

**LAPORAN  
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)**

Lokasi:

SMK N 1 SEDAYU

Kemusuk, Argomulyo, Sedayu, Bantul Wates

Dosen Pembimbing : Ermawan Susanto, M.Pd



Disusun oleh:

**CLAUDIA MEGAWATI SUYANTO**

**12601241068**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**2015**

## LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, kami pembimbing kegiatan PPL UNY di (Sekolah Menengah Kejuruan) SMK Negeri 1 Sedayu, Kemusuk, Argomulyo, Sedayu, Bantul. Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa dibawah ini :

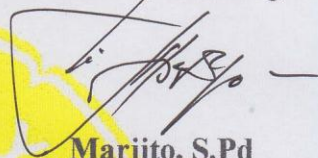
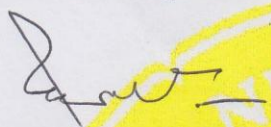
Nama : Claudia Megawati Suyanto  
NIM : 12601241068  
Jurusan : Pend. Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan PPL di SMK Negeri 1 Sedayu dari tanggal 10 Agustus s.d 12 September 2015. Hasil dari seluruh kegiatan tercakup dalam laporan ini.

Yogyakarta, 10 September 2015

Dosen Pembimbing Jurusan

Guru Pembimbing



Ermawan Susanto, M.Pd

Marijito, S.Pd

NIP . 197807022002121004

NIP . 195602221984011001

Mengetahui

Kepala Sekolah

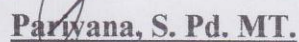
Koordinator PPL

SMK Negeri 1 Sedayu

SMK Negeri 1 Sedayu



Andi Primernanto, M. Pd.



Parwana, S. Pd. MT.

NIP. 196112271989603 1 011

NIP. 19720328 199703 1 003



## **KATA PENGANTAR**

Segala puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat, taufiq, hidayah, dan inayah-Nya kepada kita semua sehingga penyusun dapat menyelesaikan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMK Negeri 1 Sedayu tanpa ada halangan sehingga tersusun dan terselesaikannya laporan ini. Tujuan penyusunan laporan kegiatan PPL ini untuk memberikan gambaran secara luas tentang keseluruhan rangkaian PPL di SMK Negeri 1 Sedayu yang telah kami laksanakan.

Dalam pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) serta dalam penyusunan ini penulis menyadari bahwa telah mendapatkan banyak bantuan dan bimbingan baik secara langsung maupun tidak langsung dari berbagai pihak, maka untuk itu perkenankan penyusun menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M. Pd. M.A. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Lembaga Penelitian dan Penjaminan Mutu Pendidikan (LPPMP) yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan KKN dan Lembaga Pengembangan dan Penjaminan Mutu Pendidikan (LPPMP) yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan PPL.
3. Prof. Dr. H. herminarto sofyan selaku Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) PPL di SMK N 1 Sedayu yang senantiasa memberikan arahnya.
4. Bapak Ermawan Susanto, M.Pd. selaku Dosen Micro Teaching yang telah memberikan kritik, saran maupun nasehat dan terus memotivasi serta mendukung kegiatan PPL
5. Bapak Andi Primeriananto, M. Pd. Selaku Kepala Sekolah SMK N 1 Sedayu yang telah memberi ijin dan pengarahan selama PPL berlangsung
6. Bapak Pariyana, S. Pd. MT. selaku Koordinator PPL di SMK Negeri 1 Sedayu yang senantiasa memberikan ijin dan pengarahan untuk melaksanakan PPL di SMK Negeri 1 Sedayu

7. Bapak Marjito, S.Pd selaku Guru Pembimbing PJOK SMK Negeri 1 Sedayu yang senantiasa memberikan pengarahan dalam melaksanakan PPL di SMK Negeri 1 Sedayu
8. Kedua orang tua dan kakak, yang senantiasa mendoakan dan memberi dorongan semangat agar menjadi anak yang berguna bagi nusa dan bangsa
9. Teman-teman mahasiswa PPL UNY 2014 di SMK Negeri 1 Sedayu yang setia senasib seperjuangan membantu dalam menyelesaikan pembuatan laporan ini dan atas kerja sama serta kekompakan dalam kebersamaan yang sudah terjalin selama ini.
10. Siswa-siswa SMK Negeri 1 Sedayu khususnya XI TKR C,D dan XI TGB yang selalu memberi keceriaan saat pelajaran.
11. Semua pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan kegiatan PPL yang tidak dapat kami sebutkan satu per satu.

Penyusun menyadari bahwa selama pelaksanaan PPL dan dalam penyusunan laporan ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu penyusun mengharapkan kritik dan saran dari pembaca pada penyusun agar laporan ini menjadi lebih baik kedepannya. Semoga laporan ini dapat memberi banyak manfaat dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sedayu, 10 September 2015

Penyusun

Claudia Megawati Suyanto

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	1
HALAMAN PENGESAHAN .....	2
KATA PENGANTAR .....	3
DAFTAR ISI.....	5
Daftar Lampiran.....	6
ABSTRAK.....	7
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Analisis Situasi SMK N 1 SEDAYU.....	8
B. Perumusan Program & Rancangan Kegiatan PPL.....	15
<b>BAB II KEGIATAN PPL</b>	
A. Persiapan.....	18
B. Pelaksanaan Kegiatan PPL.....	19
C. Analisis Hasil Pelaksanaan & Refleksi.....	28
<b>BAB III PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan.....	31
B. Saran.....	32
Daftar Pustaka.....	34
Lampiran.....	35

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Matriks  
Laporan Mingguan  
Kartu Bimbingan PPL
- Lampiran 2. Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar  
Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
- Lampiran 3. Daftar Nama Peserta Didik
- Lampiran 4. Dokumentasi

**LAPORAN KEGIATAN PPL  
DI SMK NEGERI 1 SEDAYU BANTUL  
Kemusuk Argomulyo Sedayu Bantul**

**ABSTRAK**

**Claudia Megawati Suyanto  
NIM. 12601241068**

Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan salah satu mata kuliah yang wajib ditempuh oleh mahasiswa S1 sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan gelar sebagai sarjana pendidikan selain tugas akhir skripsi di Universitas Negeri Yogyakarta. Tujuan dilaksanakannya Praktik Pengalaman Lapangan adalah memberikan pengalaman kepada mahasiswa dalam bidang pembelajaran dan manajerial di sekolah atau lembaga.

Praktik Pengalaman Lapangan di SMK Negeri 1 Sedayu Bantul dilaksanakan mulai tanggal 10 Agustus 2015, penyusun diberikan tugas oleh Guru pembimbing lapangan memberikan materi kompetensi PJOR yang sesuai dengan silabus kepada peserta didik kelas XI. Kegiatan yang dilakukan selama PPL antara lain: menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP), menyusun materi ajar, praktik mengajar mandiri, menyusun dan mengembangkan alat evaluasi, menerapkan inovasi pembelajaran, mempelajari dan melaksanakan administrasi guru, serta berpartisipasi dalam kegiatan sekolah.

Dalam pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan mahasiswa mendapat banyak pengalaman dan pengetahuan dalam hal kependidikan yang berguna di kemudian hari. Penyusun menghimbau SMK Negeri 1 Sedayu untuk menambah sarana dan prasarana yang menunjang kegiatan proses belajar mengajar, kedisiplinan guru, karyawan, dan siswa juga ditingkatkan, selain itu penyusun juga menyarankan pada guru pembimbing untuk meningkatkan kualitas bimbingannya terhadap mahasiswa PPL, sehingga setelah melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan mahasiswa benar-benar siap menjadi tenaga pendidik.

Kata Kunci : *Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), Pengajaran PJOR, Peserta Didik*

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Analisis Situasi**

SMK N 1 Sedayu yang berlokasi di Kemusuk, Argomulyo, Sedayu, Bantul merupakan salah satu sekolah menengah kejuruan negeri yang ada di Kabupaten Bantul. SMK N 1 Sedayu memiliki ruang kepala sekolah, ruang wakil kepala sekolah, ruang guru, ruang karyawan, ruang pertemuan, ruang BK, ruang Lab KKPI, ruang Lab Fisika, Lab Kimia, Lab Bahasa, ruang belajar teori, ruang belajar untuk praktik tiap jurusan/bengkel, perpustakaan, lapangan untuk upacara rutin dan untuk olahraga seperti futsal dan basket, ruang UKS dan Osis, ruang koperasi, mushola, KM/WC, dan tempat parkir.

#### **1. Visi dan Misi SMK N 1 Sedayu**

Visi dari SMK N 1 Sedayu adalah tamatan menjadi tenaga yang bermoral, berkualitas, dan professional yang dapat diandalkan dan berguna bagi masyarakat, bangsa, dan negara. Sedangkan misi SMK N 1 Sedayu adalah membentuk manusia yang berdisiplin, patriotik, beriman, dan bertakwa kepada Tuhan YME, membekali keterampilan yang profesional, mengembangkan kemampuan berwirausaha, membekali IPTEK untuk melanjutkan pendidikan yang lebih tinggi, membekali keterampilan berkomunikasi dengan bahasa.

SMK N 1 Sedayu memiliki 5 program keahlian, yaitu:

1. Program Keahlian Teknik Instalasi Tenaga Listrik (TITL)
2. Program Keahlian Teknik Kendaraan Ringan (TKR)
3. Program Keahlian Teknik Komputer Jaringan (TKJ)
4. Program Keahlian Teknik Pemesinan (TPM)
5. Program Keahlian Teknik Gambar Bangunan (TGB)
6. Program Keahlian Teknik Pengelasan (TP)

Informasi-informasi yang diperoleh pada saat observasi melalui pengamatan langsung sebelum merumuskan apa yang akan dilaksanakan pada kegiatan PPL antara lain:

## 2. Kondisi Fisik Sekolah

SMK N 1 Sedayu memiliki luas tanah 15. 250 m<sup>2</sup> dengan luas bangunan 8. 960 m<sup>2</sup>, luas halaman upacara/ olahraga 2. 658 m<sup>2</sup>. Suasana untuk belajar sangat mendukung karena SMK N 1 Sedayu ini terletak di daerah pedesaan, dekat dengan persawahan dan jauh dari keramaian kota tepatnya didesa Kemusuk, Argomulyo, Sedayu, Bantul. Banyak lahan hijau sebagai paru-paru di sekolah ini.

Sarana dan prasarana yang terdapat di SMK 1 Sedayu antara lain:

- a. Ruang teori : terdapat 27 ruangan.
- b. Ruang Asistensi : ruang khusus dalam setiap bengkel dan laboratorium untuk memberikan petunjuk sebelum praktek
- c. Ruang Gambar : memiliki ruang yang dilengkapi dengan meja gambar.
- d. Bengkel / Laboratorium :
  - 1) Bengkel Otomotif
  - 2) Bengel Pengelasan
  - 3) Bengkel Pemesinan
  - 4) Laboratorium Komputer Bangunan
  - 5) Laboratorium Komputer Jaringan
  - 6) Laboratorium KKPI
  - 7) Laboratorium Ketenagalistrikan
  - 8) Laboratorium PME
  - 9) Laboratorium PKML
  - 10) Laboratorium PRPD
  - 11) Laboratorium Fisika
  - 12) Laboratorium Kimia
  - 13) Laboratorium Bahasa
- e. Perpustakaan

Kondisi perpustakaan SMK N 1 Sedayu secara umum adalah sebagai berikut:

- 1) Pendataan pengunjung masih manual.

- 2) Koleksi buku kurang lengkap apalagi mayoritas buku kurikulum lama.
- 3) Penataan buku sudah cukup baik dan rapi
- 4) Terdapat berbagai macam fasilitas yaitu komputer, ruang baca, lemari tas, perlengkapan fotokopi, dan LCD Proyektor.

f. Organisasi dan Fasilitas UKS

Ruang UKS tersedia, tetapi kurang memadai bagi seluruh siswa. Karena Ruangnya masih kecil, sempit sehingga suasana pengap. Obat-obatan yang tersedia masih sedikit. Terdapat dua kamar tidur, dua lemari dan dua meja. Terdapat dua selimut hangat dan dua seprei yang kotor.

Ruang UKS berada dalam kondisi yang cukup terawat, tetapi sangat jarang digunakan. Apabila ada siswa yang sakit dan memerlukan pertolongan pertama di UKS akan sangat merasa tidak nyaman karena kondisinya yang tidak baik. Obat-obat yang tersedia juga relatif sedikit, terasa sangat kurang apabila ada orang yang membutuhkan pertolongan pertama.

g. Fasilitas KBM

Untuk semua jurusan terdapat 27 ruangan teori. Terdapat papan tulis, bangku dan meja yang masih baik. Terdapat buku kemajuan kelas, struktur organisasi kelas dan jadwal pelajaran. Namun tidak semua ruangan terdapat jam dinding, foto presiden dan wakil presiden, kalender diruang kelas juga fasilitas pendingin seperti kipas angin tidak ditemukan.

h. Tempat Ibadah

Kondisi mushola cukup baik. Terdapat beberapa mukena untuk fasilitas beribadah putri. Terdapat mic untuk keperluan adzan dan lainnya. Terdapat karpet yang cukup bersih untuk alas saat beribadah. Tempat wudhu juga cukup luas, hanya saja kondisinya masih kurang bersih dan tidak ada sekat yang memenuhi untuk membagi tempat wudhu laki laki dan perempuan. Kamar mandi ditempat wudu kurang bersih dan tidak terdapat kunci pada pintu kamar mandi.

i. Lain-lain

Ruang Tata Usaha, ruang BK, ruang Pengajaran, ruang Guru, ruang Kepala Sekolah, kantor OSIS, rumah Dinas kepala sekolah, ruang Ibadah, ruang Koperasi Sekolah, ruang Pertemuan, ruang Wakasek, ruang genset, ruang logistik, ruang parkir, lapangan olahraga dan Perpustakaan.

Kondisi dari setiap bengkel sudah cukup baik dengan tersedianya berbagai perlengkapan praktek yang cukup lengkap dan beberapa perlengkapan tambahan seperti poster keselamatan K3 dan prosedur penggunaan peralatan.

Ruang bengkel mesin dan kendaraan ringan berisikan banyak mesin-mesin (*stand*) untuk kegiatan belajar mengajar seperti mesin las, mesin tekuk, mesin bubut dan lain sebagainya. Di dalam bengkel juga belum banyak terpasang wallchart tentang keselamatan kerja sebagai peringatan kepada pengguna bengkel untuk menjaga keselamatannya sehingga dirasakan perlu pengadaan wallchart keselamatan kerja.

Ruangan laboratorium terdapat papan tulis, meja dan kursi lengkap dengan stop kontak di setiap meja. Ada rak tempat alat-alat praktek, rak tempat tas dan sepatu. Ada tempat untuk menyimpan barang jadi dan barang setengah jadi hasil praktek.

Pada sekolah ini sarana dan prasarana tertata dengan baik dan teratur dalam tata ruangnya sehingga terasa nyaman untuk kegiatan belajar mengajar. Dari sisi bagian utara sekolah terdapat ruang laboratorium bahasa, koperasi guru, kantin, ruang genset. Dari sisi timur, membujur dari utara ke selatan terdapat ruang pertemuan, ruang tamu, ruang kepala sekolah, ruang tata usaha, ruang penggandaan, bengkel las, bengkel kendaraan ringan, musholla, dan tempat parkir yang representatif baik untuk parkir mobil maupun kendaraan sepeda motor guru. Di tengah membujur dari barat ke timur yaitu ruang guru, ruang gambar bangunan, ruang komputer, ruang perlengkapan rumah tangga, dan perpustakaan. Sedangkan bagian tengah yang membujur dari utara ke selatan terdapat ruang laboratorium komputer, bengkel listrik, lapangan olah raga

(lapangan bulu tangkis, lapangan basket, dan lapangan volly). Di bagian barat terdapat gerbang, tempat parkir kendaraan siswa, membujur dari utara ke selatan lab fisika, lab kimia, ruang kelas, ruang pengajaran, dan ruang bimbingan konseling.

Ruang bengkel mesin dan kendaraan ringan berisikan banyak mesin-mesin untuk kegiatan belajar mengajar seperti mesin las, mesin tekuk, mesin bubut dan lain sebagainya. Di dalam bengkel juga belum banyak terpasang wallchart tentang keselamatan kerja sebagai peringatan kepada pengguna bengkel untuk menjaga keselamatannya sehingga dirasakan perlu pengadaan wallchart keselamatan kerja.

Ruang UKS berada dalam kondisi yang cukup terawat, tetapi sangat jarang digunakan. Apabila ada siswa yang sakit dan memerlukan pertolongan pertama di UKS akan sangat merasa tidak nyaman karena kondisinya yang tidak baik. Obat-obat yang tersedia juga relatif sedikit, terasa sangat kurang apabila ada orang yang membutuhkan pertolongan pertama.

Lapangan olahraga sebagai sarana pembelajaran pada mata pelajaran olah raga ada tiga tempat yaitu lapangan bulu tangkis, lapangan volly dan lapangan basket. Dari apa yang dilihat, keadaan semua lapangan olahraga cukup baik. Pagar sekolah merupakan suatu sarana untuk menunjukkan batas wilayah sekolah sekaligus digunakan untuk keamanan sekolah itu sendiri. Pada SMK 1 Sedayu kondisi pagar sekolahnya cukup baik, karena terbuat dari beton dengan ketinggian  $\pm 3$  m.

Musholla sebagai sarana ibadah bagi umat Islam di SMK 1 Sedayu berada di sisi selatan bagian timur. Musholla yang sebenarnya indah itu terasa kurang terawat dan juga sarana maupun prasarana untuk beribadahnya dirasakan kurang. Khususnya untuk sarana sanitasi kurang memadai karena tempat buang air besar hanya satu.

### **3. Potensi Siswa, Guru, dan Karyawan SMK N 1 Sedayu**

Sesuai dengan tujuan dari sekolah menengah kejuruan yaitu menghasilkan tenaga kerja yang handal dan profesional, siap kerja dengan memiliki keterampilan dan kemampuan intelektual yang tinggi, sehingga mampu menjawab tantangan perkembangan teknologi yang ada.

Untuk mendukung tercapainya tujuan tersebut di atas, maka di SMK 1 Sedayu dibuka 6 bidang keahlian yaitu : Teknik kendaraan ringan, Teknik Mesin, Teknik Elektro, Teknik Informatika, dan Teknik Gambar Bangunan, dan Teknik Pengelasan yang diampu oleh kurang lebih 80 guru dan masing-masing guru mengampu sesuai dengan kompetensi yang dimilikinya. Rata-rata untuk guru yang mengampu mata diklat berlatar pendidikan S1 (sarjana) sedangkan untuk karyawan rata-rata lulusan SMA. Disamping itu ada beberapa guru yang mengambil S2, dan banyak guru senior di bidangnya.

Salah satu tahapan untuk menjangking potensi siswa adalah penerimaan peserta diklat baru. Penerimaan peserta didik baru (PPDB) merupakan hal yang rutin dilakukan oleh pihak sekolah setiap tahun ajaran baru. Penjangkingan bibit-bibit unggul dari wilayah sekitar sekolah, untuk mendapatkan siswa-siswa yang kompeten dalam bidang kejuruan dan teknologi. Siswa baru yang diterima di SMK 1 Sedayu perlu untuk mendapatkan “pandangan pertama” tentang hal-hal yang akan mereka hadapi selama mereka menjadi siswa. Orientasi terhadap siswa dimaksudkan sebagai pemberian wawasan kepada siswa baru agar mereka mengetahui kondisi dan situasi sekolah, peraturan-peraturan yang berlaku, serta aturan mainnya.

Kegiatan belajar di bengkel merupakan kegiatan yang banyak dilakukan oleh siswa SMK. Kegiatan di bengkel diharuskan untuk sangat berhati-hati, berdisiplin dan mengikuti aturan yang sudah ada untuk menjaga keselamatan kerja siswa itu sendiri ataupun peralatan yang ada di bengkel. Untuk lebih mencermati tentang keselamatan kerja diperlukan sosialisasi K3 pada siswa SMK.

#### **4. Kegiatan Siswa**

Kegiatan kesiswaan yang dilaksanakan di SMK 1 Sedayu adalah OSIS, Pramuka, Pleton Inti, KKI, Rohis, Beladiri, Olah raga, KIR, Kesenian dan PMR. Semua kegiatan itu dimaksudkan agar siswa mampu meningkatkan potensi dan bakat jasmani, intelektual, dan kerohaniannya.

Sedangkan pada hari senin (dua minggu sekali) seluruh siswa, guru dan karyawan SMK 1 Sedayu melaksanakan upacara bendera. Upacara bendera disini dimaksudkan untuk mengenang jasa-jasa para pahlawan yang telah berkorban harta dan nyawanya untuk kemerdekaan bangsa ini. Oleh karenanya pelaksanaan upacara ini perlu dilaksanakan dengan khidmat dan baik sehingga para petugas upacara perlu mendapatkan pengarahan dan petunjuk untuk melakukan tugasnya dengan baik.

Kegiatan ekstrakurikuler khususnya olahraga yang dilaksanakan di sekolah mempunyai tujuan untuk menyalurkan bakat-bakat yang dimiliki oleh siswa untuk bisa lebih ditingkatkan. Kegiatan ini meliputi ekstra bola volley, basket dan sepakbola. Untuk meningkatkan gairah berolahraga maka setelah dilakukan latihan dalam ekstrakurikuler juga diperlukan kompetisi untuk melihat hasil latihan siswa.

Kebersihan dan keindahan lingkungan sekolah mutlak diperlukan untuk menjaga kenyamanan melaksanakan kegiatan belajar mengajar. Kebersihan kelas dan kebersihan lingkungan harus benar-benar dijaga oleh seluruh warga SMK 1 Sedayu. Untuk itu perlu diadakan kegiatan kegiatan untuk menjaga kebersihan maupun memperindah sekolah oleh seluruh warga sekolah Untuk kegiatan yang terakhir memang sudah rutin dilaksanakan oleh warga sekolah setiap satu bulan sekali, tetapi harus lebih digiatkan lagi.

Keharmonisan hubungan antara sekolah dan masyarakat sekitar adalah salah satu kunci keberhasilan sekolah untuk mencapai visi dan misinya. Masyarakat akan memberikan dukungan yang positif kepada sekolah apabila sekolah juga memberikan hal-hal yang baik kepada masyarakat

sekitar. Untuk lebih menjaga hubungan itu maka perlu diadakan bakti sosial dari sekolah kemasyarakatan sehingga masyarakat merasa diperhatikan oleh sekolah dan mendapatkan hal-hal yang baik dari keberadaan SMK Negeri 1 Sedayu.

## **B. Perumusan Program dan Perancangan Kegiatan PPL**

Program PPL ini merupakan bagian dari mata kuliah yang berbobot 3 SKS dan harus ditempuh oleh mahasiswa kependidikan. Mahasiswa diarahkan untuk mengajar dengan minimal 4 RPP atau 4 kali pertemuan dengan materi yang berbeda sebagaimana yang ada dalam buku panduan PPL UNY 2015. Materi yang ada meliputi program mengajar teori dan praktik di kelas yang dikontrol oleh guru pembimbing masing-masing. Rancangan kegiatan PPL ini disusun setelah mahasiswa melakukan observasi di kelas sebelum maupun sesudah penerjungan PPL yang bertujuan mengamati kegiatan guru dan siswa di kelas, serta lingkungan sekitar dengan maksud agar pada saat PPL nanti mahasiswa siap diterjunkan untuk praktik mengajar dalam periode bulan Agustus sampai September 2015. Program tersebut diantaranya :

### **1. Bimbingan dengan guru pembimbing dan DPL PPL**

Meminta bimbingan dan arahan dari guru pembimbing dan DPL PPL dalam pelaksanaan PPL mulai dari persiapan mengajar sampai penyusunan laporan. Bimbingan dengan guru mata pelajaran dilakukan sebelum melakukan praktik mengajar dan penyusunan RPP. Sedangkan bimbingan dengan DPL PPL dilakukan setiap minggu sekali atau minimal 4 kali.

### **2. Penyusunan perangkat persiapan pembelajaran**

Sebelum melakukan praktik mengajar terbimbing ataupun mandiri disusun perangkat pembelajaran seperti silabus dan pengembangan rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) agar ketika mengajar memiliki pedoman yang dapat dijadikan patokan.

### **3. Praktik mengajar terbimbing**

Melakukan praktik mengajar terbimbing dengan guru mata pelajaran PJOK agar dapat dievaluasi cara mengajar apakah sudah layak atau belum. Jika sudah layak, maka dapat melakukan praktik mengajar secara mandiri. Praktik mengajar terbimbing atau mandiri dilakukan minimal 4 kali selama PPL.

#### **4. Menyusun dan mengembangkan alat evaluasi**

Untuk memperoleh nilai siswa, maka perlu disusun alat evaluasi mulai dari penentuan teknik penilaian, bentuk instrumen, melakukan analisis butir soal, mengolah nilai siswa, hingga diperoleh nilai akhir siswa yang nantinya diserahkan ke guru mata pelajaran ekonomi. Evaluasi dilakukan setiap selesai KD.

#### **5. Menerapkan inovasi pembelajaran**

Dalam pembelajaran tidak selalu hanya menerapkan *teacher-center* tetapi juga perlu menerapkan *student-center*. Maka dipilih materi yang sekiranya tidak terlalu sulit untuk dipelajari siswa secara *cooperative learning* maupun dengan metode pembelajaran inovatif yang lainnya. Paling tidak dalam sekali masuk menggunakan metode yang berbeda supaya siswa tidak bosan.

#### **6. Mempelajari administrasi guru**

Mempelajari administrasi guru meliputi buku kerja guru 1, 2, 3. Buku kerja guru meliputi SK dan KD, perhitungan jam efektif, program tahunan, program semester, silabus, dan RPP. Buku kerja guru 2 meliputi pemetaan SK-KD, kode etik guru dan ikrar guru, kalender pendidikan sekolah, program tahunan, dan program semester. Sedangkan untuk buku kerja guru 3 meliputi daftar hadir, daftar nilai, analisis hasil ulangan / belajar, program dan pelaksanaan perbaikan dan pengayaan, daftar buku pegangan / sumber belajar (guru dan siswa), dan kumpulan soal ulangan harian. Mempelajari administrasi guru dilakukan di awal ketika akan mulai menyusun silabus dan RPP.

#### **7. Pengembangan media pembelajaran**

Pengembangan media pembelajaran yang mendukung proses KBM dibuat berdasarkan hasil observasi. Setiap kelas belum

semuanya terdapat LCD dan *viewer* sehingga untuk pembelajaran menggunakan power poin tidak bisa setiap saat dilakukan. Untuk itu harus mempersiapkan media lain pengganti power poin.

#### **8. Penyusunan laporan**

Penyusunan laporan PPL yang akan diserahkan kepada DPL PPL dan guru pembimbing. Laporan dimulai dari penerjunan PPL sampai penarikan di sekolah.

## **BAB II**

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

#### **A. Persiapan**

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dilaksanakan mulai tanggal 10 Agustus 2015 sampai dengan 12 September 2015. Sebelum mahasiswa diterjunkan dilapangan untuk melaksanakan PPL, ada serangkaian persiapan yang dilakukan guna mendukung terlaksananya program kerja PPL. Beberapa persiapan menyangkut PPL telah dilakukan baik oleh DPL selaku koordinator maupun mahasiswa selaku peserta kegiatan PPL. Beberapa persiapan tersebut antara lain:

##### **1. Observasi**

Sebelum mahasiswa melaksanakan PPL disekolah sasaran, terlebih dahulu dilakukan observasi baik observasi pembelajaran, observasi siswa, observasi kondisi sekolah, dan observasi lembaga. Penyusunan melakukan observasi sekolah pada tanggal 1 Maret 2015 dan observasi kelas juga pada tanggal 1 Maret 2015. Dengan adanya observasi ini diperoleh permasalahan apa yang sekiranya nanti akan dicarikan solusinya melalui penyusunan program kerja PPL.

##### **2. Pembelajaran Mikro**

Pembelajaran mikro diselenggarakan dalam rangka memantapkan kompetensi dasar mengajar dengan kondisi kelas atau siswa yang sesungguhnya. Pembelajaran mikro dilakukan pada saat semester 6 yang mempunyai bobot 2 sks. Mata kuliah *micro teaching* ini bersifat wajib lulus dengan nilai minimal B sebagai syarat nantinya mengikuti PPL pada semester khusus. Praktik pengajaran mikro berusaha mengkondisikan mahasiswa memiliki profil dan penampilan yang mencerminkan penguasaan empat kompetensi, yakni: pedagogik, kepribadian, sosial, dan profesional. Banyaknya latihan/praktik bagi setiap mahasiswa minimal 8 kali dengan memperhatikan tingkat kualitas pencapaian kompetensi mahasiswa.

Praktik pengajaran mikro meliputi latihan menyusun RPP, latihan penguasaan kompetensi dasar mengajar terbatas, latihan penguasaan kompetensi dasar mengajar secara terpadu, serta latihan penguasaan kompetensi kepribadian sosial. Pengajaran mikro dibatasi dalam aspek-aspek: jumlah siswa perkelompok 8-12 mahasiswa dibimbing oleh 2 dosen, materi pelajaran, alokasi waktu 10-25 menit, dan kompetensi yang dilatihkan.

### **3. Pembekalan PPL**

Sebelum pelaksanaan PPL, mahasiswa memperoleh pembekalan yang dilaksanakan dikampus UNY. Pembekalan diberikan oleh DPL DPL yang dilaksanakan dalam kelompok kecil sesuai daftar bimbingan mahasiswa PPL. Materi pembekalan meliputi pengembangan wawasan mahasiswa, pelaksanaan pendidikan yang relevan dengan kebijakan-kebijakan baru bidang pendidikan, dan materi yang terkait dengan teknis PPL.

## **B. Pelaksanaan Kegiatan PPL**

### **Kegiatan PPL Individu**

Berikut ini adalah pelaksanaan PPL individu jurusan Pendidikan Ekonomi :

#### **1. Program pengadaan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran**

Bentuk kegiatan :

Mengadakan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran pertemuan 1 sampai dengan pertemuan 4

Tujuan : sebagai bahan pedoman mengajar Kegiatan Belajar Mengajar

Sasaran : guru PJOK

Tempat : Ruang PPL UNY

Sumber dana : Mahasiswa

Waktu : Agustus – September 2015

Koordinator : Claudia Megawati Suyanto

Rincian :

a. Persiapan

Mencari sumber-sumber pembelajaran baik yang ada di Perpustakaan Sekolah maupun yang ada di internet menggunakan *wifi* sekolah. Mencari sumber dan ide lain perihal metode pembelajaran sehingga siswa nantinya tidak bosan.

b. Pelaksanaan

Pelaksanaan pengadaan atau pembuatan RPP dilaksanakan ketika ada waktu luang setiap harinya dari bulan Agustus hingga September 2015.

c. Analisis hasil

Dengan adanya pengadaan RPP maka pembelajaran baik untuk mahasiswa maupun guru maka dapat menjadi acuan dan metode / model pembelajaran baru bagi guru.

### **Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)**

Setelah dilakukan berbagai persiapan, mahasiswa mulai diterjunkan ke sekolah untuk pelaksanaan PPL. Dalam kesempatan ini, penyusun mendapat kesempatan untuk melaksanakan PPL di SMK N 1 Sedayu, mengajar di kelas XI TGB, XI TKR C, XI TKR D dan dengan guru pembimbing Bapak Marjito, S.Pd. Kegiatan PPL yang telah dilaksanakan adalah sebagai berikut:

#### **1. Bimbingan dengan guru pembimbing dan DPL PPL**

Sebelum melakukan praktik mengajar, penyusun mengkonsultasikan segala persiapan mengajar kepada guru pembimbing mata pelajaran PJOK Bapak Marjito. Bimbingan meliputi RPP, metode yang akan digunakan, serta media yang digunakan dalam pembelajaran.

Sedangkan bimbingan dengan DPL PPL, yaitu Ermawan Susanto, M.Pd lebih pada pelaksanaan PPL apakah menemui kendala atau tidak. Bimbingan juga dilakukan dalam penyusunan laporan PPL. Selama PPL, DPL PPL memberikan bimbingan sebanyak empat kali di lokasi. Serta bimbingan setiap saat melalui sms atau telepon jika sangat mendesak.

#### **2. Penyusunan perangkat persiapan pembelajaran (RPP)**

Penyusun mendapat kesempatan untuk mengajar di kelas XI TGB, XI TKR C, XI TKR D maka RPP yang disusun juga menyesuaikan selama PPL. Penyusun menyiapkan RPP dengan SK dan KD yang selanjutnya dikembangkan menjadi 4 RPP.

Sebelum melaksanakan praktik mengajar, praktikan membuat RPP sesuai dengan kompetensi yang akan diajarkan. Hal ini tercantum dalam RPP terdiri dari: Standar Kompetensi, Kompetensi Dasar, Tujuan Pembelajaran, Metode Pembelajaran, Langkah-Langkah Pembelajaran, Sumber, alat, dan bahan. Untuk format RPP disesuaikan dengan kurikulum KTSP

### **3. Praktik mengajar terbimbing**

Praktik mengajar terbimbing yaitu praktik mengajar dengan didampingi guru pembimbing. Guru pembimbing memberikan evaluasi terkait dengan pengajaran yang dilakukan oleh mahasiswa. Evaluasi yang diberikan guru pembimbing lebih kepada cara menghadapi siswa.

Dalam melaksanakan praktik mengajar praktikan menerapkan seluruh keterampilan mengajar yang dimiliki dan menyesuaikan diri dengan lingkungan pembelajaran di SMK N 1 Sedayu. Untuk menyampaikan materi di depan kelas, praktikan melalui beberapa proses pembelajaran yaitu:

#### **a. Membuka pelajaran**

Tujuan membuka pelajaran adalah agar siswa siap untuk memperoleh bahan ajar. Baik secara fisik maupun secara mental. Membuka pelajaran meliputi beberapa kegiatan berikut:

- 1) Membuka pelajaran dengan salam dan doa
- 2) Mempresensi siswa
- 3) Apersepsi bahan ajar
- 4) Menyampaikan tujuan yang akan dicapai dan metode yang digunakan

#### **b. Menyampaikan materi pelajaran**

Agar penyampaian materi dapat berjalan dengan lancar, maka guru harus menciptakan suasana kelas yang kondusif. Metode yang digunakan adalah ceramah, tanya jawab, *cooperatif learning think talk write*, *investigating group*, dan diskusi kelompok.

c. Penggunaan bahasa

Selama mengajar, praktikan menggunakan bahasa yang komunikatif yaitu bahasa Indonesia. Bahasa yang digunakan dipilih kata-kata yang sekiranya mudah dipahami siswa agar lebih mudah menangkap materi pelajaran.

d. Penggunaan waktu

Satu kali pertemuan untuk mata pelajaran PJOK adalah 3x45 menit. Gerak selama di lapangan praktikan melakukan gerak sangat banyak karena ketika ada siswa yang melakukan kesalahan praktikan langsung memberikan koreksi terhadap semuanya sehingga semakin banyak kesalahan semakin banyak gerak yang dilakukan.

e. Cara memotivasi siswa

Ada dua cara yang bisa dilakukan dalam memotivasi siswa, yaitu secara verbal atau non verbal. Secara verbal, bisa dengan ungkapan, “bagus”, “tepat sekali”, “cerdas”, “pertanyaan yang bagus”.

Sedangkan nonverbal, praktikan mengajak siswa lain untuk bertepuk tangan ataupun menunjukkan dua jempol untuk siswa yang menjawab pertanyaan dengan benar.

f. Teknik bertanya

Teknik bertanya yang dilakukan adalah memberikan pertanyaan yang bersifat melacak seberapa jauh pemahaman siswa tentang materi. Pertanyaan disampaikan terlebih dahulu, kemudian memberikan kesempatan kepada siswa yang ingin menjawab, maka ditunjuk salah seorang siswa. Siswa yang menjawab dengan benar mendapat penguatan dari praktikan, sedangkan siswa yang menjawab kurang benar akan diluruskan jawabannya.

g. Teknik penguasaan kelas

Teknik penguasaan kelas dilakukan dengan cara menegur ataupun memberikan pertanyaan kepada siswa yang ramai atau kurang fokus. Praktikan juga harus selalu memantau apakah siswa mengikuti jalannya pembelajaran atau tidak. Komunikasi antara guru dan siswa yang baik akan membuat pembelajaran berjalan dengan lancar.

h. Penggunaan media

Praktikan berupaya memanfaatkan segala sarana yang ada di dalam kelas. Praktikan juga menyiapkan LCD, rol kabel, dan media pembelajaran dalam bentuk power point. Ketika di lapangan praktikan menggunakan Tablet 7 inci untuk memberikan gambaran yang nyata kepada siswa. Dengan penggunaan media tersebut, siswa menjadi lebih memahami materi secara kontekstual berdasarkan gambar dan data yang disajikan.

i. Bentuk dan cara evaluasi

Praktikan melakukan penilaian proses dan hasil pembelajaran. Penilaian proses dilakukan ketika pembelajaran sedang berlangsung, sedangkan penilaian hasil, dilihat dari nilai tugas dan ulangan harian siswa. Teknik penilaian bisa tes ataupun non tes tergantung materi yang diberikan.

j. Menutup pelajaran

Praktikan bersama siswa membuat kesimpulan dari pembelajaran yang telah dilakukan melalui pertanyaan yang diberikan guru kepada siswa. Di penutupan juga diberikan refleksi dengan memberikan tanggapan apakah siswa sudah cukup paham atau belum. Praktikan juga menyampaikan pesan kepada siswa tentang materi selanjutnya dan pertemuan ditutup dengan berdoa dan salam.

Adapun metode yang digunakan dalam praktik mengajar adalah sebagai berikut:

a. Ceramah dan tanya jawab

Metode ini digunakan untuk menyampaikan materi yang memerlukan uraian atau penjelasan dan memuat konsep/pengertian. Tanya jawab selalu dilakukan untuk memunculkan keaktifan siswa.

b. Diskusi kelompok

Siswa juga perlu dilatih untuk bekerja sama dalam satu kelompok untuk mendiskusikan suatu permasalahan yang perlu dicarikan solusinya. Praktikan menerapkan metode diskusi untuk materi Proses produksi kerajinan dari bahan lunak di wilayah setempat. Kemudian hasil diskusi di presentasikan di depan teman-teman yang lain. Siswa yang tidak presentasi diberikan kesempatan untuk bertanya jika ada pertanyaan yang kurang jelas dari penyaji.

Selama PPL, penyusun melakukan praktik mengajar terbimbing dan mandiri sebanyak 14 kali. Berikut ini agenda mengajar yang telah dilakukan:

<b>No</b>	<b>Hari/ tanggal</b>	<b>Kelas</b>	<b>Jam ke</b>	<b>Materi yang disampaikan</b>	<b>Kegiatan pembelajaran</b>
1.	Selasa, 11 Agustus 2015	XI TGB	1,2,3	Bola Basket	Materi yang diajarkan adalah permainan Bola Basket. Siswa dibagi menjadi dua kelompok untuk bermain Bola Basket dengan peraturan yang dimodifikasi.
2.	Rabu, 12 Agustus 2015	XI TKR D	1,2,3	Bola Basket	Materi yang diajarkan adalah permainan Bola Basket. Siswa dibagi menjadi dua kelompok untuk bermain Bola Basket dengan peraturan yang

					dimodifikasi.
3.	Sabtu, 15 Agustus 2015	XI TKR C	4,5,6	Bola Basket	Materi yang diajarkan adalah permainan Bola Basket. Siswa dibagi menjadi dua kelompok untuk bermain Bola Basket dengan peraturan yang dimodifikasi.
4.	Selasa, 18 Agustus 2015	XI TGB	1,2,3	Bola Volly	Materi yang diajarkan adalah permainan Bola Volly. Siswa dibagi menjadi dua kelompok untuk bermain Volly sesuai dengan peraturan yang dimodifikasi.
5.	Rabu, 19 Agustus 2015	XI TKR D	1,2,3	Bola Volly	Materi yang diajarkan adalah permainan Bola Volly. Siswa dibagi menjadi dua kelompok untuk bermain Volly sesuai dengan peraturan yang dimodifikasi.
6.	Sabtu, 22 Agustus 2015	XI TKR C	4,5,6	Bola Volly	Materi yang diajarkan adalah permainan Bola Volly. Siswa dibagi menjadi dua kelompok untuk bermain Volly sesuai dengan

					peraturan yang dimodifikasi.
7.	Selasa, 25 Agustus 2015	XI TGB	1,2,3	Sepak Bola	Materi passing dengan kaki bagian dalam. Siswa membentuk lingkaran kemudian dua orang berada di lingkaran sebagai kucing untuk merebut bola.
8.	Rabu, 26 Agustus 2015	XI TKR D	1,2,3	Sepakbola	Materi passing dengan kaki bagian dalam. Siswa membentuk lingkaran kemudian dua orang berada di lingkaran sebagai kucing untuk merebut bola.
9.	Sabtu, 29 Agustus 2015	XI TKR C	4,5,6	Sepakbola	Materi passing dengan kaki bagian dalam. Siswa membentuk lingkaran kemudian dua orang berada di lingkaran sebagai kucing untuk merebut bola.
10.	Selasa, 1 September 2015	XI TGB	1,2,3	Kesehatan Olahraga	Siswa di jelaskan bagaimana cara Hidup sehat dan cara untuk mengisi waktu luang

					yang baik dengan tujuan menanamkan Cara Hidup Sehat pada siswa.
11.	Rabu, 2 September 2015	XI TKR D	1,2,3	Kesehatan Olahraga	Siswa di jelaskan bagaimana cara Hidup sehat dan cara untuk mengisi waktu luang yang baik dengan tujuan menanamkan Cara Hidup Sehat pada siswa.
12.	Sabtu, 5 September 2015	XI TKR C	4,5,6	Kesehatan Olahraga	Siswa di jelaskan bagaimana cara Hidup sehat dan cara untuk mengisi waktu luang yang baik dengan tujuan menanamkan Cara Hidup Sehat pada siswa.
13.	Selasa, 8 September 2015	XI TGB	1,2,3	Remidi Sepak Bola	Siswa yang belum memenuhi kriteria penilaian untuk shooting dalam permainan Sepak Bola diberi kesempatan untuk remidi.
15	Rabu, 9 September 2015	XI TKR D	1,2,3	Remidi Sepak Bola	Siswa yang belum memenuhi kriteria penilaian untuk shooting dalam permainan Sepak Bola

					diberi kesempatan untuk remidi.
--	--	--	--	--	---------------------------------

### **Menerapkan inovasi pembelajaran**

Dalam pelaksanaan PPL, penyusun mencoba menyisipkan berbagai penyusun mencoba menerapkan *TGFU* atau *Teaching Games For Understanding*. Dengan menggunakan model pembelajaran TGFU maka modifikasi permainan menjadi makanan sehari-hari. Pendekatan taktik juga dilakukan karena dengan waktu yang sangat pendek untuk melatih teknik adalah cara yang kurang efektif.

#### **4. Pengembangan media pembelajaran**

Tersedianya LCD dan *viewer* yang terdapat disekolah sangat mendukung untuk penggunaan media powerpoint sehingga dapat memperlancar kegiatan pembelajaran. Hampir semua materi yang disampaikan tersedia media pembelajaran dalam bentuk powerpoint. Ketika di lapangan praktikan menggunakan Tablet 7 inci untuk memberikan gambaran secara nyata dalam bentuk video. Siswa juga menjadi sangat terbantu dengan adanya media tersebut karena media yang dibuat lebih kontekstual dengan menampilkan gambar dan data yang mendukung.

### **C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi**

Praktik mengajar merupakan inti dari kegiatan PPL selama mahasiswa terjun dilapangan. Dalam melaksanakan PPL di SMK N 1 Sedayu praktikan mulai mengajar tanggal 11 Agustus 2015 dan berakhir tanggal 12 September 2015. Dalam melaksanakan PPL ini banyak sekali faktor-faktor yang mendukung dan menghambat proses dalam PPL, diantaranya:

#### **1. Faktor pendukung**

Dalam pelaksanaan praktik mengajar terdapat beberapa faktor pendukung yang dapat memperlancar proses belajar mengajar antara lain faktor pendukung dari guru pembimbing, siswa, dan sekolah.

- a. Interaksi yang baik antara praktikan dengan seluruh warga sekolah sehingga lebih mudah dalam melaksanakan PPL
- b. Dukungan dan bantuan dari berbagai pihak yang membantu kelancaran PPL seperti teman satu jurusan, kelompok KKN, dosen pembimbing selama pelaksanaan PPL
- c. Partisipasi siswa yang sangat baik dalam setiap kegiatan pembelajaran sehingga bisa membantu kelancaran praktikan dalam mengajar.
- d. Besarnya perhatian pihak SMK N 1 Sedayu kepada praktikan juga sangat membantu kelancaran kegiatan praktik mengajar baik dalam penyediaan sarana dan prasarana yang sangat membantu pelaksanaan PPL.

## **2. Faktor penghambat**

Selama kegiatan praktik belajar-mengajar, praktikan tidak mengalami hambatan yang berarti karena semua pihak yang terlibat dalam proses belajar mengajar mendukung dan berperan dalam keberhasilan praktikan. Hambatan yang dialami oleh praktikan selama mengajar adalah:

- a. Observasi yang dilakukan kurang menyeluruh sehingga perumusan program kerja PPL ada yang tidak terlaksana. Solusi yang dilakukan yaitu dengan seiring waktu pelaksanaan dirumuskan kembali program kerja yang sekiranya dibutuhkan oleh siswa khususnya.
- b. Saat jam pelajaran ada beberapa siswa yang minta izin untuk mengikuti kegiatan lain sehingga siswa tersebut bisa ketinggalan materi pelajaran dibandingkan siswa yang lain. Solusinya yaitu dengan pemberian bimbingan kepada siswa diluar jam pelajaran.

Pelaksanaan program PPL secara keseluruhan berjalan sesuai dengan apa yang sudah direncanakan. Praktikan dapat menjalankan semua tugas mengajarnya dengan baik dan sesuai dengan harapan. Dengan adanya praktik mengajar, praktikan mempunyai bekal pengalaman yang cukup untuk

menjadi calon guru. Manfaat yang dapat diambil dari kegiatan PPL antara lain:

1. Menambah pengalaman mahasiswa tentang proses pembelajaran disekolah.
2. Memperoleh pengalaman dalam mengatasi permasalahan pembelajaran dan pendidikan yang disekolah
3. Memperoleh pengalaman dan ketrampilan untuk melaksanakan pembelajarana disekolah
4. Kegiatan PPL dapat memberikan kegiatan nyata dari kondisi dan situasi lingkungan yang ada untuk menghadapi lingkunga kerja di masa mendatang.

## **BAB III**

### **PENUTUP**

#### **A. KESIMPULAN**

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan sarana yang paling tepat bagi mahasiswa jurusan kependidikan untuk bisa mengaplikasikan ilmu yang diperoleh dibangku perkuliahan ke sekolah. PPL yang mempunyai kegiatan yang terkait dengan proses pembelajaran maupun kegiatan yang mendukung berlangsungnya pembelajaran dapat memberikan pengalaman belajar bagi mahasiswa terutama dalam hal pengalaman mengajar, memperluas wawasan, pelatihan dan pengembangan kompetensi yang diperlukan dalam pembelajaran, peningkatan keterampilan, kemandirian, tanggung jawab, dan kemampuan dalam memecahkan masalah.

Pelaksanaan PPL yang dilaksanakan di SMK N 1 Sedayu dapat berjalan lancar seperti terhitung sejak 10 Agustus – 12 September 2015. Berdasarkan pelaksanaan PPL di SMK N 1 Sedayu maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan suatu sarana untuk mengembangkan suatu sikap, pengetahuan, mental, dan keterampilan mahasiswa sebagai calon pendidik. Dalam program ini mahasiswa berhadapan langsung dengan dunia pendidikan dimana terdapat karakteristik yang berbeda baik dari siswa, guru, maupun lingkungan.
2. Kegiatan PPL akan memberikan bekal pengalaman bagi mahasiswa kelak jika ingin menjadi guru yang profesional dan lebih kreatif, inovatif dan percaya diri dalam pelaksanaan pembelajaran.
3. Tidak bisa dipungkiri bahwa kondisi sekolah (fisik dan nonfisik) serta sarana prasarana yang sangat mendukung di SMK N 1 Sedayu dapat membantu kelancaran pelaksanaan PPL bagi praktikan.
4. Melalui pelaksanaan PPL dapat diperoleh gambaran situasi dan kondisi yang nyata yang terjadi di lapangan yaitu SMK N 1 Sedayu.

5. Pelaksanaan PPL tidak akan berjalan lancar tanpa ada kerja sama yang baik antara praktikan, siswa, guru, dosen pembimbing, dan warga sekolah lainnya.
6. Secara umum program kerja dapat berjalan lancar walaupun masih ada kekurangan dalam hal hubungan yang baik antara pihak sekolah dan mahasiswa sangat membantu kelancaran pelaksanaan PPL.

## **B. SARAN**

Demi mewujudkan pelaksanaan program PPL yang akan dapat membawa hasil yang lebih baik di masa yang akan datang, yang sekiranya mendapat perhatian sehubungan dengan pelaksanaan PPL adalah sebagai berikut.

### **1. Bagi pihak Universitas Negeri Yogyakarta**

- a. Pihak LPPMP seharusnya lebih memantau pelaksanaan PPL di sekolah yang dijadikan tempat program PPL berlangsung agar kesalahan dalam pelaksanaan PPL dapat diminimalisasi.
- b. Pemberian informasi yang jelas terkait pelaksanaan PPL, dan formay penyusunan laporan PPL agar mahasiswa yang melakukan PPL tidak mengalami kesulitan
- c. Koordinasi antara universitas dan pihak sekolah perlu ditingkatkan
- d. Pembekalan terhadap mahasiswa PPL terkait dengan proses pembelajaran perlu ditingkatkan
- e. Bimbingan dan pengarahan bagi mahasiswa PPL dari dosen pembimbing lapangan (DPL) PPL sebaiknya lebih ditingkatkan
- f. Pelaksanaan PPL sebaiknya diperpanjang waktunya bukan hanya dua setengah bulan, agar mahasiwa benar benar mendapatkan pengalaman yang bermanfaat bagi profesinya sebagai calon pendidik.

### **2. Bagi mahasiswa PPL angkatan selanjutnya**

- a. Hendaknya mempersiapkan diri sebaik-baiknya secara fisik maupun mental, pengetahuan/penguasaan materi dan keterampilan agar dapat melaksanakan program dengan baik.

- b. Persiapan PPL (*microteaching*, observasi, dan pembekalan PPL) sebaiknya diikuti dengan sebaik-baiknya karena kegiatan tersebut sangat bermanfaat dan membantu dalam pelaksanaan PPL
- c. Mahasiswa PPL sebaiknya selalu disiplin dan tanggung jawab dari pelaksanaan PPL hingga penyusunan laporan.
- d. Mahasiswa yang sedang melaksanakan PPL hendaknya selalu menjaga hubungan yang baik antara pihak mahasiswa, sekolah, universitas agar pelaksanaan program PPL dapat berjalan dengan lancar.
- e. Dalam melaksanakan praktik mengajar digunakan metode-metode pembelajaran yang sekiranya dapat menarik minat siswa untuk belajar tanpa mengurangi tujuan yang hendak dicapai.

**3. Bagi pihak SMK N 1 Sedayu**

- a. Hendaknya pihak sekolah melakukan monitoring secara lebih intensif terhadap proses kegiatan PPL yang berada dibawah naungan guru yang bersangkutan agar kesalahan bisa diminimalisasi
- b. Program-program yang telah dilaksanakan oleh mahasiswa PPL sebaiknya dapat ditindaklanjuti demi kemajuan sekolah.
- c. Promosi sekolah harus lebih ditingkatkan lagi, supaya keunggulan dari SMK N 1 Sedayu dapat lebih dikenal dan supaya lebih banyak lagi peminatnya.
- d. Meningkatkan kepedulian dan perhatian terhadap kegiatan ekstra kurikuler khususnya dalam bidang olahraga yang sebenarnya banyak menyimpan potensi-potensi atlet berbakat.

## DAFTAR PUSTAKA

Tim penyusun. 2015. *Panduan PPL*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta


Tim penyusun. 2015. *Panduan pengajaran mikro*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta

## LAMPIRAN

- **LAMPIRAN 1**
  - Matriks



- Kartu Bimbingan



**KARTU BIMBINGAN PPL/MAGANG III DI SEKOLAH/ LEMBAGA**  
**PUSAT PENGEMBANGAN PPL DAN PKL**  
**LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN (LPMP) UNY**  
**TAHUN 2015**

**F04**  
UNTUK MAHASISWA

---

Nama Sekolah/ Lembaga : SMK N 1 SEDAYU  
 Alamat Sekolah/ Lembaga : Kemusu, Sedayu, Bantul Fax/ Telp. Sekolah/Lembaga :  
 Nama DPL PPL/ Magang III : Ermanan Susanto, M.Pd  
 Prodi / Fakultas DPL PPL/ Magang III : PJKR  
 Jumlah Mahasiswa PPL/ Magang III : 230 Mahasiswa


No	Tgl. Kehadiran	Jml Mhs	Materi Bimbingan	Keterangan	Tanda Tangan DPL/PPL/ Magang III
1	18 Agustus 2015	2	Penyusunan RPP & TM mingguan		
2	25 Agustus 2015	2	Penyediaan Sarpras Penjas		
3	5 SEPTEMBER 2015	2	Persiapan Penyusunan Laporan		
4	12 SEPTEMBER 2015	2	Penarikan dan Laporan		

**PERHATIAN :**

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

Mengetahui,  
 Kepala Sekolah / Lembaga Mhs PPL/ Magang III Prodi PJKR  
  
 Ermanan Susanto, M.Pd  
 NIP. 1987603 101

- Laporan Mingguan



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL**

**F02**  
Untuk Mahasiswa

---

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMK N 1 SEDAYU NAMA MAHASISWA : CLAUDIA MEGAWATI SUYANTO  
 ALAMAT SEKOLAH : Kemusu, Argomulyo, Sedayu, Bantul NO. MAHASISWA : 12601241068  
 GURU PEMBIMBING : MARJITO, S.Pd FAK/JUR/PRODI : FIK / POR/ PJKR  
 DOSEN PEMBIMBING : ERMAWAN SUSANTO, M.Pd

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	SENIN 10 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>~ Penertunan PPL di SMK N 1 Sedayu, Bantul</li> <li>~ upacara bendera</li> <li>~ Diskusi cara mengajar dengan Guru Pembimbing</li> <li>~ membuat RPP</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>~ Penyerahan 30 mahasiswa dan mahasiswa dari UNY ke pihak SMK N 1 Sedayu</li> <li>~ upacara berjalan lancar dan pengesahan 30 mahasiswa PPL kepada seluruh peserta upacara</li> <li>~ mengetahui kelas apa saja yang di ajar</li> <li>~ membuat RPP Permainan bola basket</li> </ul>		

Dosen Pembimbing Lapangan,  
  
 Ermanan Susanto, M.Pd  
 NIP. 197807022002121004

Mengetahui,  
 Guru Pembimbing,  
  
 Marjito, S.Pd  
 NIP. 19560221984011001

Bantul, 10 Agustus 2015  
 Mahasiswa  
  
 Claudia Mega  
 NIM. 12601241668



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMK N 1 SEDAYU  
ALAMAT SEKOLAH : Kemusuk, Argomulyo, Sedayu, Bantul  
GURU PEMBIMBING : MARJITO, S.Pd

NAMA MAHASISWA : CLAUDIA MEGAWATI SUYANTO  
NO. MAHASISWA : 12601241068  
FAK/JUR/PRODI : FIK / POR/ PJKR  
DOSEN PEMBIMBING : ERMAWAN SUSANTO, M.Pd

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
2	SEIASA, 11 AGUSTUS 2015	~ Mengajar Terbimbing  ~ Membahas RPP dengan Guru Pembimbing  ~ Evaluasi dan diskusi cara mengajar per-tama kali dengan guru pembimbing	~ Mengajar Kelas XI TEB dengan materi permainan bola basket  ~ membuat RPP  ~ mengoreksi cara penyampaian bicara ke peserta didik		
3	PABU, 12 AGUSTUS 2015	~ Mengajar Terbimbing	~ Mengajar Kelas XI TEB D dengan materi permainan bola basket		

Bantul, 11 AGUSTUS 2015

Dosen Pembimbing Lapangan,

Ermawan Susanto, M.Pd  
NIP. 197807022002121004

Mengetahui,  
Guru Pembimbing,  
  
Marjito, S.Pd  
NIP. 19560221984011001

Mahasiswa  
  
Claudia Mega  
NIM. 12601241068



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMK N 1 SEDAYU  
ALAMAT SEKOLAH : Kemusuk, Argomulyo, Sedayu, Bantul  
GURU PEMBIMBING : MARJITO, S.Pd

NAMA MAHASISWA : CLAUDIA MEGAWATI SUYANTO  
NO. MAHASISWA : 12601241068  
FAK/JUR/PRODI : FIK / POR/ PJKR  
DOSEN PEMBIMBING : ERMAWAN SUSANTO, M.Pd

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
4.	KAMIS, 13 AGUSTUS 2015	~ Diskusi evaluasi mengajar terbimbing  ~ Mengajar piket di Perpustakaan	~ Permalihan saat pembuka terlalu lama  ~ mencari sampul buku dan mengesep buku.		
5.	JUMAT, 14 AGUSTUS 2015	~ Mengajar piket di TU	~ membuat format Catatan kegiatan untuk ijin pulang dan catatan daftar tamu		
6.	SABTU, 15 AGUSTUS 2015	~ Mengajar Terbimbing	~ mengajar kelas XI TEB C dengan materi permainan bola basket		

Bantul, 13 AGUSTUS 2015

Dosen Pembimbing Lapangan,

Ermawan Susanto, M.Pd  
NIP. 197807022002121004

Mengetahui,  
Guru Pembimbing,  
  
Marjito, S.Pd  
NIP. 19560221984011001

Mahasiswa  
  
Claudia Mega  
NIM. 12601241068



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMK N 1 SEDAYU  
ALAMAT SEKOLAH : Kemusuk, Argomulyo, Sedayu, Bantul  
GURU PEMBIMBING : MARJITO, S.Pd

NAMA MAHASISWA : CLAUDIA MEGAWATI SUYANTO  
NO. MAHASISWA : 12601241068  
FAK/JUR/PRODI : FIK / POR/ PJKR  
DOSEN PEMBIMBING : ERMAWAN SUSANTO, M.Pd

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
4	SEIASA,	~ Diskusi evaluasi mengajar  ~ Piket di perpustakaan	~ mengoreksi diri / latihan dan pembelajaran.  ~ mencari sampul buku dan mengesep buku.		

Bantul,

Dosen Pembimbing Lapangan,

Ermawan Susanto, M.Pd  
NIP. 197807022002121004

Mengetahui,  
Guru Pembimbing,  
  
Marjito, S.Pd  
NIP. 19560221984011001

Mahasiswa  
  
Claudia Mega  
NIM. 12601241068



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

Universitas Negeri Yogyakarta

F02 Untuk Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMK N 1 SEDAYU
ALAMAT SEKOLAH : Kemusuk, Argomulyo, Sedayu, Bantul
GURU PEMBIMBING : MARJITO, S.Pd

NAMA MAHASISWA : CLAUDIA MEGAWATI SUYANTO
NO. MAHASISWA : 12601241068
FAK/JUR/PRODI : FIK / POR / PIKR
DOSEN PEMBIMBING : ERMAWAN SUSANTO, M.Pd

Table with 6 columns: No., Hari/Tanggal, Materi Kegiatan, Hasil, Hambatan, Solusi. Contains handwritten entries for dates 17 and 18 August 2015.

Dosen Pembimbing Lapangan, Ermanwan Susanto, M.Pd, NIP. 197807022002121004

Mengetahui, Guru Pembimbing, Marjito, S.Pd, NIP : 195602221984011001

Bantul, 17 AGUSTUS 2015, Mahasiswa, Claudia Mega, NIM. 12601241068



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

Universitas Negeri Yogyakarta

F02 Untuk Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMK N 1 SEDAYU
ALAMAT SEKOLAH : Kemusuk, Argomulyo, Sedayu, Bantul
GURU PEMBIMBING : MARJITO, S.Pd

NAMA MAHASISWA : CLAUDIA MEGAWATI SUYANTO
NO. MAHASISWA : 12601241068
FAK/JUR/PRODI : FIK / POR / PIKR
DOSEN PEMBIMBING : ERMAWAN SUSANTO, M.Pd

Table with 6 columns: No., Hari/Tanggal, Materi Kegiatan, Hasil, Hambatan, Solusi. Contains handwritten entries for dates 19, 20, and 21 August 2015.

Dosen Pembimbing Lapangan, Ermanwan Susanto, M.Pd, NIP. 197807022002121004

Mengetahui, Guru Pembimbing, Marjito, S.Pd, NIP : 195602221984011001

Bantul, Mahasiswa, Claudia Mega, NIM. 12601241068



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

Universitas Negeri Yogyakarta

F02 Untuk Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMK N 1 SEDAYU
ALAMAT SEKOLAH : Kemusuk, Argomulyo, Sedayu, Bantul
GURU PEMBIMBING : MARJITO, S.Pd

NAMA MAHASISWA : CLAUDIA MEGAWATI SUYANTO
NO. MAHASISWA : 12601241068
FAK/JUR/PRODI : FIK / POR / PIKR
DOSEN PEMBIMBING : ERMAWAN SUSANTO, M.Pd

Table with 6 columns: No., Hari/Tanggal, Materi Kegiatan, Hasil, Hambatan, Solusi. Contains handwritten entries for date 22 August 2015.

Dosen Pembimbing Lapangan, Ermanwan Susanto, M.Pd, NIP. 197807022002121004

Mengetahui, Guru Pembimbing, Marjito, S.Pd, NIP : 195602221984011001

Bantul, Mahasiswa, Claudia Mega, NIM. 12601241068



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02  
Untuk  
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMK N 1 SEDAYU  
ALAMAT SEKOLAH : Kemusuk, Argomulyo, Sedayu, Bantul  
GURU PEMBIMBING : MARJITO, S.Pd

NAMA MAHASISWA : CLAUDIA MEGAWATI SUYANTO  
NO. MAHASISWA : 12601241068  
FAK/JUR/PRODI : FIK / POR / PJKR  
DOSEN PEMBIMBING : ERMAWAN SUSANTO, M.Pd

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
13.	SEMIN, 24 AGUSTUS 2015	~ upacara bendera	~ upacara berjalan dengan lancar. ~ siswa yang menjadi petugas upacara kelas XI TKR D		
14.	SELASA, 25 AGUSTUS 2015	~ mengajar terbimbing  ~ evaluasi dan konsultasi PPP	~ mengajar kelas XI TKR dengan materi permainan sepak bola (passing) ~ guru memeriksa PPP		

Dosen Pembimbing Lapangan,  
  
Ermawan Susanto, M.Pd  
NIP. 197807022002121004

Mengetahui,  
Guru Pembimbing,  
  
Marjito, S.Pd  
NIP : 195602221984011001

Bantul, 24 Agustus 2015  
Mahasiswa  
  
Claudia Mega  
NIM. 12601241068



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02  
Untuk  
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMK N 1 SEDAYU  
ALAMAT SEKOLAH : Kemusuk, Argomulyo, Sedayu, Bantul  
GURU PEMBIMBING : MARJITO, S.Pd

NAMA MAHASISWA : CLAUDIA MEGAWATI SUYANTO  
NO. MAHASISWA : 12601241068  
FAK/JUR/PRODI : FIK / POR / PJKR  
DOSEN PEMBIMBING : ERMAWAN SUSANTO, M.Pd

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
15	PABU, 26 AGUSTUS 2015	~ mengajar terbimbing  ~ evaluasi mengajar	~ Guru memberi masukan untuk permainan sepak bola siswa putri dan putra di gelanggang ~ mengajar kelas XI TKR D dengan materi Permainan Sepak bola (passing) ~ Guru memberi masukan untuk pendampingan lebih lanjut karena peserta didik lain dalam waktu yang lama		

Dosen Pembimbing Lapangan,  
  
Ermawan Susanto, M.Pd  
NIP. 197807022002121004

Mengetahui,  
Guru Pembimbing,  
  
Marjito, S.Pd  
NIP : 195602221984011001

Bantul,  
Mahasiswa  
  
Claudia Mega  
NIM. 12601241068



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02  
Untuk  
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMK N 1 SEDAYU  
ALAMAT SEKOLAH : Kemusuk, Argomulyo, Sedayu, Bantul  
GURU PEMBIMBING : MARJITO, S.Pd

NAMA MAHASISWA : CLAUDIA MEGAWATI SUYANTO  
NO. MAHASISWA : 12601241068  
FAK/JUR/PRODI : FIK / POR / PJKR  
DOSEN PEMBIMBING : ERMAWAN SUSANTO, M.Pd

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
16.	KAMIS, 27 AGUSTUS 2015	~ menjaga piket di BK	~ mencatat siswa - siswa yang terkena Point pelanggaran.		
17.	JUMAT, 28 AGUSTUS 2015	~ menjaga piket di BK	~ mencatat siswa - siswa yang terkena Point pelanggaran.		
18.	SABTU, 29 AGUSTUS 2015	~ mengajar terbimbing  ~ evaluasi mengajar	~ mengajar kelas XI TKR C dengan materi Permainan Sepak bola (Passing) ~ Guru memberi masukan untuk lebih tegas terhadap orang yang melanggar.		

Dosen Pembimbing Lapangan,  
  
Ermawan Susanto, M.Pd  
NIP. 197807022002121004

Mengetahui,  
Guru Pembimbing,  
  
Marjito, S.Pd  
NIP : 195602221984011001

Bantul,  
Mahasiswa  
  
Claudia Mega  
NIM. 12601241068



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02  
Untuk Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMK N 1 SEDAYU  
ALAMAT SEKOLAH : Kemusuk, Argomulyo, Sedayu, Bantul  
GURU PEMBIMBING : MARJITO, S.Pd

NAMA MAHASISWA : CLAUDIA MEGAWATI SUYANTO  
NO. MAHASISWA : 12601241068  
FAK/JUR/PRODI : FIK / POR/ PJKR  
DOSEN PEMBIMBING : ERMAWAN SUSANTO, M.Pd

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
19	SENIN, 31 AGUSTUS 2015	- Upacara Bendera	~ upacara berjalan lancar. ~ pengagap upacara <input checked="" type="checkbox"/> Tera C		
20	SELASA, 1 SEPTEMBER 2015	~ Mengajar terbimbing ~ evaluasi dan konsultasi RPP	~ mengajar kelas XI TEB dengan materi Kesehatan Olahraga. ~ Guru memeriksa RPP ~ Guru membaca catatan untuk merubah beberapa butir soal yang saling bertentangan.		

Bantul, 31 AGUSTUS 2015

Dosen Pembimbing Lapangan,  
  
Ermawan Susanto, M.Pd  
NIP. 197807022002121004

Mengetahui,  
Guru Pembimbing,  
  
Marjito, S.Pd  
NIP : 195602221984011001

Mahasiswa  
  
Claudia Mega  
NIM. 12601241068



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02  
Untuk Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMK N 1 SEDAYU  
ALAMAT SEKOLAH : Kemusuk, Argomulyo, Sedayu, Bantul  
GURU PEMBIMBING : MARJITO, S.Pd

NAMA MAHASISWA : CLAUDIA MEGAWATI SUYANTO  
NO. MAHASISWA : 12601241068  
FAK/JUR/PRODI : FIK / POR/ PJKR  
DOSEN PEMBIMBING : ERMAWAN SUSANTO, M.Pd

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
19	SENIN, 31 AGUSTUS 2015	- Upacara Bendera	~ upacara berjalan lancar. ~ pengagap upacara <input checked="" type="checkbox"/> Tera C		
20	SELASA, 1 SEPTEMBER 2015	~ Mengajar terbimbing ~ evaluasi dan konsultasi RPP	~ mengajar kelas XI TEB dengan materi Kesehatan Olahraga. ~ Guru memeriksa RPP ~ Guru membaca catatan untuk merubah beberapa butir soal yang saling bertentangan.		

Bantul, 31 AGUSTUS 2015

Dosen Pembimbing Lapangan,  
  
Ermawan Susanto, M.Pd  
NIP. 197807022002121004

Mengetahui,  
Guru Pembimbing,  
  
Marjito, S.Pd  
NIP : 195602221984011001

Mahasiswa  
  
Claudia Mega  
NIM. 12601241068

- LAMPIRAN 2
  - Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar

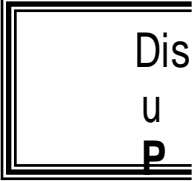


KURIKUL

U

Pendidikan Jasmani,





Dis  
u  
P  
U



**SILABUS SMAMA : .....**

**Mata Pelajaran** : **Penjasorkes**

**Kelas** : **XI**

**Kompetensi Inti** :

1. Menghargai dan menghayati 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, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
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		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
<p>dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>		
<p>3.1 Menganalisis dan mengategorikan keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan</p> <p>4.1 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu permainan bola besar sesuai hasil analisis dan kategorisasi</p>	<p><b>Sepakbola</b></p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mengamati peragaan yang dilakukan oleh guru ataupun peserta didik lainnya yang berkompentent tentang teknik dasar yang ada dalam permainan bola (mengumpan, mengontrol, menggiring, dan menembak bola ke gawang).</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Setiap peserta didik secara bergantian mengajukan pertanyaan mengenai teknik dasar (mengumpan, mengontrol, menggiring, dan menembak bola ke gawang)</li> </ul> <p><b>Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mencari berbagai informasi tentang teknik dasar yang ada dalam permainan sepak bola (mengumpan, mengontrol, menggiring, dan menembak bola ke gawang) melalui Video, TV, media yang lain atau pengamatan langsung.</li> <li>Mendiskusikan keterampilan gerak teknik dasar mengontrol, menggiring, dan menembak bola ke gawang dan membuat kesimpulannya.</li> <li>Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan melakukan teknik dasar keterampilan gerak p sepakbola..</li> <li>Mendiskusikan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan keterampilan</li> </ul>

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
		<p>permainan sepakbola dan membuat kesimpulan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik mencoba mempraktikkan teknik permainan sepak bola dengan benar sesuai dengan yang diperagakan oleh guru</li> </ul> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memilih/memutuskan cara mengumpan, meng menggiring, dan menembak bola dengan baik dengan arah datangnya bola.</li> <li>• Memutuskan cara mengumpan, dan menembak dengan baik sesuai dengan arah sasaran.</li> </ul> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bermain sepakbola menggunakan peraturan sesungguhnya dengan menerapkan teknik menendang, menahan, menggiring, dan mene bola ke gawang yang telah dipelajarinya serta menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi bermain.</li> </ul>

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
	Permainan Bolavoli	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mengamati peragaan yang dilakukan oleh guru ataupun peserta didik lainnya yang berkompeten tentang teknik dasar permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash).</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Setiap peserta didik secara bergantian mengajukan pertanyaan mengenai teknik dasar permainan (passing bawah, passing atas, servis, dan smash) yang telah diamati.</li> </ul> <p><b>Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mencari berbagai informasi tentang teknik dasar permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash) melalui Video, TV, media sosial ataupun pengamatan langsung dan selanjutnya membuat catatan hasil pengamatan.</li> <li>Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan melakukan teknik dasar permainan bola voli keterampilan gerak pe bolavoli.</li> <li>Memperagakan teknik dasar permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash) dengan benar sesuai dengan yang diperagakan guru</li> </ul> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Memilih/memutuskan passing yang harus dilakukan dengan arah datangnya bola maupun kecepatannya</li> <li>Memilih/memutuskan jenis servis dan kecepatan bola yang akan digunakan untuk menyulitkan lawan.</li> </ul> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bermain bolavoli dengan menerapkan teknik permainan yang telah dipelajarinya menggunakan</li> </ul>



KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
	<p data-bbox="826 689 975 757"><b>Permainan Bolabasket</b></p>	<p data-bbox="1059 371 1596 510">peraturan yang sesungguhnya dengan menun perilaku kerjasama, bertanggung jawab, men perbedaan, disiplin, dan toleransi selama berm</p> <p data-bbox="1002 689 1134 723"><b>Mengamati</b></p> <ul data-bbox="1007 763 1596 943" style="list-style-type: none"> <li>• Mengamati peragaan yang dilakukan oleh gur ataupun peserta didik lainnya yang berkompet tentang teknik dasar permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, dan men bola ke ring).</li> </ul> <p data-bbox="1002 1014 1118 1048"><b>Menanya</b></p> <ul data-bbox="1007 1088 1596 1245" style="list-style-type: none"> <li>• Setiap peserta didik secara bergantian menga pertanyaan mengenai teknik dasar permainan basket (melempar, menangkap, menggiring, d menembak bola ke ring) yang telah diamati.</li> </ul> <p data-bbox="1002 1283 1134 1317"><b>Eksplorasi</b></p> <ul data-bbox="1007 1357 1596 1794" style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik diberikan tugas untuk mencari berba informasi tentang teknik dasar permainan bola bas (melempar, menangkap, menggiring, dan menemb ke ring) melalui Video, TV, media yang lain ataup pengamatan langsung.</li> <li>• Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara me kesalahan yang sering dilakukan saat mempraktek teknik dasar permainan bola basket dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Peserta didik memperagakan berbagai teknik das keterampilan gerak melempar, menangkap, meng menembak bola ke ring basket dengan benar sesu diperagakan.</li> </ul> <p data-bbox="1002 1865 1177 1899"><b>Mengasosiasi</b></p> <ul data-bbox="1007 1939 1596 2036" style="list-style-type: none"> <li>• Menganalisis gerakan teknik dasar permaian bola dengan memilah gerakan-gerakan untuk diterapka permainan. t</li> </ul>



KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
		<p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bermain bolabasket dengan menerapkan teknik y dipelajari menggunakan peraturan sesungguhnya menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungja menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi sela bermain</li> </ul>

## SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK

**Mata Pelajaran** : Penjasorkes

**Kelas** : XI

**Kompetensi Inti** :

1. Menghargai dan menghayati 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, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
<p>1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.</p> <p>1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta</p>		
<p>2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.</p> <p>2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai</p>		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
<p>aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan. Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>		
<p>3.2 Menganalisis dan mengategorikan keterampilan gerak salah satu permainan bola kecil serta menyusun rencana perbaikan.</p> <p>.</p> <p>4.2. Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu permainan bola kecil sesuai hasil analisis dan kategorisasi.</p> <p>.</p>	<p><b>Permainan Softball</b></p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengamati peragaan yang dilakukan oleh guru peserta didik lainnya yang berkompeten tentang dasar keterampilan gerak permainan softball.</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Secara bergantian menyampaikan pertanyaan berkaitan dengan teknik dasar permainan softball</li> </ul> <p><b>Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik diberikan tugas untuk mencari berbagai informasi tentang teknik dasar keterampilan gerak p softball melalui Video, TV, media yang lain ataupun pengamatan langsung dan selanjutnya membuat ca pengamatan.</li> <li>• Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan te dasar keterampilan gerak permainan softball.</li> <li>• Memperagakan berbagai pola keterampilan ger memegang bola, menangkap bola, melempar b melambungkan bola.</li> </ul> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menganalisis bentuk pukulan dan arah jalannya bola</li> </ul>



KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
		<p>dengan yang dikehendaki pada saat memukul bola.</p> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bermain softball menggunakan peraturan sesungguhnya dengan menerapkan teknik melambungkan, menangkap, dan memukul bola softball yang telah dipelajari dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</li> </ul>
	<p><b>Permainan Bulutangkis</b></p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Memperhatikan gerakan teknik dasar permainan bulutangkis yang diperagakan oleh guru atau peserta didik yang mampu (pukulan forehand, back-hand, smash)</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Peserta didik menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik dasar permainan bulutangkis</li> </ul> <p><b>Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Menggalang informasi berkaitan dengan teknik dasar permainan bulutangkis</li> </ul>

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
		<p>permainan bulu tangkis dari buku atau pun media lainnya</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara p kesalahan yang sering dilakukan saat mempera gerakan teknik dasar permainan bulutangkis.</li> <li>• Memperagakan berbagai pola keterampilan ger memegang raket, memukul, smesh yang dilaku dalam bentuk bermain.</li> </ul> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membandingkan pukulan forehand dan backhan memilih pukulan yang harus dilakukan sesuai d arah datangnya bola dan arah yang harus dituju.</li> </ul> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bermain bulutangkis menggunakan peraturan sesungguhnya dengan menerapkan teknik perm yang telah diperolehnya dan menunjukkan peril kerjasama,</li> </ul>
	<p><b>Permainan Tenis Meja</b></p>	<p>bertanggungjawab, menghargai per disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperhatikan gerakan teknik dasar permainan t yang diperagakan oleh guru atau peserta didik yan (pukulan forehand, back-hand, servis, dan smesh)</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menyampaikan pertanyaan secara bergantian berka dengan teknik dasar permainan tenis meja</li> </ul> <p><b>Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik menggali informasi berkaitan dengan t dasar permainan tenis meja dari buku atau pun media lainnya.</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara mem kesalahan yang sering dilakukan saat</li> </ul>

melakukan po keterampilan gerak  
permainan tenis meja .

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperagakan berbagai teknik dasar keterampilan gerak memegang bet, servis forehand dan back dan memukul bola dalam berbagai situasi yang dilakukan dalam bentuk bermain.</li> </ul> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membandingkan pukulan forehand dan backhand se memilih pukulan yang harus dilakukan sesuai dengan datangnya bola dan arah yang harus dituju.</li> </ul> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bermain tenis meja menggunakan peraturan sesungguhnya dengan menerapkan teknik permainan yang telah diperolanya dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai peraturan disiplin, dan toleransi selama bermain.</li> </ul>





**SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK**

**Mata Pelajaran** : Penjasorkes

**Kelas** : XI

**Kompetensi Inti** :

1. Menghargai dan menghayati 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, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta</p>					
<p>2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.</p> <p>2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan</p>					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan .</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>3.3 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) serta menyusun rencana perbaikan</p> <p>4.3 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) sesuai hasil analisis dan kategorisasi.</p>	<p><b>Atletik (Lompat jauh)</b></p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Memperhatikan gerakan teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) yang diperagakan guru atau peserta didik yang mampu.</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Peserta didik menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara.</li> </ul> <p><b>Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Peserta didik menggali informasi berkaitan dengan teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan,</li> </ul>	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observasi: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan</p>	<p>4 X 3 JP</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lintasan/track atletik</li> <li>Bak lompat jauh</li> <li>Peluit</li> <li>Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud.</li> </ul>

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>melayang di udara dan mendarat) dari buku atau pun media yang lainnya</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan perbaikan kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat).</li> <li>• Memperagakan berbagai variasi dan kombinasi teknik gerakan awalan/ancang-ancang, tumpuan, saat melayang di udara dan mendarat lompat jauh gaya berjalan di udara..</li> </ul> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menentukan awalan dan tumpuan dengan tepat untuk</li> </ul>	n gerak		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>mendapatkan lompatan yang baik.</p> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan perlombaan lompat jauh menggunakan gaya berjalan di udara menggunakan peraturan yang sesungguhnya dengan menerapkan teknik yang telah dipelajarinya dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung-jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</li> </ul>			
	<b>Atletik (Lompat Tinggi)</b>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Memperhatikan gerakan teknik lompat tinggi gaya straddle (awalan, tolakan, sikap tubuh di atas mistar, dan pendaratan) yang</li> </ul>	<p>Unjuk kerja:</p> <p>Untuk mengukur keterampilan gerak aspek</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Lintasan/track atletik</li> <li>Bak lompat tinggi</li> <li>Tiang mistar</li> <li>Peluit</li> <li>Sumber: Buku</li> </ul>

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>diperagakan guru atau peserta didik yang mampu.</p> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik lompat tinggi gaya straddle.</li> </ul> <p><b>Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menggali informasi berkaitan dengan teknik lompat tinggi gaya straddle (awalan, tolakan, sikap tubuh di atas mistar, dan pendaratan) dari buku atau pun media yang lainnya</li> <li>• Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara perbaikan kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan lompat tinggi gaya straddle (awalan, tolakan, sikap</li> </ul>	<p>psikomotor</p> <p>Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		<p>Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Pusurbuk Kemdikbud, Jakarta: Pusurbuk Kemdikbud.</p>

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>tubuh di atas mistar, dan sikap tubuh sewaktu mendarat).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan awalan, tumpuan, sikap tubuh di atas mistar dan sikap tubuh saat mendarat lompat tinggi gaya straddle.</li> </ul> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menentukan awalan dan tumpuan dengan tepat untuk mendapatkan lompatan yang baik.</li> </ul> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan perlombaan lompat tinggi gaya straddle dengan menerapkan teknik yang telah dipelajarinya menggunakan peraturan sesungguhnya dan</li> </ul>			

KOMPETENSI DASAR	MATER I POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKAS I WAKTU	SUMBER BELAJAR
		menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain			

**SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK**

**Mata Pelajaran** : **Penjasorkes**

**Kelas** : **XI**

**Kompetensi Inti** :

1. Menghargai dan menghayati 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, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
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.		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
<p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>		
<p>.3.4 Menganalisis strategi dalam pertarungan bayangan (<i>shadow fighting</i>) olahraga beladiri</p> <p>4.4 Mempraktikkan strategi dalam pertarungan bayangan (<i>shadow fighting</i>) olahraga beladiri dengan lancar dan koordinasi gerak yang baik..</p>	<p><b>Beladiri (Pencak Silat)</b></p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperhatikan gerakan teknik memukul, menendang, menangkis, dan mengelak yang diperagakan guru dan peserta didik yang mampu</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik memukul, menendang, menangkis, dan mengelak dalam olahraga beladiri pencak silat.</li> <li>• Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan perbaikan kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerakan memukul, menendang, menangkis, dan mengelak.</li> </ul> <p><b>Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik menggali informasi berkaitan dengan teknik gerakan beladiri pencak silat (memukul, menendang, menangkis, dan mengelak) dari buku atau media lainnya</li> <li>• Memperagakan berbagai teknik gerakan memukul, menendang, menangkis, dan mengelak pada olahraga beladiri pencak silat.</li> </ul> <p><b>Mengasosiasi</b></p>

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
		<ul style="list-style-type: none"> <li>Memilih jenis pukulan, tendangan, tangkisan, dan e sesuai dengan situasi</li> </ul> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan pertandingan pencak silat menerapkan t sudah dipelajarinya menggunakan peraturan sesun dengan koordinasi yang baik dan menunjukkan peri kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbed disiplin, dan toleransi selama bermain.</li> </ul>



**SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK**

**Mata Pelajaran** : **Penjasorkes**

**Kelas** : **XI**

**Kompetensi Inti** :

1. Menghargai dan menghayati 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, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
<p>1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.</p> <p>1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta</p>		
<p>2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.</p> <p>2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.</p>		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
<p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>		
<p>.3.5 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak senam ketangkasan menggunakan meja lompat serta menyusun rencana perbaikan.</p> <p>4.5 Mempraktikkan perbaikan keterampilan dua jenis gerak dasar senam ketangkasan menggunakan meja lompat sesuai hasil analisis dan kategorisasi..</p>	<p><b>Senam Ketangkasan Meja lompat</b></p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperhatikan gerakan teknik gerakan lompat kangkang dan lompat jongkok pada meja lompat yang diperagakan oleh peserta didik yang mampu</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik gerakan lompat kangkang dan lompat jongkok pada meja lompat.</li> </ul> <p><b>Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik menggali informasi berkaitan dengan gerakan lompat kangkang dan lompat jongkok pada lompat dari buku atau pun media yang lainnya</li> <li>• Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara perbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan teknik gerakan lompat kangkang dan lompat jongkok pada meja lompat</li> <li>• Memperagakan berbagai teknik gerakan lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lompat</li> </ul> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membandingkan gerakan lompat kangkang dan lompat jongkok</li> </ul>



KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
		<p>untuk mengetahui faktor kesulitannya.</p> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan rangkaian gerakan lompat jongkok pad lompat atau punggung teman yang membungkuk d urutan rangkaian mulai dari lari awalan, tolakan du tupuan dan dorongan dua tangan sampai pendara bentuk perlombaan dengan menerapkan teknik ya dipelajarinya dan menunjukkan perilaku percaya d kerjasama, tanggungjawab, menghargai teman.</li> <li>• Melakukan rangkaian gerakan lompat kangkang p lompat atau punggung teman yang membungkuk d urutan rangkaian mulai dari lari awalan, tolakan du tupuan dan dorongan dua tangan sampai pendara bentuk perlombaan dengan menerapkan teknik ya dipelajarinya dan menunjukkan perilaku percaya d kerjasama, tanggungjawab, menghargai teman.</li> </ul>



**SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK**

**Mata Pelajaran** : **Penjasorkes**

**Kelas** : **XI**

**Kompetensi Inti** :

1. Menghargai dan menghayati 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, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
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		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
<p>sarana dan prasarana pembelajaran.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>		
<p>3.6 Menganalisis dan mengategorikan keterampilan rangkaian gerak (koreo) aktivitas gerak ritmik..</p> <p>4.6 mempraktikkan perbaikan keterampilan rangkaian gerak (koreo) aktivitas gerak ritmiksesuai hasil analisis dan kategorisasi.</p>	<p><b>Aktivitas gerak senam ritmik</b></p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperhatikan teknik gerak ritmik langkah kaki dan ayunan lengan yang diperagakan guru atau peserta didik ya</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik menyampaikan pertanyaan berkaitan d teknik gerak ritmik langkah kaki dan ayunan lengan</li> </ul> <p><b>Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik menggali informasi berkaitan dengan g langkah kaki dan ayunan lengan dari buku atau med</li> <li>• Mendiskusikan kesalahan-kesalahan an cara memp kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan ge (langkah kaki dan ayunan lengan.</li> <li>• Memperagakan berbagai teknik gerakan langka ayunan lengan pada aktivitas ritmik menggunak satu alat.</li> </ul> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menunjukkan keserasihan gerak langkah kaki d lengan untuk mendapatkan gerak yang baik.</li> </ul>

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
		<p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan perlombaan senam ritmik menggunakan alat (gada, simpai, pita, dan bola) dengan menerapkan yang sudah dipelajarinya dan menunjukkan perilaku kedisiplinan, toleransi, keluwesan, estetika.</li> </ul>



**SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK**

**Mata Pelajaran** : **Penjasorkes**

**Kelas** : **XI**

**Kompetensi Inti** :

1. Menghargai dan menghayati 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, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
<p>1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.</p> <p>1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta</p>		
<p>2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.</p> <p>2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.</p>		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
<p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p>		
<p>3.7 Menganalisis konsep pengukuran komponen kebugaran jasmani terkait kesehatan dan keterampilan menggunakan instrumen terstandar</p> <p>4.7 mempraktikkan pengukuran derajat komponen kebugaran jasmani terkait kesehatan dan keterampilan menggunakan instrumen terstandar.</p>	<p>Aktivitas Kebugaran Jasmani</p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperhatikan gerakan latihan kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan jantung dan paru-paru/daya tahan pernapasan, kelenturan, dan komposisi tubuh yang diperagakan guru atau peserta didik yang mampu.</li> <li>• Memperhatikan gerakan latihan koordinasi, power, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, dan akurasi yang diperagakan guru atau peserta didik yang mampu.</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan gerakan latihan kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan jantung dan paru-paru/daya tahan pernapasan, kelenturan, dan komposisi tubuh yang merupakan komponen kebugaran jasmani untuk kesehatan.</li> <li>• Menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan latihan koordinasi, power, keseimbangan, kelenturan, dan akurasi/ketepatan yang merupakan komponen kebugaran jasmani untuk keterampilan</li> </ul> <p><b>Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik menggali informasi berkaitan dengan komponen kebugaran jasmani untuk kesehatan (kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan jantung paru-paru/daya tahan pernapasan, kelenturan, dan komposisi tubuh) dan komponen kebugaran jasmani untuk keterampilan (koordinasi, power, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, dan akurasi/ketepatan)</li> </ul>



KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
		<p>atau pun media yang lainnya</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara mem kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan la kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan jantung paru/daya tahan pernapasan, kelenturan, komposisi</li> <li>• Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara mem esalahan yang sering dilakukan saat melakukan lati koordinasi, power, keseimbangan, kecepatan, kelinc akurasi/ketepatan.</li> <li>• Peserta didik mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan latihan dan membuat kesimpulannya</li> <li>• Memperagakan berbagai bentuk latihan kebuga jasmani yang terkait dengan kesehatan yang m kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan jantu paru-paru/daya tahan pernapasan, kelenturan, d komposisi tubuh.</li> <li>• Memperagakan berbagai bentuk latihan kebuga jasmani yang terkait dengan ketrampilan yang m latihan koordinasi, power, keseimbangan, kecep kelincahan, dan akurasi/ketepatan.</li> </ul> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menentukan bentuk latihan kebugaran jasmani terkait dengan kesehatan maupun keterampilan s dengan kemampuannya untuk meningkatkan ke</li> </ul> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan tes kebugaran jasmani yang terkait d kesehatan yang meliputi: kekuatan otot, daya ta daya tahan jantung dan paru-paru/daya tahan pernapasan, kelenturan, dan komposisi tubuh s berpasangan atau dalam kelompok dengan koo yang baik dan menunjukkan perilaku kerjasama sportifitas, toleransi, memecahkan masalah, me teman, keberanian</li> <li>• Melakukan tes kebugaran jasmani yang terkait d keterampilan yang meliputi: koordinasi, power, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, dan aku ketepatan secara berpasangan atau dalam kelo dengan koordinasi yang baik dan menunjukkan kerjasama, sportifitas, toleransi, memecahkan m</li> </ul>



KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
		menghargai teman, keberanian..

**SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK**

**Mata Pelajaran** : **Penjasorkes**

**Kelas** : **XI**

**Kompetensi Inti** :

1. Menghargai dan menghayati 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, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
<p>1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.</p> <p>1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta</p>		
<p>2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.</p> <p>2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik</p>		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
<p>individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>		
<p>3.8 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan dasar empat gaya renang, dan keterampilan dasar penyelamatan, serta tindakan pertolongan kegawatdaruratan di air</p> <p>4.8 Mempraktikkan keterampilan dasar empat gaya renang dengan koordinasi yang baik, dan keterampilan dasar penyelamatan, serta tindakan pertolongan kegawatdaruratan di air*</p>	<p><b>Aktivitas Renang</b></p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik memperhatikan teknik gerakan renang bebas, dada, punggung, dan kupu-kupu dan pertolongan kecelakaan di air yang diperagakan guru atau peserta didik yang mampu.</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik mengajukan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik gerakan renang gaya bebas, dada, punggung, dan kupu-kupu dan pertolongan kecelakaan di air.</li> </ul> <p><b>Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik menggali informasi berkaitan dengan gerakan renang gaya bebas, dada, punggung, dan kupu-kupu dan pertolongan kecelakaan di air dari buku dan media yang lainnya.</li> <li>• Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara menghindari kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan aktivitas renang dan memberikan pertolongan pada kecelakaan.</li> <li>• Memperagakan rangkaian gerakan kaki, lengan, dan kepala, serta koordinasi renang gaya bebas.</li> <li>• Memperagakan rangkaian gerakan kaki, lengan, dan kepala, serta koordinasi renang gaya dada.</li> <li>• Memperagakan rangkaian gerakan kaki, lengan, dan kepala, serta koordinasi renang gaya punggung.</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperagakan rangkaian gerakan kaki, lengan, dan kepala, serta koordinasi renang gaya dada.</li> </ul>



KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
		<p>napas, dan koordinasi renang gaya kupu-kupu .</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperagakan cara memberikan pertolongan pada kecelakaan di air.</li> </ul> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menentukan gaya renang yang harus digunakan un melakukan pertolongan.</li> <li>• Membandingkan faktor kesulitan dari pada ke empa renang yang sudah dipelajarinya.</li> </ul> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik melakukan perlombaan estafet renang (bebas, dada, punggung dan kupu-kupu) menempu x 25 m) secara berkelompok dengan koordinasi yan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleran memecahkan masalah, menghargai teman, keberan tanggungjawab.</li> <li>• Peserta didik memperagakan gerak rangkaian cara memberikan pertolongan di air secara berpasangan koordinasi yang baik dan menunjukkan perilaku kerj sportifitas, toleransi, disiplin, memecahkan masalah menghargai teman, keberanian dan tanggungjawab</li> </ul>



**SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK**

**Mata Pelajaran** : **Penjasorkes**

**Kelas** : **XI**

**Kompetensi Inti** :

1. Menghargai dan menghayati 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, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

.KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
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		
2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar. 2.4. Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas. 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan		

.KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
<p>teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas.</p> <p>2.8 Memiliki perilaku hidup sehat.</p>		
<p>3.9 Memahami upaya pencegahan dan penanggulangan bahaya NARKOBA dan psikotropika terhadap diri sendiri, keluarga, lingkungan, bangsa dan negara</p> <p>4.9 Menyajikan informasi berkaitan dengan upaya pencegahan dan penanggulangan bahaya NARKOBA dan psikotropika terhadap diri sendiri, keluarga, lingkungan, bangsa dan negara</p>	<p><b>Pencegahan Narkoba dan Psikotropika</b></p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperhatikan penjelasan tentang dampak buruk penyalahgunaan narkoba dan psikotropika bagi diri sendiri, keluarga, lingkungan, bangsa dan negara</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik mengajukan pertanyaan berkaitan dengan dampak buruk terhadap penyalahgunaan narkoba dan psikotropika bagi diri sendiri, keluarga, lingkungan dan negara</li> </ul> <p><b>Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mencari berbagai informasi tentang upaya yang dilakukan untuk pencegahan dan penanggulanga dan psikotropika dari berbagai sumber dan mendiskusikannya..</li> <li>• Mencari berbagai informasi tentang pengaruh yang diakibatkan narkoba dan psikotropika bagi tubuh manusia dari berbagai sumber dan mendiskusikannya.</li> </ul> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mencari hubungan penyebab penyalahgunaan narkopsikotropika di kalangan remaja</li> <li>• Membuat pola pencegahan penyalahgunaan narkopsikotropika di kalangan remaja</li> </ul> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menyampaikan hasil temuan tentang cara-cara</li> </ul>

.KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
		<p>pencegahan dan penanggulangan bahaya NARKO psikotropika dan mendiskusikan serta membuat la hasil diskusi secara berkelompok dan mempresentasikannya di depan kelas.</p>

**SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK**

**Mata Pelajaran** : **Penjasorkes**

**Kelas** : **XI**

**Kompetensi Inti** :

1. Menghargai dan menghayati 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, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI	PEMBELAJARAN
<p>1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.</p> <p>1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta</p>		
<p>2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.</p> <p>2.4. Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan</p>		

KOMPETENSI DASAR	MATERI	PEMBELAJARAN
<p>teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas.</p> <p>2.8 Memiliki perilaku hidup sehat.</p>		
<p>3.10 Memahami dampak seks bebas terhadap diri sendiri, keluarga dan masyarakat luas.</p> <p>4.10 Menyajikan informasi tentang dampak seks bebas terhadap diri sendiri, keluarga dan masyarakat luas</p>	<p>Budaya Hidup Sehat</p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperhatikan penjelasan tentang penyebab seks bebas, dampak yang ditimbulkan terhadap diri sendiri, keluarga dan masyarakat, dan cara pencegahan secara individu.</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajukan pertanyaan permasalahan yang dijumpai berkaitan dengan seks bebas.</li> </ul> <p><b>Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mencari informasi dari berbagai media tentang terjadinya seks bebas, dampak yang ditimbulkan</li> <li>• Mengidentifikasi perilaku-perilaku seks bebas di lingkungan sekolah secara individu.</li> <li>• Mendiskusikan penyebab terjadinya seks bebas yang ditimbulkan terhadap diri sendiri, keluarga masyarakat, dan cara pencegahan seks bebas menunjukkan perilaku hidup sehat, kerjasama, disiplin, dan tanggung jawab selama melakukan</li> </ul> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Banyaknya media yang dapat merangsang terjadinya perbuatan yang menyimpang sehingga banyak mencoba yang akhirnya ketagihan.</li> </ul> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p>

- Mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan



KOMPETENSI DASAR	MATERI	PEMBELAJARAN
		berkaitan dengan seks bebas secara berkelomp menunjukkan perilaku disiplin, kerjasama, tolera tanggungjawab selama melakukan aktivitas.

**SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK**

**Mata Pelajaran** : **Penjasorkes**

**Kelas** : **XI**

**Kompetensi Inti** :

1. Menghargaidanmenghayatiajaran 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, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
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		
2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri,		



.KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
<p>orang lain, dan lingkungan sekitar.</p> <p>2.4. Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas.</p> <p>2.8 Memiliki perilaku hidup sehat</p>		
<p>3.11 Memahami bahaya, penularan, dan cara mencegah HIV dan AIDS</p> <p>4.11 Menyajikan informasi berkaitan dengan bahaya, penularan, dan cara mencegah HIV dan AIDS</p>	<p><b>Budaya Hidup Sehat</b></p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperhatikan penjelasan guru tentang tentara hakekat, penyebab, tanda-tanda, dan gejala-gejala HIV dan AIDS secara individu.</li> <li>• Memperhatikan Mencari berbagai informasi tentang sejarah, hakekat, penyebab, tanda-tanda, dan gejala HIV dan AIDS secara individu.</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajukan pertanyaan dan mendiskusikan tentang HIV dan AIDS</li> </ul> <p><b>Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik memaparkan hal yang berkaitan dengan penyebab, cara penularan, bahaya, cara pencegahan dan penanggulangan HIV dan AIDS secara berkelompok dengan menunjukkan perilaku hidup bersih, kerjasama, toleransi, disiplin, dan tanggung jawab selama melakukan aktivitas.</li> </ul> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membuat laporan hasil diskusi dan power point tentang penyebab, cara penularan, bahaya, cara pencegahan dan penanggulangan HIV dan AIDS secara berkelompok</li> </ul>



.KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
		<p>dengan menunjukkan perilaku disiplin, kerjasam toleransi, dan tanggungjawab selama melakuka aktivitas.</p> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempresentasikan hasil kerja kelompok di depa secara berkelompok dengan menunjukkan peril disiplin, kerjasama, kedisiplinan, toleransi, dan tanggungjawab selama melakukan aktivitas.</li> </ul>



**SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK**

**Mata Pelajaran** : **Penjasorkes**

**Kelas** : **XI**

**Kompetensi Inti** :

1. Menghargai dan menghayati 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, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
<p>1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.</p> <p>1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta</p>		
<p>2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.</p> <p>2.4. Menunjukkan kemauan bekerjasama</p>		

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
<p>dalam melakukan berbagai aktivitas.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas.</p> <p>2.8 Memiliki perilaku hidup sehat</p>		
<p>3.12 Menganalisis perencanaan program kesehatan pribadi</p> <p>4.12 Merancang program perencanaan kesehatan pribadi untuk 1 semester</p>	<p><b>Budaya Hidup Sehat</b></p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperhatikan penjelasan tentang jenis-jenis anggota tubuh untuk dipelihara dalam menjaga kesehatan dan macam-macam penyakit yang timbul oleh terpeliharanya kesehatan pribadi secara individu</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik secara bergantian mengajukan pertanyaan tentang jenis-jenis anggota tubuh dan macam-macam penyakit yang dapat ditimbulkan karena tidak terpeliharanya kesehatan pribadi.</li> </ul> <p><b>Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mencari berbagai informasi tentang jenis-jenis anggota tubuh dan cara memeliharanya.</li> <li>• Mencari berbagai informasi tentang cara penanggulangan penyakit yang diakibatkan oleh terpeliharanya kesehatan pribadi secara individu</li> <li>• Mendiskusikan tentang langkah-langkah perencanaan program kesehatan pribadi secara berkelompok</li> <li>• Mendiskusikan tentang cara penyusunan jadwal sehari-hari dalam menuju hidup sehat dan berkegiatan secara berkelompok.</li> <li>• Mendiskusikan tentang perencanaan program kesehatan pribadi dalam rangka menuju hidup sehat dan berkualitas secara berkelompok dengan menumbuhkan perilaku hidup sehat, kerjasama, toleransi, disiplin, tanggung jawab selama melakukan aktivitas.</li> </ul>



KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN
		<p><b>Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memebuat perencanaan untuk dapat hidup sehat berkualitas mudah, akan tetapi sulit dalam pelaksanaannya.</li> </ul> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempresentasikan hasil kerja kelompok di depa secara berkelompok berkaitan dengan program sehat dan menunjukkan perilaku disiplin, kerjasama toleransi, dan tanggungjawab selama melakuka aktivitas.</li> </ul>

➤ RPP

**Rencana Pelaksanaan Pembelajaran**

**(RPP)**

**Nama Sekolah : SMK N 1 Sedayu**

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

**Materi : Permainan Bola Voli**

**Kelas / Semester : XI/1 (satu)**

**Alokasi Waktu : 3 x 45 menit**

**A. Kompetensi inti :**

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Mengembangkan perilaku (jujur, disiplin, peduli, santun, ramah lingkungan, gotong royong, kerjasama, cinta damai, responsif dan proaktif) dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan bangsa dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami dan menerapkan pengetahuan faktual, konseptual, prosedural dan metakognitif dalam 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 disekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.



## **B. Kompetensi Dasar**

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugerah Tuhan yang tidak ternilai.
- 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.4 Menunjukkan kemauan bekerja sama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan.
- 3.5 Mengkategorikan dan menyusun pola gerak ketrampilan beserta peraturannya salah satu permainan bola besar.
- 4.1 Mengukur ketrampilan empat permainan bola besar, menyusun rencana perbaikan ketrampilan, dan mempraktikkannya dalam permainan yang sesungguhnya.

## **C. Indikator**

1. Siswa dapat melakukan gerak dasar pasing bawah dengan benar.
2. Siswa dapat melakukan gerak dasar pasing atas dengan benar.
3. Siswa dapat melakukan servis dengan baik.
4. Siswa dapat bekerjasama dalam mencetak poin.

## **D. Tujuan**

1. Terbiasa memanjatkan doa sebelum dan sesudah pembelajaran dengan khusuk.
2. Menunjukkan sikap menghargai perbedaan fisik antar individu.
3. Mampu bekerjasama dengan tim secara baik.
4. Mengembangkan ketrampilan dan kemampuan gerak.
5. Mampu memainkan permainan bola voli dengan peraturannya.

## **E. Materi Pembelajaran**

1. Permainan Bola Voli
  - Teknik pasing bawah dan atas dalam bola voli.

- Memahami penyerangan pertama dalam bola voli.
- Bermain bola voli dengan peraturan yang dimodifikasi.

#### **F. Metode Pembelajaran**

1. Pendekatan TGFU
2. Demonstrasi

#### **G. Alat Pembelajaran**

1. Lapangan Bola Voli
2. Cone
3. Peluit
4. Stopwatch

#### **H. Sumber Belajar**

1. Silabus
2. Internet
3. Buku :
  - Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan

#### **I. Kegiatan Pembelajaran**

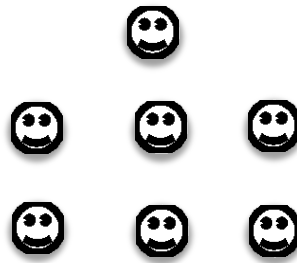
##### **Pendahuluan :**

- Berbaris (Berhitung)
- Berdoa
- Presensi
- Apersepsi (dikaitkan dengan masalah yang aktual tentang Bola Voli)
- Pemanasan (Stretching)

Siswa akan dibariskan 2 bershaf dan melakukan pemanasan. Setelah pemanasan siswa dibagi menjadi 2 kelompok kecil. Aktivitas yang dilakukan adalah permainan, yaitu siswa berada didalam lingkaran, salah satu berada diluar dengan memegang sebuah bola. Siswa yang diluar

tugasnya adalah melempar bola ke kaki kearah temannya yang ada didalam lingkaran, jika siswa yang didalam terkena lemparan bola, maka siswa tersebut ikut diluar dan membantu teman yang satu tadi.

Gambar.

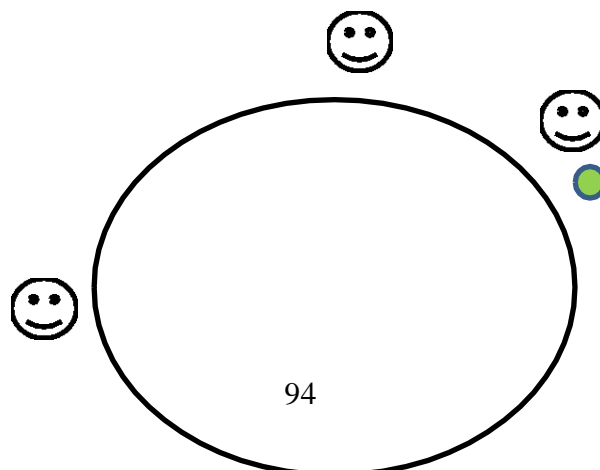


- Penjelasan Materi Inti

### Permainan 1

Siswa akan dibariskan 2 bershaf dan melakukan pemanasan. Setelah pemanasan siswa dibagi menjadi 2 kelompok kecil. Setiap lingkaran akan diberi 1 buah bola, siswa melakukan passing bawah dengan peraturan bola memantul terlebih dahulu, setelah itu baru passing ke teman lainnya.

Gambar :



Keterangan :



: Siswa



: Bola

### Pertanyaan :

Setelah siswa melakukan permainan 1, selanjutnya siswa dikumpulkan untuk sesi tanya jawab dengan beberapa pertanyaan sebagai berikut :

- a. Apakah ada kesulitan dalam melakukan pasing?
- b. Bagaimana cara untuk memudahkan teman memasing bola?

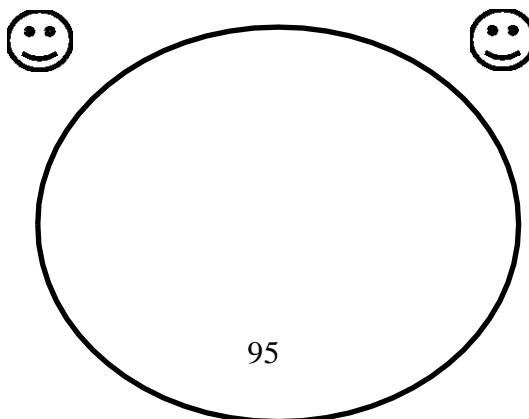
### Latihan :

Latihan ini di fokuskan pada pasing bawah.

#### a. Latihan 1

- Siswa akan dibagi 2 kelompok besar
- Siswa akan melakukan pasing bawah ke teman tanpa pantulan.
- Siswa melakukan pasing dengan aba-aba peluit.

Gambar :

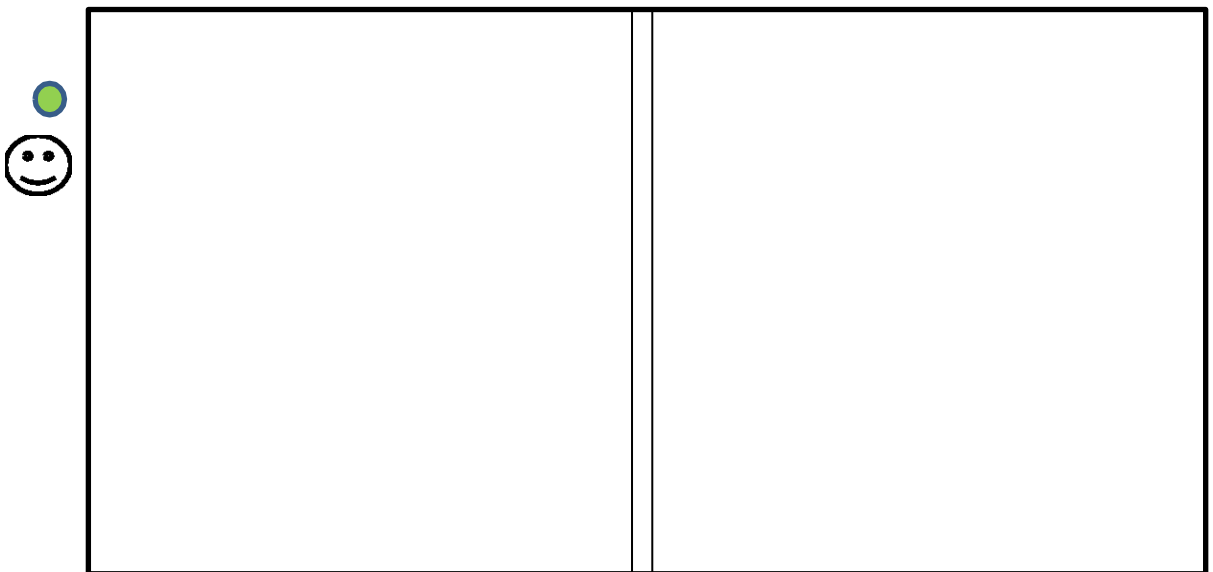




**b. Latihan 2**

- Siswa akan melakukan servis bawah.
- Siswa harus mampu menyeberangkan bola ke lapangan lawan.

Gambar :



**Permainan 2 :**

Permainan ke-2 ini adalah bermain bola voli sesungguhnya, namun dengan modifikasi yaitu tidak boleh melakukan smash. Sehingga poin didapat dengan cara tim yang mampu menjaga bola agar tidak jatuh di bidang permainan sendiri.

## **Penutup**

- Permainan
- Dibariskan (Berhitung)
- Evaluasi dan pendinginan
- Presensi
- Berdoa

Pendinginan dilakukan secara melingkar dan menggunakan pendinginan dinamis secara bergantian.

**Rencana Pelaksanaan Pembelajaran  
(RPP)**

**Nama Sekolah** : SMK N 1 Sedayu

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

**Materi** : Kesehatan Olahraga

**Kelas / Semester** : XI TGB A/ XI TKR C/ XI TKR D

**Alokasi Waktu** : 3 x 45 menit

**J. Kompetensi inti :**

5. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
6. Mengembangkan perilaku (jujur, disiplin, peduli, santun, ramah lingkungan, gotong royong, kerjasama, cinta damai, responsif dan proaktif) dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan bangsa dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
7. Memahami dan menerapkan pengetahuan faktual, konseptual, prosedural dalam ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
8. Mengolah, menalar dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya disekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

**K. Tujuan**

Setelah mendapatkan materi tentang perilaku hidup sehat dan pemanfaatan waktu luang, siswa diharapkan mampu :

1. Mengetahui dan mengamalkan perilaku hidup yang sehat.
2. Menerapkan perilaku hidup sehat dimanapun berada.
3. Memanfaatkan waktu dengan baik untuk kesehatan.
4. Mempunyai tubuh yang sehat jasmani dan rohani.

#### **L. Kompetensi Dasar**

- 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang pencipta
- 3.4 Menganalisis perilaku hidup sehat dan pemanfaatan waktu luang untuk kesehatan

#### **M. Indikator**

1. Siswa dapat memahami apa itu hidup sehat.
2. Siswa dapat mengetahui bagaimana cara hidup yang sehat.
3. Siswa dapat mengetahui manfaat hidup sehat
4. Siswa dapat mengetahui pemanfaatan waktu luang untuk kesehatan.

#### **N. Materi Pembelajaran**

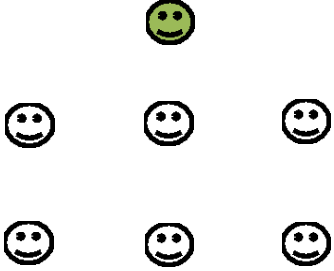
1. Pengertian perilaku hidup sehat.
2. Penggunaan waktu luang untuk kesehatan.
3. Manfaat perilaku hidup yang sehat.

#### **O. Metode Pembelajaran**

1. Pendekatan saintifik
2. Ceramah

#### **P. Kegiatan Pembelajaran**

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
----------	-----------	-------

<p><b>Pendahuluan</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membuka pembelajaran, berdoa, presensi dan apersepsi mengaitkan dengan materi yang akan dibahas.</li> <li>• Memberikan kesempatan peserta didik untuk bertanya dan mengemukakan pengalamannya tentang perilaku hidup sehat.</li> <li>• Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran.</li> <li>• Gambar.</li> </ul> <div style="text-align: center;">  </div>	<p>30 menit</p>
<p><b>Inti</b></p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengamati sebuah video tentang perilaku hidup sehat.</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa secara bergantian menanyakan apa yang ditampilkan dalam video, tentang maksud, tujuan dan lain sebagainya tentang apa yang sudah diamati. Seperti apa itu perilaku hidup sehat? dan</li> </ul>	<p>75 menit</p>

	<p>bagaimana cara memanfaatkan waktu luang untuk kesehatan.</p> <p><b>Mencoba</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mencoba berpendapat tentang video atau pun materi perilaku hidup sehat dan pemanfaatan waktu luang untuk kesehatan.</li> </ul> <p><b>Menalar</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa berusaha untuk memahami dan mencerna dengan baik tentang materi yang disampaikan, dan menemukan cara untuk berperilaku hidup yang sehat dan pemanfaatan waktu yang luang untuk kesehatan.</li> </ul> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mampu mengerti tentang materi yang disampaikan dan dapat mengamalkan perilaku hidup sehat serta pemanfaatan waktu luang untuk kesehatan dalam kehidupan sehari-hari.</li> </ul>	
<p><b>Penutup</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluasi pembelajaran dengan kuis. Soal Kuis :</li> <li>• Setelah kuis selesai, pembelajaran ditutup oleh pemateri ( Guru )</li> <li>• Doa</li> <li>• Salam penutup.</li> </ul>	<p>30 menit</p>

--	--	--

**Q. Sumber Belajar**

1. Silabus
2. Buku kesehatan masyarakat

**R. Penilaian**

**a. Tes Pengetahuan (Kognitif)**

Format penilaian pembelajaran kesehatan olahraga :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															$\Sigma$	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
dst																		
<b>JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 20</b>																		

• **Butiran Kuis**

1. Apa pengertian dari perilaku hidup sehat ?
2. Sebutkan satu saja upaya untuk menciptakan hidup sehat !
3. Sebutkan salah satu aktivitas untuk memanfaatkan waktu luang !
4. Apa manfaat berperilaku hidup sehat ?
5. Dari penjelasan diatas apakah anda sudah melakukan upaya untuk hidup sehat?

Jumlah skor yang diperoleh

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

Jumlah skor maksimal

### 1. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
<b>Nilai Rata-rata</b>							

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

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%

**Keterangan : Nilai Sikap (Predikat)**

- Sangat Baik (SB)
- Baik (B)
- Cukup (C)
- Kurang (D)

Nilai Ketuntasan Pengetahuan dan Keterampilan	
Rentang Angka	Huruf
3,85 – 4,00	A
3,51 – 3,84	A-
3,18 – 3,50	B+
2,85 – 3,17	B
<b>2,51 – 2,84</b>	<b>B-</b>
2,18 – 2,50	C+
1,85 – 2,17	C
1,51 – 1,84	C-
1,18 – 1,50	D+
1,00 – 1,17	D

Mengetahui, 31 Agustus

2015

Guru Pembimbing

Pendidik



**Marjito, S.Pd**

**195602221984011001**

**Claudia Megawati S**

**12601241068**

**Rencana Pelaksanaan Pembelajaran  
(RPP)**

<b>Nama Sekolah</b>	<b>: SMK N 1 Sedayu</b>
<b>Mata Pelajaran</b>	<b>: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan</b>
<b>Materi</b>	<b>: Permainan Sepakbola</b>
<b>Kelas / Semester</b>	<b>: XI TGB A/ XI TKR C/ XI TKR D</b>
<b>Alokasi Waktu</b>	<b>: 3 x 45 menit</b>

**S. Kompetensi inti :**

9. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
10. Mengembangkan perilaku (jujur, disiplin, peduli, santun, ramah lingkungan, gotong royong, kerjasama, cinta damai, responsif dan proaktif) dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan bangsa dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
11. Memahami dan menerapkan pengetahuan faktual, konseptual, prosedural dan metakognitif dalam 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.
12. Mengolah, menalar dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya disekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

#### **T. Kompetensi Dasar**

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugerah Tuhan yang tidak ternilai.
- 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.4 Menunjukkan kemauan bekerja sama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan.
- 3.5 Mengkategorikan dan menyusun pola gerak ketrampilan beserta peraturannya salah satu permainan bola besar.
- 4.1 Mengukur ketrampilan empat permainan bola besar, menyusun rencana perbaikan ketrampilan, dan mempraktikkannya dalam permainan yang sesungguhnya.

#### **U. Indikator**

5. Siswa dapat melakukan gerak dasar passing kontrol dengan baik.
6. Siswa dapat melakukan penyerangan untuk mencetak point.
7. Siswa dapat menjaga area pertahanan.
8. Siswa dapat menciptakan ruang untuk bekerjasama.

#### **V. Tujuan**

6. Terbiasa memanjatkan doa sebelum dan sesudah pembelajaran dengan khusuk.
7. Menunjukkan sikap menghargai perbedaan fisik antar individu.
8. Mampu bekerjasama dengan tim secara baik.
9. Mengembangkan ketrampilan dan kemampuan gerak.
10. Mampu memainkan permainan sepakbola dengan peraturannya.

#### **W. Materi Pembelajaran**

2. Permainan Sepakbola
  - Teknik passing kontrol dalam permainan sepakbola.

- Pemahaman taktik untuk membuat gol dalam permainan sederhana.
- Bermain sepakbola dengan peraturan yang dimodifikasi.

#### **X. Metode Pembelajaran**

3. Pendekatan TGFU
4. Demonstrasi

#### **Y. Alat Pembelajaran**

5. Lapangan Sepakbola
6. Cone
7. Rompi
8. Peluit
9. Stopwatch

#### **Z. Sumber Belajar**

4. Silabus
5. Internet
6. Buku :
  - Anthony Dowson – Keith E.J. Morris. (2005). *Fun and Games 100 Sport-Related Activities for Ages 5-16 : Human Kinetics*
  - Tom Fleck dan Ron Quin. (2002). *Latihan sepakbola andal : Sunda Kelapa Pustaka*

#### **AA. Kegiatan Pembelajaran**

##### **Pendahuluan :**

- Berbaris (Berhitung)
- Berdoa
- Presensi
- Apersepsi (dikaitkan dengan masalah yang aktual tentang Sepakbola)
- Pemanasan (Stretching dan Permainan)

Siswa akan dibariskan secara berhadap-hadapan. Satu barisan akan diberikan bola, masing-masing 1 bola per anak. Setelah itu mereka melakukan passing kontrol. Namun ketika ada peluit mereka berhenti sejenak dan melakukan stretching, dan ketika mendengar peluit lagi, mereka kembali melakukan passing kontrol dengan teman yang ada di hadapannya. Selanjutnya siswa akan melakukan passing bola atas dengan cara melemparkan bola ke arah temannya dan mengembalikannya dengan di tendang.

Gambar.



- Penjelasan Materi Inti

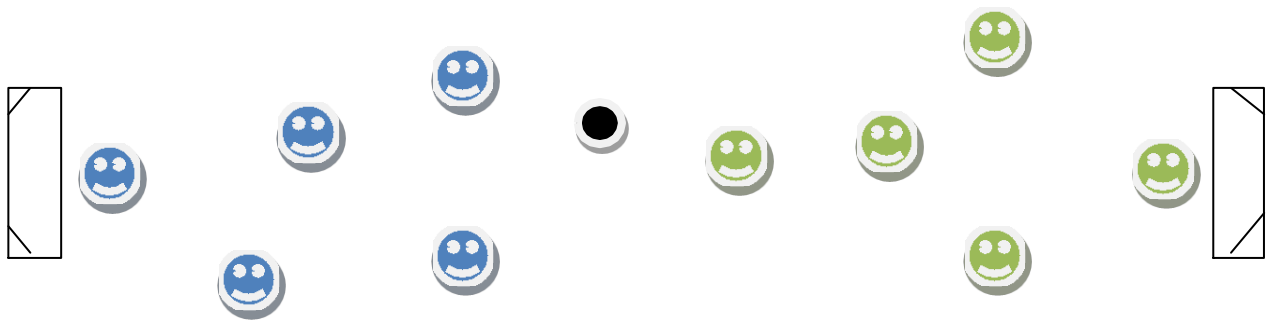
### Permainan 1

Siswa dibagi menjadi dua kelompok, bermain dengan bola dipegang , dan mempassing ke arah rekannya dengan ditendang dengan passing atas, berikut peraturannya :

- Area permainan berbentuk persegi panjang.
- Permainan dimulai dari tengah lapangan dengan *jump ball*
- Permainan dimulai saat guru memberi aba-aba atau membunyikan peluit dan menyalakan timer / stopwatch.
- Pemain yang memegang bola tidak boleh berlari.
- Poin diperoleh apabila pemain bisa memasukkan bola ke gawang dengan cara yang sama saat bermain.

Gambar :





Keterangan :



: Pemain



: Bola



: Pemain

**Pertanyaan :**

Setelah siswa melakukan permainan 1, selanjutnya siswa dikumpulkan untuk sesi tanya jawab dengan beberapa pertanyaan sebagai berikut :

- c. Apakah ada kesulitan dalam mencetak poin? Jika ada, apa saja?
- d. Taktik seperti apa supaya bisa mencetak poin?
- e. Hal apa saja yang diperlukan agar dapat mencetak poin?
- f. Bagaimana cara untuk memudahkan teman mempassing bola?
- g. Bagaimana cara untuk mempertahankan gawang?

**Latihan :**

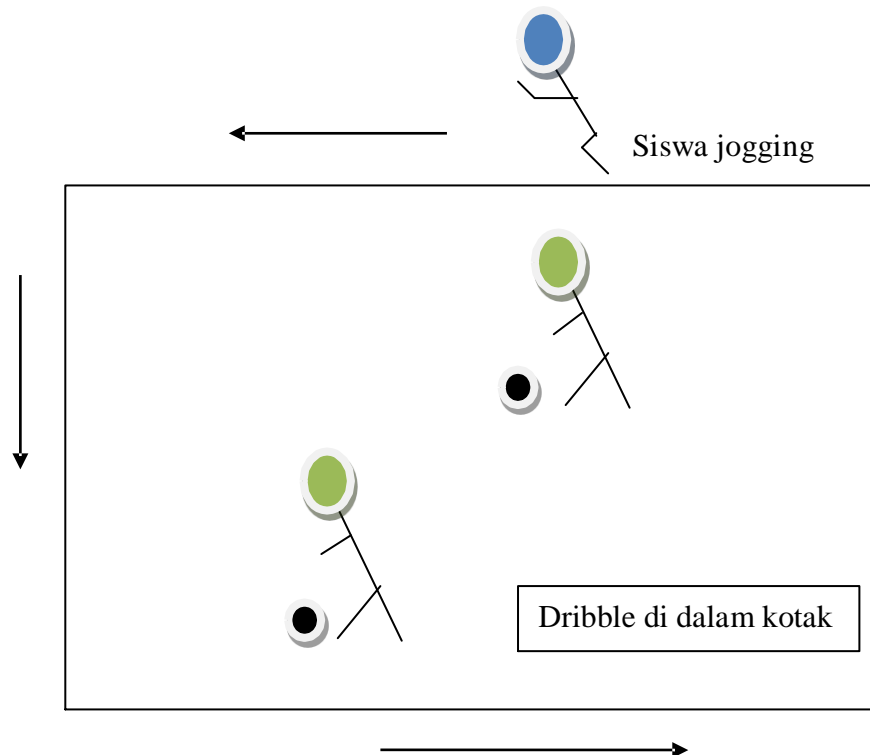
Latihan ini di fokuskan pada dribble dan passing.

**a. Latihan 1**

- Siswa akan dibagi 2 kelompok besar
- Siswa akan melakukan drible bola di area kotak yang dibatasi cones.

- Siswa melakukan dribble dengan aba-aba peluit
- Siswa yang tidak belum mendapatkan giliran dribble akan jogging ringan di luar area kotak.
- Setelah ada peluit siswa yang dribble mempassing ke arah temannya yang jogging ringan, sehingga bergantian.

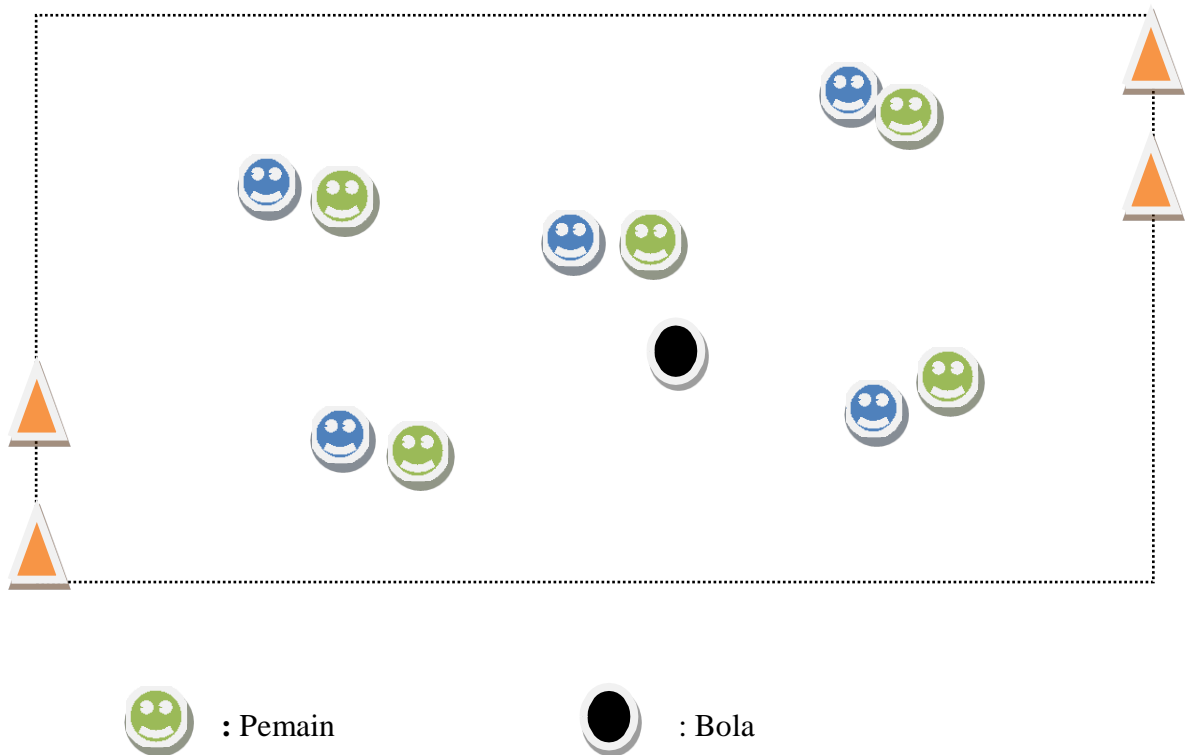
Gambar :




**b. Latihan 2**

- Siswa akan dibagi menjadi 2 kelompok berhadapan dan berpasangan.  
Salah satu kelompok mengenakan rompi.
- Siswa melakukan permainan sepakbola dengan lapangan dan gawang yang dimodifikasi.
- Ada 2 gawang yang akan dijadikan sasaran mencetak gol.  
Gawang tersebut adalah sebuah cone yang di pasang seperti gawang di pojok lapangan.
- Permainan dimainkan seperti sepakbola biasa, namun yang boleh merebut bola dari penguasaan seorang pemain adalah pasangannya pada saat dibariskan.

Gambar :

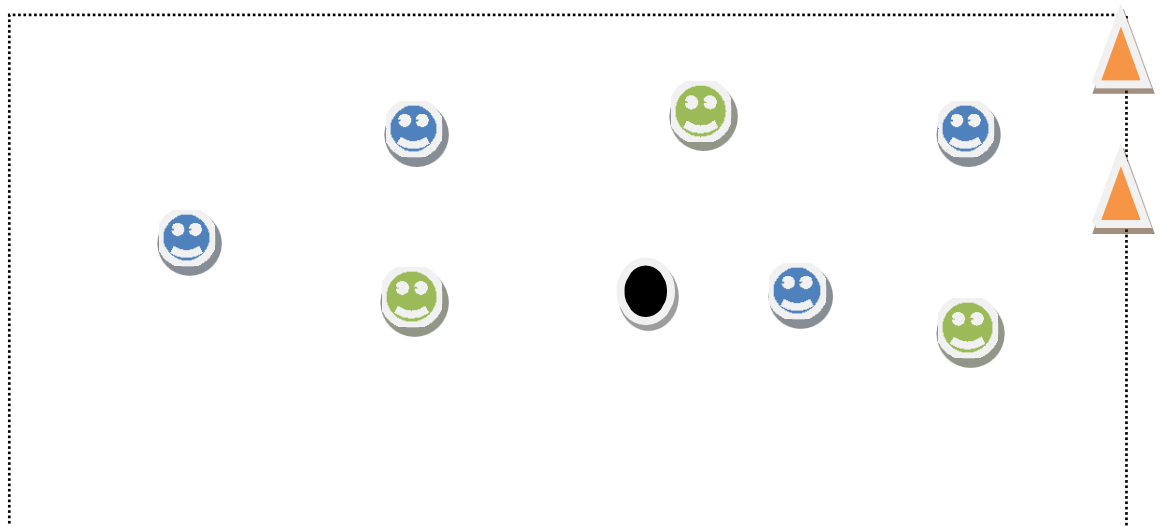


 : Pemain


### Permainan 2 :


Permainan ke-2 ini hampir sama dengan latihan 2, yaitu dengan gawang yang sama dan lapangan yang sama, namun cara bermainnya berbeda. Jika tadi hanya pemain pasangan yang boleh merebut bola, sekarang bebas merebut bola yang di kuasai lawan. Namun dalam permainan 2 ini ke-2 tim bisa mencetak gol ke dalam 2 gawang sekaligus, sehingga masing-masing tim harus bisa menjaga pertahanan mereka dalam jalannya permainan.

Gambar :





 : Pemain

 : Pemain

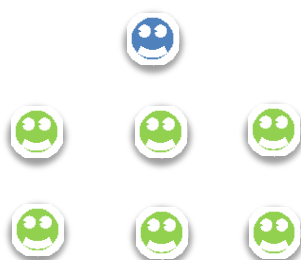
 : Bola

### Penutup

- Permainan "Ganjil Genap"
- Dibariskan (Berhitung)
- Evaluasi dan pendinginan
- Presensi
- Berdoa

Pendinginan dilakukan secara melingkar dan menggunakan pendinginan dinamis secara bergantian.

Gambar.



**BB. Penilaian**

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

**RUBRIK PENILAIAN  
UNJUK KERJA PERMAINAN SEPAKBOLA**

<b>NO</b>	<b>NAMA SISWA</b>	<b>EKSEKUSI KETERAMPILAN</b>	<b>MEMBUAT KEPUTUSAN</b>	<b>MENDUKUNG</b>	<b>KE T</b>
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					

### 1. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar dalam permainan sepakbola, yaitu pasing, dribble, kontrol. Dan juga saat melakukan pengambilan keputusan, taktik bermain/cara mencetak angka, dan kerjasama dengan teman.

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

### 2. Tes Sikap (Afektif)

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.

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

### 3. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Format penilaian pembelajaran permainan sepakbola :

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

### Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan teknik dasar permainan sepakbola !
2.	Apa taktik utama dalam permainan sepakbola ?
3.	Ada berapa macam pasing dalam permainan sepakbola ?

4.	Bagaimana cara melakukan pasing atas/ long pass?
5.	Apa yang dilakukan setelah melakukan pasing ke teman ?

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

**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%

**Mengetahui, 24 Agustus 2015**

**Guru Pembimbing**

**Pendidik**

**Marjito, S.Pd**

**Claudia**

**195602221984011001**

**12601241068**

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

### (RPP)

Satuan Pendidikan	: SMK N 1 Sedayu
Mata Pelajaran	: Penjasorkes
Kelas/Semester	: XI TGB A/ XI TKR C/ XI TKR D
Ruang Lingkup	: teknik dasar bola basket
Materi Pokok	: passing pada permainan bola basket
Alokasi Waktu	: 3 x 45 Menit
Fokus keterampilan mengajar :	<ul style="list-style-type: none"><li>- Keterampilan membuka pembelajaran</li><li>- Keterampilan bertanya</li><li>- Memberikan penguatan kepada siswa secara verbal dan menggunakan mimik serta gerak badan</li></ul>

#### A. Kompetensi Inti :

5. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
6. 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.
7. Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.

8. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta 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
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri dan orang lain, lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran
- 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman lain dalam penggunaan peralatan dan kesempatan
- 2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan
- 3.5 Mengkategorikan dan menyusun pola gerak keterampilan beserta peraturannya salah satu permainan bola besar
- 4.1 Mengukur keterampilan empat permainan bola besar, menyusun rencana perbaikan keterampilan, dan mempraktikkannya dalam permainan yang sesungguhnya

**C. Indikator Pencapaian Kompetensi :**

- Melakukan doa sebelum pelajaran penjasorkes dimulai
- Melakukan atau muncul sikap-sikap sportif dalam permainan bola basket
- Melakukan sikap positif berupa merawat sarana dan prasarana yang dipergunakan
- Melakukan/timbul sikap toleransi dan mau berbagi dengan teman lain dalam penggunaan peralatan dan kesempatan
- Melakukan/timbul sikap mau menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan
- Melakukan teknik-teknik dasar bola basket melalui permainan modifikasi

### **E. Materi Pembelajaran :**

- Teknik dasar passing dalam permainan bola basket

### **F. Metode Pembelajaran**

- Demonstrasi
- Tanya Jawab
- Diskusi
- Eksperimen
- Penugasan

### **G. Alat**

- Bola
- peluit,
- Lapangan
- Stopwatch
- cone

#### ➤ **Bahan ajar**

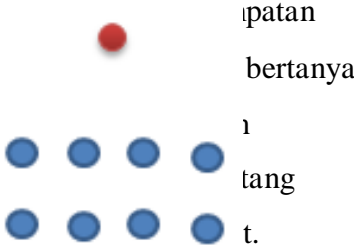
Buku Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan, Yrama Widya. 2013.  
SMA X.

#### ➤ **Sumber Belajar**

- Khairul Hadziq & Milka Nur Tri. 2010. *Gelombang Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk SMA/MA Kelas XI*. Bandung: Kemendiknas.
- Tarmudi B. Hafid & Ahmad Rithaudin. 2011. *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk SMA, MA, dan SMK Kelas XI*. Jakarta: Kemendiknas.

### **H. Langkah Pembelajaran**



<p><b>Pendahuluan</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membuka pembelajaran, berdoa, presensi dan apersepsi mengaitkan dengan materi yang akan dibahas.</li> <li>•  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran.</li> <li>• Gambar.</li> </ul> </li> </ul>	<p>30 menit</p>
<p><b>Inti</b></p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengamati sebuah video tentang perilaku hidup sehat.</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa secara bergantian menanyakan apa yang ditampilkan dalam video, tentang maksud, tujuan dan lain sebagainya tentang apa yang sudah diamati. Seperti apa itu perilaku hidup sehat? dan</li> </ul>	<p>75 menit</p>

Rincian Kegiatan	Waktu
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Mencoba</b> Peserta didik mencoba dengan modifikasi permainan yang dibuat oleh masing-masing kelompok (sebelumnya sudah dibagi kelompok) sesuai pengetahuan dan kreatifitas masing- masing kelompok.</li> <li>• <b>Mengasosiasi</b> Setiap kelompok berdiskusi, mendiskusikan tentang materi yang mereka dapat, baik tentang kesulitan, mana yang lebih mudah dilakukan, kapan harus menggunakan pasing tersebut dsb.</li> <li>• <b>Mengomunikasikan</b> Salah satu peserta didik mewakili kelompok menceritakan apa yang sudah disiskusikan pada kelompok mereka da teman-teman yang lain dapat menambahkan saat diskusi tersebut.</li> </ul>	
<p><b>Penutup</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pendinginan</li> <li>• Memberikan tugas pengamatan pertandingan bola basket melalui media internet</li> <li>• Mengingatkan materi pertemuan berikutnya</li> <li>• Presensi ulang</li> <li>• Berdoa</li> </ul>	30 menit

## I. PENILAIAN

### RUBRIK PENILAIAN PSIKOMOTORIK

No	Nama Siswa	Psikomotor			Jumlah Skor	Nilai
		Cess pass	Bounce pass	Overhead pass		
1						
2						

3						
4						
5						
6						

Keterangan:

Baik Sekali : 5  
 Baik : 4  
 Sedang : 3  
 Kurang : 2  
 Kurang Sekali : 1

Rumus:

$$\frac{\text{Cess pass} + \text{Bounce pass} + \text{Overhead pass}}{20} \times 50\% = \text{NILAI}$$

**RUBRIK PENILAIAN AFEKTIF**

No	Nama Siswa	Karakter (Afektif)			Jumlah Skor Nilai	
		Religius	Sportifitas	Peduli Lingkungan		
1						
2						
3						
4						
5						

Skor:

$$\frac{A + B + C}{25} \times 30\% = \underline{NILAI}$$

(Skor Maksimal)

Baik Sekali	: 5
Baik	: 4
Sedang	: 3
Kurang	: 2
Kurang Sekali	: 1

### RUBRIK PENILAIAN KOGNITIF

No	Nama Siswa	Kognitif (Penugasan)				Jumlah Skor	Nilai
		A	B	C	D		
1							
2							
3							
4							
5							
6							

Penugasan:

1. Buatlah karikatur dengan tema

*Passing dalam permainan bola basket*

#### **Peraturan**

- Kertas ukuran minimal 30 x 50
- Model menggambar manual
- Dikumpulkan minggu depan (31 Maret 2015)

### NILAI TOTAL

#### (PSIKOMOTORIK, AFEKTIF & KOGNITIF)

No	Nama Siswa	Nilai			NILAI TOTAL L	Rankin g
		Psikomotorik	Afektif	Kognitif		
		Skor	Skor	Skor		
1						

2						
3						
4						
5						
6						

## KRITERIA PENILAIAN

### MOTORIK

#### **Cess Pass**

Skor 5 : operan tepat ke depan dada teman berjarak 7 m dengan kedua telapak tangan menghadap keluar, kaki kiri kedepan saat mendorong dan bola dapat ditangkap oleh teman yang dioper dengan baik.

Skor 4 : operan tepat kedepan dada teman berjarak 7 m dengan kaki kiri ke depan saat mendorong, bola dapat ditangkap oleh teman yang dioper dengan baik.

Skor 3: operan tepat kedepan dada teman dengan tepat berjarak 7 m, kaki kiri tidak melangkah kedepan, dan bola dapat ditangkap oleh teman dengan baik.

Skor 2: operan tepat kedepan dada teman dengan tepat berjarak 7 m, telapak tangan tidak menghadap keluar, kaki kiri tidak melangkah kedepan, dan bola dapat ditangkap oleh teman dengan baik.

Skor 1: operan tidak sampai didepan dada teman.

#### **Bounce pass**

Skor 5 : operan dipantulkan ke ubin terlebih dahulu dan dapat diterima setinggi perut teman berjarak 5 m dengan kedua telapak tangan menghadap keluar, kaki kiri kedepan saat mendorong dan bola dapat ditangkap oleh teman yang dioper dengan baik.

Skor 4 : operan dipantulkan ke ubin terlebih dahulu dan dapat diterima setinggi perut teman berjarak 5 m dengan kaki kiri ke depan saat mendorong, bola dapat ditangkap oleh teman yang dioper dengan baik.

Skor 3: operan dipantulkan ke ubin terlebih dahulu dan dapat diterima setinggi

perut teman berjarak 5 m, kaki kiri tidak melangkah kedepan, dan bola dapat ditangkap oleh teman dengan baik.

Skor 2 operan dipantulkan ke ubin terlebih dahulu dan dapat diterima setinggi perut teman berjarak 5 m,telapak tangan tidak menghadap keluar, kaki kiri tidak melangkah kedepan, dan bola dapat ditangkap oleh teman dengan baik.

Skor 1: operan memantul 2 kali sebelum ditangkap teman.

### **Overhead pass**

Skor 5 : operan dilakukan dengan kedua tangan dari atas kepala dan diterima ke diatas kepala teman yang dioper berjarak 7 m dengan kedua telapak tangan menghadap kedepan, kaki kiri kedepan saat mendorong dan bola dapat ditangkap oleh teman yang dioper dengan baik.

Skor 4 : operan dilakukan dengan kedua tangan dari atas kepala dan diterima ke diatas kepala teman yang dioper berjarak 7 m dengan kaki kiri ke depan saat mendorong, bola dapat ditangkap oleh teman yang dioper dengan baik.

Skor 3: operan dilakukan dengan kedua tangan dari atas kepala dan diterima ke diatas kepala teman yang dioper berjarak 7 m, kaki kiri tidak melangkah kedepan, dan bola dapat ditangkap oleh teman dengan baik.

Skor 2: operan dilakukan dengan kedua tangan dari atas kepala dan diterima ke diatas kepala teman yang dioper berjarak 7 m,telapak tangan tidak menghadap ke depan semua, kaki kiri tidak melangkah kedepan, dan bola dapat ditangkap oleh teman dengan baik.

Skor 1: operan memantul ke ubin sebelum tertangkap teman.

## **AFEKTIF**

### **Religius**

Skor 5: berdoa dengan khidmad,dengan badan tegap dan menundukan kepala serta tidak bergerak sedikitpun sampai berdoa selesai.

Skor 4: berdoa dengan badan tegak dan kepala menunduk serta badan tidak bergerak-gerak.

Skor 3: berdoa dengan badan tegak dan pandangan kedepan serta badan tidak

bergerak-gerak.

Skor 2: berdoa dengan badan tegak dan kepala menunduk dan tangan serta kaki bergoyang-goyang.

Skor 1: berdoa dengan badan tegak dan kepala menunduk dan mengganggu teman yang lain

### **Sportifitas**

Skor 5: bermain dengan saling menjaga teman dari cedera dan tidak melakukan pelanggaran saat permainan serta menerima kekalahan dan bagi yang menang tidak merendahkan teman-temanya yang kalah dalam permainan.

Skor 4: bermain dengan saling menjaga teman dari cedera dan tidak melakukan pelanggaran saat permainan serta menerima kekalahan dan mengejek tim yang kalah

Skor 3: bermain dengan saling menjaga teman dari cedera dan melakukan pelanggaran saat permainan serta menerima kekalahan dan bagi yang menang tidak merendahkan teman-temanya yang kalah dalam permainan.

Skor 2: tidak menjaga teman dari cedera dan melakukan pelanggaran saat permainan serta menerima kekalahan dan bagi yang menang tidak merendahkan teman-temanya yang kalah dalam permainan.

Skor 1: tidak saling menjaga teman dari cedera dan melakukan pelanggaran saat permainan serta tidak menerima kekalahan dan bagi yang menang merendahkan teman-temanya yang kalah dalam permainan.

### **Peduli Lingkungan**

Skor 5: membantu teman yang belum dapat melakukan tehnik dasar, membantu menyiapkan dan membereskan peralatan pada pembelajaran, menggunakan sarpras dengan baik dan bermain dengan tidak merusak lingkungan.

Skor 4: membantu teman yang belum dapat melakukan tehnik dasar, membantu menyiapkan pada pembelajaran, menggunakan sarpras dengan baik dan bermain dengan tidak merusak lingkungan.

Skor 3: membantu teman yang belum dapat melakukan tehnik dasar, ,

menggunakan sarpras dengan baik dan bermain dengan tidak merusak lingkungan.  
Skor 2: menggunakan sarpras dengan baik dan bermain dengan tidak merusak lingkungan.  
Skor 1: tidak melakukan apapun.

## **KOGNITIF**

### ***Kriteria Penskoran***

- A. Tugas sesuai peraturan (25)
- B. Ide/kreativitas (25)
- C. Kerapian/kertas tidak lusuh (25)
- D. Ketrampilan menggambar (25)

**Yogyakarta, 3 Juli 2015**

**Guru Pembimbing,**

**Pendidik,**

**Marjito, S.Pd**

**NIP:195602221984011001**

**Claudia Megawati S**

**NIM:12601241068**







- Lampiran 4
  - Dokumentasi





