non akademik.	
3.	Potensi guru	<p>Keseluruhan jumlah guru di SMA N 1 Minggir adalah 33 orang. SMA N 1 Minggir sebagai sebuah lembaga pendidikan menengah atas yang berorientasi pada tujuan tersebut memiliki 33 Guru dan karyawan diantaranya guru dengan pendidikan akhir S1 sebanyak 20 orang dan guru dengan pendidikan akhir S2 sebanyak 3 orang serta 4 karyawan tidak tetap, 17 pegawai, dengan 6 pegawai yang sudah berstatus tetap, sedangkan 11 pegawai lagi masih berstatus karyawan tidak tetap.</p> <p>Guru-guru tersebut sebagian besar telah mengikuti beberapa kegiatan yang seperti pengembangan kompetensi atau profesionalisme guru. Kegiatan-kegiatan tersebut diantaranya adalah, penataran kurikulum 2013, penataran metode pembelajaran (termasuk CTL), penataran PTK, sertifikasi profesi, penataran PTBK, dan penataran lainnya.</p>	BAIK
4.	Potensi karyawan	SMA N 1 Minggir ini hanya memiliki 17 karyawan, yang terdiri atas petugas TU, petugas perpustakaan dan penjaga sekolah. sebanyak 6 pegawai berstatus tetap dan 11 pegawai berstatus tidak tetap.	BAIK
5.	Fasilitas KBM, Media	Media yang tersedia antara lain LCD, whiteboard, spidol, penghapus. Sementara alat-alat peraga dan yang lain sudah disediakan, antara lain perlengkapan olahraga, alat peraga untuk beberapa mata pelajaran Selain itu	BAIK

		tersedia pula koleksi khusus seperti peta, kliping & majalah dinding.	
6.	Perpustakaan	Perpustakaan SMA N 1 Minggir memiliki ruangan dengan luas m ² . Memiliki koleksi buku yang beragam baik dari buku pelajaran, buku pengetahuan hingga buku fiksi yang kesemuannya telah memiliki nomor identitasnya masing-masing. Namun, masih banyak buku-buku yang sudah terlampau tua dan kurang sesuai dengan kurikulum yang digunakan oleh sekolah. Meski telah beridentitas dengan nomor, namun penataan dan keberadaan buku belum begitu rapih dan masih bercampur dengan jenis buku yang beragam. Kurangnya tempat dan rak buku menjadikan buku tidak tertata sesuai dengan jenisnya.	BAIK
7.	Laboratorium	SMA N 1 Minggir memiliki lima ruang laboratorium yaitu laboratorium fisika, biologi, kimia, AVA (audiovisual), dan laboratorium komputer. Berbeda dengan lab. IPA, lab. bahasa memiliki luas 105 m ² . Lab. bahasa memiliki 1 unit komputer, 4 pendingin ruangan (AC), 18 kursi, 9 meja, dan 1 papan tulis.	BAIK
8.	Ruang Kesenian	SMA N 1 Minggir menggunakan ruang AVA sebagai ruangan untuk alat-alat band dan sering digunakan siswa untuk latihan band.	BAIK
9.	Bimbingan Konseling	Ruang bimbingan konseling berada di samping ruang kelas, sehingga dengan tata letak yang strategis, sehingga siswa dan masyarakat bisa dengan mudah	BAIK

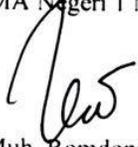
		untuk menemukan ruangan ini.	
10.	Bimbingan belajar	Bimbingan belajar biasanya dilakukan setelah KBM selesai (layanan) dan menjelang ujian akhir nasional (sebagai persiapan menghadapi ujian akhir nasional). Kegiatan bimbingan belajar dikhususkan untuk bimbingan kelas XII menjelang ujian akhir nasional (persiapan menghadapi ujian akhir).	BAIK
11.	Ekstrakurikuler	Pramuka, qiro'ah, seni tari, bola voli, basket, sepak bola, batik, kerajinan mendong, dan kerajinan bambu.	BAIK
13.	Organisasi dan fasilitas OSIS	Ruang OSIS di SMA N 1 Minggir belum difungsikan secara maksimal. OSIS yang tidak berjalan dengan baik menyebabkan ruang OSIS tidak terlalu digunakan. Penggunaan ruang OSIS hanya seperti gudang bagi pakaian-pakaian OSIS.	BAIK
14.	Organisasi dan fasilitas UKS	UKS di SMA N 1 Minggir berfungsi dengan baik. UKS difungsikan diantaranya pada waktu hari Senin ketika upacara dan hari-hari biasa jika ada siswa yang sakit maka segera dibawa UKS. Obat-obatan yang disediakan cukup lengkap.	CUKUP
15	Administrasi (karyawan, sekolah dan data dinding)	Administrasi surat masuk dan keluar cukup tersusun dan terekap dengan baik.	CUKUP
16	Karya Tulis Ilmiah Remaja	KIR masih berjalan dan cukup banyak peminatnya dari kelas X hingga XII.	BAIK
17	Koperasi	Koperasi siswa berjumlah satu yaitu terletak di sebelah laboratorium Biologi.	
18.	Tempat Ibadah	Berada bagian utara sekolah berdekatan dengan perpustakaan. Mushola SMA N 1 Minggir sudah cukup baik dengan lantai keramik. Akan tetapi tidak ada pembatan	BAIK

		untuk tempat wudu perempuan dan laki-laki, serta pengairan untuk keran kurang baik karena sering habis.	
19.	Lapangan Upacara	Lapangan upacara terletak di tengah-tengah sekolah dikelilingi oleh ruang guru dan ruang kelas. Lapangan upacara masih memiliki alas rumput hijau, ketika musim kemarau tanah akan kerin kerontang dan ketika musim hujan tanah akan becek.	BAIK
20.	Kesehatan lingkungan	Terletak di bagian barat kota Yogyakarta, SMA N 1 Minggir termasuk ke sekolah desa. Aka tetapi lingkungan masih terjaga dengan bersih, banyak pohon dan tanaman hijau menghiasi SMA N 1 Minggir.	BAIK
21.	Lapangan Olah Raga	Fasilitas olah raga cukup memadai dengan adanya fasilitas-fasilitas yang mendukung, seperti: lapangan basket, voli, dan bulutangkis.	BAIK
22.	Toilet	Jumlah toilet di SMA N 1 Minggir cukup memadai. Terdapat 2 WC guru dan 5 WC siswa yang kadang hanya beberapa yang difungsikan.	KURANG
23.	Tempat Parkir	Keadaan tempat parkir sudah baik dan ditunjang dengan halaman yang luas sehingga siswa, guru dan para tamu yang yang singgah merasa nyaman menempatkan kendaraan mereka	BAIK

Yogyakarta.

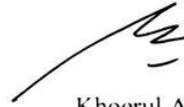
Mengetahui/Menyetujui

Koordinator PPL
SMA Negeri 1 Minggir



Muh. Romdoni, S.Pd
NIP. 19681206 199412 1 002

Mahasiswa PPL



Khoerul Anam
NIM. 13601244001



Universitas Negeri Yogyakarta

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

NPma.

1

Untuk
mahasiswa

NAMA MAHASISWA : Khoerul Anam

PUKUL : 10.15 – 11.35 WIB

NO. MAHASISWA : 13601244001

TEMPAT PRAKTIK : SMA N 1 Minggir

TGL. OBSERVASI : 12 Maret 2015

FAK/JUR/PRODI : FIK/ PJKR

No	Aspek yang diamati	Diskripsi hasil pengamatan
A	Perangkat Pembelajaran	
	1. Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)	Saat kegiatan observasi kelas, kurikulum masih menggunakan KTSP 2006 setelah satu tahun yang lalu menggunakan kurikulum 2013. Untuk tahun 2016 kelas X menggunakan kurikulum 2013 edisi revisi tahun 2016.
	2. Silabus	Lengkap dan tersedia
	3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)	Lengkap dan tersedia
B	Proses Pembelajaran	
	1. Membuka pelajaran	Guru mengucapkan salam, memimpin doa, dan melakukan presensi, apersepsi serta motivasi kepada siswa.
	2. Penyajian materi	Materi disajikan dengan menggunakan media teks dan dibubuhi dengan teknik ceramah. Kegiatan dikemas dengan baik dan siswa menjadi aktif dalam pembelajaran.
	3. Metode pembelajaran	Menggunakan metode ceramah dengan berpedoman pada metode CTL (<i>Contextual Teaching and Learning</i>)
	4. Penggunaan bahasa	Dalam menyampaikan materi, guru memakai bahasa Indonesia baku namun mengalir sehingga mudah dipahami oleh semua siswa.
	5. Penggunaan waktu	Sesuai dengan alokasi waktu yang ditetapkan.
6. Gerak	Guru tidak hanya duduk dan mau bergerak untuk mengelilingi kelas demi menjangkau siswa yang di belakang.	

	7. Cara memotivasi siswa	Guru cukup memotivasi siswa. Hal ini terlihat ketika guru mendorong siswa agar giat & aktif belajar sehingga nilai akhir menjadi tinggi di sela-sela pembelajaran.
	8. Teknik bertanya	Memancing siswa dengan dialog untuk bertanya.
	9. Teknik penguasaan kelas	Guru cukup bisa menguasai kelas walaupun kelas IPS terkenal ramai.
	10. Penggunaan media	Menggunakan <i>teks dan buku</i> .
	11. Bentuk dan cara evaluasi	Memberikan soal latihan di akhir pembelajaran untuk dijawab secara bersama-sama.
	12. Menutup pelajaran	Guru memberikan wacana tentang kegiatan pembelajaran di minggu depan & memotivasi siswa untuk tetap belajar.
C	Perilaku siswa	
	1. Perilaku siswa di dalam kelas	Siswa kurang responsif dalam menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru. Sekaligus untuk keaktifan mereka dalam bertanya masih kurang dan ada juga beberapa siswa yang kurang memperhatikan guru hanya beberapa yang memperhatikan dan dapat menjawab pertanyaan serta mengemukakan pendapat. Masih ada siswa yang bermain HP di belakang ketika guru menerangkan pelajaran.
	2. Perilaku siswa di luar kelas	Siswa sopan, ramah dan komunikatif dengan guru serta karyawan.

Yogyakarta, 12 Maret 2015

Memeriksa dan Menyetujui
Guru Mata Pelajaran Penjas



Lucas Cahya Suncoko,S.pd
NIP. 19750524 200212 1 009

Mahasiswa



Khoerul Anam
NIM.13601244001

- Upacara bendera	1	1	1	1	1	1	1			7
- Upacara HUT RI					4					4
- Perpisahan dan penarikan PPL							6		2	8
- Tugas piket perpustakaan			7	7	7	7	7	7		42
- Tugas jaga piket		7	7	7	7	7	7	7		49
-										
f. Program individu insidental										
- Kegiatan MPLS	8									8
-										
- Jumlah										344

Yogyakarta, 15 September 2016

Mengetahui,

Dosen Pembimbing Lapangan


Drs. Moch. Slamet, MS.
NIP. 19541201 1979031004

Guru Mata Pelajaran


Lucas Cahya Suncoko, S.pd
NIP. 19750524 200212 1 009

Mahasiswa


Khoerul Anam
NIM.13601244001



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL UNY TAHUN 2016

NAMA LOKASI : SMA N 1 Minggir
ALAMAT LOKASI : Pakeran, Sendangmulyo, Minggir, Sleman, DIY.
GURU PEMBIMBING : Lukas Cahya Suncoko, S.Pd.

NAMA MAHASISWA : KHOERUL ANAM
NO. MAHASISWA : 13601244001
FAK / JUR / PRODI : FIK/ PJKR
DOSEN PEMBIMBING : Drs. Moch. Slamet, MS.

MINGGU KE-I (18-22 juli 2016)

NO	HARI, TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
1	Senin, 18 juli 2016	UPACARA & Syawalan	Upacara hari senin seperti biasanya serta penerimaan PPL UNY di SMA N 1 Minggir, dengan anggota PPL UNY berjumlah 13 mahasiswa. Dilanjutkan dengan melakukan syawalan idhul fitri.		
		Evaluasi harian	Mengevaluasi kegiatan selama satu hari pertama pelaksanaan PPL SMA N 1 Minggir oleh 14 anggota PPL.	-	-
		Membuat RPP pertemuan I	Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran pertemuan I berupa bola basket dengan materi dasar-dasar permainan bola basket	-	-

NO	HARI, TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
2	Selasa, 19 juli 2016	Mendampingi siswa kelas XII dalam agenda MPLS	Memberikan materi mengenai giat belajar untuk menghadapi ujian nasional serta memberikan masukan terhadap siswa untuk masuk dalam perguruan tinggi.		
		Evaluasi harian	Mengevaluasi kegiatan selama satu hari kedua pelaksanaan PPL SMA N 1 Minggir oleh 14 anggota PPL.	-	-
		Briefing seluruh anggota PPL UNY	Koordinasi persiapan mengajar oleh masing-masing anggota praktikan PPL satu sama lain.	-	-
NO	HARI, TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
3	Rabu, 20 juli 2016	Mendampingi siswa kelas XI dalam agenda MPLS	Memberikan materi mengenai giat belajar untuk kedepannya dan materi tentang ekstrakurikuler di sekolah		
		Evaluasi harian	Mengevaluasi kegiatan selama satu hari ketiga pelaksanaan PPL SMPN 4 Yogyakarta oleh 14 anggota PPL dan pembentukan jadwal piket harian	-	-
4	Kamis, 21 juli 2016	Tidak ada kegiatan	-	-	-

NO	HARI, TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
5	Jumat, 22 Juli 2016	Evaluasi harian	Melakukan evaluasi yang telah berjalannya PPL selama 1 minggu.	Dalam 1 minggu berjalan PPL masih anggota PPL yang berangkat masih pada telat.	Ketua PPL memberitahu anggota yang telat

MINGGU KE-2 (25- 29 Juli 2016)

NO	HARI, TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
1	Senin, 25 Juli 2016	Upacara bendera	Upacara dilaksanakan di halaman depan SMA N 1 Minggir dengan seluruh warga sekolah	Banyak siswa yang masih belum tertib dan tidak hikmah dalam melaksanakan kegiatan upacara bendera.	Ditertibkan oleh petugas dan beberapa guru SMA N 1 minggir
		Piket harian	Memasukkan data jadwal piket serta mendata absensi kelas dan mencatat siswa yang ijin telat masuk sekolah, ijin meninggalkan kelas dll.	-	-
		Konsultasi kepada guru pembimbing	Menanyakan terhadap guru pembimbing kelas berapa saya harus mengajar dan pembagian kelas dengan rekan satu jurusan.	-	-
2	Selasa, 26 Juli 2016	Briefing seluruh anggota PPL UNY	Pengecekan kesiapan seluruh anggota PPL dan koordinasi jadwal piket harian guru.	-	-
		Konsultasi dengan guru pembimbing	Konsultasi mengenai RPP, cara mengajar, evaluasi dan administrasi kelengkapan mengajar di kelas.	-	-
		Pembelajaran terbimbing I kelas X	Pembelajaran bola basket	-	-

		IPS 1 (pertemuan pertama)	dengan materi dasar-dasar bola basket (cara memegang bola basket, passing dan driblle) pembelajaran sukses.		
		Evaluasi harian	Mengevaluasi kegiatan selama satu hari kedua pelaksanaan PPL SMA N 1 Minggir oleh 14 anggota PPL.	-	-
3	Rabu, 27 juli 2016	Briefing seluruh anggota PPL UNY	Koordinasi persiapan mengajar oleh masing-maing anggota praktikan PPL satu sama lain.	-	-
		Pembelajaran terbimbing I kelas X IPS 2 (pertemuan pertama)	Pembelajaran bola basket dengan materi dasar-dasar bola basket (cara memegang bola basket, passing dan driblle) pembelajaran sukses.	Siswa agak sulit dikendalikan, dan masih ramai kalau dijelaskan materi.	Diberi kontrak belajar sebelum masuk materi agar siswa mudah untuk dikasih tau.

NO	HARI, TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
4	Kamis, 28 juli 2016	Briefing seluruh anggota PPL UNY	Koordinasi persiapan mengajar oleh masing-maing anggota praktikan PPL satu sama lain dan pembagian jadwal piket harian guru.	-	-
		Pembelajaran terbimbing I kelas X IPA 1 (pertemuan pertama)	Pembelajaran bola basket dengan materi dasar-dasar bola basket (cara memegang bola basket, passing dan driblle) pembelajaran sukses.	-	-
		Piket harian perpustakaan	Menata dan membersihkan buku-buku di perpustakaan	-	-
5	Jumat, 29 juli 2016	Pembelajaran terbimbing I kelas X IPA 2 (pertemuan pertama)	Pembelajaran bola basket dengan materi dasar-dasar bola	-	-

			basket (cara memegang bola basket, passing dan dribble) pembelajaran sukses.		
		Evaluasi harian	Mengevaluasi kegiatan selama satu minggu dan persiapan kegiatan di minggu berikutnya..	-	-

MINGGU KE-3 (1 - 5 Agustus 2016)

NO	HARI, TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
1	Senin, 1 Agustus 2016	Briefing seluruh anggota PPL UNY	Persiapan awal 14 anggota PPL untuk mengikuti upacara bendera hari Senin sebagai petugas upacara	Beberapa anggota PPL belum hadir tepat waktu	Mengkomunikasikan anggota PPL oleh ketua kelompok agar segera datang ke sekolah
		Piket harian	Memasukan data jadwal piket serta mendata absensi kelas dan mencatat siswa yang ijin telat masuk sekolah, ijin meninggalkan kelas dll.	-	-
		Upacara bendera hari Senin di halaman depan SMA N 1 Minggir	Upacara dilaksanakan di halaman depan SMA N 1 Minggir dengan seluruh warga sekolah		
2	Selasa, 2 Agustus 2016	Briefing seluruh anggota PPL UNY	Pengecekan kesiapan seluruh anggota PPL dan koordinasi jadwal piket harian guru.	-	-
		Pembelajaran terbimbing II kelas X IPS 1 (pertemuan kedua)	Pembelajaran bola basket dengan materi dasar-dasar bola basket (shooting, jump shot dan	-	-

			lay up) pembelajaran sukses.		
3	Rabu, 3 Agustus 2016	Pembelajaran di kelas XII IPA 1 (menggantikan guru pembimbing, dikarenakan ada perlu)	Pembelajaran kesehatan dengan materi bahanya narkoba dan bahaya merokok.	-	-
		Pembelajaran terbimbing II kelas X IPS 2 (pertemuan kedua)	Pembelajaran bola basket dengan materi dasar-dasar bola basket (shooting, jump shot dan lay up) pembelajaran sukses.	Siswa ramai agak susah diatur, sebagian masih tidak tau materi apa yang dipelajari	Mendekati siswa yang tidak mengerti lalu diajari.

NO	HARI, TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
4	Kamis, 4 Agustus 2016	Piket harian perpustakaan	Menata dan membersihkan buku-buku di perpustakaan.	-	-
		Pembelajaran kelas X IPA 1 (pertemuan kedua)	Pembelajaran bola basket dengan materi dasar-dasar bola basket (shooting, jump shot dan lay up) pembelajaran sukses.	-	-
		Evaluasi harian	Pengaturan jadwal piket yang masih rancu, koreksi tentang kedisiplinan anggota PPL dan evaluasi serta refleksi antar anggota	-	-
5	Jum'at, 5 Agustus 2016	Pembelajaran terbimbing II kelas X IPS 2 (pertemuan kedua)	Pembelajaran bola basket dengan materi dasar-dasar bola basket (shooting, jump shot dan lay up) pembelajaran sukses.	Siswa ramai agak susah diatur, sebagian masih tidak tau materi apa yang dipelajari	Mendekati siswa yang tidak mengerti lalu diajari.

MINGGU KE-4 (8 Agustus – 12 Agustus 2016)

NO	HARI, TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
1	Senin, 8 Agustus 2016	Upacara bendera hari Senin dihalaman SMA N 1 Minggir	Upacara dengan seluruh warga sekolah dengan tertib.		
		Piket harian	Memasukan data jadwal piket serta mendata absensi kelas dan mencatat siswa yang ijin telat masuk sekolah, ijin meninggalkan kelas dll.	-	-
		Evaluasi	Evaluasi kegiatan PPL dan pembahasan kenang-kenangan untuk sekolah	-	-

NO	HARI, TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
2	Selasa, 9 Agustus 2016	Pembelajaran kelas X IPS 1 (pertemuan ketiga)	Pembelajaran bola voli materi servis bawah, passing atas dan bawah. Pembelajaran sukses	Lapangan voli terlalu dekat dengan pohon, mengganggu dalam proses pembelajaran.	Seharusnya ranting pohon yang menjulai ke lapangan harus dipotongi
		Evaluasi harian	Mengevaluasi kegiatan selama satu hari	-	-
3	Rabu, 10 Agustus 2016	Briefing seluruh anggota PPL UNY	Koordinasi persiapan mengajar oleh masing-masing anggota PPL satu sama lain.	-	-
		Pembelajaran kelas X IPS 2 (pertemuan ketiga)	Pembelajaran bola voli materi servis bawah, passing atas dan bawah. Pembelajaran sukses	Lapangan voli terlalu dekat dengan pohon, mengganggu dalam proses pembelajaran.	Seharusnya ranting pohon yang menjulai ke lapangan harus dipotongi

NO	HARI, TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
		Pembuatan laporan akhir PPL	Membuat laporan akhir PPL dari cover hingga BAB I dari contoh laporan tahun lalu		

4	Kamis, 11 Agustus 2016	Pembelajaran kelas X IPS 2 (pertemuan ketiga)	Pembelajaran bola voli materi servis bawah, passing atas dan bawah. Pembelajaran sukses	Lapangan voli terlalu dekat dengan pohon, mengganggu dalam proses pembelajaran.	Seharusnya ranting pohon yang menjulai ke lapangan harus dipotongi
		Tugas piket perpustakaan	Menata dan membersihkan buku-buku di perpustakaan	-	-
5	Jumat, 12 Agustus 2016				
		Pembelajaran kelas X IPS 2 (pertemuan ketiga)	Pembelajaran bola voli materi servis bawah, passing atas dan bawah. Pembelajaran sukses	Lapangan voli terlalu dekat dengan pohon, mengganggu dalam proses pembelajaran.	Seharusnya ranting pohon yang menjulai ke lapangan harus dipotongi
		Evaluasi harian	Mengevaluasi kegiatan selama satu hari dan persiapan kegiatan di hari berikutnya..	-	-

MINGGU KE-5 (15 Agustus- 19 Agustus 2016)

NO	HARI, TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
1	Senin, 15 Agustus 2016	Piket harian	Memasukan data jadwal piket serta mendata absensi kelas dan mencatat siswa yang ijin telat masuk sekolah, ijin meninggalkan kelas dll.	-	-
		Upacara bendera hari Senin di SMA N 1 Minggir	Upacara dengan seluruh warga sekolah di halaman SMA N 1 Minggir	Banyak siswa yang masih belum tertib dan tidak hikmad dalam melaksanakan kegiatan upacara bendera	Ditertibkan oleh petugas dan beberapa guru SMA N 1 Minggir
		Konsultasi kepada guru pembimbing	Menyerahkan RPP kepada guru pembimbing dan konsultasi		

NO	HARI, TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
2	Selasa, 16 Agustus 2016	Briefing seluruh anggota PPL UNY	Pengecekan kesiapan seluruh anggota PPL dan koordinasi jadwal piket harian .	-	-
		Pembelajaran di kelas X IPS 1 (pertemuan ke empat)	Materi yang disampaikan yaitu lompat jauh.		
		Evaluasi harian	Mengevaluasi kegiatan selama satu hari dan melanjutkan pembahasan mengenai matrik pelaksanaan program PPL	-	-
3	Rabu, 17 Agustus 2016	Persiapan Upacara bendera memperingati HUT RI ke 71	Datang terlebih dahulu ke sekolahan SMA N 1 Minggir, kumpul bersama teman-teman PPL lalu berangkat bersamaan.	-	-
		Upacara bendera memperingati HUT RI ke 71	Upacara dilakukan dikecamatan Minggir dengan sekolah-sekolah yang berada di kecamatan Minggir. Upacara berjalan lancar dan tertib.	-	-

NO	HARI, TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
4	Kamis, 18 Agustus 2016	Pembelajaran di kelas X IPA 1 (pertemuan ke empat)	Materi yang disampaikan yaitu lompat jauh.	-	-
		Evaluasi harian	Mengevaluasi kegiatan selama satu hari	-	-
		Piket harian perpustakaan	Menata dan membersihkan buku-buku di rak perpustakaan.	-	-
5	Jum'at, 19 Agustus 2016	Pembelajaran di kelas X IPA 1 (pertemuan ke empat)	Materi yang disampaikan yaitu lompat jauh.	-	-

MINGGU KE-6 (22 Agustus- 26 Agustus 2016)

NO	HARI, TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
1	Senin, 22 Agustus 2016	Upacara bendera hari Senin di halaman depan SMA N 1 Minggir	Upacara dilaksanakan di halaman depan SMA N 1 Minggir dengan seluruh warga sekolah	-	-
		Piket harian	Memasukan data jadwal piket serta mendata absensi kelas dan mencatat siswa yang ijin telat masuk sekolah, ijin meninggalkan kelas dll.	-	-
		Briefing seluruh anggota PPL UNY	Membicarakan tentang lomba yang akan diadakan untuk memperingati hari olahraga serta menyongsong penarikan PPL UNY	-	-
		Pembelajaran di kelas XII IPS 1 (menggantikan guru pembimbing karena ada perlu)	Pengambilan nilai bola voli (seris bawah dan servis atas)	-	-
2	Selasa, 23 Agustus 2016	Pembelajaran di kelas XII IPS 2 (menggantikan guru pembimbing karena ada perlu)	Pengambilan nilai bola voli (seris bawah dan servis atas)	-	-
		Mendampingi anggota PPL mengajar	-	-	-
3	Rabu, 24 Agustus 2016	Pembelajaran dikelas XI IPS 1 (menggantikan guru pembimbing yang lagi ada perlu)	Pengambilan nilai bola voli (pasing atas dan pasing bawah)		
		Evaluasi seluruh anggota PPL UNY	Merapatkan tentang lomba untuk memperingati hari	-	-

			olahraga serta menyongsong penarikan PPL UNY		
4	Kamis, 25 Agustus 2016	Pembelajaran dikelas X IPA 1 (pertemuan ke lima)	Pembelajaran sepak bola dengan materi (passing, dribbling).pelaksanaan dilapangan dusun dekat sekolahan	Jarak lapangan yang jauh melawati kebun serta banyak anjing dan lapangan yang tidak rata serta rumput yang tinggi.	Siswa tidak dibolehkan teriak-teriak,berjalan rapi dan dalam pembelajaran milih tempat yang rata serta yang rumput tidak tinggi.
		Piket harian perpustakaan	Menata dan membersihkan buku-buku diperpustakaan	-	-
5	jumat, 26 Agustus 2016	Pembelajaran dikelas X IPA 2 (pertemuan ke lima)	Pembelajaran sepak bola dengan materi (passing, dribbling).pelaksanaan dilapangan dusun dekat sekolahan	Jarak lapangan yang jauh melawati kebun serta banyak anjing dan lapangan yang tidak rata serta rumput yang tinggi.	Siswa tidak dibolehkan teriak-teriak,berjalan rapi dan dalam pembelajaran milih tempat yang rata serta yang rumput tidak tinggi.

MINGGU KE-7 (29 Agustus- 2 september 2016)

NO	HARI, TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
1	Senin, 29 Agustus 2016	Upacara bendera hari Senin di halaman depan SMA N 1 Minggir	Upacara dilaksanakan di halaman depan SMA N 1 Minggir dengan seluruh warga sekolah	-	-
		Piket harian	Memasukan data jadwal piket serta mendata absensi kelas dan mencatat siswa yang ijin telat masuk sekolah, ijin meninggalkan kelas dll.	-	-
		Pembelajaran di kelas XI IPA 1 (menggantikan guru pembimbing karena ada perlu)	Pembelajaran tentang kesehatan dengan materi bahaya merokok	-	-

		Pembelajaran di kelas XII IPS 1 (menggantikan guru pembimbing karena ada perlu)	Pembelajaran tentang kesehatan dengan materi bahaya merokok	-	-
2	Selasa, 30 Agustus 2016	Mendampingi anggota PPL mengajar	-	-	-
3	Rabu, 31 Agustus 2016	Evaluasi seluruh anggota PPL UNY	Merapatkan tentang lomba untuk memperingati hari olahraga serta menyongsong penarikan PPL UNY	-	-
4	Kamis, 1 September 2016	Pembelajaran dikelas X IPA 1 (pertemuan ke enam)	Pembelajaran kebugaran jasmani dengan komponen yang dipelajari yaitu kecepatan, kelincahan dan kekuatan. Semua berjalan dengan lancar dan sukses		
		Piket harian perpustakaan	Menata dan membersihkan buku-buku diperpustakaan	-	-
5	Jumat, 2 September 2016	Pembelajaran dikelas X IPA 2 (pertemuan ke enam)	Pembelajaran kebugaran jasmani dengan komponen yang dipelajari yaitu kecepatan, kelincahan dan kekuatan. Semua berjalan dengan lancar dan sukses		
		Pembelajaran dikelas XI IPA 1 (menggantikan guru pembimbing yang lagi ada perlu)	Pembelajaran atletik (lompat jauh) pengambilan nilai.	-	-

MINGGU KE-8 (5 Agustus- 9 september 2016)

NO	HARI, TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
1	Senin, 5 September 2016	Tidak ada upacara bendera	Bersih-bersih sekolah dengan semua warga SMA N 1 Minggir	-	-
		Piket harian	Memasukan data jadwal piket serta mendata absensi kelas dan mencatat siswa yang ijin telat masuk sekolah, ijin meninggalkan kelas dll.	-	-
		Lomba memperingati hari olahraga serta menyongsong penarikan PPL UNY 2016	Acara berjalan lancar, semua siswa antusias dalam mengikuti perlombaan.	Panitia kurang, lomba voli jadi tidak kondusif	Dibantu osis yang selesai menjalankan tugas
		Penyerahan hadiah pada pemenang	lancar	-	-
2	Selasa, 6 September 2016	Evaluasi seluruh anggota PPL	Evaluasi kegiatan lomba hari senin.	-	-
		Mendampingi anggota PPL mengajar	-	-	-
3	Rabu, 7 september 2016	Mendampingi anggota PPL mengajar	-	-	-
		Breafing seluruh anggota PPL UNY	Merapatkan tentang penarikan PPL UNY serta merapatkan tentang kenang-kenangan	-	-
4	Kamis, 8 September 2016	Pembelajaran dikelas X IPA 1 (pertemuan ke tujuh)	Pembelajaran softball dengan materi dasar-dasar softball dan mengenal lebih dalam.	-	-
		Piket harian perpustakaan	Menata dan membersihkan buku-buku diperpustakaan	-	-
5	jumat, 9 September 2016	Pembelajaran dikelas X IPA 2 (pertemuan ke tujuh)	Pembelajaran softball dengan materi dasar-dasar softball dan mengenal lebih dalam.		

Yogyakarta, 15 September 2016

Mengetahui,

Dosen Pembimbing Lapangan



Drs. Moch. Slamet, MS.
NIP. 19541201 1979031004

Guru Mata Pelajaran



Lucas Cahya Suncoko, S.pd
NIP. 19750524 200212 1 009

Mahasiswa



Khoerul Anam
NIM.13601244001

JADWAL MENGAJAR KEGIATAN PPL**MATA PELAJARAN PENJASKES****DI SMA NEGERI 1 MINGGIR****TAHUN 2016**

No.	Waktu		Materi Ajar	Kelas
	Tanggal	Jam Ke-		
1.	Selasa, 26 Juli 2016	1-2		
		3-4-5	Bola basket (memegang bola, passing dan dribble)	X IPS 1
		6-7-8		
2.	Rabu, 27 Juli 2016	1-2		
		3-4-5	Bola basket (memegang bola, passing dan dribble)	X IPS 2
		6-7-8		
3.	Kamis, 28 Juli 2016	1-2		
		3-4-5	Bola basket (memegang bola, passing dan dribble)	X IPA 1
		6-7-8		
4.	Jumat, 29 juli 2016	1-2		
		3-4-5	Bola basket (memegang bola, passing dan dribble)	X IPA 2
5.	Selasa, 2 Agustus 2016	1-2		
		3-4-5	Bola basket (shooting, jump shot dan lay up)	X IPS 1
		6-7-8		

No.	Waktu		Materi Ajar	Kelas
	Tanggal	Jam Ke-		
6.	Rabu, 3 Agustus 2016	1-2	Kesehatan (bahaya merokok)	XII IPA 1
		3-4-5	Bola basket (shooting, jump shot dan lay up)	X IPS 2

		6-7-8		
7.	Kamis, 4 Agustus 2016	1-2		
		3-4-5	Bola basket (shooting, jump shot dan lay up)	X IPA 1
		6-7-8		
8.	Jumat, 5 Agustus 2016	1-2		
		3-4-5	Bola basket (shooting, jump shot dan lay up)	X IPA 2
9.	Selasa, 9 Agustus 2016	1-2		
		3-4-5	Bola voli (servis bawah, passing atas, bawah)	X IPS 1
		6-7-8		
10.	Rabu, 10 Agustus 2016	1-2		
		3-4-5	Bola voli (servis bawah, passing atas, bawah)	X IPS 2
		6-7-8		
11.	Kamis, 11 Agustus 2016	1-2		
		3-4-5	Bola voli (servis bawah, passing atas, bawah)	X IPA 1
		6-7-8		
12.	Jum'at, 12 Agustus 2016	1-2		
		3-4-5	Bola voli (servis bawah, passing atas, bawah)	X IPA 2

No.	Waktu		Materi Ajar	Kelas
	Tanggal	Jam Ke-		
13.	Selasa, 16 Agustus 2016	1-2		
		3-4-5	Lompat jauh	X IPS 1
		6-7-8		
14.	Rabu, 17 Agustus 2016		Upacara memperingati HUT RI ke 71	
15.	Kamis, 18 Agustus 2016	1-2		
		3-4-5	Lompat jauh	X IPA 1

		6-7-8		
16.	Jumat, 19 Agustus 2016	1-2		
		3-4-5	Lompat jauh	X IPA 2
		6-7-8		
17.	Selasa, 23 Agustus 2016	1-2	Pengambilan nilai bola voli	XII IPS 1
		3-4-5		
		6-7-8		
18.	Rabu, 24 Agustus 2016	1-2	Pengambilan nilai bola voli	XI IPS 1
		3		
		4-5		
		6-7		
19.	Kamis, 25 Agustus 2016	1-2		
		3-4-5	Sepak bola (passing dan dribbling)	X IPA 1
		6-7-8		
20.	Jumat, 26 Agustus 2016	1-2		
		3-4-5	Sepak bola (passing dan dribbling)	X IPA 2

No.	Waktu		Materi Ajar	Kelas
	Tanggal	Jam Ke-		
21.	Senin, 29 Agustus 2016	1-2	Kesehatan (bahaya merokok)	XI IPA 1
		3-4	Kesehatan (bahaya merokok)	XII IPS 1
		5-6		
		7-8		
22.	Kamis 1 September 2016	1-2		
		3-4-5	Kebugaran jasmani	X IPA

				1
		6-7		
23.	Jumat, 2 September 2016	1-2	Lompat jauh (pengambilan nilai)	XI IPA 1
		3-4-5	Kebugaran jasmani	X IPA 2

No.	Waktu		Materi Ajar	Kelas
	Tanggal	Jam Ke-		
24.	Kamis 8 September 2016	1-2		
		3-4-5	Softball (dasar-dasar softball dan memperkebakkan permainan softball)	X IPA 1
		6-7		
25.	Jumat, 2 September 2016	1-2		
		3-4-5	Softball (dasar-dasar softball dan memperkebakkan permainan softball)	X IPA 2

JADWAL PIKET MAHASISWA PPL UNY

NO.	Hari	NAMA MAHASISWA
1.	Senin	Khoerul Anam
		Atria Avan Dj
		Lalu Abdul Khadir
2.	Selasa	Surip Sri Rahayu
		Uma Fajar Utami
		Putri Wahyu H.
3.	Rabu	Rohmana Sulik S.M.W
		Wahyu Anggraini P.
		Nensiwi
4.	Kamis	Leni Ekawijaya
		Dwi Agustina
		Safitri Lestari
5.	Jumat	Nurikka Meilana Sari
		Rinta Aryanti

DAFTAR HADIR SISWA KELAS X-MIPA-1 TAHUN PELAJARAN 2016/2017

SMA NEGERI 1 MINGGIR SELEMAN

Mata pelajaran : _____

Semester : _____

No	NIP	NAMA	L/P						
1	2841	AKMAL ANDIRA MAKARIM	L						
2	2844	ALVIN AINUNRIZKI	L						
3	2852	ANINDYA DWI OKTA MAHARANI	P						
4	2853	ANNISA NUR MAJIDAH	P						
5	2864	BIMA SAKTI PUTRA UTAMA	L						
6	2865	BRIGA DARMAWAN	L						
7	2868	CHORIANA HASTUTI	P						
8	2870	DANI ISLAMANDA	L						
9	2872	DEMAS ADI NOVIANTOKO	L						
10	2879	DIKA WAHYU NUGRAHA	L						
11	2887	FEBRIAN FERDIANA	L						
12	2888	FEBRIANA IKA PUTRI	P						
13	2893	GILANG JATHI PARAMITA SARI	P						
14	2894	GIZA NUR AISYAH	P						
15	2899	INDAH NUGRAHENI	P						
16	2901	JINAN PRABOWONINGTYAS	L						
17	2907	MEGANDI HADMIJUDO	L						
18	2915	MUHAMMAD IQBAL KHOIRONNAHYA	L						
19	2917	MUHAMMAD TOHA SAPUTRA	L						
20	2919	NADIA MIFTAKHUL JANNAH	P						
21	2922	NAMIRA LINA NADILA	P						
22	2923	NASIYATUL AZIZAH	P						
23	2929	NUR CHAMIDAH AZIZAH	P						
24	2935	PUJI RAHAYU	P						
25	2936	PUTRI MELANI	P						
26	2943	RINALDI IMAM KURNIAWAN	L						
27	2945	RISKI YULIANI	P						
28	2946	ROBY NUGRAHA	L						
29	2950	SITI NADHIVA TUNAZA	P						
30	2951	SUCI SUNDARI	P						
31	2954	TISNA RETNO WILUJENG	P						
32	2955	TITA AZIZAH	P						
33	2961	YOGA VENTI LUKSI	P						

L = 14

P = 19

JUMLAH = 33

DAFTAR HADIR SISWA KELAS X-IPS-2 TAHUN PELAJARAN 2016/2017

SMA NEGERI 1 MINGGIR SELEMAN

Mata pelajaran : _____

Semester : _____

No	NIP	NAMA	L/P							
1	2839	AHMAD FADILLA	L							
2	2843	ALMAS SEPTI NUGROHO	L							
3	2849	ANDRI SETIAWAN	L							
4	2854	APRILIA INTAN KUSUMA NINGSIH	P							
5	2856	ARUM ENDAH TRIWAHYUNI	P							
6	2858	AVA ARSIKA SUKMA	P							
7	2861	BAMBANG DWI PRASETYA	L							
8	2869	DAFFA NUR HIDAYAT	L							
9	2875	DWI PURWANDARI	P							
10	2876	DHANI SURYA PRADANA	L							
11	2882	EKA YUDHA PRASETYA	L							
12	2883	ELSA APRILIA	P							
13	2885	FARID NUGROHO	L							
14	2890	FITRIANA RIZKI UTAMI	P							
15	2892	GABRIELLA LIANNARDA	P							
16	2896	IKA BELLA WULANDARI	P							
17	2900	IZAH PUTRI SUGIYANTO	P							
18	2904	LINDA LAILIA	P							
19	2905	MARIA WAHYU WIDYA NINGRUM	P							
20	2910	MILA LESTARI	P							
21	2911	MONICA BENINGTIAS RATNAPUSPITA	P							
22	2913	MUHAMMAD EKO NUR CAHYO	L							
23	2914	MUHAMMAD FAR'AN RAHMADANI	L							
24	2920	NANDYA SALSABILA VALERIA PUTRI	P							
25	2924	NUSTITI ANGGITA HUTAMI	P							
26	2926	NELASARI	P							
27	2927	NOVA ADRIYANTO	L							
28	2928	NOVAN RIZAL SHAPUTRA	L							
29	2934	PRISTI WAYUNINGSIH	P							
30	2937	PUTRI OKTAVIANI	P							
31	2947	RYAN AJI BAGASKARA	L							
32	2963	YOSUA	L							

L = 14

P = 18

JUMLAH = 32

DAFTAR HADIR SISWA KELAS X-MIPA-1 TAHUN PELAJARAN 2016/2017

SMA NEGERI 1 MINGGIR SELEMAN

Mata pelajaran : _____

Semester : _____

No	NIP	NAMA	L/P						
1	2836	ADINDA OKTAVIA NUGRAHENI	P						
2	2808	ADITYA ARIF NUGROHO	L						
3	2840	AISYI IKRIMA AMANATI	P						
4	2842	ALIFTANNA WIDYA NINGSIH	P						
5	2845	AMEKTI CAHYO NUGROHO	L						
6	2846	AMINDA PUTRI ALIYA CAHYA KURNIA	P						
7	2851	ANGGI FEBRIANA ARDANI	P						
8	2859	AYU SETYORINI	P						
9	2860	BAGUS SETYO WIBOWO	L						
10	2863	BERTA NUGRAHENI	P						
11	2877	DIAH WAHYU KHOIRUNNISA	P						
12	2878	DIAN FATIKAH SRI NINGRUM	P						
13	2880	DORA IRSALINA RILMUNA	P						
14	2881	DWANICHA RAMADANTY	P						
15	2884	ERDILA ANANDI	P						
16	2886	FARIZ WAHYU WIRTNO	L						
17	2889	FERRY ANUGRAH PUTRA	L						
18	2891	FITRISIA PUTRI DEWI	P						
19	2895	HADIB CAHYA YUSUP SAPUTRA	L						
20	2897	IKHSAN DWI SYAFI'I	L						
21	2903	KUNTADI ARYA NURFANDI	L						
22	2912	MUHAMMAD AZIS DARMAWAN	L						
23	2938	QUSNUL CANDRA PUSPITA NINGTYAS	P						
24	2939	RAFLI ALDIEN FARIZA	L						
25	2940	RASYID DWI AGUSTIAN	L						
26	2941	RIZAL TAMA PRASETYA	L						
27	2942	RIKI JAYA KASTURI	P						
28	2944	RISKI YOLANG PRAMESWANTI	P						
29	2957	TSABITA RAHMA NINDA	P						
30	2959	WISNU PUTRANTA	L						
31	2960	WULANDARI	P						
32	2962	YOGGA ADI PERMANA	L						
33	2965	ZUSTIKA LU'LULAILIA ANIQO	P						

P= 14

L= 19

JUMLAH = 33

DAFTAR HADIR SISWA KELAS X-IPS-2 TAHUN PELAJARAN 2016/2017

SMA NEGERI 1 MINGGIR SELEMAN

Mata pelajaran : _____

Semester : _____

No	NIP	NAMA	L/P						
1	2837	ADVENTIO KUSUMA BAGASKARA	L						
2	2838	AHMAD AKROM HASANI	L						
3	2847	ANCELINA SALOMINA SARA PAA	P						
4	2848	ANDREAS RISKY ARDIAN KUSUMA	L						
5	2850	ANGELA MARICI JANIKA ANGGERAWATI	P						
6	2855	ARIN MURTIYANI	P						
7	2857	ARYA DWI SATRIO	L						
8	2862	BENTAR PAKSI MEGANANDA	L						
9	2866	CHERIA ERVARENGGITA	P						
10	2867	CHITA KURNIA PUTRI	P						
11	2871	DEASSY SELVINCE MAYOR	P						
12	2873	DEVA PUTRA ANGGARA	L						
13	2874	DEVANIA KUMALASINTA PUSPITASARI	P						
14	2898	IMROATUNL ANIFA	P						
15	2902	KANAYA BINTA QAATRUNNADA P	P						
16	2906	MARSELINUS YOGA PRAMUDIA	L						
17	2908	MARLY ANDYANI PUSPITASARI	P						
18	2909	MEVITYA NABILA CHAIRUNNISA	P						
19	2916	MUHAMMAD RIKO SULISTIAWAN	L						
20	2918	MULYA HAFFIDDIN	L						
21	2921	NAFI FATIYATUN KHASANAH	P						
22	2925	NAUFALDI DZAKY NUR RAFIQ	L						
23	2930	NUR ENDAH DWI CAHYANI	P						
24	2931	NURLITA DWI CAHYANI	P						
25	2932	OKTAVIANI IRMA DWI RATRI	P						
26	2933	PRISCILLA CHANDRA PUSPITA	P						
27	2948	SAFIRA EKA FITRI	P						
28	2949	SEVIANA VADILA PITALOKA	P						
29	2952	TASYA NURANI SUCI	P						
30	2953	TAZA AREZTA EFFENDI	P						
31	2956	TOPAN DWI SAPUTRO	L						
32	2958	WAHYULUHUR BUDISANTOSO	L						
33	2964	YUDHA MANGGALA JAYA	L						

L = 13

P = 20 JUMLAH = 33



LAPORAN DANA
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) UNY

F03

Kelompok Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH :SMA N 1 MINGGIR

ALAMAT SEKOLAH : Sendangmulyo, Minggir, Kabupaten Sleman,
Yogyakarta 55562

GURU PEMBIMBING : Lukas Cahya Suncoko, S.Pd.

TAHUN PELAJARAN : 2016/2017

NAMA MAHASISWA : Khoerul Anam

NO. MAHASISWA : 13601244001

FAK/ PRODI : FIK/PJKR

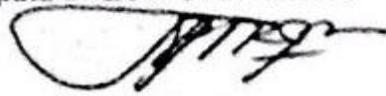
DOSEN PEMBIMBING : Drs. Moch. Slamet, MS.

No.	Nama Kegiatan	Hasil Kuantitatif / Kualitatif	Serapan Dana (Dalam Rupiah)				
			Swadaya/ Sekolah/ Lembaga	Mahasiswa	Pemda Kabupaten	Sponsor/ Lembaga Lainnya	Jumlah
1.	Mencetak RPP	Mencetak 7 RPP Untuk panduan mengajar		Rp25.000			Rp25.000

2.	Membuat Laporan PPL	Untuk dikumpulkan ke LPPMP dan SMA N 1 GODEAN		Rp 50.000			Rp 50.000
3.	Iuran uang kas	Membuat acara 17 di sekolah		Rp 60.000			Rp 60.000
4.	Pengadaan seragam PPL	Seragam batik PPL yang dipakai setiap hari selasa dan jumat		Rp.50.000			Rp.50.000
TOTAL							Rp185.000

Mengetahui:

Kepala SMA N 1 MINGGIR



Drs. Suharto
NIP. 19630406 198803 1 008

Dosen Pembimbing Lapangan



Drs. Moch. Slamet, MS.
NIP. 19541201 1979031004

Minggir 15 September 2015
Mahasiswa PPL,



Khoerul Anam
NIM. 13601241034

DOKUMENTASI







RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan pendidikan : SMAN 1 Minggir
Kelas/ semester : kelas X/ 1
Mata pelajaran : Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
Topic : bola basket
Pertemuan ke- : Pertama
Alokasi waktu : 3 x 45 menit

A. KOMPETENSI INTI

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

B. KOMPETENSI DASAR

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.
- 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.
- 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.

C. INDIKATOR PENCAPAIAN

1. Mengetahui teknik memegang bola basket
2. Melakukan teknik mengoper dan menerima bola
3. Melakukan teknik dasar dribbling

D. TUJUAN PEMBELAJARAN

Setelah mengikuti pembelajaran ini diharapkan siswa dapat :

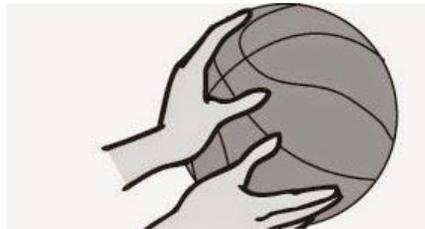
1. Siswa dapat melakukan teknik memegang bola basket dengan benar

2. Siswa dapat melakukan teknik mengoper dan menerima bola dengan baik dan benar
3. Siswa dapat melakukan teknik dasar dribbling yang benar
4. Siswa mengetahui dasar-dasar permainan bola basket

E. MATERI PEMBELAJARAN

- a) Melakukan teknik memegang bola

Sikap telapak tangan merupakan corong besar dan bola terselip diantara kedua telapak tangan itu, kedua telapak tangan seluruhnya melekat pada samping-samping bola agak ke belakang, jari-jari tercerai lentuk, kedua ibu jari terletak dekat dengan badan pada bagian belakang bola dan menghadap ke arah tengah ke depan.



- b) Melakukan teknik mengoper dan menerima bola.

Dalam menangkap bola harus diingat beberapa ketentuan yaitu:

- a. Penerimaan harus mengamati bola sampai yakin bahwa bola itu dalam penguasaannya.
- b. Bola harus dijempit dengan pergelangan dan jari yang lentur.
- c. Jangan melawan langsung arah kekuatan bola, tetapi jinakkanlah bola dengan sedikit mengikuti arah gerak bola, atau menarik tangan ke belakang disaat bola sampai pada telapak tangan.

Macam-macam operan dua tangan

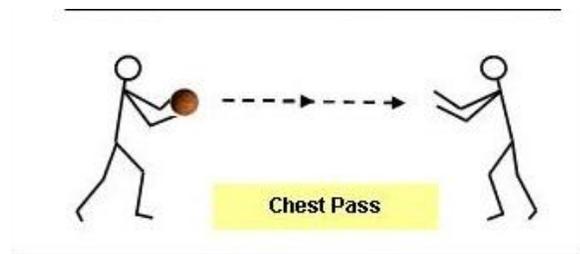
Lemparan atau operan ini merupakan lemparan yang sangat banyak dilakukan ketika bermain. Lemparan ini sangat bermanfaat untuk operan jarak pendek dengan perhitungan dari kecepatan dan

kecermatan dan kawan penerima bola tidak dijaga dengan ketat. Jarak lemparan ini antara 5 sampai 7 meter.

Ada 3 teknik operan dalam permainan bola basket

1) Chest pass (operan dada)

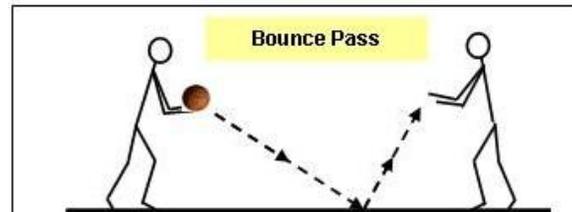
pelaksanaannya adalah bola dipegang dengan kedua tangan ditahan ke depan dada dengan ujung jari kedua tangan, ibu jari harus berada di belakang bola dengan tangan dan ujung jari menyebar ke arah sisi bola. Posisi siku dekat tubuh, kemudian letakkan kaki pada posisi triple threat dengan tumpuan berat badan pada kaki yang belakang. Pindahkan berat badan ke depan ketika melangkah untuk melakukan operan. Pada saat melakukan tolakan untuk mengoper bola, luruskan lengan dan putar ibu jari ke bawah, sehingga tangan lurus dan diakhiri dengan sentakan pergelangan tangan (snap). Pandangan mata tetap ke arah bola yang dioper dan arah bola harus lurus ke depan.



2) Bounce pass (operan pantul)

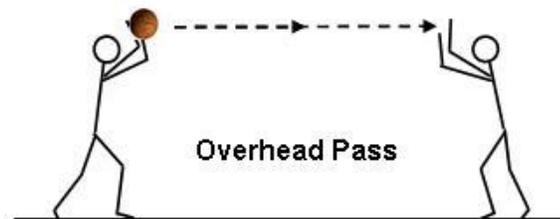
pelaksanaannya adalah kedua tangan atau salah satu tangan ditempatkan dibelakang bola, kemudian lepaskan bola ke arah bawah. Bola menyentuh lantai kira-kira dua pertiga dari jarak arah si penerima sehingga bola dapat ditangkap saat setinggi pinggang. Memantulkan bola terlalu dekat pada diri sendiri, maka lambungannya akan tinggi dan pantulannya lambat sehingga akan mudah dipotong oleh lawan, tetapi memantulkan bola terlalu

dekat dengan penerima akan membuat bola sulit direbut oleh lawan.



3) Over head pass (operan di atas kepala)

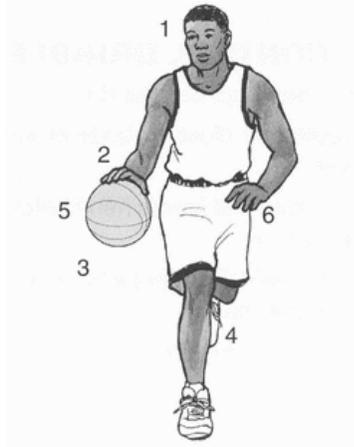
pelaksanaan operan ini dimulai dengan posisi badan yang seimbang, pegang bola di atas kepala dengan siku ke dalam dan berbentuk sudut 90 derajat. Jangan bawa bola ke belakang kepala, karena dalam posisi tersebut susah untuk melakukan operan dengan cepat, dan mudah di curi oleh lawan, kaki melangkah ke depan sasaran, kumpulkan kekuatan maksimal dngan bertumpu pada kaki, kemudian dilanjutkan dengan operan cepat. Pada saat melakukan gerakan lecutan, jari mengarah kepada target dan telapak tangan ke bawah.



c) Mengetahui teknik dribbling dengan baik

Menggiring bola atau membawa bola merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari permainan bola basket, dan ini penting untuk bermain individu dan tim. Dalam permainan bola basket setiap tim paling sedikit dibutuhkan satu orang pemain yang ahli dalam melakukan dribbling

dengan cepat, terutama untuk melakukan terobosan ke daerah lawan yang dijaga ketat.



Caranya yaitu dengan memantul-mantulkan bola ke lantai dengan satu tangan. Saat bola bergerak ke atas telapak tangan menempel pada bola dan mengikuti arah bola. Tekanlah bola saat mencapai titik tertinggi ke arah bawah dengan sedikit meluruskan siku tangan diikuti dengan kelenturan pergelangan tangan. Menggiring bola dalam permainan bola basket dapat dibagi menjadi dua cara, yaitu menggiring bola rendah dan menggiring bola tinggi. Menggiring bola rendah bertujuan untuk melindungi bola dari jangkauan lawan. Menggiring bola tinggi dilakukan untuk mengadakan serangan yang cepat ke daerah pertahanan lawan.

F. MODEL PEMBELAJARAN

- a) Pendekatan saintifik (*scientific*)
- b) metode komando
- c) metode ceramah

G. KEGIATAN PEMBELAJARAN

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<p>Berbaris, berdoa, presensi, dan apersepsi dengan mengaitkan materi pembelajaran sekarang dengan pengalaman peserta didik atau pembelajaran sebelumnya.</p> <p>Pengkondisian fisik, mental, untuk mengikuti pembelajaran.</p> <p>Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran.</p>	10 menit
Inti	<p>Mengamati</p> <p>Mencari dan membaca informasi tentang variasi dan kombinasi keterampilan teknik permainan bola basket (mengoper dan menerima) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik dan membuat laporannya.</p> <p>Peserta didik mengamati pertandingan bola basket secara langsung dan atau di TV dan membuat catatan tentang variasi teknik dan kombinasi teknik permainan bola basket (melempar, menangkap).</p> <p>Menanya</p> <p>Peserta didik secara bergantian saling mempertanyakan dalam kegiatan praktik tentang keterampilan teknik dasar bola basket, misalnya : bagaimana jalannya bola jika (melempar, menangkap) dengan cara 1, apa yang akan terjadi bila menggunakan cara 2 untuk (menggiring , melempar) manakah yang hasilnya lebih baik?</p> <p>Peserta didik saling bertanya tentang manfaat permainan bola basket terhadap kesehatan</p> <p>Peserta didik saling bertanya tentang otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan bola basket</p> <p>Peserta didik saling bertanya tentang bagaimana bentuk/jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan variasi dan</p>	85 menit

	<p>kombinasi permainan bola basket</p> <p>Eksplorasi</p> <p>Variasi dan kombinasi keterampilan teknik bola basket (melempar, menangkap)</p> <p>Memantulkan bola dengan berbagai variasi menggunakan tangan kanan dan tangan kiri dalam posisi di tempat dan bergerak secara individu dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin.</p> <p>Melemparkan bola dengan berbagai variasi menggunakan satu tangan dan dua tangan ke berbagai arah dalam posisi di tempat dan sambil bergerak secara individu dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin.</p> <p>Melemparkan dan menangkap bola menggunakan satu atau dua tangan dengan berbagai variasi dalam posisi diam dan bergerak secara berpasangan atau berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, percaya diri, disiplin dan toleransi.</p> <p>Mendiskusikan setiap keterampilan teknik dasar bola basket (melempar, menangkap) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <p>Mendiskusikan kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan teknik dasar permainan bola basket (melempar, menangkap) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <p>Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan keterampilan teknik dasar permainan bola basket (melempar, menangkap) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p>	
--	--	--

	<p>Mengasosiasi</p> <p>Membandingkan hasil pengamatan pertandingan bola basket (langsung atau TV) dengan penampilan gerak di kelas dalam (melempar, menangkap).</p> <p>Menemukan dan menetapkan pola yang sesuai untuk kebutuhan individual peserta didik dalam (melempar, menangkap) dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <p>Mengkomunikasikan</p> <p>Melakukan permainan bola basket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan variasi dan kombinasi teknik permainan bola basket (melempar, menangkap) yang telah dipelajari serta menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <p>Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebihan</p> <p>Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan</p>	
<p>Penutup</p>	<p>Pendinginan.</p> <p>Evaluasi proses pembelajaran dengan memberikan tes lisan atau tertulis tentang materi lemparan chest pass</p> <p>Melakukan refleksi oleh guru dengan melibatkan peserta didik tentang materi melempar</p> <p>Memberikan umpan balik dan penugasan pada peserta didik</p> <p>Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran, dan berdoa</p>	<p>25 Menit</p>

H. ALAT DAN SUMBER

Alat :

- Lapangan
- Bola basket
- Pluit
- Stopwatch/ jam tangan

Sumber belajar :

- Drs. Yanto kusyanto.1999.PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN 2.bandung.Ganeca Exact Bandung.
- Buku referensi lain yang sesuai

I. PENILAIAN

1) Penilaian sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan aktivitas di dalam kelas. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu bertanggung jawab, sportif, dan disiplin.

Keterangan:

Berikan tanda cek (\checkmark) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (\checkmark) mendapat nilai 1.

RUBRIK PENILAIAN SIKAP DALAM PERMAINAN BOLABASKET

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (\checkmark)
Sportif	
1. Menghargai teman dan lawan	
2. Menerima kekalahan	
3. Mentaati peraturan permainan	
Tanggung jawab	
Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	
Mengembalikan peralatan pembelajaran ketempat yang telah disediakan	
Menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dalam beraktivitas.	
Menjaga ketertiban lingkungan sekitar	
Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran	

sesuai dengan penggunaannya	
Disiplin	
Mengikuti kegiatan sesuai waktu yang ditentukan	
Mengikuti semua proses pembelajaran	
JUMLAH	
JUMLAH MAKSIMAL : 10	

Jumlah Skor yang diperoleh

Rumus Nilai Psikomotor = _____ X 100%

Jumlah Skor maksimal

NILAI	KRITERIA
90 - 100	Amat Baik (AB)
78 - 89	Baik (B)
66 - 77	Cukup (C)
≤ 65	Kurang (K)

2. Pengetahuan:

Jawab secara lisan atau tulisan, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak melempar dalam permainan bolabasket.

No	Pertanyaan	Kriteria Persekoran				Jumlah
		1	2	3	4	
1	Jelaskan sikap awal kaki, tangan, dan pandangan ketika akan melakukan teknik dasar melempar pada permainan bolabasket!					
2	Jelaskan posisi kaki, tangan, dan pandangan ketika melakukan lemparan pada permainan bolabasket!					
3	Jelaskan sikap akhir kaki, tangan, dan pandangan ketika akan melakukan teknik dasar melempar pada permainan bolabasket!					
4	Jelaskan rangkaian gerakan melempar dalam permainan bolabasket !					

5	Jelaskan kesalahan-kesalahan sikap awal dalam melakukan melempar pada permainan bolabasket!					
6	Jelaskan kesalahan-kesalahan sikap perkenaan dalam melakukan melempar pada permainan bolabasket!					
7	Jelaskan kesalahan-kesalahan sikap akhir dalam melakukan melempar pada permainan bolabasket!					

Keterangan:

- 1) Skor 4: Jika peserta didik mampu menjelaskan tiga indikator (kaki, tangan, dan pandangan)
- 2) Skor 3: Jika peserta didik mampu menjelaskan dua indikator.
- 3) Skor 2: Jika peserta didik mampu menjelaskan salah satu indikator.
- 4) Skor 1: Jika peserta didik tidak satupun pertanyaan di atas mampu dijelaskan

Keterangan:

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

Jumlah Skor yang diperoleh

$$\text{Rumus Nilai Psikomotor} = \frac{\text{Jumlah Skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah Skor maksimal}} \times 100\%$$

3. Tes unjuk kerja (keterampilan):

- 1). Lakukan teknik dasar melempar

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 3

Jumlah Skor yang diperoleh

$$\text{Rumus Nilai Psikomotor} = \frac{\text{Jumlah Skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah Skor maksimal}} \times 100\%$$

RUBRIK PENILAIAN MELEMPAR

No	Dimensi	Indikator	Deskripsi Gerak	Nilai		
				3	2	1

1	Sikap Awal	Kaki	Kaki merenggang dengan santai	
			Lutut ditekuk dalam posisi rendah	
			Salah satu kaki di depan	
		Tangan	Kedua tangan memegang bola	
			Kedua lengan ditekuk di depan dada	
			Kedua lengan rilek	
		Badan dan Pandangan Mata	Punggung direndahkan	
			Posisi badan relax	
			Pandangan ke depan	
2	Pelaksanaan	Kaki	Kaki bergerak ke arah datangnya lemparan bola	
			Kaki sedikit diulurkan	
			Lutut diluruskan	
		2. Tangan	Bola diluncurkan	
			Tangan didorongkan lurus	
			Pergelangan diaktifkan	
		Badan dan Pandangan Mata	Berat badan dialihkan ke depan	
			Pinggul bergerak ke depan	
			Pandangan mata ke arah datangnya lajunya bola	
3	Sikap Akhir	Kaki	Salah satu kaki melangkah ke depan	
			Lutut diluruskan	
			Kedua kaki	
		Tangan	Jari tangan diaktifkan	
			Tangan mengikuti bola ke sasaran	
			Lengan sejajar di bawah bahu	
		Badan dan Pandangan Mata	Pindahkan berat badan ke arah sasaran	
			Badan diluruskan	
			Perhatikan bola ke arah sasaran	

Keterangan :

- 1) Peserta mendapatkan nilai 3, apabila ada tiga indikator yang dilakukan benar.
- 2) Peserta mendapatkan nilai 2, apabila ada dua indikator yang dilakukan benar.
- 3) Peserta mendapatkan nilai 1, apabila ada satu indikator yang dilakukan benar dan tidak ada satu indikator pun yang dilakukan benar
- 4) Nilai maksimal adalah 27

Yogyakarta, 26 juli 2016

Memeriksa dan Menyetujui
Guru Mata Pelajaran Penjas



Lucas Cahya Suncoko, S.pd
NIP. 19750524 200212 1 009

Mahasiswa



Khoerul Anam
NIM.13601244001

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan pendidikan : SMAN 1 Minggir
Kelas/ semester : kelas X / 1
Mata pelajaran : Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
Topic : bola basket
Pertemuan ke- : kedua
Alokasi waktu : 3 x 45 menit

A. KOMPETENSI INTI

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

B. KOMPETENSI DASAR

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.
- 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.
- 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.

C. INDIKATOR PENCAPAIAN

1. melakukan doa sebelum melakukann pembelajaran
2. menunjukan sikap sportif saat bermain
3. menunjukan sikap disiplin selama mengikuti pembelajaran
4. melakukan shotting dalam bola basket
5. melakukan jump shoot dalam bola basket
6. melakukan gerakan lay up dalam bola basket

D. TUJUAN PEMBELAJARAN

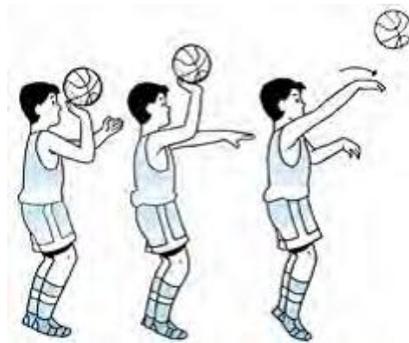
Setelah mengikuti pembelajaran ini diharapkan siswa dapat :

1. Siswa dapat mengetahui teknik shooting dengan benar
2. Siswa dapat mengetahui teknik jump shoot dengan benar
3. Siswa dapat melakukan teknik lay up dengan benar
4. Siswa dapat memainkan bola basket dengan baik

E. MATERI PEMBELAJARAN

a) Shooting

Shooting adalah usaha memasukkan bola ke dalam keranjang atau ring basket lawan untuk meraih poin. Dalam melakukan *shooting* ini dapat dilakukan dengan dua cara yaitu dengan shooting dengan dua tangan serta shooting dengan satu tangan.



(teknik shooting)

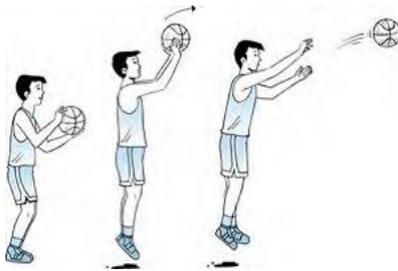
Pelaksanaannya:

- 1) Berdiri tegak dengan kaki dibuka selebar bahu dan salah satu kaki berada di depan (biasanya kaki yang depan adalah kaki yang berlawanan dengan tangan yang menembak).
- 2) Bola dipegang di depan perut.
- 3) Bola diangkat ke atas depan mata atau di depan hidung.
- 4) Jika shooting dengan tangan kanan, maka telapak tangan kanan diputar menghadap ke arah basket.
- 5) Tangan kiri berada di samping untuk mengontrol bola.

- 6) Kaki agak dibengkokkan dan bersamaan dengan kaki diluruskan, maka tangan mendorong bola sampai siku lurus, diakhiri dengan gerakan sentakan dari pergelangan tangan.
- 7) Pandangan mata ke arah ring basket.
- 8) Dapat dilakukan dengan gerakan tanpa bola.
- 9) Arah putaran bola adalah kebalikan dengan arah jalan bola (back spin).
- 10) Dalam melakukan gerakan shooting, semua anggota badan dalam keadaan rileks dan tidak tegang.

b) Jump shoot

Jump shoot adalah Teknik yang butuh lompatan tinggi, dan akurasi tembakan yang bagus. Yaitu dengan melompat dan melakukan tembakan yang liar dan sulit untuk digagalkan.



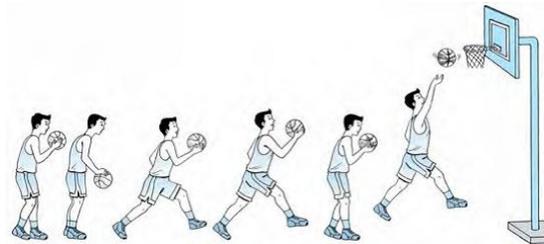
(teknik jump shoot)

Pelaksanaannya:

1. Pertama-tama dilakukan dengan berdiri diam di tempat dengan salah satu kaki di depan atau kaki sejajar.
2. Bola dipegang di depan dada.
3. Bersamaan dengan gerakan melompat ke atas, maka bola diangkat ke atas di depan kepala.
4. Pada saat mencapai titik tertinggi, maka dilakukan gerakan menembak ke ring basket (gerakan menembak seperti pada set shoot).
5. Pada saat mendarat, kaki harus lentur (tidak kaku).
6. Pandangan ke arah ring basket.

c) Lay up

Teknik dasar ini bisa dilakukan dari arah sebelah kiri papan atau sebelah kanan papan (ring basket). Apabila dilakukan dari sebelah kanan, maka kaki kiri merupakan kaki tumpuan dan langkah pertama dilakukan oleh kaki kanan, dan sebaliknya.



(teknik lay up)

1. Pertama-tama dilakukan dengan posisi badan diam.
2. Bola dipegang di depan badan.
3. Kaki kanan atau kiri sebagai kaki tumpuan berada di depan.
4. Gerakan kaki kanan atau kiri yang berada di belakang ke arah depan (gerakan melompat) dengan hitungan satu.
5. 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 basket (hitungan dua dan tiga).
6. Setelah pemain bisa, maka dapat dilakukan dengan berjalan lalu berlari. Pada saat melakukan gerakan lay up shoot ini, posisi bola tetap berada di depan dada dan tidak bergerak ke kiri ataupun ke kanan. Hal ini bertujuan untuk menjaga keseimbangan para pemain pemula dan mempermudah mereka dalam melakukan tembakan ke arah ring basket.

F. MODEL PEMBELAJARAN

- a) Pendekatan saintifik (*scientific*)
- b) Pendekatan komando
- c) Pendekatan ceramah

G. KEGIATAN PEMBELAJARAN

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> - Berbaris, - berdoa, - presensi, - apersepsi dengan mengaitkan materi pembelajaran sekarang dengan pengalaman peserta didik atau pembelajaran sebelumnya. Pengkondisian fisik, mental, untuk mengikuti pembelajaran. Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran. <ul style="list-style-type: none"> • Pemanasan secara umum • Pemanasan berbentuk permainan 	20 menit
Inti	<p>Mengamati</p> <p>Mencari dan membaca informasi tentang variasi dan kombinasi keterampilan teknik permainan bola basket (shooting, jump shoot dan lay up) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik dan membuat laporannya.</p> <p>Peserta didik mengamati pertandingan bola basket secara langsung dan atau di TV dan membuat catatan tentang variasi teknik dan kombinasi teknik permainan bola basket (shooting, jump shoot dan lay up).</p> <p>Menanya</p> <p>Peserta didik secara bergantian saling mempertanyakan dalam kegiatan praktik tentang keterampilan teknik dasar bola basket, misalnya : bagaimana jalannya bola jika (shooting, jump shoot dan lay up) dengan cara 1, apa yang akan terjadi bila menggunakan cara 2 untuk (shooting, jump shoot dan lay up) manakah yang hasilnya lebih baik?</p> <p>Peserta didik saling bertanya tentang manfaat permainan</p>	85 menit

	<p>bola basket terhadap kesehatan</p> <p>Peserta didik saling bertanya tentang otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan bola basket</p> <p>Peserta didik saling bertanya tentang bagaimana bentuk/jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan variasi dan kombinasi permainan bola basket</p> <p>Eksplorasi</p> <p>Variasi dan kombinasi keterampilan teknik bola basket (shooting, jump shoot dan lay up)</p> <p>a) Shooting</p> <ul style="list-style-type: none">- Siswa melakukan gerakan shooting ke arah ring basket dengan menggunakan satu tangan.- Siswa melakukan gerakan shooting ke arah ring basket dengan kombinasi dua tangan. <p>b) Jump shoot</p> <ul style="list-style-type: none">- Siswa melakukan gerakan jump shoot dengan awalan dribbling.- Siswa melakukan gerakan jump shoot dengan awalan diam di garis three point. <p>c) Lay up</p> <ul style="list-style-type: none">- Siswa melakukan gerakan lay up dengan awalan dari samping kanan ring basket.- Siswa melakukan gerakan lay up dengan awalan dari samping kiri ring basket.- Siswa melakukan gerakan lay up dengan awalan dari depan ring basket. <p>Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan keterampilan teknik dasar permainan bola basket (shooting,</p>	
--	---	--

	<p>jump shoot dan lay up) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <p>Mengasosiasi Membandingkan hasil pengamatan pertandingan bola basket (langsung atau TV) dengan penampilan gerak di kelas dalam (shooting, jump shoot dan lay up). Menemukan dan menetapkan pola yang sesuai untuk kebutuhan individual peserta didik dalam (shooting, jump shoot dan lay up) dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <p>Mengkomunikasikan Melakukan permainan bola basket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan variasi dan kombinasi teknik permainan bola basket (shooting, jump shoot dan lay up) yang telah dipelajari serta menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p>	
<p>Penutup</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pendinginan. • Evaluasi proses pembelajaran dengan memberikan tes lisan atau tertulis tentang materi melakukan shooting, jump shoot dan lay up • Melakukan refleksi oleh guru dengan melibatkan peserta didik tentang materi shooting, jump shoot dan lay up • Memberikan umpan balik dan penugasan pada peserta didik • Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran, dan berdoa 	<p>25 Menit</p>

H. ALAT DAN SUMBER

Alat :

- Lapangan
- Bola basket
- cone
- Pluit
- Stopwatch/ jam tangan

Sumber belajar :

- Drs. Yanto kusyanto.1999.PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN 2.bandung.Ganeca Exact Bandung.
- Wissel, Hal.(1996).Basketball Step to Sacces.Hoop.(Terjemahan Bagus Pribadi).Jakarta:PT Raja Grafindo Persada.
- Buku referensi lain yang sesuai

I. PENILAIAN

1) Penilaian sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan aktivitas di dalam kelas. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu bertanggung jawab, sportif, dan disiplin.

Keterangan:

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (√) mendapat nilai 1.

RUBRIK PENILAIAN SIKAP DALAM PERMAINAN BOLABASKET

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
Sportif	
1. Menghargai teman dan lawan	
2. Menerima kekalahan	
3. Mentaati peraturan permainan	
Tanggung jawab	
Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	
Mengembalikan peralatan pembelajaran ketempat yang telah disediakan	
Menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dalam beraktivitas.	

Menjaga ketertiban lingkungan sekitar	
Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	
Disiplin	
Mengikuti kegiatan sesuai waktu yang ditentukan	
Mengikuti semua proses pembelajaran	
JUMLAH	
JUMLAH MAKSIMAL : 10	

Jumlah Skor yang diperoleh

$$\text{Rumus Nilai Psikomotor} = \frac{\text{Jumlah Skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah Skor maksimal}} \times 100\%$$

NILAI	KRITERIA
90 - 100	Amat Baik (AB)
78 - 89	Baik (B)
66 - 77	Cukup (C)
≤ 65	Kurang (K)

2. Pengetahuan:

Jawab secara lisan atau tulisan, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak melempar dalam permainan bolabasket.

No	Pertanyaan	Kriteria Persekoran				Jumlah
		1	2	3	4	
1	Jelaskan sikap awal kaki, tangan, dan pandangan ketika akan melakukan teknik dasar jump shoot pada permainan bolabasket!					
2	Jelaskan posisi kaki, tangan, dan pandangan ketika melakukan jump shoot pada permainan bolabasket!					
3	Jelaskan sikap akhir kaki, tangan, dan pandangan ketika akan melakukan teknik dasar jump shoot pada permainan bolabasket!					
4	Jelaskan rangkaian gerakan shooting, jump shoot dan lay up dalam permainan bolabasket !					

5	Jelaskan kesalahan-kesalahan sikap awal dalam melakukan jump shoot pada permainan bolabasket!					
6	Jelaskan kesalahan-kesalahan sikap perkenaan dalam melakukan shooting pada permainan bolabasket!					
7	Jelaskan kesalahan-kesalahan sikap akhir dalam melakukan lay up pada permainan bolabasket!					

Keterangan:

- 1) Skor 4: Jika peserta didik mampu menjelaskan tiga indikator (kaki, tangan, dan pandangan)
- 2) Skor 3: Jika peserta didik mampu menjelaskan dua indikator.
- 3) Skor 2: Jika peserta didik mampu menjelaskan salah satu indikator.
- 4) Skor 1: Jika peserta didik tidak satupun pertanyaan di atas mampu dijelaskan

Keterangan:

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

Jumlah Skor yang diperoleh

$$\text{Rumus Nilai Psikomotor} = \frac{\text{Jumlah Skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah Skor maksimal}} \times 100\%$$

3. Tes unjuk kerja (keterampilan):

- 1). Lakukan teknik dasar melempar

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 3

Jumlah Skor yang diperoleh

$$\text{Rumus Nilai Psikomotor} = \frac{\text{Jumlah Skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah Skor maksimal}} \times 100\%$$

Rubrik Penilaian melakukan jump shoot dalam permainan bola basket

Persiapan	
Skor	Deskripsi
2	Berdiri tegak dengan kaki tutup rapat Bola berada agak diatas kepala, dipegang dengan kedua tangan
1	Bila hanya 1 dari 2 indikator di atas yang terpenuhi.
Pelaksanaan	
Skor	Deskripsi
3	Kedua tangan memegang bola berada diatas kepala Salah satu tangan berada dibelakang bola dan membentuk sudut 90 derajat Saat melakukan lompat keatas diikuti tembakan kearah ring
2	Bila hanya 2 dari 3 indikator di atas yang terpenuhi.
1	Bila hanya 1 dari 3 indikator diatas terpenuhi.
Gerak Lanjut	
Skor	Deskripsi
2	Ketika bola ditembakkan posisi tangan diluruskan ke arah tembakan Diikuti dengan kaki tetap rapat saat melompat keatas
1	Bila hanya 1 dari 2 indikator diatas terpenuhi.

Format Penilaian

Format Hasil Belajar jump shoot

No	NAMA	Aspek Yang Dinilai							Jml. Skor	Jumlah Nilai
		Melakukan jump shoot								
		Persiapan		Pelaksanaan			Gerak Lanjut			
		1	2	1	2	3	1	2		
1									7	
2										
3										

Skor maksimal: 7

$$\text{Rumus Nilai Akhir (NA)} = N1 + N2 + N3$$

Rentang Nilai	Keterangan	Ketuntasan
90 – 100	A (Amat Baik)	Tuntas
80 – 89	B (Baik)	Tuntas
73 – 79	C (Cukup)	Tuntas
55 – 72	D (Kurang)	Tidak Tuntas
0 – 54	E (Sangat Kurang)	Tidak Tuntas

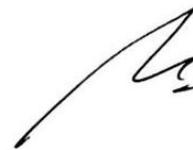
Yogyakarta, 3 Agustus 2016

Mahasiswa

Memeriksa dan Menyetujui
Guru Mata Pelajaran Penjas



Lucas Cahya Suncoko, S.pd
NIP. 19750524 200212 1 009



Khoerul Anam
NIM. 13601244001

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan pendidikan : SMAN 1 Minggir
Kelas/ semester : kelas X / 1
Mata pelajaran : Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
Topic : bola voli
Pertemuan ke- : 3 (ketiga)
Alokasi waktu : 3 x 45 menit

A. KOMPETENSI INTI

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

B. KOMPETENSI DASAR

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.
- 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.
- 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.

C. INDIKATOR PENCAPAIAN

1. melakukan doa sebelum melakukann pembelajaran
2. menunjukan sikap sportif saat bermain
3. menunjukan sikap disiplin selama mengikuti pembelajaran
4. melakukan teknik dasar servis bawah bola voli
5. melakukan teknik dasar passing bawah bola voli
6. melakukan teknik dasar passing atas bola voli

D. TUJUAN PEMBELAJARAN

Setelah mengikuti pembelajaran ini diharapkan siswa dapat :

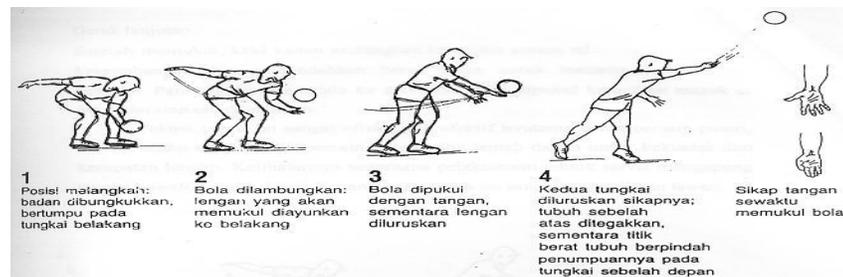
1. Siswa dapat menjelaskan teknik dasar servis bawah dengan benar
2. Siswa dapat menjelaskan passing bawah dan passing atas dengan benar
3. Siswa dapat melakukan teknik dasar servis bawah
4. Siswa dapat melakukan teknik passing bawah bola voli
5. Siswa dapat melakukan teknik passing atas bola voli
6. Siswa melakukan permainan bola voli yang sudah dimodifikasi

E. MATERI PEMBELAJARAN

a) Servis bawah bola voli.

Servis adalah usaha atau upaya melakukan serangan pertama dengan cara memukul bola dengan salah satu tangan dengan posisi bola dari bawah.

Teknik dasar (servis bawah) dengan rincian kegiatan sebagai berikut:



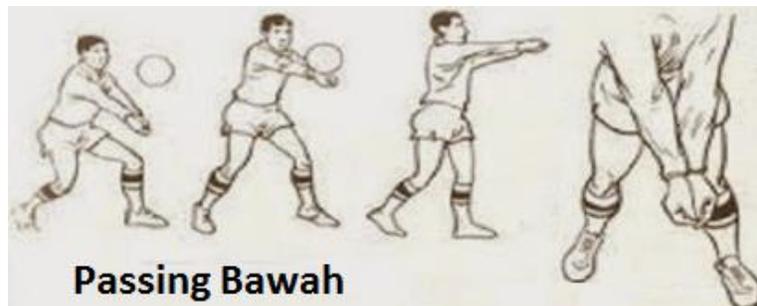
Elemen dasar bagi pelaksanaan operan lengan depan atau servis bawah yang baik adalah: a). Gerakan mengambil bola. 1). Mengatur posisi. c). Memukul bola dan d). Mengarahkan bola kearah sasaran.

- 1) Posisi melangkah, badan dibungkukkan, bertumpu pada tungkai belakang.
- 2) Bola dilambungkan lengan yang akan memukul diayunkan ke belakang.
- 3) Bola dipukul dengan tangan sementara tangan diluruskan.
- 4) Kedua tungkai diluruskan, tubuh sebelah atas ditegakkan, sementara titik berat tubuh berpindah tumpuannya pada tungkai sebelah depan

b) **Passing bawah bola voli**

Passing bawah merupakan teknik dasar bola voli. Teknik ini digunakan untuk menerima servis, menerima spike, memukul bola setinggi pinggang ke bawah dan memukul bola yang memantul dari net. Passing bawah merupakan awal dari sebuah penyerangan dalam bola voli. Keberhasilan penyerangan tergantung dari baik buruknya passing bawah. Apabila bola yang dioperkan jelek, maka pengumpan akan mengalami kesulitan untuk menempatkan bola yang baik untuk para penyerang.

Sikap yang harus dilakukan yaitu:



(passing bawah)

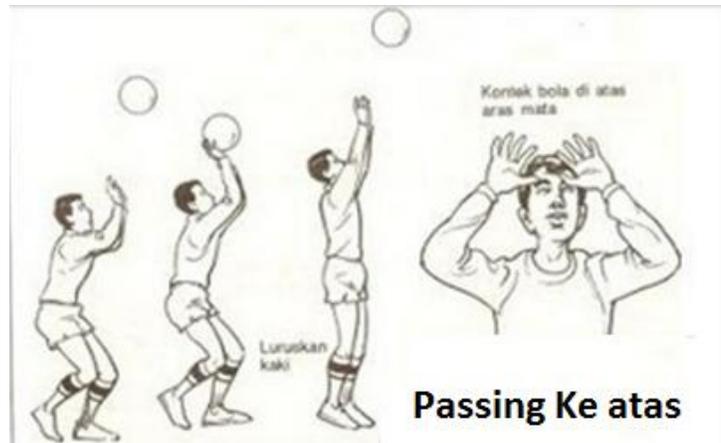
1. Kaki sedikit serong.
2. Lutut ditekuk.
3. Badan condong ke depan.
4. Tangan lurus di depan (antara lutut dan bahu), perkenaan bola pada pergelangan tangan.
5. Pandangan ke depan.
6. Koordinasikan gerak - lutut - badan - bahu.

c) **Passing atas bola voli**

Passing atas merupakan elemen yang penting, dalam permainan bola voli. Penguasaan tehnik passing atas yang baik akan menentukan keberhasilan regu untuk membantu serangan yang baik. Apalagi jika dilakukan secara bervariasi, maka seluruh potensi penyerangan regu dapat dimanfaatkan.

Teknik ini wajib dikuasai oleh seorang pengumpan. Karena penentu serangan adalah seorang pengumpan.

Sikap yang harus dilakukan yaitu:



(passing atas)

- 1) Kaki kanan sedikit serong (kiri atau kanan).
- 2) Lutut ditekuk.
- 3) Badan condong ke depan.
- 4) Tangan ditekuk, kedua telapak tangan membentuk mangkuk dan tempatkan persis di depan muka.
- 5) Pandangan ke arah bola.
- 6) Gerakan yang harmonis antara kaki, badan, dan tangan.

F. MODEL PEMBELAJARAN

- a) Pendekatan saintifik (*scientific*)
- b) Pekatan komando
- c) Pendekatan ceramah

G. KEGIATAN PEMBELAJARAN

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> - Berbaris, - berdoa, - presensi, - apersepsi dengan mengaitkan materi pembelajaran sekarang dengan pengalaman peserta didik atau pembelajaran sebelumnya. Pengkondisian fisik, mental, untuk mengikuti pembelajaran. Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran. • Pemanasan secara umum • Pemanasan berbentuk permainan 	20 menit
Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Membaca informasi tentang gerak dasar pada permainan bola voli (servis, passing bawah dan passing atas) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau • Mengamati permainan bola voli secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak dasar permainan bola voli dan membuat catatan hasil pengamatan. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Setelah peserta didik mengamati tentang bola voli, guru memfasilitasi peserta didik untuk menggali lebih dalam tentang materi bola voli khususnya servis bawah, passing bawah dan passing atas. <p>Eksplorasi</p> <p>Dasar permainan bola voli (servis bawah, passing bawah dan passing atas)</p> <p>a) Servis bawah</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siswa melakukan gerakan servis bawah 	85 menit

	<ul style="list-style-type: none"> - Siswa melakukan servis dilapangan voli sebernnya <p>b) Passing bawah</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siswa melakukan gerakan passing bawah - Siswa melakukan passing bawah dengan teman <p>c) Passing atas</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siswa melakukan gerakan passing atas - Siswa melakukan passing atas dengan teman <p>Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan keterampilan teknik dasar permainan bola voli (servis bawah, passing bawah dan passing atas) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <p>Mengasosiasi</p> <p>Membandingkan hasil pengamatan pertandingan bola voli (langsung atau TV) dengan penampilan gerak di kelas dalam (servis bawah, passing bawah dan passing atas).</p> <p>Mengkomunikasikan</p> <p>Melakukan permainan bola voli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan dasar permainan bola voli (servis bawah, passing bawah dan passing atas) yang telah dipelajari serta menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p>	
<p>Penutup</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pendinginan. • Evaluasi proses pembelajaran dengan memberikan tes lisan atau tertulis tentang materi melakukan servis bawah, passing bawah dan passing atas 	<p>25 Menit</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan refleksi oleh guru dengan melibatkan peserta didik tentang materi servis bawah, passing bawah dan passing atas • Memberikan umpan balik dan penugasan pada peserta didik • Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran, dan berdoa 	
--	---	--

H. ALAT DAN SUMBER

Alat :

- Lapangan voli
- Bola voli
- Pluit
- Stopwatch/ jam tangan

Sumber belajar :

- Drs. Yanto kusyanto.1999.PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN 2.bandung.Ganeca Exact Bandung.
- Buku referensi lain yang sesuai

I. PENILAIAN

Penilaian sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan aktivitas di dalam kelas. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu bertanggung jawab, sportif, dan disiplin.

Keterangan:

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (√) mendapat nilai 1.

**RUBRIK PENILAIAN
SIKAP DALAM PERMAINAN BOLAVOLI**

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
A. Sportif	
1. Menghargai teman dan lawan	
2. Menerima kekalahan	
3. Mentaati peraturan permainan	
B. Tanggung jawab	
1. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	
2. Mengembalikan peralatan pembelajaran ketempat yang telah disediakan	
3. Menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dalam beraktivitas.	
4. Menjaga ketertiban lingkungan sekitar	
5. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	
C. Disiplin	
1. Mengikuti kegiatan sesuai waktu yang ditentukan	
2. Mengikuti semua proses pembelajaran	
JUMLAH	
JUMLAH MAKSIMAL : 10	

Jumlah skor yang diperoleh

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

NILAI	KRITERIA
90 - 100	Amat Baik (AB)
78 - 89	Baik (B)
66 - 77	Cukup (C)
≤65	Kurang (K)

2. Pengetahuan:

Jawab secara lisan atau tulisan, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak servis bawah dalam permainan bolavoli.

No	Pertanyaan	Kriteria Persekoran				Jumlah
		1	2	3	4	
1	Jelaskan sikap awal kaki, tangan, dan pandangan ketika akan melakukan teknik dasar servis bawah pada permainan bolavoli!					
2	Jelaskan posisi kaki, tangan, dan pandangan ketika melakukan servis bawah pada permainan bolavoli!					
3	Jelaskan sikap akhir kaki, tangan, dan pandangan ketika akan melakukan teknik dasar servis bawah pada permainan bolavoli!					
4	Jelaskan rangkaian gerakan servis bawah dalam permainan bolavoli !					
5	Jelaskan kesalahan-kesalahan sikap awal dalam melakukan servis bawah pada permainan bolavoli!					
6	Jelaskan kesalahan-kesalahan sikap perkenaan dalam melakukan servis bawah pada permainan bolavoli!					
7	Jelaskan kesalahan-kesalahan sikap akhir dalam melakukan servis bawah pada permainan bolavoli!					

Keterangan:

1. Skor 4: Jika peserta didik mampu menjelaskan tiga indikator (kaki, tangan, dan pandangan)
2. Skor 3: Jika peserta didik mampu menjelaskan dua indikator.
3. Skor 2: Jika peserta didik mampu menjelaskan salah satu indikator.
4. Skor 1: Jika peserta didik tidak satupun pertanyaan di atas mampu dijelaskan

Keterangan:

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

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

3. Tes unjuk kerja (keterampilan):

1). Lakukan teknik dasar servis bawah

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 3

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

RUBRIK PENILAIAN SERVIS BAWAH

No	Dimensi	Indikator	Deskripsi Gerak	Nilai		
				3	2	1
1	Sikap Awal	1. Kaki	- Salah satu Kaki didepan dengan santai			
			- Lutut lurus relax			
			- Salah satu kaki di depan			
		2. Tangan	- Salah satu tangan terkuat			
			- Telapak tangan dibuka			
			- Posisi ayunan tangan			
		3. Badan dan Pandangan Mata	- Badan sedikit bungkuk			
			- Posisi badan relax			
			- Pandangan ke depan			
2	Pelaksanaan	1. Kaki	- Kaki bergerak ke arah datangnya bola			
			- Kaki sedikit diulurkan			
			- Lutut diluruskan			
		2. Tangan	- Pukullah bola jauh dari badan			
			- Tangan lurus, sikut dikunci			
			- Perkenaan bola pada lengan bagian bawah			
		3. Badan dan Pandangan Mata	- Berat badan dialihkan ke depan			
			- Pinggul bergerak ke depan			
			- Pandangan mata ke			

			arah datangnya bola	
3	Sikap Akhir	1. Kaki	- Salah satu kaki melangkah ke depan	
			- Lutut diluruskan	
			- Kedua kaki	
		2. Tangan	- Jari tangan digenggam	
			- Landasan mengikuti bola ke sasaran	
			- Lengan sejajar di bawah bahu	
		3. Badan dan Pandangan Mata	- Pindahkan berat badan ke arah sasaran	
			- Badan diluruskan	
			- Perhatikan bola ke arah sasaran	

Keterangan :

1. Peserta mendapatkan nilai 3, apabila ada tiga indikator yang dilakukan benar.
2. Peserta mendapatkan nilai 2, apabila ada dua indikator yang dilakukan benar.
3. Peserta mendapatkan nilai 1, apabila ada satu indikator yang dilakukan benar dan tidak ada satu indikator pun yang dilakukan benar
4. Nilai maksimal adalah 27

Yogyakarta, 9 Agustus 2016

Memeriksa dan Menyetujui
Guru Mata Pelajaran Penjas



Lucas Cahya Suncoko, S.pd
NIP. 19750524 200212 1 009

Mahasiswa



Khoerul Anam
NIM.13601244001

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan pendidikan	: SMAN 1 Minggir
Kelas/ semester	: kelas X/ 1
Mata pelajaran	: Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
Topic	: Kebugaran Jasmani
Pertemuan ke-	: 6 (Enam)
Alokasi waktu	: 3 x 45 menit

A. Kompetensi Inti

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1. Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah tuhan yang tidak ternilai
- 1.2. Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang pencipta.
- 2.1 Berprilaku baik saat mengikuti pembelajaran.
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran
- 3.2 Menganalisis variasi dan kombinasi bentuk-bentuk latihan komponen kebugaran jasmani.
- 4.2 Mempraktikan variasi dan kombinasi bentuk-bentuk latihan komponen kebugaran jasmani untuk meningkatkan kebugaran jasmani.

C. Indikator Pencapaian

1. Mengetahui komponen kebugaran jasmani
2. Mengetahui bentuk-bentuk latihan untuk meningkatkan kebugaran jasmani
3. Melakukan berbagai bentuk latihan untuk meningkatkan kebugaran jasmani

D. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti pembelajaran ini diharapkan siswa :

1. Siswa mengetahui komponen kebugaran jasmani
2. Siswa mengetahui bentuk-bentuk latihan untuk meningkatkan kebugaran jasmani
3. Siswa melakukan berbagai bentuk latihan untuk meningkatkan kebugaran jasmani

E. Materi Pembelajaran

1. Pengertian kebugaran jasmani

Kebugaran jasmani adalah kemampuan seseorang untuk melakukan aktifitas sehari-hari tanpa ada rasa lelah yang berarti serta masih memiliki cadangan tenaga untuk melakukan aktivitas yang lain.

2. Komponen kebugaran jasmani

- Kecepatan

Kecepatan (*speed*) adalah kemampuan berpindah dari satu tempat ke tempat lain dalam waktu yang sangat singkat. Kecepatan bersifat lokomotor dan gerakannya bersifat siklik, artinya satu jenis gerak yang dilakukan berulang-ulang seperti lari atau kecepatan gerak bagian tubuh seperti pukulan

- Kelincahan

Kelincahan (*agility*) adalah kemampuan untuk mengubah arah atau posisi tubuh dengan cepat dilakukan bersama-sama dengan gerakan lainnya.

- Kekuatan

Kekuatan atau strength merupakan kemampuan yang dikeluarkan oleh otot untuk menahan suatu beban. Kekuatan otot adalah daya penggerak dalam setiap aktivitas, mengurangi risiko terjadi cedera, menunjang efisiensi kerja, dan memperkuat stabilitas persendian.

- Daya Tahan

Daya tahan atau *endurance* merupakan kemampuan kerja otot dalam waktu yang cukup lama. Dalam latihan daya tahan, terjadi pengembangan dan peningkatan stabilitas jantung dan paru-paru. Terdapat dua unsur daya tahan yang perlu ditingkatkan, yaitu:

Daya tahan otot:

Daya tahan otot atau muscular endurance merupakan kemampuan otot-otot untuk melakukan latihan dalam jangka waktu tertentu yang relatif lama.

Daya tahan jantung dan paru-paru:

Daya tahan jantung dan paru-paru atau general endurance dapat ditingkatkan melalui latihan yang berlangsung pada jarak yang jauh dan waktu yang

cukup lama, seperti naik ke puncak gunung, lintas alam (*cross country*), renang jarak jauh (*long swimming*), dan lari jarak jauh (*long running*).

- Kelentukan

Kelentukan atau *flexibility* berhubungan dengan keberadaan ruang gerak persendian dan elastisitas otot yang lebih luas. Kelentukan adalah kemampuan menggerakkan persendian dan otot pada seluruh ruangnya.

- Koordinasi

Koordinasi (*coordination*) adalah kemampuan seseorang dalam mengintegrasikan berbagai gerakan berbeda kedalam satu gerakan tunggal secara efektif.

- Keseimbangan

Keseimbangan (*balance*) adalah kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ syarafotot.

- Daya Otot

Daya Otot (*muscular power*) kemampuan seseorang untuk mempergunakan kemampuan maksimum yang dikerahkan dalam waktu yang sependek pendeknya.

- Ketepatan

Ketepatan (*accuracy*) adalah seseorang untuk mengendalikan gerakan gerakan bebas terhadap suatu sasaran.

- Reaksi

Reaksi (*reaction*) adalah kemampuan seseorang untuk segera bertindak secepatnya dalam menanggapi rangsangan yang ditimbulkan lewat indra.

F. Model Pembelajaran

a) Pendekatan saintifik (*scientific*)

b) Meto dekomando

c) Meto deceramah

G. Kegiatan Pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> • Berbaris ,berdoa,presensi dan apresepsi • Memberikan motivasi dan mejelaskan tujuan pembelajaran • Pemanasan dalam bentuk permainan 	20 menit
Inti	<p>Menga mati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mencari dan membaca informasi tentang bentuk-bentuk latihan komponen kebugaran jasmani dari berbagai sumber media cetak atau elektronik • Pesertadidik mengamati tentang bentuk latihan kebugaran jasmanij yang diperagakanoleh guru atau salah satu peserta didik yang mampu. 	90 menit
	<p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pesertadidik secara bergantian saling bertanya tentang komponen kebugaran jasmani • Pesertadidik saling bertanya tentang manfaat mempelajari kebugaran jasmani terhadap kehidupan sehari-hari • Pesertadidik saling bertanya tentang bagaimana bentuk/jenis latihan untuk meningkatkan kebugaran jasmani 	
	<p>Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru memberikan kesempatan pada pesertadidik untuk melakukan bentuk latihan sederhana untuk meningkatkan kebugaran jasmani • Memperagakan berbagai bentuk latihan untuk meningkatkan kebugaran jasmani secara bergantian 	
	<p>Menalar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menemukan hubungan bentuk latihan yang di praktikkan dengan komponen kebugaran jasmani yang akan di tingkatkan • Menemukan dan menetapkan pola/bentuk latihan yang sesuai untuk kebutuhan individual pesertadidik dalam variasi dan kombinasi untuk meningkatkan kebugaran jasmani peserta didik 	
	<p>Menyaji</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pesertadidik menampilkan bentuk latihan komponen kebugaran jasmani berdasarkan hasil penilaian secara individu maupun penilaian dari teman sejawat • Guru mengamati setiap bentuk latihan yang di praktikkan oleh peserta didik 	

	<p>Mencipta</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik melakukan bentuk latihan untuk meningkatkan komponen kebugaran jasmani yang dimiliki (kecepatan, kekuatan, dan kelincahan) 	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> • Pendinginan evaluasi proses pembelajaran • Melakukan refleksi dengan tanya jawab kepada peserta didik • Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran 	25 menit

H. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Cone
- Peluit
- Stop watch

2. Sumber Pembelajaran

- Riyadi, S. 2008 Pengaruh Metode Latihan Dan Kekuatan terhadap Power Otot Tungkai. Solo: UNS
- Gilang, M. 2005. Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan SMA Kelas XI Jakarta, PT. Gramedia
- Dan berbagai sumber lain yang mendukung.
-

I. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan unjuk kerja (Psikomotor)

Lakukan bentuk latihan untuk meningkatkan kecepatan, kekuatan, dan kelincahan dalam komponen kebugaran jasmani dengan waktu secepat mungkin.

- Contoh penilaian

No	NamaSiswa	Kecepatan					Kekuatan					Kelincahan					Jm 1	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
5.																				
ds b																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

Jumlah skor yang diperoleh

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

Jumlah skor maksimal

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

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

No	NamaSiswa	AspekSikap Yang Dinilai															Σ	NA			
		Kerjasma			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percayadiri					Sportivitas		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																					
2.																					
3.																					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																					

Jumlah skor yang diperoleh

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

Jumlah skor maksimal

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar permainan sepak bola.

No.	NamaSiswa	Butir-butirPertanyaan															Σ	NA			
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3													
		1	2	3	1	2	3	1	2	3											
1.																					
2.																					
3.																					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 9																					

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{-----}}{\text{-----}} \times 100\%$$

Jumlah skor maksimal

Contoh Butir Pertanyaan

No	ButirPertanyaan
1.	Sebutkan macam-macam komponen kebugaran jasmani!
2.	Jelaskan pengertian kebugaran jasmani!
3.	Jelaskan bagaimana bentuk latihan salah satu komponen kebugaran jasmani!

2. RekapitulasiPenilaian

No.	NamaSiswa	AspekPenilaian			Jumlah	NilaiAkhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
Nilai Rata-rata							

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{NilaiAkhir (NA)} = \frac{\text{-----}}{\text{-----}}$$

Tiga Aspek Penilaian

Keterangan :

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

Yogyakarta, kamis 25 agustus 2016

Memeriksa dan Menyetujui
Guru Mata Pelajaran Penjas



Lucas Cahya Suncoko, S.pd
NIP. 19750524 200212 1 009

Mahasiswa



Khoerul Anam
NIM.13601244001

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan pendidikan : SMAN 1 Minggir
Kelas/ semester : kelas X/ 1
Mata pelajaran : Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
Topic : Atletik (Lompat Jauh)
Pertemuan ke- : 4 (Empat)
Alokasi waktu : 3 x 45 menit

A. KOMPETENSI INTI

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotongroyong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan social dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, procedural berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan procedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

B. KOMPETENSI DASAR

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.
- 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.
- 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.
- 3.1 Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan salah satu nomor atletik (lompat jauh) untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.
- 4.1 mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan salah satu nomor atletik (lompat jauh) dengan koordinasi gerak yang baik.

C. INDIKATOR PENCAPAIAN

1. Melakukan doa sebelum melakukan pembelajaran
2. Menunjukkan sikap sportif saat bermain
3. Menunjukkan sikap disiplin selama mengikuti pembelajaran
4. Melakukan teknik dasar salah satu nomor atletik (lompat jauh).
5. Melakukan teknik dasar salah satu nomor atletik (lompat jauh) dengan teknik yang baik dan benar.
6. Melakukan variasi dan kombinasi keterampilan salah satu nomor atletik dengan koordinasi gerak yang baik.

D. TUJUAN PEMBELAJARAN

Setelah mengikuti pembelajaran ini diharapkan siswa dapat :

1. Siswa dapat mengetahui teknik dasar salah satu nomor atletik (lompat jauh).
2. Siswa dapat menjelaskan langkah-langkah dalam melakukan salah satu nomor atletik (lompat jauh).
3. Siswa dapat melakukan teknik dasar salah satu nomor atletik (lompat jauh) dengan teknik yang baik dan benar.

E. MATERI PEMBELAJARAN

Lompat Jauh

a) Pengertian Lompat Jauh

Lompat jauh merupakan salah satu nomor lompat dari cabang olahraga atletik yang paling populer dan paling sering di lombakan dalam berbagai kompetisi. Lompat jauh adalah suatu gerakan melompat ke depan atas dalam upaya membawa titik berat badan selama mungkin di udara (melayang di udara) yang dilakukan dengan cepat sambil berjalan melakukan tolakan menggunakan satu kaki hingga mencapai jarak sejauh mungkin. Ada beberapa gaya dalam lompat jauh antara lain:

1. Lompat Jauh Gaya Jongkok (Gaya Orthodox)

Awalan

- Berfungsi untuk mendapatkan kecepatan pada waktu akan melompat.
- Dilakukan dengan lari secepat-cepatnya dari jarak 40-45 m pada sebuah lintasan.
- Tidak diperkenankan untuk merubah kecepatan dan langkah saat akan menolak pada papan tumpuan.

Tolakan

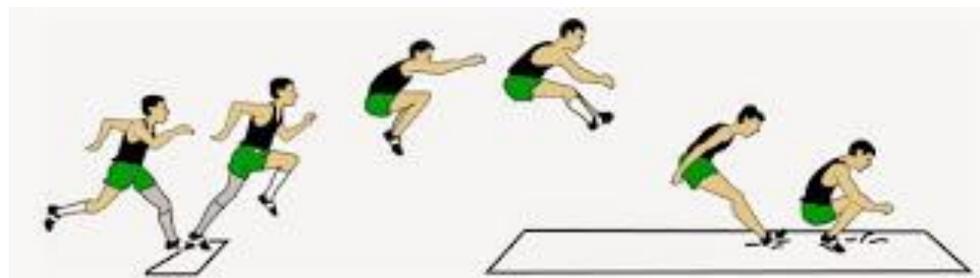
- Merupakan upaya pelompat melakukan tolakan pada papan tumpuan menggunakan kaki yang terkuat dengan mengubah kecepatan horizontal ke kecepatan vertikal.
- Saat kaki melakukan tolakan, posisi badan lebih ditegakkan, dan kaki belakang serta kedua lengan diayunkan ke depan atas.
- Urutan tolakan kaki pada papan tumpuan, dimulai dari tumit, telapak kaki diteruskan pada ujung telapak kaki.

Di udara

- Kedua lutut tertekuk.
- Kedua lengan di samping kepala.
- Saat akan mendarat kaki dan lengan diluruskan ke depan bersamaan berat badan di bawa ke depan.

Mendarat

- Mendarat pada bak lompat diawali dengan kedua tumit kaki dan kedua kaki agak rapat.
- Lutut tertekuk dan mengeper dalam posisi jongkok bersamaan berat badan di bawa ke depan. Ke dua lengan di depan menyentuh tempat pendaratan serta pandangan ke depan.



(Gaya Orthodox)

2. Lompat Jauh Gaya Menggantung (Gaya Schnepfer)

Dalam penggunaan teknik lompat jauh yang sebenarnya, perbedaannya terletak pada teknik saat di udara, baik lompat jauh gaya jongkok maupun gaya menggantung.

Awalan

- Lari secepat-cepatnya.

- Tidak mengubah kecepatan dan langkah saat akan bertumpu pada papan tumpuan.

Tolakan

- Saat kaki tumpu menolak pada papan tumpuan, posisi badan lebih ditegakkan.
- Urutan tumpuan kaki menolak pada papan tumpuan, mulai dari tumit, telapak kaki diteruskan pada ujung telapak kaki.
- Gerak mengayun kaki belakang ke depan atas bersamaan dengan kedua lengan

Sikap di Udara

- Badan melenting ke belakang.
- Kedua lengan lurus ke atas di samping telinga.
- Kedua kaki hampir rapat di belakang badan.

Mendarat

- Dari sikap di udara, kedua lengan luruskan ke depan.
- Kedua lutut dan badan dibawa ke depan.
- Saat kedua kaki akan menyentuh tempat pendaratan, luruskan ke depan dan mendarat dengan kedua tumit terlebih dahulu.
- Saat kedua kaki mendarat kedua lutut mengepet dan berat badan dibawa ke depan.



(Gaya Schnepfer)

3. Lompat Jauh Gaya Berjalan di Udara (Walking in the Air)

Awalan

- Tergantung tingkat prestasi, lari ancang-ancang beragam antara 10 langkah (untuk pemula) sampai 20 langkah (untuk atlet).
- Tambah kecepatan lari ancang-ancang sedikit – demi sedikit sampai sebelum bertolak
- Pinggang turun sedikit pada satu langkah akhir ancang-ancang

Tolakan

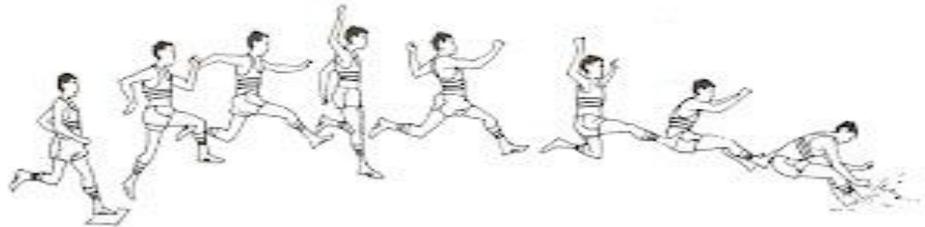
- Ayunkan paha kaki bebas cepat ke posisi horizontal dan pertahankan
- Luruskan sendi mata kaki, lutut dan pinggang pada waktu bertolak.
- Bertolak ke depan atas

Melayang/Berjalan di Udara

- Sesudah bertolak, tariklah kaki bebas ke bawah dan belakang
- Pada saat yang sama, tariklah kaki yang bertolak ke depan dan ke atas.

Mendarat

- Tariklah lengan dan tubuh ke depan-bawah. Tariklah kaki mendekati badan.
- Luruskan kaki dan tekuk lagi sedikit sesaat sebelum menyentuh pasir.
- Bila kaki telah mendarat di pasir, duduklah atas kedua kaki.



(Walking in the Air)

F. MODEL PEMBELAJARAN

- Pendekatan saintifik (*scientific*)
- Pekatan komando
- Pendekatan ceramah

G. KEGIATAN PEMBELAJARAN

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> - Berbaris, - berdoa, - presensi, - apersepsi dengan mengaitkan materi pembelajaran sekarang dengan pengalaman peserta didik atau pembelajaran sebelumnya. Pengkondisian fisik, mental, untuk mengikuti pembelajaran. Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran. • Pemanasan secara umum • Pemanasan berbentuk permainan 	20 menit
Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Membaca informasi tentang teknik dasar salah satu nomor atletik (lompat jauh) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau • Mengamati perlombaan lompat jauh secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak dasar lompat jauh dan membuat catatan hasil pengamatan. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Setelah peserta didik mengamati tentang lompat jauh, guru memfasilitasi peserta didik untuk menggali lebih dalam tentang materi teknik dasar lompat jauh dan berbagai macam gaya yang di lombakan dalam lompat jauh. <p>Eksplorasi</p> <p>Teknik dasar lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, pendaratan).</p> <p>Macam-macam gaya dalam lompat jauh (jongkok,</p>	85 menit

	<p>menggantung, dan berjalan di udara)</p> <p>Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan keterampilan teknik lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan pendaratan).</p> <p>Mengasosiasi</p> <p>Membandingkan hasil pengamatan perlombaan lompat jauh(langsung atau TV) dengan penampilan gerak saat mempraktikkan di lapangan (awalan, tolakan, melayang di udara, dan pendaratan).</p> <p>Mengkomunikasikan</p> <p>Melakukan lompat jauh dengan teknik yang baik dan benar (awalan, tolakan, melayang di udara,dan pendaratan) yang telah dipelajari serta menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p>	
<p>Penutup</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pendinginan. • Evaluasi proses pembelajaran dengan memberikan tes lisan atau tertulis tentang materi melakukan servis bawah, passing bawah dan passing atas • Melakukan refleksi oleh guru dengan melibatkan peserta didik tentang materi lompat jauh. • Memberikan umpan balik dan penugasan pada peserta didik • Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran, dan berdoa 	<p>25 Menit</p>

H. ALAT DAN SUMBER

Alat :

- Bak pasir
- Cone
- Pluit
- Stopwatch/ jam tangan

Sumber belajar :

- Djumiar M.A (2004). Gerak-Gerak Dasar Atletik Dalam Bermain. Bandung: Rajawali Sport.
- Buku referensi lain yang sesuai

I. PENILAIAN

Penilaian sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan aktivitas di dalam kelas. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu bertanggungjawab, sportif, dan disiplin.

Keterangan:

Berikan tanda cek (\checkmark) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (\checkmark) mendapat nilai 1.

RUBRIK PENILAIAN SIKAP DALAM PERMAINAN BOLA VOLI

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (\checkmark)
A. Sportif	
1. Menghargai teman dan lawan	
2. Menerima kekalahan	
3. Mentaati peraturan	
B. Tanggungjawab	
1. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	
2. Mengembalikan peralatan pembelajaran ketempat yang telah disediakan	

3. Menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dalam beraktivitas.	
4. Menjaga ketertiban lingkungan sekitar	
5. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	
C. Disiplin	
1. Mengikuti kegiatan sesuai waktu yang ditentukan	
2. Mengikuti semua proses pembelajaran	
JUMLAH	
JUMLAH MAKSIMAL : 10	

Jumlah skor yang diperoleh

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

NILAI	KRITERIA
90 – 100	Amat Baik (AB)
78 – 89	Baik (B)
66 – 77	Cukup (C)
≤65	Kurang (K)

2. Pengetahuan:

Jawab secara lisan atau tulisan, pertanyaan-pertanyaan mengenai gerak dasar lompat jauh.

No	Pertanyaan	Kriteria Persekoran				Jumlah
		1	2	3	4	
1	Jelaskan awalan dalam melakukan lompat jauh?					
2	Jelaskan posisi kaki, tangan, dan pandangan ketika berada di udara saat melakukan lompat jauh gaya berjalan?					
3	Jelaskan sikap akhir kaki, tangan, dan pandangan ketika melakukan pendaratan pada lompat jauh gaya jongkok?					
4	Jelaskan rangkaian gerakan lompat jauh gaya ortodoks/jongkok?					

5	Jelaskan kesalahan-kesalahan yang sering terjadi saat melakukan awalan dalam lompat jauh?					
6	Jelaskan kesalahan-kesalahan yang sering terjadi saat melayang di udara dalam melakukan lompat jauh gaya menggantung?					
7	Jelaskan kesalahan-kesalahan yang sering terjadi saat melakukan pendaratan dalam melakukan lompat jauh gaya menggantung?					

Keterangan:

1. Skor 4: Jika peserta didik mampu menjelaskan tiga indikator (kaki, tangan, dan pandangan)
2. Skor 3: Jika peserta didik mampu menjelaskan dua indikator.
3. Skor 2: Jika peserta didik mampu menjelaskan salah satu indikator.
4. Skor 1: Jika peserta didik tidak satu pun pertanyaan di atas mampu dijelaskan

Keterangan:

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

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

3. Tes unjuk kerja (keterampilan):

- 1). Lakukan teknik dasar lompat jauh.

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 3

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

RUBRIK PENILAIAN LOMPAT JAUH

No	Dimensi	Indikator	Deskripsi Gerak	Nilai		
				3	2	1
1	SikapAwal	1. Awalan	- Lari secepat mungkin			
			- Tidak menurunkan kecepatan berlari			
			- Tidak mengubah langkah			
		2. Tolakan	- Salah satu kaki terkuat			
			- Urutan tumpuan kaki			
			- Gerakan ayunan kaki yang tidak menumpu			
		3. Badan dan Pandangan Mata	- Badan sedikit tegak			
			- Posisibadan relax			
			- Pandangankedepan			
2	Pelaksanaan	1. Gaya jongkok	- Kedua lutut tertekuk			
			- Kedua lengan di samping kepala			
			- Berat badan di bawa kedepan			
		2. Gaya menggantung	- Badan melenting ke belakang			
			- Kedua lengan lurus ke atas samping telinga			
			- Kedua kaki hampir rapat di belakang badan			
		3. Gaya berjalan di udara	- Badan tegak			
			- Kaki di ayunkan kedepan dan belakang			
			- Pandanganmatakedepan lurus			
3	SikapAkhir	1. Gaya jongkok	- Kedua tumit kaki agak rapat			
			- Lutut tertekuk			
			- Kedua lengan menyentuh tempat pendaratan			
		2. Gaya menggantung	- Kaki mengeper saat mendarat			
			- Lengan lurus kedepan			
			- Berat badan dibawa ke depan			
		3. Gaya berjalan di	- Kaki lurus dan tekuk saat akan menyentuh			

		udara	pasir	
			- Duduk di atas kaki ketika sudah mendarat	
			- Pandangan lurus ke depan	

Keterangan :

1. Peserta mendapatkan nilai 3, apabila ada tiga indikator yang dilakukan benar.
2. Peserta mendapatkan nilai 2, apa bila ada dua indikator yang dilakukan benar.
3. Peserta mendapatkan nilai 1, apabila ada satu indicator yang dilakukan benar dan tidak ada satu indikator pun yang dilakukan benar
4. Nilai maksimal adalah 27

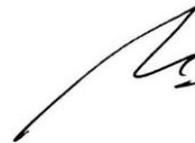
Yogyakarta, 12 Agustus 2016

Memeriksa dan Menyetujui
Guru Mata Pelajaran Penjas



Lucas Cahya Suncoko, S.pd
NIP. 19750524 200212 1 009

Mahasiswa



Khoerul Anam
NIM.13601244001

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan pendidikan : SMAN 1 Minggir
Kelas/ semester : kelas X/ 1
Mata pelajaran : Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
Topic : sepak bola
Pertemuan ke- : 5 (lima)
Alokasi waktu : 3 x 45 menit

A. Kompetensi Inti

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1. Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah tuhan yang tidak ternilai
- 1.2. Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang pencipta.
- 2.1 Berprilaku sportif dalam bermain
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran
- 3.2 Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik. untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.
- 4.2 Mempraktikan variasi dan kombinasi keterampilan dalam memainkan salah satu permainan bola besar (sepak bola) dengan koordinasi gerak yang baik.

C. Indikator Pencapaian

1. Mengetahui dasar – dasar teknik sepak bola
2. Melakukan teknik menggiring bola (dribbling)
3. Melakukan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam
4. Melakukan teknik menghentikan bola (stopping)

D. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti pembelajaran ini diharapkan siswa :

1. Siswa mengetahui dasar – dasar teknik sepak bola
2. Siswa melakukan teknik menggiring bola (dribbling) dengan benar
3. Siswa melakukan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam dengan benar
4. Siswa melakukan teknik menghentikan bola (stopping) dengan benar
5. Siswa melakukan permainan sepak bola yang telah dimodifikasi

E. Materi Pembelajaran

1) Menggiring (dribbling)

Pada dasarnya menggiring bola adalah menendang terputus – putus atau pelan, oleh karenanya bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola. Menggiring bola bertujuan antara lain untuk mendekati jarak kesasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan. Dibawah ini akan di jelaskan mengenai posisi tubuh saat menggiring bola dengan menggunakan kaki bagian dalam :

- Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang bola.
- Kaki yang digunakan untuk menggiring bola tidak ditarik kebelakang hanya diayunkan kedepan.
- Diupayakan setiap melangkah, secara teratur bola disentuh/ didorong bergulir kedepan.
- Bola bergulir harus selalu dekat dengan kaki agar bola dapat dikuasai
- Pada waktu menggiring bolakedua lutut sedikit ditekuk untuk mempermudah penguasaan bola.
- Pada saat kaki menyentuh bola, pandangan ke arah bola dan selanjutnya melihat situasi kelapangan.



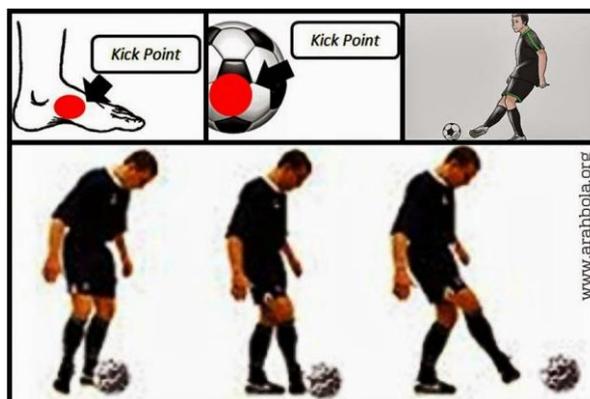
(teknik menggiring bola)

2) Passing menggunakan kaki bagian dalam

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

Cara Melakukan Passing Dengan Kaki Bagian Dalam

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



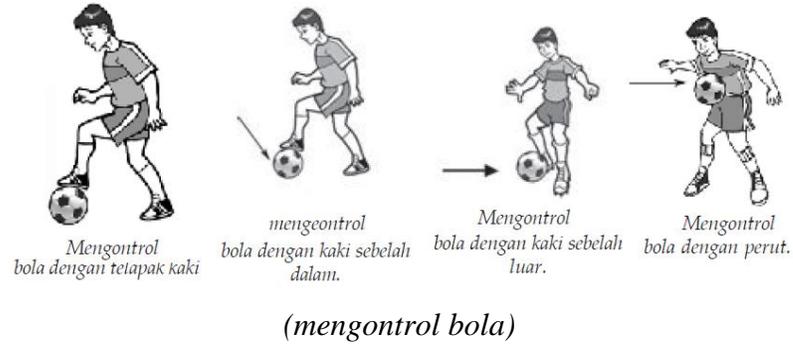
(teknik passing kaki bagian dalam)

3) Menghentikan bola (stopping)

Menghentikan bola merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepakbola yang penggunaannya bersamaan dengan teknik menendang bola. Tujuan menghentikan bola adalah untuk mengontrol bola, yang termasuk didalamnya adalah untuk mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan, dan memudahkan untuk passing.

Analisis gerakanya sebagai berikut :

- Posisi badan segaris dengan datangnya bola.
- Kaki tumpu mengarah pada boladengan lutut sedikit ditekut.
- Kaki penghenti diangkat sedikit deengan permukaan bagian dalam kakidijulurkan kedepan segaris dengan datangnya bola.
- Bola menyentuh kaki persis dibagian dalam/mata kaki.
- Kaki penghenti mengikuti arah bola.Untuk teknik menghentikan bola masih terdapat banyak cara yang dapat dilakukan diantaranya yaitu menggunakan Punggung kaki, Paha, Dada, serta Kepala apabila memungkinkan.



F. Model Pembelajaran

- a) Pendekatan saintifik (*scientific*)
- b) metode komando
- c) metode ceramah

G. Kegiatan Pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> • Berbaris ,berdoa,presensi dan apresepsi • Memberikan motivasi dan mejelaskan tujuan pembelajaran 	20 menit
Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mencari dan membaca informasi tentang dasar - dasar teknik permainan sepak bola dari berbagai sumber media cetak atau elektronik • Peserta didik mengamati tentang dasar permainan sepak bola yang diperagakan oleh guru atau salah satu perserta didik yang mampu. 	90 menit
	<p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang teknik dasar permainan sepak bola misalnya : bagaimana cara posis kaki pada saat melakukan tendangan, dan perkenaannya pada bola. • Peserta didik saling bertanya tentang manfaat permainan sepak bola terhadap kesehatan • Peserta didik saling bertanya tentang otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam 	

	<p>permainan sepak bola</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik saling bertanya tentang bagaimana bentuk/jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan tehnik dasar permainan sepak bola 	
	<p>Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk melakukan tehnik dasar permainan sepak bola • Memperagakan pola keterampilan gerak tehnik dasar (dribbling, passing menggunakan kaki bagian dalam dan stoping) secara menyilang ke arah kanan dan kiri yang dilakukan dalam bentuk bermain secara berpasangan atau dalam kelompok/regu/tim dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. 	
	<p>Menalar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menemukan hubungan posisi badan pada saat melakukan tendangan dalam permainan sepak bola • Menemukan dan menetapkan pola yang sesuai untuk kebutuhan individual peserta didik dalam variasi dan kombinasi tehnik permainan sepak bola (dribbling, passing menggunakan kaki bagian dalam dan stoping)dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. 	
	<p>Menyaji</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik menampilkan gerakan menendang berdasarkan hasil penilaian secara individu maupun penilaian dari teman sejawat • Guru mengamati setiap gerakan menendang dalam permainan sepak bola yang dilakukan oleh peserta didik 	
	<p>Mencipta</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik melakukan permainan sepak bola (cara posisi letak bola, kaki, posisi berdiri, posisi tangan, pandangan mata) 	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> • Pendinginan evaluasi proses pembelajaran • Melakukan refleksi dengan Tanya jawab kepada 	25 menit

	peserta didik	
	<ul style="list-style-type: none"> • Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran 	

H. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Bola
- Lapangan Sepak bola
- Peluit
- Stop watch

2. Sumber Pembelajaran

- Media cetak
- TV/video tentang permainan sepak bola
- Drs. Yanto kusyanto. 1999. PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN 2. Bandung. Ganeca Exact Bandung.
- Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas X, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.

I. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan unjuk kerja (Psikomotor)

Lakukan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam, yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik passing menggunakan kaki bagian dalam

No	Nama Siswa	Sikap awal					Sikap pelaksanaan					Sikap akhir					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
5.																				
dsb																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

Jumlah skor yang diperoleh

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

Jumlah skor maksimal

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

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

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

Jumlah skor yang diperoleh

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

Jumlah skor maksimal

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar permainan sepak bola.

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA			
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3													
		1	2	3	1	2	3	1	2	3											
1.																					
2.																					
3.																					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 9																					

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{-----}}{\text{-----}} \times 100\%$$

Jumlah skor maksimal

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan macam-macam teknik dasar permainan sepak bola!
2.	Jelaskan cara passing menggunakan kaki bagian dalam!
3.	Bagaimana cara menghentikan bola (stopping)!

2. Rekapitulasi Penilaian

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

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{-----}}{\text{-----}}$$

Tiga Aspek Penilaian

Keterangan :

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

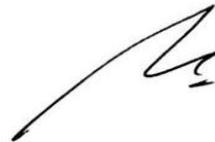
Yogyakarta, kamis 25 agustus 2016

Memeriksa dan Menyetujui
Guru Mata Pelajaran Penjas



Lucas Cahya Suncoko, S.pd
NIP. 19750524 200212 1 009

Mahasiswa



Khoerul Anam
NIM.13601244001

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan pendidikan : SMAN 1 Minggir
Kelas/ semester : kelas X/ 1
Mata pelajaran : Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
Topic : Softball
Pertemuan ke- : 7 (Tujuh)
Alokasi waktu : 3 x 45menit

A. Kompetensi Inti

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1. Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kempuannya sebagai anugrah tuhan yang tidak ternilai
- 1.2. Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang pencipta.
- 2.1 Berprilaku baik saat mengikuti pembelajaran.
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.
- 3.2 Menganalisis variasi dan kombinasi gerak dasar dalam permainan softball.
- 4.2 Mempraktikkan variasi dan modifikasi permainan softball dalam permainan yang sesungguhnya.

C. Indikator Pencapaian

1. Mengetahui gerak dasar dalam permainan softball
2. Mengetahui bentuk-bentuk peralatan yang di gunakan dalam permainan softball
3. Mempraktikkan permainan softball dalam bentuk modifikasi dan sesungguhnya

D. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti pembelajaran ini diharapkan siswa :

1. Siswa mengetahui gerak dasar dalam permainan softball
2. Siswa mengetahui bentuk-bentuk peralatan yang di gunakan dalam permainan softball
3. Siswa mempraktikkan permainan softball dalam bentuk modifikasi dan sesungguhnya

E. Materi Pembelajaran

1. Pengertian softball

softball adalah olahraga bola beregu yang terdiri dari dua tim. Permainan softball lahir di Amerika Serikat, diciptakan oleh George Hancock di kota Chicago pada tahun 1887. Softball merupakan perkembangan dari olahraga sejenis yaitu bisbol atau hardball. Bola softball saat ini berdiameter 28-30,5 sentimeter; bola tersebut di lempar oleh seorang pelempar bola (pitcher) dan menjadi sasaran pemain lawan, yaitu pemukul bola dengan menggunakan tongkat pemukul (bat). Terdapat sebuah regu yang berjaga (defensif) dan tim yang memukul (ofensif). Tiap tim berlomba mengumpulkan angka (run) dengan cara memutar tiga seri marka (base) pelari hingga menyentuh marka akhirnya itu home plate.

2. Peralatan softball

1. Bola



Minimal peralatan yang dibutuhkan dalam sebuah **pertandingan softball** termasuk sebuah bola. Softball menggunakan bola berwarna kuning dengan benang grip berwarna merah, yang sebelumnya berwarna putih dengan grip putih.

2. Sarung tangan (glove)



Sarung tangan atau glove dikenakan oleh seluruh pemain bertahan untuk

menangkap bola, sementara first baseman dan penangkap bola mengenakan mitt (glove mempunyai jari, sedangkan mitt tidak).

3. Tongkat pemukul (bat)



Tongkat pemukul atau bat yang digunakan dalam pertandingan resmi adalah bat khusus yang diperuntukkan untuk softball. Ketentuan pemakaian dan karakteristik bat yang boleh digunakan tertuang dalam peraturan Federasi Softball Internasional.

4. Helm pemukul bola



Helm pemukul bola dipakai untuk melindungi kepala seorang pemukul bola dari terjangan bola dan cedera atau tongkat bahkan benturan, sementara pakaian pelindung (protective gear) untuk seorang penangkap bola, dan sepatu pool (cleats).

5. Pakaian pelindung (protective gear)



Di pergunakan untuk seorang penangkap bola (catcher) karena resiko terkena bola sangat tinggi.pakaian pelindung ini juga sering disebut dengan body protector

6. Uniform atau seragam.



Tiap pemain menggunakan baju, celana, dan topi yang seragam atau berwarna dasar sama. Semakin tinggi tingkat pertandingannya, semakin ketat dalam peraturan seragamnya. Semua peralatan dan perlengkapan itu adalah wajib bagi setiap tim dalam melaksanakan pertandingan resmi.

7. Sepatu pool (cleats).



Semua pemain harus memakai sepatu dan sepatu yang dianggap sah adalah yang terbuat dari kanvas, kulit halus atau yang sejenisnya. Solnya boleh rata atau berpahat pahat dari karet, sol logam dan plat tumit juga boleh dipergunakan, asal paku yang menonjol tidak lebih panjang dari 2 cm ($\frac{1}{4}$ inci). Sepatu yang diberi metal spike di sekelilingnya dianggap tidak sah, karena bisa membahayakan keselamatan dirinya dan Pemain lainnya.

3. Peraturan

1. Jumlah pemain

Jumlah pemain softball setiap regunya ada 9 orang yang dipimpin oleh seorang kapten regu dengan susunan pemain:

- 1 orang pitcher's
- 2 orang catcher's
- 3,4,5 base man
- 6 shortstop, short fielder
- 7,8,9 left fielder, middle fielder, dan right fielder.

2. Wasit (Umpire)

Dalam permainan softball terdapat 4 orang wasit, base umpire . 1 Orang wasit kepala, base umpire sebanyak 3 orang dengan posisi sebagai berikut:

Wasit kepala tempatnya dibelakang catcher

Base umpire bertugas dilapangan menentukan matinya pemain pemukul di masingmasing base.

3. Cara bermain

- Pada regu yang mendapat giliran untuk memukul, setiap permainan mendapat kesempatan 3 kali memukul dengan ketentuan 3 kali memukul. Dengan ketentuan bila pukulan pertama dan kedua strike maka pemain yang bersangkutan harus lari
- Urutan pemukul ditentukan oleh nomor urut yang telah ditentukan sebelum bermain
- Pemukul yang pertama tidak boleh dilalui pemukul yang kedua, pemukul kedua tidak boleh dilalui pemukul ketiga, dan seterusnya
- Setiap base hanya boleh di isi oleh satu orang pemain
- Pada waktu bola dalam permainan, bebas mengadakan gerakan kecuali bila pitcher sudah siap untuk melemparkan bola kepada pemukul.
- Pada waktu akan di tick, pelari tidk boleh menghindari berlari ke luar atau ke dalam lebih dari batas.

4. Strike

Dalam permainan soft ball, strike dihitung apabila:

- Bola dipukul baik kena atau tidak kena
- Lemparan baik, walaupun bola tidak dipukul
- Bola yang dipukul meleset keluar, bila pukulan yang meleet itu melambung dan tertangkap oleh si penjaga, maka pemukul itu langsung mati.

5. Lari Bebas

Lari bebas diberikan apabila:

- Pitcher's melemparkan bola 4 kali salah
- Si pemukul dihalang-halangi pada waktu akan menuju base.

6. Cara Mematikan Dan TukarTempat

Cara mematikan dapat dilakukan dengan cara di tick sebelum pelari mengenai base. Pada waktu men-tick bola tidak boleh dilepaskan atau terlepas dari tangan. Kecuali dalam keadaan lari cukup dengan membakar base, yaitu sambil memegang bola, menginjak base yang dituju pelari. Bertukar tempat dilakukan setelah tiga kali mati.

7. pembantu

Dari masing-masing regu mempunyai dua orang pembantu yang berpakaian seragam dengan regunya. Kedua pembantu itu kerjanya member petunjuk kepada pemukul dan pelari base. Tempatnya di tempat pembantu yaitu satu orang di sebelah kiri dan satu orang lagi di sebelah kanan.

8. Cara Memperoleh Nilai

Cara memperoleh nilai dalam permainan softball adalah:

- Setiap pelari dengan pukulan baik dan dapat kembali dengan selamat mendapat nilai satu.
- Setiap pelari yang menuju base harus ada pada base atau menginjak base, tidak boleh lewat begitu saja. Jika dilewati maka boleh di-tick . hanya pada base pertama boleh lewat. Tetapi tidak berpura-pura, maksudnya untuk bisa lewat di base yang kedua.
- Jika ada bola yang ditangkap dari hasil pukulan, maka si pemukul dinyatakan mati. Para pelari masing-masing kembali ke basenya dengan cepat agar basenya tidak dibakar oleh penjaga
- Pelari yang kembali dapat dimatikan
- Pelari yang sudah dimatikan tidak dapat melanjutkan perjalanannya
- Home run.

F. Model Pembelajaran

- a) Pendekatan saintifik (*scientific*)
- b) Metode komando
- c) Metode ceramah

G. Kegiatan Pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> • Berbaris ,berdoa,presensi dan apresepsi • Memberikan motivasi dan mejelaskan tujuan pembelajaran • Pemanasan dalam bentuk permainan 	20 menit
Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mencari dan membaca informasi tentang peraturan dan teknik dasar permainan softball dari berbagai sumber media cetakatauelektronik • Peserta didik mengamati tentang cara bermain softball yang di contohkan oleh guru atau salah satu siswa yang mampu 	90 menit
	<p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pesertadidik secara bergantian saling bertanya tentang peraturan dan teknik dasar permainan softball • Pesertadidik saling bertanya tentang bagaimana bentuk latihan teknik dasar dalam permainan softball 	
	<p>Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mencoba melakukan teknik dasar memukul dan menangkap bola. • Memperagakan permainan softball dengan peraturan yang di modifikasi 	
	<p>Menalar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menemukan bentuk latihan untuk meningkatkan keterampilan dalam bermain softball 	
	<p>Menyaji</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pesertadidik melakukan permainan modifikasi softball dan dengan peraturan yang sebenarnya • Guru mengamati setiap gerakan yang di lakukan oleh siswa saat bermain 	
	<p>Mencipta</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik melakukan bentuk latihan dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar permainan softball 	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> • Pendinginan evaluasi proses pembelajaran • Melakukan reflexi dengan tanyajawab kepada 	25 menit

	pesertadidik	
	<ul style="list-style-type: none"> Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran 	

H. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Cone
- Peluit
- Bola kasti
- Pemukul

2. Sumber Pembelajaran

- Drs. Yanto kusyanto.1999.PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN 2.bandung.Ganeca Exact Bandung.
- Buku referensi lain yang sesuai

I. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan unjuk kerja (Psikomotor)

Memukul dan menangkap bola dalam permainan softball.

- Contoh penilaian

No	NamaSiswa	Perkenaan bola					Kecepatan/ jauh pukulan					Menangkap bola					Jm l	Nilai Pros es	Nilai Prod uk	Nilai Akhi r
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
5.																				
ds																				

1.							
2.							
3.							
4.							
Nilai Rata-rata							

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai Akhir (NA) = -----

Tiga Aspek Penilaian

Keterangan :

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

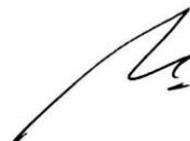
Yogyakarta, 26 juli 2016

Memeriksa dan Menyetujui
Guru Mata Pelajaran Penjas



Lucas Cahya Suncoko, S.pd
NIP. 19750524 200212 1 009

Mahasiswa



Khoerul Anam
NIM.13601244001