

LAPORAN INDIVIDU
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
PERIODE 10 AGUSTUS - 12 SEPTEMBER 2015
LOKASI MAN YOGYAKARTA II
JL. KH. AHMAD DAHLAN 130 YOGYAKARTA



Disusun oleh :
ANUGRAH TEGAR WICAKSONO
12601244103

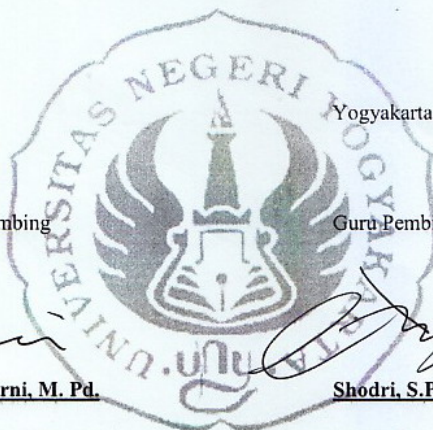
PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2015

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala Sekolah, Koordinator PPL Sekolah, Guru Pembimbing, dan Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) menyatakan bahwa mahasiswa yang tersebut di bawah ini :

Nama : Anugrah Tegar Wicaksono.
NIM : 12601244103
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan PPL di MAN YOGYAKARTA II, dari tanggal 10 Agustus - 12 September 2015. Hasil Kegiatan tercakup dalam laporan ini.



Yogyakarta, September 2015

Dosen Pembimbing

Guru Pembimbing

Dr. Sri Winarni, M. Pd.

NIP. 19700205 199403 2 001

Shodri, S.Pd.

NIP. 19641020 19903 1 002

Menyetujui,

Kepala MAN Yogyakarta II

Koordinator PPL



Dr. H. La Amullah, MA.

NIP. 19660119 199603 1 001

Evi Effrisanti, S.TP.

NIP. 19740920 199903 2 001

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb

Alhamdulillah, Puji syukur kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayahNya dan kemudahan yang diberikan oleh-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan laporan kegiatan PPL di MAN Yogyakarta II. Laporan PPL ini disusun untuk melengkapi dan menyempurnakan tugas akhir kegiatan PPL.

Tersusunnya laporan PPL ini juga berkat bantuan berbagai pihak, karenanya pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan banyak kesempatan serta karuniaNya, yang memberi kemudahan dan kelancaran kepadaku untuk mengikuti kegiatan PPL.
2. Ayah dan Ibu yang senantiasa memberi doa setiap waktu.
3. Ibu Dr. Sri Winarni, M.Pd, selaku dosen pembimbing lapangan PPL yang telah membimbing selama pelaksanaan program PPL.
4. Drs. H. In Amullah, MA, selaku kepala sekolah MAN Yogyakarta II yang telah memberikan izin kepada kami untuk melaksanakan PPL.
5. Ibu Evi Effrisanti, S.TP. selaku koordinator PPL di MAN Yogyakarta II. Terima kasih atas bimbingan, nasehat, dan informasi yang telah diberikan selama pelaksanaan PPL di MAN Yogyakarta II.
6. Bapak Shodri, S.Pd selaku guru pembimbing yang telah memberikan bimbingan, bantuan dan bekal sehingga penulis mendapatkan pengalaman mengajar.
7. Bapak dan ibu guru serta segenap karyawan dan karyawan MAN Yogyakarta II yang telah menerima dan membantu kelancaran penulis dalam melaksanakan program PPL.
8. Seluruh siswa-siswi MAN Yogyakarta II. Terima kasih atas canda, tawa, dan suasana akrab yang kalian ciptakan.
9. Teman-teman seperjuangan PPL atas segenap rasa hangat, dorongan, semangat, kekeluargaan, inspirasi, keakraban, dan kenangan.
10. Semua pihak yang tidak dapat ditulis sebutkan satu persatu yang telah banyak memberikan bantuan, saran dan kritik yang berguna sehingga penyusunan laporan ini dapat terselesaikan dengan lancar.

Laporan ini sebagai bukti bahawa penulis telah selesai melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), namun penulis menyadari, bahwa laporan ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan laporan ini.

Sebagai akhir kata, penulis berharap semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi semua pihak khususnya bagi penulis.

Wassalamu'alaikum. Wr. Wb

Yogyakarta, 11 September 2015

Penyusun

Anugrah Tegar Wicaksono

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Pengesahan Laporan PPL	ii
Kata Pengantar	iii
Daftar isi	iv
Abstrak	v
Bab I Pendahuluan	
A. Analisis Situasi	1
B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL	7
Bab II Persiapan, Pelaksanaan, dan Analisis Hasil	
A. Persiapan	14
B. Pelaksanaan PPL (Praktik Terbimbing dan Mandiri)	17
C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi	19
Bab III Penutup	
A. Kesimpulan	23
B. Saran	24
Daftar Pustaka	
Lampiran	

LAPORAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) DI MAN YOGYAKARTA II

ABSTRAK

OLEH :

ANUGRAH TEGAR WICAKSONO
12601244103

Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan merupakan salah satu mata kuliah praktek wajib bagi mahasiswa Kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta dengan bobot 3 sks praktek. Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan suatu bentuk pendidikan yang memberikan pengalaman mengajar bagi mahasiswa di lapangan. Salah satu lokasi yang ditunjuk oleh Universitas Negeri Yogyakarta adalah MAN Yogyakarta II. Kegiatan PPL merupakan kegiatan yang dilaksanakan oleh mahasiswa sebagai wujud pengabdian mahasiswa kepada sekolah atau lembaga masyarakat sekaligus untuk melatih mahasiswa untuk menerapkan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimiliki.

Kegiatan yang dilakukan adalah observasi lingkungan pembelajaran dan lingkungan fisik sekolah, persiapan mengajar, pembuatan rencana pembelajaran, kegiatan praktik mengajar, pembuatan media pembelajaran, evaluasi pembelajaran, analisis hasil evaluasi, dan pembuatan laporan sebagai kegiatan akhir dalam rangka Praktik Pengalaman Lapangan di MAN Yogyakarta II. Kegiatan PPL dilaksanakan mulai tanggal 11 Agustus 2015 sampai dengan 11 September 2015. Selama praktik mahasiswa diberi mandat untuk mengampu kelas X, XI DAN XII yang dibagi 2 dengan teman PPL dari jurusan yang sama yaitu olahraga.

Hasil yang diperoleh dari kegiatan PPL yaitu mahasiswa mendapatkan pengalaman nyata berkaitan dengan perencanaan, penyusunan perangkat pembelajaran, proses pembelajaran dan pengelolaan kelas. Mahasiswa telah dapat menerapkan dan mengembangkan ilmu serta keterampilan yang dimiliki sesuai dengan program studi masing-masing. Selain itu juga memperoleh pengalaman faktual mengenai proses belajar mengajar dan kegiatan persekolahan lainnya yang selanjutnya sangat berguna bagi praktikan untuk mengembangkan dirinya sebagai guru dan tenaga pendidik yang profesional.

Kata Kunci: *PPL, Pembelajaran, MAN Yogyakarta II*

BAB I PENDAHULUAN

Mata Kuliah PPL mempunyai sasaran masyarakat sekolah, baik dalam kegiatan yang terkait dengan pembelajaran maupun kegiatan yang mendukung berlangsungnya pembelajaran. PPL diharapkan dapat memberikan pengalaman belajar bagi mahasiswa, terutama dalam hal pengalaman mengajar, memperluas wawasan, pelatihan dan pengembangan kompetensi yang diperlukan dalam bidangnya, peningkatan keterampilan, kemandirian, tanggung jawab, dan kemampuan dalam memecahkan masalah.

Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) yang dilaksanakan di MAN Yogyakarta II bertujuan untuk mempersiapkan dan menghasilkan tenaga kependidikan yang memiliki kompetensi sesuai dengan disiplin ilmu yang dimiliki oleh mahasiswa tersebut.

Dalam rangkaian kegiatan PPL, praktikan perlu mengetahui kondisi awal sekolah yang akan menjadi tempat pelaksanaan kegiatan. Sehubungan dengan hal itu maka praktikan PPL melakukan kegiatan observasi pada tanggal 17 Juni 2015 di MAN Yogyakarta II untuk mengetahui potensi sekolah, kondisi fisik ataupun non-fisik serta kegiatan praktik belajar, mengajar yang berlangsung. Hal ini dimaksudkan agar praktikan dapat mempersiapkan program-program kegiatan yang akan dilaksanakan dalam PPL di MAN Yogyakarta II.

A. Analisis Situasi

Dalam rangkaian kegiatan PPL, praktikan perlu mengetahui kondisi awal sekolah yang akan menjadi tempat pelaksanaan kegiatan. Sehubungan dengan hal itu maka praktikan peserta PPL melakukan kegiatan observasi pada sekolah yang bersangkutan untuk mengetahui potensi sekolah, kondisi fisik ataupun non-fisik serta kegiatan praktek belajar mengajar yang berlangsung. Hal ini dimaksudkan agar peserta PPL dapat mempersiapkan program-program kegiatan yang akan dilaksanakan dalam PPL.

1. Visi dan Misi MAN Yogyakarta II

a. Visi Sekolah

Taqwa, Islami, Unggul dalam Prestasi dan Berwawasan Lingkungan

b. Misi Sekolah

- 1) Mewujudkan MAN Yogyakarta II sebagai "*The Real Islamic School*"
- 2) Membekal peserta didik menjadi manusia berilmu, bertaqwa dan berakhlakul karimah.
- 3) Mewujudkan pelayanan prima dalam pelaksanaan tugas-tugas

kependidikan.

- 4) Mewujudkan lingkungan madrasah yang bersih, sehat, aman dan nyaman.

c. Tujuan MAN Yogyakarta II

- 1) Meningkatkan penerapan ajaran Islam.
- 2) Meningkatkan budaya kerja yang kondusif, sinergis dan produktif serta nyaman.
- 3) Meningkatkan kecerdasan, pengetahuan, akhlak mulia, serta keterampilan siswa untuk hidup mandiri dan mengikuti pendidikan lebih lanjut.
- 4) Mengoptimalkan pelayanan terhadap pemangku kepentingan.
- 5) Meningkatkan daya saing MAN Yogyakarta II dalam menghadapi era global.
- 6) Menciptakan lingkungan madrasah yang bersih dan sehat untuk mendukung proses belajar mengajar.

2. Struktur Organisasi Sekolah

Organisasi sekolah dilihat dari hubungan dalam organisasi pendidikan secara luas hakekatnya merupakan suatu unit pelaksanaan teknis, dikatakan demikian karena sekolah merupakan organ dari organisasi pendidikan dan secara langsung teknis edukatif dalam proses pendidikan. Di sekolah interaksi belajar mengajar antar guru dengan murid merupakan inti dari proses pendidikan. Untuk memperlancar dan mendapatkan hasil yang maksimal dari interaksi tersebut, maka dibutuhkan penataan administrasi yang efektif dan efisien. Dan untuk mencapai administrasi yang baik dan benar sangatlah dibutuhkan suatu organisasi pengelola.

Oleh karena itu perlu dibentuk organisasi sekolah yang merupakan unsur penunjang proses belajar mengajar dan memperlancar kegiatan sekolah. Berdasarkan kepentingan tersebut maka diperlukan struktur organisasi dan di visualisasikan dari organisasi yang bersangkutan.

3. Guru dan Karyawan

a. Guru

MAN Yogyakarta II memiliki tenaga pengajar sebanyak 65 orang yang sebagian besar berkualifikasi S1 (Sarjana) dan beberapa guru berkualifikasi S2. Sebagian besar guru sudah berstatus sebagai PNS dan beberapa guru masih berstatus non PNS. Masing-masing guru mengajar sesuai dengan bidang keahliannya.

b. Karyawan

Karyawan di MAN Yogyakarta II berjumlah 20 orang yaitu Tata Usaha sebanyak 9 orang, bagian perpustakaan 1 orang, pembantu umum (petugas kebersihan, parkir, dapur sekolah) sebanyak 10 orang.

4. Peserta Didik

Peserta Didik MAN Yogyakarta II terdiri dari:

- 1) Peserta Didik kelas X yang berjumlah 196 peserta didik yang kesemuanya dibagi ke dalam 8 kelas.
- 2) Peserta Didik kelas XI yang berjumlah 174 yang kesemuanya dibagi ke dalam 8 kelas yaitu 3 kelas IPA, 3 kelas IPS, 1 kelas Bahasa, dan 1 kelas Agama.
- 3) Peserta Didik kelas XII yang berjumlah 194 peserta didik yang kesemuanya dibagi ke dalam 8 kelas yaitu 3 kelas IPA, 3 kelas IPS, 1 kelas Bahasa, dan 1 kelas Agama.

5. Sarana dan Prasarana Sekolah

Sarana dan Prasarana yang terdapat di MAN Yogyakarta II antara lain:

a. Ruang Kelas

Ruang kelas sebanyak 24 kelas, masing-masing sebagai berikut:

- 1) Kelas X terdiri dari 8 ruang kelas (3 kelas MIPA, 3 kelas IPS, 1 kelas IBB, dan 1 kelas IIK)
- 2) Kelas XI terdiri dari 8 ruang kelas (3 kelas MIPA, 3 kelas IPS, 1 kelas IBB, dan 1 kelas IIK)
- 3) Kelas XII terdiri dari 8 ruang kelas (3 kelas MIPA, 3 kelas IPS, 1 kelas IBB, dan 1 kelas IIK)
- 4) Masing-masing kelas telah memiliki kelengkapan fasilitas yang menunjang proses kegiatan belajar mengajar. Fasilitas yang tersedia di setiap kelas diantaranya papan tulis, meja, kursi, speaker, LCD, layar LCD, jam dinding, lambang pancasila, foto presiden dan wakil presiden, alat kebersihan, papan absensi, papan pengumuman, dan kipas angin. Fasilitas yang ada dalam kondisi baik.

b. Ruang Perpustakaan

Perpustakaan terletak di samping laboratorium fisika. Perpustakaan MAN Yogyakarta II sudah cukup baik. Perpustakaan sudah menggunakan sistem digital, jumlah buku ada sekitar 2000 buku, minat siswa untuk membaca cukup tinggi. Dalam perpustakaan ini terdapat 1 pustakawan yang mengelola dan dibantu 2 Guru yang bertugas di perpustakaan. Rak-rak sudah tertata rapi sesuai dengan klasifikasi buku dan klasifikasi buku di rak berdasarkan judul mata pelajaran. Didalam perpustakaan juga

disediakan komputer yang bisa dipergunakan untuk mengakses internet.

c. Ruang Tata Usaha (TU)

Semua urusan administrasi yang meliputi kesiswaan, kepegawaian, tata laksana kantor dan perlengkapan sekolah, dilaksanakan oleh petugas Tata Usaha, diawasi oleh Kepala Madrasah dan dikoordinasikan dengan Wakil Kepala Madrasah urusan sarana dan prasarana. Pendataan dan administrasi guru, karyawan, keadaan sekolah dan kesiswaan juga dilaksanakan oleh petugas Tata Usaha.

d. Ruang Bimbingan Konseling (BK)

Secara umum kondisi fisik dan struktur organisasi sudah cukup baik. Guru BK di SMA ini ada tiga orang, dalam menangani kasus siswa yaitu dengan cara menanggapi kasus yang masuk diproses dan kemudian ditindak lanjuti. Bimbingan Konseling ini membantu siswa dalam menangani masalahnya seperti masalah pribadi maupun kelompok, konsultasi keperguruan tinggi.

e. Ruang Kepala Madrasah

Ruang Kepala MAN Yogyakarta II terletak di samping ruang tata usaha.

f. Ruang Wakil Kepala Madrasah

g. Ruang Guru

Ruang guru digunakan sebagai ruang transit ketika guru akan pindah jam mengajar maupun pada waktu istirahat. Di ruang guru terdapat sarana dan prasarana seperti meja, kursi, almari, white board yang digunakan sebagai papan pengumuman, papan jadwal mata pelajaran, tugas mengajar guru, dll.

h. Ruang Unit Kesehatan Siswa (UKS)

UKS disekolah ini terdapat dua ruangan yang satu untuk putra dan yang satu untuk putri. Kepegurusan UKS ini dipegang oleh satu guru. Kelengkapan di ruang UKS ini sudah lengkap seperti obat-obatan serta data siswa yang berkunjung ke UKS.

i. Laboratorium

Terdapat lima laboratorium dengan fasilitas baik dan mencukupi. Laboratorium tersebut antara lain Laboratorium Fisika,

Laboratorium Biologi, Laboratorium Kimia, dan Laboratorium Komputer dan Laboratorium Bahasa

j. Tempat Ibadah

Tempat ibadah di sekolah ini yaitu masjid dengan dua lantai. Lantai satu di gunakan untuk beribadah putra sedangkan lantai dua digunakan untuk beribadah putri.

k. Kamar Mandi untuk Guru dan Siswa

MAN Yogyakarta II memiliki 28 lokasi kamar mandi yang lokasinya tersebar di tiap sudut deretan kelas.

l. Gudang olahraga

Gudang digunakan untuk menyimpan sarana olahraga seperti bola, cone, matras, net, dll. Gudang olahraga ini cukup tertata dengan rapi sehingga sarana yang ada tidak mudah rusak.

m. Tempat Parkir

Tempat parkir di MAN Yogyakarta II terletak di samping sekolah. Terdapat tempat parkir guru dan siswa yang sudah tertata dengan baik.

n. Kantin

Kantin terletak di halaman depan dekat dengan Gedung utama. Kantin ini menyediakan berbagai jenis makanan yang cukup murah bagi peserta didik.

o. Aula

Man Yogyakarta II memiliki dua Aula yang terdapat di lantai tiga. Dalam aula tersebut biasanya dipergunakan untuk acara-acara pertemuan sekolah ataupun rapat.

p. Asrama

Man Yogyakarta II memiliki asrama yang masih baru. Asrama ini terletak di dekat tempat parkir. Banyak siswa dari berbagai daerah yang tinggal di asrama ini.

B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL

Mata kuliah PPL mempunyai sasaran masyarakat sekolah, baik dalam kegiatan yang terkait dengan pembelajaran maupun kegiatan yang mendukung berlangsungnya pembelajaran. Program PPL diharapkan dapat memberikan pengalaman belajar, memperluas wawasan, melatih dan mengembangkan kompetensi yang diperlukan dalam bidangnya.

Pelaksanaan PPL melibatkan unsur-unsur Dosen Pembimbing PPL, Dosen Pembimbing PPL, Guru Pembimbing, Koordinator PPL sekolah, Kepala Sekolah, Pemerintah Kabupaten setempat, para mahasiswa praktikan, seluruh siswa di sekolah serta Tim PPL Universitas Negeri Yogyakarta. Program PPL dilakukan secara terintegrasi dan saling mendukung untuk mengembangkan kompetensi mahasiswa sebagai calon guru atau tenaga kependidikan. Program-program yang dikembangkan dalam kegiatan PPL difokuskan pada komunitas sekolah. Komunitas sekolah mencakup civitas sekolah(Kepala Sekolah, Guru, Karyawan, dan Siswa) serta masyarakat lingkungan sekolah.

Perumusan program kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Individu yang dilakukan oleh praktikan bertujuan untuk mengasah kemampuan mahasiswa untuk mengenal manajerial sekolah serta pengembangan dan pembuatan media pembelajaran dan melengkapi administrasi sekolah yang berhubungan dengan Pendidikan Bahasa Jerman.

Berdasarkan observasi yang telah praktikan lakukan pada tanggal 12 Februari 2015 maka kami merumuskan beberapa masalah yang akan kami usahakan pemecahannya melalui program kegiatan yang telah kami susun. Rumusan masalah tersebut antara lain:

1. Bagaimana mengembangkan potensi siswa terutama dalam ranah akademik?
2. Bagaimana mengaplikasikan semua teori yang telah dipelajari di Universitas Negeri Yogyakarta?

Menyadari bahwa kecilnya signifikansi yang diberikan oleh satu pihak saja dalam hubungan sekolah dengan perguruan tinggi, maka kami mencoba untuk mengoptimalisasi (dalam hal ini) dengan perguruan tinggi (dalam hal ini UNY dalam pengiriman tim PPL) secara sinergis.

Dalam usahanya menyiapkan tenaga kependidikan yang memiliki sikap, nilai, pengetahuan serta keterampilan yang profesional maka Universitas Negeri Yogyakarta mengirimkan mahasiswanya ke sekolah-sekolah yang diharapkan menjadi bekal yang berarti bagi mahasiswa dalam mempersiapkan diri menjadi tenaga kependidikan yang profesional.

Maka dalam pelaksanaannya mahasiswa melakukan Praktik Pengalaman Lapangan yang dilaksanakan mulai tanggal 11 Agustus 2015 sampai dengan 11 September 2015.

Praktek Pengalaman Lapangan dapat memberikan begitu banyak manfaat terhadap semua komponen yang terlibat didalamnya, baik itu mahasiswa, sekolah/lembaga dan perguruan tinggi yang bersangkutan.

Adapun manfaat Praktik Pengalaman Lapangan bagi ketiga komponen tersebut adalah sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa
 - a. Menambah pemahaman dan penghayatan mahasiswa tentang proses pendidikan di sekolah.
 - b. Memperoleh pengalaman tentang cara berpikir dan bekerja interdisipliner.
 - c. Memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk dapat berperan sebagai motivator, dinamisator dan membantu pemikiran sebagai problem solving.
 - d. Memperoleh pengalaman dan keterampilan untuk melaksanakan pembelajaran dan kegiatan manajerial di sekolah atau lembaga.
 - e. Memperoleh daya penalaran dalam melakukan penelaahan, perumusan dan pemecahan masalah pendidikan yang ada di sekolah.
2. Bagi Sekolah
 - a. Memperoleh kesempatan untuk dapat ikut andil dalam penyiapan tenaga kependidikan.
 - b. Memperoleh bantuan pemikiran, tenaga, ilmu dan teknologi dalam merencanakan serta melaksanakan pengembangan sekolah.
3. Bagi Universitas
 - a. Memperoleh umpan balik dari pelaksanaan PPL di sekolah atau lembaga guna pengembangan kurikulum dan IPTEK yang disesuaikan dengan kebutuhan masyarakat.
 - b. Memperoleh berbagai sumber belajar dan menemukan berbagai permasalahan untuk pengembangan penelitian dan pendidikan.
 - c. Terjalin kerjasama yang lebih baik dengan pemerintah daerah dan instansi terkait untuk pengembangan Tri Dharma Perguruan Tinggi.

Berdasarkan analisis situasi sekolah, maka praktikan dapat merumuskan permasalahan dan mengidentifikasinya menjadi program kerja yang dicantumkan dalam matriks program kerja yang akan dilakukan selama PPL. Penyusunan program kerja disertai dengan berbagai macam pertimbangan seperti:

1. Visi dan Misi MAN Yogyakarta II
2. Lingkungan sekolah MAN Yogyakarta II
3. Kondisi dan kebutuhan serta kebermanfaatan bagi MAN Yogyakarta II

4. Kemampuan dan keterampilan mahasiswa PPL
5. Sarana dan prasarana yang tersedia
6. Waktu, biaya dan tenaga yang mendukung

Dengan berbagai macam pertimbangan diatas, maka program kerja mahasiswa PPL Universitas Negeri Yogyakarta tahun 2015 prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi dapat dilaporkan sebagai berikut:

1. Perumusan Program Kerja PPL
2. Rencana Kegiatan PPL

Pelaksanaan kegiatan PPL terbagi ke dalam dua tahap, yaitu kegiatan Pra PPL dan PPL.

a. Kegiatan Pra PPL meliputi :

1. Micro-Teaching (Tahap persiapan di Kampus)

PPL hanya dilaksanakan oleh mahasiswa yang lulus mata kuliah micro-teaching. Dalam mata kuliah micro-teching dipelajari hal-hal sebagai berikut :

- 1) Praktek menyusun perangkat pembelajaran berupa RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran) dan media pembelajaran.
- 2) Praktik cara membuka pelajaran
- 3) Praktik mengajar dengan metode yang sesuai dengan materi yang disampaikan
- 4) Praktik menyampaikan materi yang berbeda-beda
- 5) Teknik bertanya kepada siswa
- 6) Praktik penguasaan dan pengelolaan kelas
- 7) Praktik menggunakan media pembelajaran
- 8) Praktik menutup pelajaran

2. Observasi di sekolah

Dalam observasi lingkungan sekolah praktikan mengamati aspek yang ada di lingkungan tersebut

- Kondisi fisik sekolah
- Potensi siswa, guru, dan karyawan
- Fasilitas sekolah
- Ekstra yang diselenggarakan
- UKS
- Administrasi sekolah

1) Observasi perangkat pembelajaran

Dalam hal ini praktikan mengamati apa yang disiapkan guru pembimbing sebelum mengajar dan saat menyiapkan perangkat yang akan digunakan.

2) Observasi proses pembelajaran

Tahap ini praktikan mengamati proses KBM yang berlangsung dilapangan atau di kelas. Beberapa hal yang menjadi sasaran utama dalam observasi proses belajar mengajar yaitu :

- a) Cara membuka pelajaran
- b) Cara menyajikan materi
- c) Metode pembelajaran
- d) Penggunaan bahasa
- e) Penggunaan waktu
- f) Gerak
- g) Cara memotivasi siswa
- h) Teknik bertanya kepada siswa
- i) Penggunaan media pembelajaran
- j) Evaluasi
- k) Cara menutup pelajaran

3) Observasi perilaku siswa

Mengamati perilaku siswa yang sedang mengikuti KBM baik di kelas atau di lapangan.

Setelah melakukan pengamatan/observasi, mahasiswa menyusun program kerja PPL yang mencakup penyusunan perangkat pembelajaran yang merupakan administrasi wajib guru, praktik mengajar, dan evaluasi hasil mengajar yang kemudian dituangkan dalam matriks program kerja PPL individu. Program PPL tersebut adalah:

1. Penjabaran waktu KBM
2. Persiapan mengajar (RPP)
3. Pembuatan soal evaluasi dan pelaksanaan evaluasi

b. Kegiatan PPL

1. Praktik mengajar terbimbing

Pada praktik mengajar terbimbing, mahasiswa mendampingi guru pembimbing ketika mengajar. Selain itu mahasiswa dibimbing untuk menyusun administrasi pembelajaran yang terdiri atas:

- 1) Silabus
- 2) Program Tahunan
- 3) Program Semester
- 4) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

2. Praktik mengajar terbimbing

Pada praktik mengajar terbimbing, mahasiswa melakukan proses pembelajaran di dalam kelas/ lapangan secara keseluruhan dari membuka pelajaran sampai menutup pelajaran dengan di dampingi oleh guru pamong/ guru pembimbing, proses pembelajaran yang dilakukan meliputi :

a. Membuka Pelajaran

- 1) Salam dan doa
- 2) Mengecek kehadiran siswa
- 3) Mengecek kesiapan/kesehatan siswa
- 4) Apersepsi

b. Kegiatan Inti pelajaran

- 1) Penyampaian materi
- 2) Memberi motivasi pada siswa untuk aktif di dalam kelas maupun lapangan dengan memberikan tantangan atau pertanyaan
- 3) Memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya
- 4) Menjawab pertanyaan dari siswa

c. Menutup pelajaran

- 1) Menyimpulkan materi yang telah disampaikan
- 2) Evaluasi dengan memberikan materi atau tugas
- 3) Doa dan salam

c. Penyusunan Laporan

Kegiatan penyusunan laporan merupakan tugas akhir dari kegiatan PPL yang berfungsi sebagai laporan pertanggung jawaban mahasiswa atas pelaksanaan PPL

d. Penarikan PPL

Kegiatan penarikan PPL dilakukan tanggal 11 September 2015 yang sekaligus menandai berakhirnya kegiatan PPL di MAN Yogyakarta II

e. Evaluasi

Evaluasi dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui kemampuan yang dimiliki mahasiswa baik kelebihan maupun kekurangannya selama pelaksanaan PPL. Evaluasi dilakukan oleh guru pembimbing PPL selama proses praktik berlangsung.

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL

Kegiatan PPL dirancang untuk mengembangkan dan memberdayakan sumber daya yang ada di lokasi PPL yang dalam hal ini MAN YOGYAKARTA 2. Berdasarkan hal tersebut, maka perlu didukung dengan kegiatan yang mengutamakan peningkatan kemampuan dan kreativitas yang mendukung kegiatan belajar mengajar. Faktor-faktor lain yang sangat penting dalam pelaksanaan PPL antara lain kesiapan mental, penguasaan materi, penguasaan dan pengelolaan kelas, penyajian materi, kemampuan berinteraksi dengan siswa, guru, karyawan, orang tua/wali murid, dan masyarakat sekitar. Jika hanya menguasai sebagian dari faktor-faktor tersebut maka jelas akan mengalami kesulitan.

A. Persiapan

1. Kegiatan Pra PPL

Keberhasilan suatu kegiatan sangatlah tergantung dari persiapannya. Demikian pula untuk mencapai tujuan PPL yang dilaksanakan mulai 11 Agustus hingga 11 September 2015, maka perlu dilakukan berbagai persiapan sebelum praktik mengajar. Persiapan-persiapan tersebut termasuk kegiatan yang diprogramkan dari lembaga UNY, maupun yang diprogramkan secara individu oleh mahasiswa. Persiapan-persiapan tersebut meliputi:

a. Pembekalan

Kegiatan pembekalan merupakan salah satu persiapan yang diselenggarakan oleh lembaga UNY, dilaksanakan dalam bentuk pembekalan PPL yang diselenggarakan oleh UPPL pada setiap program studi. Kegiatan ini wajib diikuti oleh calon peserta PPL. Materi yang disampaikan dalam pembekalan PPL adalah mekanisme pelaksanaan *micro teaching*, teknik pelaksanaan *micro teaching*, teknik pelaksanaan PPL dan teknik menghadapi serta mengatasi permasalahan yang mungkin akan terjadi selama pelaksanaan PPL. Mahasiswa yang tidak mengikuti pembekalan tersebut dianggap mengundurkan diri dari kegiatan PPL. Pembekalan program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi dilakukan di FIK UNY, tujuan pembekalan ini adalah untuk memberikan pengetahuan tentang profesionalisme tenaga kependidikan dan tenaga mekanisme pelaksanaan kegiatan.

b. Observasi kegiatan belajar mengajar di MAN YOGYAKARTA 2

Observasi dilakukan dalam dua bentuk, yaitu observasi pra PPL dan observasi kelas pra mengajar.

1). Observasi pra PPL

Observasi yang dilakukan, meliputi:

- a) Observasi fisik, yang menjadi sasaran adalah gedung sekolah, kelengkapan sekolah dan lingkungan yang akan menjadi tempat praktik
 - b) Observasi proses pembelajaran, mahasiswa melakukan pengamatan proses pembelajaran dalam kelas, meliputi metode yang digunakan, media yang digunakan, administrasi mengajar berupa media pembelajaran, RPP dan strategi pembelajaran
 - c) Observasi siswa, meliputi perilaku siswa ketika proses pembelajaran ataupun di luar itu. Digunakan sebagai masukan untuk menyusun strategi pembelajaran
- 2). Observasi kelas pra mengajar

Observasi dilakukan pada kelas yang akan digunakan untuk praktek mengajar, tujuan kegiatan ini antara lain :

- a) Mengetahui materi yang akan diberikan;
- b) Mempelajari situasi kelas;
- c) Mempelajari kondisi siswa (aktif/tidak aktif).

Observasi di kelas dilakukan dengan tujuan mahasiswa memperoleh gambaran mengenai proses belajar mengajar di kelas, sehingga apabila pada saat tampil di depan kelas, mahasiswa telah mempersiapkan strategi yang tepat untuk menghadapi siswa. Adapun yang menjadi titik pusat kegiatan ini adalah segala sesuatu yang berhubungan dengan cara guru mengajar, yang meliputi perangkat pembelajaran, proses pembelajaran, dan perilaku siswa. Perangkat pembelajaran ini mencakup silabus dan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Proses pembelajaran mencakup membuka pelajaran, metode pembelajaran, penyajian materi, penggunaan bahasa, waktu, gerak, cara memotivasi siswa, teknik bertanya, penguasaan kelas, penggunaan media, bentuk dan cara evaluasi, dan menutup pelajaran. Sedangkan perilaku siswa mencakup perilaku siswa di kelas dan di luar kelas. Berdasarkan observasi ini praktikan telah mempunyai gambaran tentang sikap maupun tindakan yang harus dilakukan waktu mengajar.

c. Pengajaran Mikro

Setelah mengadakan observasi mahasiswa dapat belajar banyak dari proses pembelajaran yang sesungguhnya di MAN YOGYAKARTA 2. Setelah itu mahasiswa mengikuti kuliah pengajaran mikro. Pengajaran mikro dilaksanakan mulai Februari sampai Juni 2015. Dalam Pengajaran mikro mahasiswa melakukan praktek mengajar pada kelas kecil. Adapun yang

berperan sebagai guru adalah mahasiswa sendiri dan yang berperan sebagai siswa adalah teman satu kelompok yang berjumlah sepuluh orang dengan seorang dosen pembimbing mikro yaitu Ibu Dr. Sri Winarni, M.Pd. Dosen pembimbing mikro memberikan masukan, baik berupa kritik maupun saran setiap kali mahasiswa selesai praktik mengajar termasuk RPP. Berbagai macam metode dan media pembelajaran diuji cobakan dalam kegiatan ini, sehingga mahasiswa memahami media yang sesuai untuk setiap materi.

Dengan demikian, pengajaran mikro bertujuan untuk membekali mahasiswa agar lebih siap dalam melaksanakan PPL, baik segi materi maupun penyampaian/metode mengajarnya. Pengajaran mikro juga sebagai syarat bagi mahasiswa untuk dapat mengikuti PPL.

d. Persiapan sebelum mengajar

Sebelum mengajar di sekolah, mahasiswa harus mempersiapkan administrasi dan persiapan materi, serta media yang akan digunakan untuk mengajar agar proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan rencana dan harapan. Persiapan-persiapan tersebut antara lain:

- 1) Pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang berisi rencana pembelajaran untuk setiap kali pertemuan
- 2) Pembuatan media, sebelum melaksanakan pembelajaran yang sesuai dan dapat membantu pemahaman siswa dalam menemukan konsep, yang dapat berupa objek sesungguhnya ataupun model.
- 3) Mempersiapkan alat dan bahan mengajar, agar pembelajaran sesuai dengan RPP yang telah dibuat.
- 4) Diskusi dengan sesama mahasiswa, yang dilakukan baik sebelum maupun sesudah mengajar untuk saling bertukar pengalaman dan juga untuk bertukar saran dan solusi
- 5) Diskusi dan konsultasi dengan guru pembimbing, yang dilakukan sebelum dan sesudah mengajar.

2. Pelaksanaa Persiapan Mengajar

Persiapan mengajar sangat diperlukan sebelum mengajar. Melalui persiapan yang matang, mahasiswa PPL diharapkan dapat memenuhi target yang ingin dicapai. Persiapan yang dilakukan untuk mengajar antara lain:

- a. Konsultasi dengan dosen dan guru pembimbing.

Berdasarkan prosedur pelaksanaan PPL kolaboratif, setiap mahasiswa sebelum mengajar wajib melakukan koordinasi dengan Dosen Pembimbing Lapangan PPL (DPL PPL) dan guru pembimbing di sekolah mengenai RPP dan waktu mengajar. Hal ini dikarenakan setiap mahasiswa yang akan melakukan praktik mengajar, guru atau dosen

dusahakan dapat hadir untuk mengamati mahasiswa yang mengajar di kelas.

Koordinasi dan konsultasi dengan dosen dan guru pembimbing dilakukan sebelum dan setelah mengajar. Sebelum mengajar guru memberikan materi yang harus disampaikan pada waktu mengajar. Sedangkan setelah mengajar dimaksudkan untuk memberikan evaluasi cara mengajar mahasiswa PPL.

b. Penguasaan materi

Materi yang akan disampaikan pada siswa harus disesuaikan dengan kurikulum dan silabus yang digunakan. Selain menggunakan buku paket, penggunaan buku referensi yang lain sangat diperlukan agar proses belajar mengajar berjalan lancar. Mahasiswa PPL juga harus menguasai materi yang akan disampaikan.

c. Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran,

Penyusunan RPP berdasarkan silabus yang telah ada.

d. Pembuatan media pembelajaran

Media pembelajaran merupakan faktor pendukung yang penting untuk keberhasilan proses pengajaran. Media pembelajaran adalah suatu alat yang digunakan sebagai media dalam menyampaikan materi kepada siswa agar mudah dipahami oleh siswa. Media ini selalu dibuat sebelum mahasiswa mengajar agar penyampaian materi tidak membosankan.

e. Pembuatan alat evaluasi (Lembar Kerja Siswa)

Alat evaluasi ini berfungsi untuk mengukur seberapa jauh siswa dapat memahami materi yang disampaikan. Alat evaluasi berupa latihan dan penugasan bagi siswa baik secara individu maupun kelompok.

B. Pelaksanaan PPL

1. Pelaksanaan Praktik Mengajar

Dalam pelaksanaan kegiatan PPL (praktik mengajar), mahasiswa mendapat tugas untuk mengajar penjasorkes di kelas X IPS 1, X IBB, X IPS 2, XII IPS 2, XII IPS 1, X MIPA 3, X IPS 3, XII IPS 3, X MIPA 2, X MIPA 1, X IIK dan XII Agama dengan jumlah siswa rata-rata 26-32 siswa. Sebelum melakukan praktek mengajar terlebih dahulu guru pembimbing Bapak Shodri, S.pd memberikan arahan mengenai pengembangan silabus, format RPP, dan kelengkapan lain dalam mengajar yang digunakan di MAN YOGYAKARTA 2. kegiatan praktik mengajar ini dimulai pada tanggal 10 Agustus sampai dengan 112 September 2015 dengan didampingi guru pembimbing. Pelaksanaan praktik dilaksanakan dengan jadwal mengajar sebanyak 1 kali (1 kali pertemuan 2X45 menit) dalam seminggu untuk masing-masing kelas dengan membuat

RPP. Format RPP (Rencana Pelaksanaan pembelajaran) menggunakan format kurikulum 2013. Pendampingan dilakukan setiap kali mahasiswa mengajar. Ini dilakukan agar mahasiswa terus mendapatkan masukan dari guru pembimbing, dan guru pembimbing bisa melihat peningkatan kualitas mahasiswa saat mengajar. Pada tahap ini, mahasiswa dinilai oleh guru pembimbing dan dosen pembimbing PPL, baik dalam membuat persiapan mengajar, melakukan aktivitas mengajar di kelas, kepedulian terhadap siswa, maupun penguasaan kelas.

Adapun hasil proses PPL yang dilaksanakan oleh praktikan dari tanggal 10 Agustus sampai dengan 12 September 2014 adalah sebagai berikut:

No	Hari/Tanggal	Kelas	Materi	Keterangan
1	Senin, 10 Agustus 2015	X IPS 1 dan X IBB	Perkenalandan Tes pengukuran VO2Max dengan Multi Stage	Didampingi
2	Selasa, 11 Agustus 2015	X IPS 2 dan XII IPS 2	Perkenalandan jogging di luar sekolah dengan jarak kurang lebih 3km	Didampingi
3	Rabu, 12 Agustus 2015	XII IPS 1 dan XII IIK	Perkenalan dan melakukan tes VO2Max dengan Multi Stage	Didampingi
4	Kamis, 13 Agustus 2015	X IPS 3 dan XII IPS 3	Perkenalandan melakukan tes VO2Max dengan Multi Stage	Tidak Didampingi
5	Jumat, 14 Agustus 2015	X MIPA 1 dan X MIPA 2	Perkenalandan melakukan tes VO2Max dengan Multi Stage	Tidak Didampingi
6	Sabtu, 15 Agustus 2015		Peringatan Kemerdekaan RI ke 70 Tahun	Menjadi wasit futsal
7	Senin, 17 Agustus 2015		Upacara Kemerdekaan RI ke 70 tahun	Diikuti oleh seluruh warga sekolah
8	Selasa, 18 Agustus 2015		Lanjutan peringatan Kemerdekaan RI ke 70	Menjadi wasit futsal

9	Rabu, 19 Agustus 2015	X IIS 2	Pelatihan dan Motivasi dari instansi luar	Menjadi wali kelas X IBB
10	Kamis, 20 Agustus 2015		Pelatihan dan motivasi dari instansi luar	Menjadi wali kelas X IBB
11	Jumat, 21 Agustus 2015	X MIPA 2 dan X MIPA 1	Lanjutan tes VO2Max	Tidak Didampingi
12	Sabtu, 22 Agustus 2015	X IIK dan XII Agama	Perkenalan dan melakukan tes VO2Max dengan Multi Stage	Tidak Didampingi
13	Senin, 24 Agustus 2015	X IPS 1 dan X IBB	Memberikan salah satu teknik dasar dalam Bola Basket yaitu lay up	Kelas X IBB sedang mengikuti pelatihan cerpen
14	Selasa, 25 Agustus 2015	X IPS 2 dan XII IPS 2	Memberikan salah satu teknik dasar dalam Bola Basket yaitu lay up	Tidak Didampingi
15	Rabu, 26 Agustus 2015	XII IPS 1 dan X MIPA 3	Memberikan salah satu teknik dasar dalam Bola Basket yaitu lay up	Tidak Didampingi
16	Kamis, 27 Agustus 2015	X IPS 3 dan XII IPS 3	Memberikan salah satu teknik dasar dalam Bola Basket yaitu lay up	Tidak Didampingi
17	Jumat, 28 Agustus 2015		Kegiatan Micro Teaching dan Pelatihan Matematika Gasing	Menjadi wali kelas X IBB
18	Sabtu, 29 Agustus 2015	X IIK dan XII Agama	Memberikan salah satu teknik dasar dalam Bola Basket yaitu lay up	Didampingi
19	Senin, 31 Agustus 2015		Memperingati Hari Keistimewaan Yogyakarta	Memakai pakaian adat jawa
20	Selasa, 1 September 2015	X IPS 2 dan XII IPS 2	Penilaian RPP dan praktik mengajar didampingi oleh guru pembimbing (bola Voli)	Didampingi

21	Rabu, 2 September 2015	XII IPS 1 dan X MIPA 3	Penilaian RPP dan praktik mengajar didampingi oleh guru pembimbing (senam lantai, guling depan belakang)	Didampingi
22	Kamis, 3 September 2015	X IPS 3 dan XII IPS 3	Penilaian RPP dan praktik mengajar didampingi oleh guru pembimbing (atletik, lompat tinggi)	Didampingi
23	Jumat, 4 September 2015	X MIPA 2 dan X MIPA 1	Penilaian RPP dan praktik mengajar didampingi oleh guru pembimbing (teori kesehatan, HIV/AIDS)	Didampingi
24	Sabtu, 5 September 2015	X IIK dan XII Agama	Mengisi materi senam lantai (guling depan)	Didampingi
25	Senin-Jumat, 7-11 September 2015		Penyusunan laporan kegiatan PPL UNY 2015	
26	Sabtu, 12 September 2015		Penarikan mahasiswa PPL UNY 2015	Dihadiri oleh DPL, Kepala Sekolah, Guru Pembimbing, dll.

2. Umpan Balik dari Pembimbing

Selama kegiatan praktik mengajar sampai tanggal 12 September 2015, mahasiswa mendapat bimbingan dari guru pembimbing dan dosen pembimbing PPL. Dalam kegiatan praktik pengalaman lapangan, guru pembimbing dan dosen pembimbing PPL sangat berperan dalam kelancaran penyampaian materi. Guru pembimbing di sekolah memberikan saran dan kritik kepada mahasiswa setelah selesai melakukan praktik mengajar sebagai evaluasi dan perbaikan guna meningkatkan kualitas pembelajaran selanjutnya. Dosen pembimbing PPL juga memberikan masukan tentang cara memecahkan persoalan yang dialami mahasiswa dalam melakukan proses pembelajaran.

Beberapa point evaluasi yang sangat penting untuk dicermati adalah:

- a. Penguasaan konsep materi adalah yang paling utama.
- b. Haruskandapatmenguasaikelas agar siswabiasatetapkondusif.
- c. Setiap pertemuan harus dapat sampai pada tahap evaluasi.

C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi

Dalam praktik mengajar di sekolah yang dilakukan oleh mahasiswa telah memenuhi kriteria mengajar minimal sesuai yang ditetapkan oleh pihak Universitas. Mahasiswa praktikan mendapat banyak pengalaman dan masukan baik dari dosen pembimbing lapangan, guru pembimbing, guru mata pelajaran, maupun peserta didik. Masukan tersebut berupa saran, kritik serta evaluasi yang membangun untuk mahasiswa praktikan.

1. Hasil yang diperoleh dalam pelaksanaan PPL sebagai berikut:

Rencana program PPL yang diselenggarakan Universitas, disusun sedemikian rupa sehingga dapat dilaksanakan sesuai waktu yang telah ditentukan. Berdasarkan catatan-catatan, selama ini seluruh program kegiatan PPL dapat terealisasi dengan baik. Mahasiswa telah mengajar total 17 kali pertemuan (setiap pertemuan = 2x45 menit) dan didampingi oleh guru pembimbing. Selain itu, setiap akan mengajar mahasiswa selalu berkonsultasi dengan guru pembimbing mengenai RPP dan media yang akan digunakan dan setiap selesai mengajar mahasiswa selalu melakukan evaluasi dengan pihak guru agar mendapatkan kritik saran untuk proses pembelajaran selanjutnya.

Hasil yang diperoleh selama mahasiswa melakukan kegiatan praktik mengajar adalah sebagai berikut :

- a. Mahasiswa dapat berlatih membuat perangkat pembelajaran mulai dari silabus, program tahunan, program semester, RPP, dan penilaian
- b. Mahasiswa mendapat pengalaman dalam hal keterampilan mengajar, bagaimana mengkondisikan kelas, berinteraksi dengan siswa.
- c. Mahasiswa berlatih melaksanakan evaluasi dan penilaian hasil belajar serta menghitung daya serap siswa.
- d. Mahasiswa belajar menetapkan tujuan dan bahan pembelajaran

2. Hambatan-hambatan

Selama mahasiswa melaksanakan PPL di MAN YOGYAKARTA 2, praktikan menemui beberapa hambatan. Secara rinci, hambatan-hambatan dalam Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan yang dialami praktikan antara lain:

- a) Siswa masih kebingungan dalam memahami maksud dari guru dengan menggunakan kurikulum 2013.
- b) Terjadi kesenjangan keaktifan siswa dan kemampuan gerak siswa. Ada beberapa yang siswa yang memang sangat aktif sedangkan lainnya cenderung pasif dan hanya menunggu informasi dari praktikan sebagai guru.

- c) Ada beberapa siswa yang memiliki karakter dan tingkah laku yang beda dari teman-teman lainnya, sehingga beberapa siswa tersebut sangat sulit untuk dikondisikan baik di dalam kelas maupun diluar kelas.
- d) Ada beberapa siswa yang mengalami cedera saat akan melaksanakan tes VO2Max sehingga tidak dapat mengikuti penilaian tes tersebut.
- e) Terdapat sarana dan prasarana yang kurang memadai untuk proses pembelajaran.

Setelah menemui hambatan-hambatan tersebut di atas, praktikan berusaha mencari solusi untuk mengatasi atau setidaknya meminimalisasikan hambatan-hambatan tersebut. Adapun cara yang ditempuh praktikan antara lain:

- a) Menjelaskan secara bertahap tentang proses pembelajaran kurikulum 2013 agar siswa tidak kebingungan.
- b) Menggunakan metode mengajar yang interaktif, komunikatif, dan menarik sehingga semua siswa termotivasi untuk aktif bergerak. Selain itu, materi yang dipelajari harus ada unsur bermain dan perlombaan sehingga pembelajaran akan lebih menarik dan menambah minat siswa untuk gembira.
- c) Melakukan pendekatan yang lebih personal dengan peserta didik tersebut sehingga siswa bisa menjadi lebih mendekatkan diri mereka terhadap pengajar dan juga terhadap apa yang diajarkan.
- d) Memberikan tugas untuk mengamati dan menulis kegiatan pembelajaran dan untuk penilaian diperbolehkan untuk menyusul
- e) Terkait dengan kurang lengkapnya sarana dan prasarana, praktikan mencoba melakukan modifikasi alat, sarana dan prasarana agar pembelajaran tetap bisa dilaksanakan

3. Refleksi

Pelaksanaan program PPL berjalan dengan lancar, walaupun selama proses pelaksanaan program terdapat berbagai kendala/ hambatan yang dialami, namun semua dapat diatasi dengan diskusi dan bantuan dari guru pembimbing dan DPL PPL sehingga semua program dapat tercapai dan berjalan dengan baik sesuai target yang direncanakan.

Adapun cara yang ditempuh mahasiswa antara lain :

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

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

BAB III

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Setelah melakukan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) terhitung mulai tanggal 10 Agustus 2015 sampai dengan 12 September 2015, praktikan dalam menyelesaikan program-program tersebut memperoleh banyak pengalaman. Pengalaman ini diperoleh baik secara langsung maupun tidak langsung dan program-program kerja yang direncanakan telah berjalan dengan baik dan lancar. Program PPL yang telah dilaksanakan oleh para praktikan mulai dari persiapan, praktik mengajar dan kegiatan pembelajaran lainnya hingga pembuatan laporan hasil PPL ini telah banyak memberikan manfaat dan dapat menjadi bekal sebagai calon tenaga pendidik yang profesional.

Berdasarkan pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan yang telah dialami, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- a. Program dapat berjalan sesuai dengan rancangan hanya dalam pelaksanaannya ada perubahan waktu
- b. Praktikan PPL mendapat pengalaman mengajar secara langsung khususnya bagaimana mengelola kelas hingga kondusif dan cara menyampaikan materi yang jelas.
- c. Program ini merupakan sarana pembelajaran yang sangat efektif, yang bisa dikatakan mempunyai output yang mengarah serta orientasi kependidikan yang jelas

- d. Praktikan PPL bertujuan untuk memberi pengalaman faktual tentang proses pembelajaran dan administrasi sekolah lainnya sehingga dapat digunakan sebagai bekal untuk menjadi tenaga kependidikan yang profesional, memiliki nilai, sikap, pengetahuan, dan keterampilan yang diperlukan dalam profesional.
- e. Praktikan PPL mendapat pengalaman untuk membuat administrasi Guru yang baik.
- f. Praktikan PPL mendapat pengalaman bagaimana berinteraksi dan berkoordinasi dengan Bapak-Ibu Guru di sekolah bahkan dengan Kepala Sekolah.
- g. Motivasi bagi mahasiswa untuk segera menyelesaikan studi dan mengabdikan dengan apa yang dimiliki sebagai seorang pendidik

B. SARAN

Demi mewujudkan pelaksanaan program PPL yang lebih baik di masa yang akan datang, maka berikut ini ada beberapa saran yang penting diperhatikan:

1. Untuk Mahasiswa PPL

- a. Menjaga nama baik dirinya sendiri sebagai mahasiswa, warga sekolah dan wakil Universitas.
- b. Mampu menempatkan diri dan menyesuaikan diri dengan peraturan dan kultur yang ada di sekolah.
- c. Mampu untuk berfikir kreatif dengan melaksanakan program-program yang memiliki tujuan dan manfaat yang jelas.
- d. Membahas konsep program kerja dengan lebih matang agar pelaksanaannya lebih mudah dan lancar.
- e. Mampu menjaga solidaritas dalam tim serta mau dan mampu bekerja sama dan berinteraksi dengan setiap personil yang terlibat dalam setiap program yang dilaksanakan.
- f. Persiapan dalam melaksanakan proses pembelajaran sangatlah penting. Oleh karena itu, hendaknya mahasiswa PPL mempersiapkan satuan pembelajaran dan rencana pembelajaran beberapa hari sebelum praktik dilaksanakan sebagai pedoman dalam mengajar, supaya pada saat mengajar dapat menguasai materi dengan baik dan sering berkonsultasi pada guru dan dosen pembimbing sebelum dan sesudah mengajar, supaya bisa diketahui kelebihan, kekurangan dan permasalahan selama mengajar.

- g. Hendaknya mahasiswa PPL memanfaatkan waktu dengan seefektif dan seefisien mungkin untuk mendapatkan pengetahuan dan pengalaman mengajar, serta manajemen sekolah dan manajemen pribadi secara baik dan bertanggung jawab.

2. Untuk pihak Sekolah

- a. Memberikan masukan secara langsung kepada mahasiswa dalam setiap kegiatan terutama saat melaksanakan program atau kegiatan tertentu sehingga akan mencapai suatu hubungan sinergi yang saling menguntungkan kedua belah pihak.
- b. Meningkatkan hubungan baik antara pihak sekolah dan UNY dengan cara saling memberi masukan.
- c. Meningkatkan kedisiplinan serta koordinasi dikalangan warga sekolah sehingga semua kegiatan pembelajaran dan persekolahan dapat berjalan sesuai dengan apa yang diharapkan.
- d. Program yang dijalankan secara berkelanjutan hendaknya tetap dijaga dan dilanjutkan serta dimanfaatkan semaksimal mungkin dan seefektif mungkin.

3. Untuk pihak Universitas Negeri Yogyakarta

- a. Meningkatkan koordinasi antara UPPL, DPL, Guru pembimbing di sekolah dan sekolah tempat para mahasiswa melaksanakan PPL,
- b. Kontrol dari pihak Universitas yang dalam hal ini diwakili oleh DPL atau pihak UPPL hendaknya lebih sering dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Tim Penyusun LPPMP UNY.2014. *Panduan PPL*. Yogyakarta: LPPMP, Universitas Negeri Yogyakarta
- Tim Penyusun LPPMP UNY.2014. *Agenda PPL-KKN*. Yogyakarta: LPPMP, Universitas Negeri Yogyakarta
- Pratomo.Wisnu. 2013. *Laporan Individu PPL SMA N 1 Kalasan*. Universitas Negeri Yogyakarta

LAMPIRAN



Universitas Negeri Yogyakarta

**MATRIKS PROGRAM KERJA PPL UNY
TAHUN 2015
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

F01
Kelompok Mahasiswa

**NAMA SEKOLAH/LEMBAGA
ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA
GURU PEMBIMBING**

**: MAN YOGYAKARTA II
: JL. KH. Ahmad Dahlan no.130 Yogyakarta
: Shodri, S.Pd**

**NAMA : ANUGRAH TEGAR W
NIM : 12601244103
FAKULTAS : FIK/PJKR
DPL : Dr. Sri Winarni, M.Pd**

No	Program/Kegiatan	Jumlah Jam per Minggu					Jumlah Jam	
		I	II	III	IV	V		
1	Pembuatan Program PPL							
	a. Observasi		4				4	
	b. Penyusunan Matrik PPL		2				2	
2	Administrasi Pembelajaran/Guru							
	a. Diktat Materi Olahraga Kelas X, XII		2	2	2	2	8	
3	Kegiatan Mengajar Terbimbing							
	a. Persiapan							
	1) Konsultasi		2	2	2	2	8	
	2) Pengumpulan Materi Ajar		2	2	2	2	8	
	3) Pembuatan RPP		2	2	2	2	8	
	4) Persiapan/Pembuatan Media		2	2	2	2	8	
	5) Penyusunan Materi/Lab Sheet		2	2	2	2	8	
	6) diskusi teman sejawat		1	1	1	1	4	
	b. Pengajar Terbimbing							
	1) Praktik Mengajar di Kelas		12	6	15	15	2	50
	2) Penilaian dan Evaluasi		2	2	2	2	2	10
4	Non- Mengajar)							

a. Wali Kelas X IBB	5	17	5			27
5 Kegiatan Sekolah						
a. Upacara Bendera Hari Senin	1		1	1	1	4
b. Perayaan 17 Agustus	7	5				12
c. Piket Sekolah						
1) Perpustakaan						
2) UKS						
3) Hall Posko	9	9	9	9	9	45
6 Pembuatan Laporan PPL			2	2	2	6
7 Program Insidental						
a. Rapat Koordinasi Pelaksanaan Lomba 17 A	2					2
b. Rapat Koordinasi Acara		2				2
c. Pembuatan Garis Lapangan Badminton					5	5
Jumlah Jam	57	54	47	42	21	221

Mengetahui,

Kepala Sekolah

Dosen Pembimbing Lapangan

Yogyakarta,
10 September 2015
Penyusun



Dr. H. In Amullah, MA
NIP. 19660119 199603 1 001

Dr. Sri Winarni, M.Pd
NIP. 19700205 199403 2 001

Anugrah Tegar W
NIM. 12601244103



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

untuk
mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : MAN YOGYAKARTA 2
 ALAMAT SEKOLAH : JL. KH. AHMAD DAHLAN 130 NGAMPILAN YK
 GURU PEMBIMBING : Shodri S.Pd

NAMA MAHASISWA : ANUGRAH TEGAR W
 NO. MAHASISWA : 12601244103
 FAK./JUR./PRODI : PKR/ FIK/ UNY
 DOSEN PEMBIMBING : SRI WINARNI M.Pd

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
	Senin, 10-09-15	07.00-07.50 Upacara	Pengenalan mahasiswa PPL kepada Warga Sekolah		
		07.50-09.25 Olahraga kelas X IPS 1	Melakukan Test VO_2Max dengan metode multi stage	Siswa banyak yang malas-melosan untuk mengikuti test tersebut	Diberi pengertian dan motivasi dg dampak positive test tersebut
		09.25-10.55 Olahraga kelas XI BB	Melakukan Test VO_2Max dengan metode multi stage		
		10.55-11.30 mempelajari silabus	Mengetahui materi yg akan diajarkan		
		12.30-14.00 piket Hall	Ada beberapa siswa yg izin pulang terlebih dahulu		

Dosen Pembimbing Lapangan

Dr. Sri Winarni, M.Pd

NIP.: 19700205 199203 2 001

Mengetahui :

Guru Pembimbing

Shodri, S.Pd

NIP.: 19641020 19903 1 002

10 September 2015

Mahasiswa

Anugrah Tegar W

NIM.: 12601244103



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

untuk mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH :
 ALAMAT SEKOLAH :
 GURU PEMBIMBING :

NAMA MAHASISWA :
 NO. MAHASISWA :
 FAK./JUR./PRODI :
 DOSEN PEMBIMBING :

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
2.	Selasa, 11-08-15	07.00-08.30 Olahraga x.IPS.2	Melakukan jogging diluar sekolah	karena jaraknya lumayan jauh, susah mengontrol	Menggunakan 2 guru sekaligus untuk mendampingi
		08.30-10.00 Olahraga XII.IPS.2	Melakukan jogging diluar sekolah	-	-
		12.30-14.00 Piket Hall	Mengerjakan piket hall	-	-
3.	Rabu, 12-08-15	07.00-08.30 olahraga XII.IPS.1	Melakukan tes VO ₂ Max dengan Multi stage	Siswi banyak yang malas karena capek, panas, dll	memberikan pengertian kepada siswa ttg manfaat.
		08.30-10.00 olahraga XII. Agama	Melakukan tes VO ₂ Max dengan Multi stage	Banyak siswi yang malas untuk mengikuti test	memberikan tuisng ^{xx} motivasi
		12.30-14.30 Rapat koordinasi keg 17 Agustus	Penyusunan fungsi / tugas tiap mahasiswa PPL dalam kegiatan PPL	-	-

Dosen Pembimbing Lapangan

Mengetahui :
Guru Pembimbing

Mahasiswa,

NIP.:

NIP.:

NIM.:



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

untuk
mahasiswa

NAMA SEKOLAH :

ALAMAT SEKOLAH :

GURU PEMBIMBING :

NAMA MAHASISWA :

NO. MAHASISWA :

FAK./JUR./PRODI :

DOSEN PEMBIMBING :

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
4.	Kamis, 13-8-15	07.00-08.30 Olahraga X-IPS.3	Melakukan tes VO ₂ Max dengan multi stage	—	—
		08.30-10.00 Olahraga XI-IPS.3	Melakukan tes VO ₂ Max dengan multi stage	—	—
		12.30-14.00 piket UKS	Membantu siswa yg membutuhkan perawatan pertama	—	—
5.	Jumat, 14-8-15	07.00-07.30 Jamat Bersih	Membersihkan lingkungan sekolah		
		07.30-09.00 Olahraga	Melakukan tes VO ₂ Max dengan multi stage		

Dosen Pembimbing Lapangan

Mengetahui :
Guru Pembimbing

Mahasiswa,

NIP. : _____

NIP.: _____

NIM. : _____



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

untuk
mahasiswa

NAMA SEKOLAH :
 ALAMAT SEKOLAH :
 GURU PEMBIMBING :

NAMA MAHASISWA :
 NO. MAHASISWA :
 FAK./JUR./PRODI :
 DOSEN PEMBIMBING :

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
	Sabtu, 15-08-15	Wusit Futsal Memperingati Hari Kemerdekaan	Futsal dilatih oleh seluruh kelas X-XII MAN YOGYAKARTA 2	Lapangan outdoor, panas	Banyak minum
	Senin, 17-08-15	Upacara Hari Kemerdekaan Indonesia ke 70	Upacara dilatih oleh siswa kelas X dan XI beserta guru MAN YK 2		
	Selasa, 18-08-15	Wusit Futsal memperingati Hari Kemerdekaan	lanjutan partai semi-final dan final yg dimenangkan kelas XII IPS 3		
	Rabu, 19-08-15	Menjadi wali kelas X Bahasa	Motivasi dari MAGISTRA dan Tes Toefl		

Dosen Pembimbing Lapangan

Mengetahui :
Guru Pembimbing

Mahasiswa,

NIP. : _____

NIP.: _____

NIM. : _____



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

untuk mahasiswa

NAMA SEKOLAH :
 ALAMAT SEKOLAH :
 GURU PEMBIMBING :

NAMA MAHASISWA :
 NO. MAHASISWA :
 FAK./JUR./PRODI :
 DOSEN PEMBIMBING :

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
	Kamis, 20-08-15	Menjadi Wali kelas x Bahasa	Motivasi dari AAJKPA dan Promo ekstrakur		
	Jumat, 21-08-15	07.30-08.50 Mengajar kelas X MIPA 2	Tes tes VO2MAX dg Reaksi stage, siswa sgt antusias y mengukur kemampuan mereka		
		08.50-10.10 Mengajar kelas X MIPA 1	Materi Bola basket Passing		
	Sabtu, 22-08-15	07.00-08.20 Mengajar kelas x IIK	lanjutan tes VO2MAX		
		08.20-09.40 Mengajar kelas x IIK	Tes VO2MAX dengan reakti stage		

Dosen Pembimbing Lapangan

Mengetahui :
Guru Pembimbing

Mahasiswa,

NIP. : _____

NIP. : _____

NIM. : _____



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

untuk
mahasiswa

NAMA SEKOLAH :

ALAMAT SEKOLAH :

GURU PEMBIMBING :

NAMA MAHASISWA :

NO. MAHASISWA :

FAK./JUR./PRODI :

DOSEN PEMBIMBING :

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
	24-08-15 Senin	07.45 - 0 Mengajar kelas x IPS 1	Memhentikan/menyampaikan materi teknik dasar Bola basket, yaitu Layup		
		0. - Mengajar kelas x Bahasa	kelas x Bahasa sedang mengikuti pelatihan menulis cerpen dari		
		12.20 - 13.50 Piket hall			
	25-08-15 Selasa	07.05 - 08.35 Mengajar kelas x IPS 2	menyampaikan salah satu teknik dasar bola basket		

Dosen Pembimbing Lapangan

Mengetahui :
Guru Pembimbing

Mahasiswa,

NIP. : _____

NIP. : _____

NIM. : _____



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

untuk
mahasiswa

NAMA SEKOLAH :

ALAMAT SEKOLAH :

GURU PEMBIMBING :

NAMA MAHASISWA :

NO. MAHASISWA :

FAK./JUR./PRODI :

DOSEN PEMBIMBING :

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
		08.35 - 10.05 Mengajar kelas XII S 2	yaitu lay up Menyampaikan teknik dasar bola basket yaitu lay up		
		12.20 - 13.50 Piket hall XII S 1	Ada beberapa siswa yg memutar jin pelang terlebih dahulu karena acara keluarga		
	Rabu 26-08-15	07.05 - 08.35 Mengajar kelas XII S 1	Menyampaikan materi teknik dasar bola basket yaitu lay up		

Dosen Pembimbing Lapangan

Mengetahui :
Guru Pembimbing

Mahasiswa,

NIP. : _____

NIP. : _____

NIM. : _____



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

untuk mahasiswa

NAMA SEKOLAH :

ALAMAT SEKOLAH :

GURU PEMBIMBING :

NAMA MAHASISWA :

NO. MAHASISWA :

FAK./JUR./PRODI :

DOSEN PEMBIMBING :

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
		00.35 - 10.05 Mengajar kelas X IPA 3	Menyampaikan salah satu teknik dasar bola basket yaitu lay up		
		12.20 - 13.50 Piket hall			
	Kamis, 27-8-15	07.05 - 08.35 Mengajar kelas X IPS 3	Menyampaikan materi teknik dasar bola basket yaitu lay up		
		08.35 - 10.05 Mengajar kelas XII 53	Menyampaikan materi teknik dasar bola basket yaitu lay up		

Dosen Pembimbing Lapangan

Mengetahui :
Guru Pembimbing

Mahasiswa,

NIP. : _____

NIP. : _____

NIM. : _____



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

untuk mahasiswa

NAMA SEKOLAH :

ALAMAT SEKOLAH :

GURU PEMBIMBING :

NAMA MAHASISWA :

NO. MAHASISWA :

FAK./JUR./PRODI :

DOSEN PEMBIMBING :

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
	Jumat, 28-8-15	<p>12.20 - 13.50 Piket Vall</p> <p>07.30 - 10.00 Menjadi wali kelas x Bahasa</p> <p>10.00 - 11.45 Menjadi wali kelas x Bahasa</p> <p>11.45 - 12.30 Sholat Jumat bersama</p>	<p>Diisi oleh guru dengan agenda mikro teaching</p> <p>pelatihan Matematika gasing yg diisi oleh Relatih</p> <p>diikuti oleh semua siswa labirin di masjid MAN Yogyakarta 2</p>		

Dosen Pembimbing Lapangan

Mengetahui :
Guru Pembimbing

Mahasiswa,

NIP. : _____

NIP. : _____

NIM. : _____



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

untuk mahasiswa

NAMA SEKOLAH :

ALAMAT SEKOLAH :

GURU PEMBIMBING :

NAMA MAHASISWA :

NO. MAHASISWA :

FAK./JUR./PRODI :

DOSEN PEMBIMBING :

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
	Sabtu, 29.08.15	07.05 - 08.35 Mengajar kelas X IIC	Menyampaikan teknik dasar bola basket yaitu lay up		
		08.35 - 10.05 Mengajar kelas XII IIC	Menyampaikan materi dasar bola basket yaitu lay up		
		10.45 - selesai Wjw pulang lebih awal	Ada acara keuarga di rumah		
	Senin 31.08.15	07.00 - 07.45 Upacara hari keistimewaan Yogyakarta	ditikuti oleh seluruh warga MAN Yogyakarta 2		

Dosen Pembimbing Lapangan

Mengetahui :
Guru Pembimbing

Mahasiswa,

NIP. : _____

NIP. : _____

NIM. : _____



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

untuk
mahasiswa

NAMA SEKOLAH :
 ALAMAT SEKOLAH :
 GURU PEMBIMBING :

NAMA MAHASISWA :
 NO. MAHASISWA :
 FAK./JUR./PRODI :
 DOSEN PEMBIMBING :

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
		07.50-09.20 Pemilihan ketua dan anggota OSIS MAN Yogyakarta 2	dilaksanakan oleh semua siswa MAN Yogyakarta 2		
	Selasa, 1-9-15	07.05-10.05 Penilaian Ppp dan Praktek mengajar oleh guru pembimbing, dg materi bola voli	Ada beberapa kekurangan dalam pengelolaan kelas	Ada beberapa siswa yang asyik bermain sendiri	Menambah alat dan sarana supaya siswa dpt bertahan
	Rabu, 2-9-15	07.05-10.05 Penilaian ppp dan praktek mengajar oleh gurupembimbing dengan materi setrum lantai	Praktek kedua hari ini sudah cukup baik.		

Dosen Pembimbing Lapangan

Mengetahui :
Guru Pembimbing

Mahasiswa,

NIP. : _____

NIP. : _____

NIM. : _____



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

untuk
mahasiswa

NAMA SEKOLAH :

ALAMAT SEKOLAH :

GURU PEMBIMBING :

NAMA MAHASISWA :

NO. MAHASISWA :

FAK./JUR./PRODI :

DOSEN PEMBIMBING :

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
	Kamis, 3-9-15	07.05-10.05 Penilaian RPP dan dan praktik mengajar oleh guru pembimbing dengan materi loncat tinggi			
	Jumat, 4-9-15	07.30 - 10.35 Penilaian RPP dan praktik mengajar oleh guru pembimbing dg materi HIV/AIDS	Siswa terlihat sangat tertarik dengan materi yang dikenikannya		
	Sabtu, 5-9-15	07.05 - 10.35 Penilaian RPP dan praktik mengajar oleh guru pembimbing dg materi Sehat dan Laya			

Dosen Pembimbing Lapangan

Mengetahui :
Guru Pembimbing

.....
Mahasiswa,

NIP. : _____

NIP. : _____

NIM. : _____



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

untuk
mahasiswa

NAMA SEKOLAH : MAN YOGYAKARTA 2
 ALAMAT SEKOLAH : Jl. KH. AHMAD DAHLAN 130 NGAMPILAN, YK
 GURU PEMBIMBING : Shodri - Spd

NAMA MAHASISWA : ANUGRAH TEGAR WICAKSONO
 NO. MAHASISWA : 1260124103
 FAK./JUR./PRODI : RJKR/PIK/UNY
 DOSEN PEMBIMBING : Sri Winarni, M.Pd

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
	Senin, 7-9-15	12.20-13.50 Piket hall/rung piket			

Dosen Pembimbing Lapangan

Mengetahui :
Guru Pembimbing

.....
Mahasiswa,

NIP. : _____

NIP. : _____

NIM. : _____

DOKUMENTASI PEMBELAJARAN OLAHRAGA







RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan Pendidikan	: MAN Yogyakarta 2
Kelas/Semester	: X / 1 (Ganjil)
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Tema/Topik	: Budaya Hidup Sehat / HIV&AIDS
Pertemuan ke	:1
Waktu	: 3 x 45 menit

A. 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

B. Kompetensi Dasar :

No	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1	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	1.1.1 Menggunakan pakaian secara tepat dan sopan. 1.1.2 Mengikuti pelajaran Penjasorkes dengan sungguh-sungguh. 1.2.1 Berdoa sebelum pelajaran 1.2.2 Berdoa sesudah pelajaran
2	2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas. 2.8 Memiliki perilaku hidup sehat.	2.5.1 Peserta didik mau berbagi buku cetak / peralatan satu dengan yang lain. 2.6.1 Datang tepat waktu dan memakai pakaian yang rapih. 2.6.2 Mematuhi/mentaati tata tertib selama proses pembelajaran 2.8.1 Peserta didik memiliki kebiasaan hidup bersih
3	3.11 Memahami bahaya, penularan, dan cara mencegah HIV dan AIDS	3.11.1 Peserta didik memahami tentang bahaya, penularan, dan cara mencegah HIV dan AIDS
4	4.11 Menyajikan informasi berkaitan dengan bahaya, penularan, dan cara mencegah HIV dan AIDS.	4.11.1 Peserta didik mempresentasikan makalah tentang bahaya, penularan dan cara mencegah HIV dan AIDS

C. Indikator Pencapaian Kompetensi :

➤ Aspek Afektif

- Melakukan doa sebelum pelajaran penjasorkes dimulai
- Melakukan pemanasan dengan serius sebelum kegiatan inti dimulai
- Melakukan atau muncul sikap-sikap sportif dalam berbudaya hidup sehat
- Melakukan/timbul sikap tanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri dan orang lain, lingkungan sekitar
- Timbul sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam berbudaya hidup sehat

- Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam mencari pemahaman tentang budaya hidup sehat
 - Menunjukkan sikap toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan (sumber belajar) dan kesempatan.
 - Menunjukkan sikap disiplin/ mematuhi segala aturan dalam pembelajaran yang diberikan
- Aspek Kognitif
- Menjelaskan dan menganalisis konsep budaya hidup sehat bebas HIV / AIDS

D. Tujuan Pembelajaran :

➤ Aspek Afektif

Setelah mengikuti pembelajaran ini, diharapkan peserta didik dapat:

- Melakukan doa sesuai agama masing-masing peserta didik sebelum pelajaran penjasorkes dimulai
- Melakukan atau muncul sikap-sikap sportif dalam proses pembelajaran budaya hidup sehat bebas HIV / AIDS
- Melakukan/timbul sikap tanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri dan orang lain, lingkungan sekitar
- Timbul sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam pembelajaran budaya hidup sehat bebas HIV / AIDS
- Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam proses pembelajaran budaya hidup sehat bebas HIV / AIDS.
- Menunjukkan sikap toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan, media, bahan ajar dan kesempatan
- Menunjukkan sikap disiplin/ mematuhi segala aturan dalam proses pembelajaran

➤ Aspek Kognitif

Melalui proses mencari informasi, menanya, dan berdiskusi peserta didik dapat:

- Menyebutkan dan menjelaskan tentang sejarah, hakekat, penyebab, tanda-tanda, dan gejala-gejala HIV dan AIDS secara individu
- Mengajukan pertanyaan dan mendiskusikan tentang HIV dan AIDS.

➤ Aspek Psikomotorik

Melalui proses mencoba, mengasosiasi, dan mengomunikasikan peserta didik dapat:

- Memaparkan hal yang berkaitan dengan penyebab, cara penularan, bahaya, cara pencegahan, dan penanggulangan HIV dan AIDS secara berkelompok dengan menunjukkan perilaku hidup sehat, kerjasama, toleransi, disiplin, dan tanggung jawab selama melakukan aktivitas.

- Membuat laporan hasil diskusi dan power point tentang penyebab cara penularan, bahaya, cara pencegahan, dan penanggulangan HIV dan AIDS secara berkelompok dengan menunjukkan perilaku hidup sehat, kerjasama, toleransi, disiplin, dan tanggung jawab selama melakukan aktivitas.
- Mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan kelas secara berkelompok dengan perilaku disiplin, kerjasama, toleransi, dan tanggungjawab selama melakukan kegiatan belajar mengajar.

E. Materi Pembelajaran :

➤ Fakta

1. Melihat berita di TV / Media elektronik tentang kasus HIV AIDS
2. Melalui internet dapat melihat statistik kasus HIV/AIDS di Indonesia

➤ Konsep

1. Penyebab, cara penularan, bahaya, cara pencegahan, dan penanggulangan HIV dan AIDS

F. Metode Pembelajaran

- Ceramah
- Tanya Jawab
- Diskusi
- Penugasan

G. Alat/Media/Bahan

- Alat : Media Gambar Sekema Penugasan
- Bahan ajar : Buku Penjasorkes (BSE 2010 dan 2011), video pembelajaran kebugaran Jasmani dari youtube

H. Langkah Kegiatan/Skenario Pembelajaran

- Setelah peserta didik duduk, siap untuk memulai proses pembelajaran dan melakukan doa bersama sebagai wujud syukur atas kesehatan yang telah diberikanNya.
- Penggunaan media pembelajaran dan tanya jawab tentang materi dan penyampaian kd, indikator dan tujuan pembelajaran
- Penyampaian materi budaya hidup sehat berkaitan dengan HIV dan AIDS
- Selanjutnya peserta didik mengerjakan soal tentang hiv aids yang telah dipersipkan guru sebelumnya

Rincian Kegiatan	Waktu
Pendahuluan	20 menit

Rincian Kegiatan	Waktu
<ul style="list-style-type: none"> • Menyiapkan peserta didik untuk berdoa dan melakukan proses pendahuluan dalam KBM • Menyampaikan kompetensi (KD) yang akan diajarkan • Menyampaikan tujuan pembelajaran • Meminta beberapa peserta didik mengemukakan pengalaman setelah melihat/membaca dari berbagai sumber. • Mengaitkan apa dikemukakan peserta didik dengan materi yang akan dipelajari. <p><u>Guru menilai karakter religious peserta didik, kejasama, sportif melalui pengamatan.</u></p>	
<p>Kegiatan Inti</p> <p><i>Mengamati, Menanya</i></p> <ul style="list-style-type: none"> o Membuat peserta didik dalam kelompok-kelompok bermain o Guru merangsang pengetahuan peserta didik tentang penyebab, proses penularan, proses terinfeksi, gejala terinfeksi, tindakan jika terinfeksi, dan cara mencegah tertularnya HIV dan AIDS. <ol style="list-style-type: none"> 1. Penyebab <p>Human Immunodeficiency Virus(HIV) adalah virus penyebab AIDS. AIDS merupakan kependekan dari Acquired Immune Deficiency Syndrome,yaitu kumpulan berbagai gejala menurunnya kekebalan tubuh yang disebabkan oleh HIV</p> 2. Proses Penularan <p>HIV/AIDS adalah salah satu penyakit yang menular. Namun, penularannya tak semudah seperti virus influenza atau virus-virus lainnya. HIV dapat hidup di seluruh cairan tubuh manusia, tetapi yang mempunyai kemampuan untuk menularkan kepada orang lain hanya HIV yang berada dalam darah, cairan vagina, dan sperma.</p> 3. Proses Terinfeksi HIV <p>HIV => sistem kekebalan tubuh => kekebalan tubuh menurun => AIDS</p> <p>Dalam keadaan sehat, sistem kekebalan tubuh dapat membasmi virus, bakteri, dan patogen yang menyerang tubuh. Ketika HIV menginfeksi tubuh, sel-sel T pembantu dirusak sehingga menyebabkan lemahnya sistem kekebalan. Pada saat sistem kekebalan rusak, tubuh menjadi semakin mudah terkena penyakit dan tubuh menjadi tak berdaya melawannya. Penyakit inilah yang biasanya menjadi penyebab kematian pada penderita AIDS.</p> 4. Gejala Terinfeksi <p>Seseorang yang terinfeksi HIV/AIDS dikenali dengan gejala-gejalanya. Namun, belum ditemukan gejala-gejala yang pasti untuk</p> 	

Rincian Kegiatan	Waktu
<p>menentukan seseorang terkena HIV/AIDS kecuali harus melalui tes darah. Gejala-gejala umum orang yang tertular HIV/AIDS ditandai dengan kondisi sebagai berikut.</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Berat badan turun secara mencolok, biasanya lebih dari 10% dalam waktu 1 bulan. b. Demam lebih dari 38 derajat Celsius, disertai keringat tanpa sebab yang jelas pada malam hari. c. Diare kronis lebih dari 1 bulan. d. Rasa lelah berkepanjangan. e. Pembesaran kelenjar getah bening yang menetap, biasanya di sekitar leher dan lipatan paha. f. Gatal-gatal. g. Kelainan pada kulit, rambut, mata, rongga mulut, dan alat kelamin. <p>5. Tindakan jika terinfeksi</p> <p> Apa yang harus dilakukan jika sudah terinfeksi HIV? Berikut ini beberapa tindakan yang harus dilakukan jika terinfeksi HIV.</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Makan makanan yang bergizi tinggi. b. Selalu hidup bersih dan sehat. c. Jangan berganti-ganti pasangan seksual. d. Selalu menggunakan kondom pada saat berhubungan seksual. e. Mintalah nasihat dokter mengenai apa yang seharusnya dilakukan. <p>6. Cara mencegah tertularnya HIV /AIDS</p> <p> Berikut ini beberapa tindakan yang dapat dilakukan dalam mencegah tertularnya HIV/AIDS.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Hindari hubungan seksual di luar nikah dan usahakan hanya berhubungan dengan satu pasangan seksual. 2. Pergunakan selalu kondom, terutama bagi kelompok perilaku risiko tinggi. 3. Seorang ibu yang darahnya telah diperiksa dan ternyata positif HIV, sebaiknya menghindari kehamilan karena bisa menularkan virusnya kepada janin yang dikandungnya. 4. Orang-orang yang tergolong kelompok perilaku risiko tinggi hendaknya tidak menjadi donor darah. 5. Penggunaan jarum suntik dan alat tusuk lainnya seperti akupunktur, jarum tato, atau jarum tindik, hendaknya hanya sekali pakai dan harus terjamin kesterilannya. 6. Jauhi narkoba, karena sudah terbukti bahwa penyebaran HIV/AIDS di kalangan pengguna narkoba suntik 3–5 kali lebih cepat dibanding 	<p>100 menit</p>

Rincian Kegiatan	Waktu
<p>perilaku berisiko lainnya.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Memberikan kesempatan peserta didik untuk bertanya dan juga memberi kesempatan peserta didik lain untuk menanggapi pertanyaan tentang budaya hidup sehat yang kaitannya dengan HIV/AIDS. <p><i>Mencoba</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ peserta didik membentuk kelompok dan berdiskusi tentang penyebab, cara penularan, bahaya, cara pencegahan, dan penanggulangan HIV dan AIDS <p><u>Guru menilai perilaku hidup sehat, disiplin, kerjasama, toleransi dan tanggungjawab selama melakukan aktivitas</u></p> <p><i>Mengasosiasi</i></p> <p>Peserta didik membuat laporan hasil diskusi dan power point tentang penyebab, cara penularan, bahaya, cara pencegahan, dan penanggulangan HIV dan AIDS</p> <p><u>Guru menilai perilaku disiplin, kerjasama, toleransi dan tanggungjawab selama melakukan aktivitas</u></p> <p><i>Mengomunikasikan</i></p> <p>Peserta didik mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan kelas secara berkelompok</p> <p><u>Guru menilai kerjasama, kedisiplinan, toleransi, dan tanggung jawab selama melakukan aktivitas.</u></p>	
<p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Meminta peserta didik menyimpulkan dari materi yang diajarkan ○ Evaluasi ○ Memberikan tugas ○ Mengingatkan materi pertemuan berikutnya ○ Berdoa <p><i>Guru menilai karakter peserta didik (merawat sarpras penjas yang digunakan)</i></p>	10 menit

I. Sumber/Referensi

Khairul Hadziq & Milka Nur Tri.2010. Gelanggang 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.

J. Penilaian

Penilaian Hasil Belajar

1. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors):

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

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai															Σ	NA
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
6.st																		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 15																		

Keterangan :

Kerjasama : Nilai 1-Siswa tidak kerjasama dengan teman yang lain

2- Siswa kurang kerjasama dengan teman yang lain

3- Siswa bekerjasama dengan baik dengan sesama teman

Kejujuran : Nilai 1 - Siswa tidak jujur dengan teman yang lain

2- Siswa kurang jujur dengan teman yang lain

3- Siswa jujur dengan teman yang lain

Menghargai teman : Nilai :

1 - Siswa tidak menghargai teman yang lain

2- Siswa kurang menghargai teman yang lain

3- Siswa tidak menghargai teman yang lain

Semangat : Nilai 1- Siswa tidak bersemangat

2- Siswa kurang bersemangat

3-Siswa bersemangat

Percaya diri : Nilai 1- Siswa tidak percaya diri

2- Siswa kurang percaya diri

3- Siswa percaya diri

Sportivitas : Nilai : 1- Siswa tidak sportivitas

2- Siswa kurang sportivitas

3- Siswa sportivitas

$$N = \frac{\Sigma \text{Skor yang diperoleh}}{\Sigma \text{Skor Maksimal}} \times 100\%$$

2. Tes Pengetahuan (kognitif)

Contoh instrument penilaian pengetahuan (kognitif)

Nilai tes kuis

Contoh Butir Pertanyaan

Butir Pertanyaan

1. *Human Immunodeficiency Virus* (HIV) adalah jenis virus yang dapat menyebabkan penyakit . . .
 - a. Kelamin
 - b. AIDS
 - c. herpes
 - d. kencing nanah
 - e. raja singa
2. berikut ini yang tidak termasuk gejala-gejala terinfeksi HIV/AIDS. yaitu . . .
 - a. berat badan turun secara mencolok
 - b. demam tinggi pada malam hari tanpa sebab
 - c. keluar nanah dari alat kelamin
 - d. merasa lelah terus menerus
 - e. timbul gatal-gatal
3. Virus HIV menyerang tubuh manusia pada bagian . . .
 - a. Alat vital
 - b. Sistem kekebalan tubuh
 - c. Alat reproduksi
 - d. Sistem metabolisme
 - e. Sistem jaringan saraf
4. Di dalam tubuh manusia, HIV berkembang biak pada cairan . . .
 - a. Air susu ibu
 - b. Air mata
 - c. Cairan otak
 - d. keringat
 - e. darah
5. Berikut ini beberapa cara yang dilakukan jika terkena virus HIV, *kecuali* . . .
 - a. Makan makanan yang bergizi tinggi
 - b. Selalu hidup bersih dan sehat
 - c. Jangan berganti-ganti pasangan seksual
 - d. Meminta nasihat dokter
 - e. Berhubungan seksual tanpa kondom

Jawab

1. B
2. C

- 3. B
- 4. E
- 5. E

Skor maksimal : 5

Keterangan : Nilai 0 : Jika siswa tidak benar dalam menjawab pertanyaan

1 : Jika siswa benar dalam menjawab pertanyaan

$$N = \frac{\Sigma \text{Skor yang diperoleh}}{\Sigma \text{Skor Maksimal}} \times 100\%$$

3. Tes Psikomotorik

NO	Jenis Kegiatan	Nilai (Ceklist)				
		SB	B	C	K	KS
1	Membuat makalah sederhana					
2	Mempresentasikan hasil belajar kedepan kelas selama 5 menit					
Nilai maksimal 10						

Keterangan :

SB : sangat baik skor 5

B : baik skor 4

C : Cukup skor 3

K : Kurang skor 2

KS : Kurang Sekali skor 1

Kriteria penilaian:

Setiap point memiliki satu nilai

1. Membuat makalah sederhana
2. Waktu presentasi 5 menit
3. Materi yang disampaikan jelas
4. Penggunaan bahasa yang jelas dan sopan
5. Kekompakan kelompok dalam mengerjakan tugas

$$N = \frac{\Sigma \text{Skor yang diperoleh}}{\Sigma \text{Skor Maksimal}} \times 100\%$$

Σ Skor Maksimal

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Nama Sekolah	: SMA Negeri 1 Gerokgak
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Materi	: lay Up
Kelas / Semester	: X / 1 Ganjil
Alokasi Waktu	: 2 x 45 Menit (1 x pertemuan)

I. Standar Kompetensi

- Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
- 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.
- 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.
- 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

II. Kompetensi Dasar dan Indikator

No	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1	1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.	1.1.1 Melakukan doa sebelum dan sesudah pelajaran penjasorkes dimulai
2	2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.Menganalisis rangkaian	2.2.1 berhati hati dalam melakukan lay up 2.2.2 bersungguh sungguh dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran 2.2.3 membersihkan dan mengembalikan alat yang digunakan

No	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
	gerak lay up untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.	2.6.1 mematuhi/mentaati tata tertib selama proses pembelajaran
3	3.5 Menganalisis gerakan lay up untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.	3.5.1 Menjelaskan sikap awal gerakan lay up dengan benar 3.5.2 Menjelaskan langkah dalam gerakan lay up dengan benar 3.5.3 Menjelaskan penempatan bola saat melepas bola dengan benar 3.5.4 Menjelaskan rangkaian gerakan lay up dengan baik dan benar
4	4.5 mempraktikkan gerakan lay up dengan koordinasi gerak yang baik.	4.5.1 mempraktikkan proses gerakan lay up dengan baik dan benar

IV. Tujuan Pembelajaran

Melalui pembelajaran kelompok:

1. Siswa mampu menyebutkan teknik dasar permainan bola basket.
2. Siswa mampu menjelaskan cara melakukan teknik lay up.
3. Siswa mampu mendemonstrasikan teknik dasar permainan bola basket.
4. Siswa mampu mendemonstrasikan cara melakukan teknik lay up.
5. Siswa mampu memperhatikan penjelasan guru tentang teknik dasar permainan bola basket.
6. Siswa mampu menunjukkan rasa tanggung jawab dalam melakukan teknik lay up dalam permainan bola basket.
7. Siswa mampu menunjukkan sikap kompetitif dalam melakukan teknik lay up dalam permainan bola basket.
8. Siswa mampu menunjukkan sikap bekerjasama dalam melakukan teknik lay up dalam permainan bola basket.

V. Materi Pembelajaran

5.1. Teknik lay up permainan bola basket

5.1.1 Sikap awal

- Berdiri tegak dengan kaki dibuka selebar bahu
- Bola berada didepan dada, dipegang dengan kedua tangan.

5.1.2 Sikap pelaksanaan

- Kedua tangan memegang bola berada didepan dada
- melakukan 2 kali langkah, langkah ke 2 loncat mendekati ring
- Saat melayang bola diarahkan ke ring supaya bola dapat masuk ke dalam ring

5.1.3 Sikap akhir

- mendarat dengan seimbang

VI. Metode Pembelajaran

- Ceramah
- Demonstrasi

VII. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Diskripsi	Waktu
Pendahuluan	Berbaris, Berdoa, Presensi, Apersepsi Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran Pemanasan Pemanasan dilakukan dengan permainan, siswa laki-laki dan perempuan dipisah. Kemudian ditunjuk 2 orang dari siswa laki-laki dan perempuan untuk menjadi pemburu. Tugas pemburu adalah melemparkan bola ke sasaran yaitu siswa yang lain yang berada di area permainan. Pabila siswa yang menjadi sasaran terkena bola maka bergantian menjadi penjaga	15menit
Inti	Mengamati Guru mendemonstrasikan gerakan lay up dengan bantuan beberapa peserta didik Peserta didik mengamati gerakan yang dilakukan oleh guru Menanya	40menit

	<p>Peserta didik diberi kesempatan untuk bertanya tentang gerakan atau teknik yang di demonstrasikan oleh guru</p> <p>Mencoba</p> <p>Peserta didik diberi kesempatan untuk mencoba melakukan teknik lay up dengan baik. Peserta didik diberi kesempatan untuk melakukan lay up tanpa dribble bola terlebih dahulu.</p> <p>Setelah semua melakukan kemudian siswa diberi kesempatan untuk mendribble bola terlebih dahulu sebelum melakukan lay up.</p>  <p>Mengasosiasi</p> <p>kemudian guru memberikan tugas kepada siswa agar melakukan teknik lay up dengan awalan dribble.</p> <p>Mengkomunikasikan</p> <p>Siswa melaksanakan tugas gerak, dan menampilkan gerak sesuai dengan arahan yang telah ditentukan.</p>	
<p>Penutup</p>	<p>Evaluasi</p> <p>Meminta peserta didik menyimpulkan apa yang telah mereka pelajari</p> <p>Berdoa</p>	<p>15me nit</p>

VIII. ALAT DAN SUMBER BELAJAR

1. Alat pembelajaran
 - o Peluit
 - o lapangan basket
 - o bola basket
 - o bola tenis
2. Sumber pembelajaran
 - o Kurikulum 2013

- o Internet

IX. Penilaian

No.	Nama	Teknik		Hasil
		B	K	

Benar apabila semua teknik dari dribble langkah melayang dan hasil sempurna

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Satuan Pendidikan : MAN Yogyakarta 2
Kelas/Semester : X / 1 (Ganjil)
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Materi Pokok : Senam Lantai
Pertemuan ke : 1
Waktu : (2 X 45 menit)

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 dan Indikator:

No	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1	1.2 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.	1.1.1 Melakukan doa sebelum dan sesudah pelajaran penjasorkes dimulai
2	2.3 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan	2.2.1 berhati hati dalam melakukan gerakan senam 2.2.2 bersungguh sungguh dalam melaksanakan kegiatan

No	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
	<p>lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.Menganalisis dua jenis rangkaian keterampilan senam. lantai untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.</p>	<p>pembelajaran</p> <p>2.2.3 membersihkan dan mengembalikan alat yang digunakan</p> <p>2.6.1 mematuhi/mentaati tata tertib selama proses pembelajaran</p>
3	<p>3.5 Menganalisis dua jenis rangkaian keterampilan senam lantai untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.</p>	<p>3.5.5 Menjelaskan proses gerakan guling depan dengan benar</p> <p>3.5.6 Menjelaskan proses gerakan headstand dengan benar</p> <p>3.5.7 Menjelaskan rangkaian gerakan headstand dengan guling depan</p>
4	<p>4.6 Mempraktikkan dua jenis rangkaian keterampilan senam lantai dengan koordinasi gerak yang baik.</p>	<p>4.5.1 mempraktikkan rangkaian gerakan headstand dengan guling depan</p>

D. Tujuan Pembelajaran :

diharapkan peserta didik dapat:

- Melakukan doa sebelum dan sesudah pelajaran penjasorkes dimulai
- timbul sikap tanggung jawab terhadap keselamatan diri sendiri dan orang lain, lingkungan sekitar
- timbul sikap tanggung jawab terhadap kemajuan diri sendiri dan orang lain, lingkungan sekitar
- timbul sikap tanggung jawab terhadap sarana dan prasarana yang digunakan
- menunjukan perilaku disiplin dalam proses pembelajaran

Pertemuan I

- Menjelaskan proses gerakan forward roll (rol depan) dengan benar
- Menjelaskan proses gerakan headstand dengan benar
- Menjelaskan rangkaian gerakan headstand dengan guling depan dengan benar
- Mempraktikkan headstand selama 5 detik dalam posisi sempurna (kaki lurus, badan tegak, tangan dan kepala menumpu) dilanjutkan 1 kali gerakan guling depandalam satu rangkaian gerak

E. Materi Pembelajaran :

- Rangkaian gerakan headstand dan guling depan

K. Metode Pembelajaran

- Saintifik
- Demonstrasi
- Part and whole

L. Alat/Media/Bahan

- Alat : Peluit, matras, lantai yang datar
- Bahan ajar : Buku pegangan Penjasorkes jilid 1,video pembelajaran lari dari youtube,
Media gambar

M. Langkah Kegiatan/Skenario Pembelajaran

Pertemuan Pertama

Rincian Kegiatan	Waktu
<p>Pendahuluan</p> <ul style="list-style-type: none">• Mengumpulkan peserta didik (membariskan peserta didik)• Melakukan doa syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa• Salam• Menghitung (presensi)• Memeriksa kerapian peserta didik• Apersepsi <div data-bbox="646 2145 1040 2368" data-label="Image"></div> <p><i>Formasi Bekumpul</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Menyampaikan kompetensi (KD) yang akan diajarkan	15 menit

Rincian Kegiatan	Waktu
<ul style="list-style-type: none"> • Menyampaikan tujuan pembelajaran • Mengaitkan apa dikemukakan peserta didik dengan materi yang akan dipelajari • Melakukan pemanasan <ul style="list-style-type: none"> ➤ “Bola Kolong” <p>Permainannya dinamakan bola kolong. Siswa dibagi menjadi 2 kelompok, dan setiap regu berkompetisi untuk adu cepat mengestafet bola ke teman di belakangnya dengan cara memberikan bola lewat sela-sela kaki, tim yang tercepat adalah pemenangnya.</p>	
<p>Kegiatan Inti</p> <p><i>Mengamati, Menanya</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Membuat peserta didik dalam kelompok ○ Guru merangsang pengetahuan peserta didik tentang gerakan senam artistik (head stand dan guling depan) ○ Guru menunjuk perwakilan kelompok untuk mencoba gerakan, peserta didik lain mengamati ○ Memberikan kesempatan peserta didik untuk bertanya kepada kelompok lain dan juga menanggapi pertanyaan. <p><i>Guru mengamati keaktifan peserta didik ddalam bertanya</i></p> <p><i>Mencoba</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru menunjuk salah satu dari peseta didik memberi contoh gerak guling depan • Sebelum melakukan gerakan guling depan secara keseluruhan, peserta didik melakukan tahapan persiapan, perkenaan dengan matras dan akhiran • Tahap persiapan setiap peserta didik melakukan gerakan jongkok kedua tangan menyentuh pada matras, pandangan ke arah depan, kemudian mengangkat pinggang dengan cara meluruskan kaki diikuti menempelkan dagu di leher dan menyentuhkan tengkuk ke matras. <div data-bbox="597 1929 1024 2247" style="text-align: center;"> </div> <ul style="list-style-type: none"> • Setelah mencoba satu persatu dan mendapatkan koreksi dari teman, kemudian gerakan dilanjutkan ke tahap perkenaan dengan matras serta sikap akhir. 	100 menit

Rincian Kegiatan	Waktu
<div data-bbox="397 376 1096 658" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="727 666 771 693">Fig. 1</p> <p data-bbox="354 712 727 747">Gerakan berikutnya head stand.</p> <ul data-bbox="316 766 1198 900" style="list-style-type: none"> • Tahap persiapan setiap peserta didik melakukan gerakan jongkok kedua tangan menyentuh pada matras, posisi tangan dan kepala membentuk segitiga, kemudian mengangkat kaki sedikit untuk merasakan tumpuan. <div data-bbox="657 913 966 1196" data-label="Image"> </div> <ul data-bbox="316 1223 1144 1303" style="list-style-type: none"> • Setelah mencoba satu persatu dan mendapatkan koreksi dari teman, kemudian gerakan dilanjutkan ke tahap meluruskan kaki ke atas <div data-bbox="625 1317 998 1639" data-label="Image"> </div> <ul data-bbox="316 1720 1234 1908" style="list-style-type: none"> • Kegiatan berikutnya merangkai gerakan headstand dengan guling depan menjadi satu gerakan. • Peserta didik melakukan gerakan headstand diikuti dua kali gerakan guling depan. <p data-bbox="354 1921 1047 1956"><i>Guru mengamati keaktifan siswa dalam kegiatan mencoba</i></p> <p data-bbox="321 2002 503 2037">Mengasosiasi</p> <ul data-bbox="321 2056 1177 2136" style="list-style-type: none"> ○ Peserta didik saling mendiskusikan dengan kelompok bagaimana cara melakukan rangkaian headstand dan guling depan yang baik. <p data-bbox="354 2150 1234 2244"><i>Guru mengamati kemampuan peserta didik dalam berdiskusi memecahkan dan mencari solusi terhadap kendala yang dihadapi</i></p> <p data-bbox="321 2284 584 2319">Mengomunikasikan</p> <ul data-bbox="321 2338 1193 2419" style="list-style-type: none"> ○ Setiap siswa melakukan gerakan rangkaian headstand dan guling depan secara bergantian. 	

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Satuan Pendidikan : MAN Yogyakarta 2
Kelas/Semester : X / 1 (Ganjil)
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Materi Pokok : Atletik (Lompat Tinggi Gaya Stradle)
Pertemuan ke : 1
Waktu : (2 X 45 menit)

A. 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

B. Kompetensi Dasar dan Indikator:

No	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1	1.3 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.	1.1.1 Melakukan doa sebelum dan sesudah pelajaran penjasorkes dimulai
2	2.4 Bertanggung jawab terhadap	2.2.1 berhati hati dalam melakukan lempar cakram

No	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
	<p>keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.Menganalisis rangkaian gerak lompat tinggi untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.</p>	<p>2.2.2 bersungguh sungguh dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran</p> <p>2.2.3 membersihkan dan mengembalikan alat yang digunakan</p> <p>2.6.1 mematuhi/mentaati tata tertib selama proses pembelajaran</p>
3	<p>3.5 Menganalisis gerakan lompat tinggi untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.</p>	<p>3.5.8 Menjelaskan sikap awal gerakan lompat tinggi dengan benar</p> <p>3.5.9 Menjelaskan proses gerakan lompat tinggi dengan benar</p> <p>3.5.10 Menjelaskan sikap akhir gerakan lompat tinggi dengan benar</p> <p>3.5.11 Menjelaskan rangkaian gerakan lompat tinggi dengan baik dan benar</p>
4	<p>4.7 Mempraktikkan gerakan lompat tinggi dengan koordinasi gerak yang baik.</p>	<p>4.5.1 mempraktikkan proses gerakan lompat tinggi</p>

D. Tujuan Pembelajaran :

diharapkan peserta didik dapat:

- Melakukan doa sebelum dan sesudah pelajaran penjasorkes dimulai
- timbul sikap tanggung jawab terhadap keselamatan diri sendiri dan orang lain, lingkungan sekitar

- timbul sikap tanggung jawab terhadap kemajuan diri sendiri dan orang lain, lingkungan sekitar
- timbul sikap tanggung jawab terhadap sarana dan prasarana yang digunakan
- menunjukan perilaku disiplin dalam proses pembelajaran
Pertemuan I
- Menjelaskan proses rangkaian gerakan lompat tinggi dengan benar
- Menjelaskan sikap awal gerakan lompat tinggi dengan benar
- Menjelaskan sikap akhir gerakan lompat tinggi dengan benar

E. Materi Pembelajaran :

- Rangkaian gerakan lompat tinggi gaya stradle

Lompat Tinggi adalah salah satu cabang olahraga yang mengandalkan kekuatan otot kaki dan otot perut. Perlu adanya latihan keras agar kita dapat memperoleh kemampuan untuk melakukan lompatan yang tinggi. Dalam melakukan lompat tinggi ini memerlukan beberapa tahap atau urutan agar memperoleh lompatan yang maksimal.

Lompat tinggi gaya guling atau disebut juga gaya straddle adalah salah satu gaya lompat tinggi yang hingga saat ini masih digunakan untuk perlombaan dan diajarkan di sekolah-sekolah. Perbedaan gaya straddle dengan gaya-gaya yang lain adalah pada saat melewati mistar. Pada gaya straddle pada saat melewati di atas mistar posisi tubuh dalam keadaan tengkurep dan posisi kaki di buka lebar atau kangkang. Dari segi lain, perbedaanya terletak pada kaki tolakan yang digunakan pada gaya ini dan mendarat dengan kaki ayun yang terjauh.

F. Metode Pembelajaran

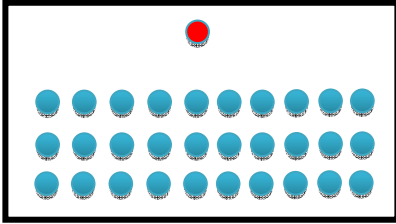
- Saintifik
- Demonstrasi
- Part and whole

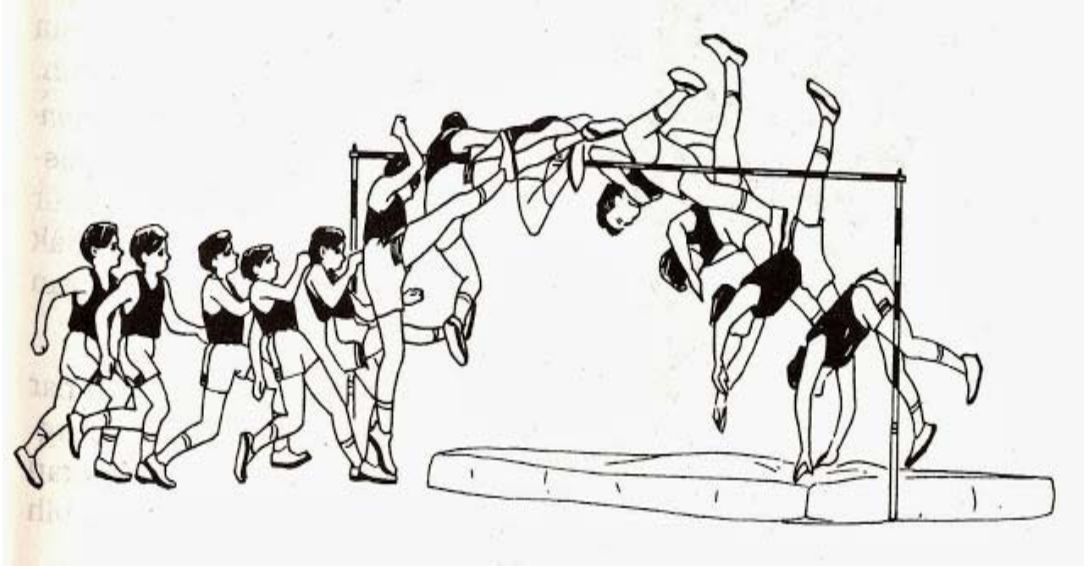
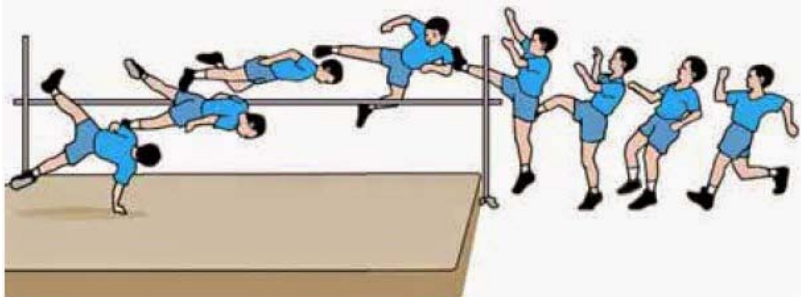
G. Alat/Media/Bahan

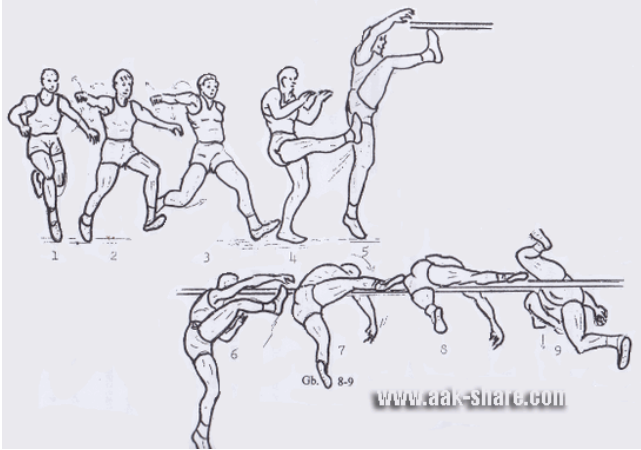
- Alat : Peluit, matras, perkakas lompat tinggi, lapangan yang luas
- Bahan ajar : Buku pegangan Penjasorkes jilid 1, Media gambar

H. Langkah Kegiatan/Skenario Pembelajaran

Pertemuan Pertama

Rincian Kegiatan	Waktu
<p>Pendahuluan</p> <ul style="list-style-type: none">• Mengumpulkan peserta didik (membariskan peserta didik)• Melakukan doa syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa• Salam• Menghitung (presensi)• Memeriksa kerapian peserta didik• Apersepsi <div data-bbox="646 927 1040 1150" style="text-align: center;"><p><i>Formasi Bekumpul</i></p></div> <ul style="list-style-type: none">• Menyampaikan kompetensi (KD) yang akan diajarkan• Menyampaikan tujuan pembelajaran• Mengaitkan apa dikemukakan peserta didik dengan materi yang akan dipelajari• Melakukan pemanasan <p>➤ “loncat batu”</p> <p>Siswa dibagi menjadi 4 saf kemudian mengambil antara menghadap keselatan dalam posisi bersujud, kemudian siswa yang berada paling belakang berlari meloncati teman yang ada didepannya sampai habis, setelah habis siswa yang berlari kembali ke barisan awal, setelah berada dalam posisi siswa yang berada di depannya bergantian berlari seperti siswa pertama, disambung terus sampai urutan siswa terakhir.</p>	15 menit

Rincian Kegiatan	Waktu
<p>Kegiatan Inti</p> <p>Mengamati, Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> o Membuat peserta didik dalam kelompok o Guru merangsang pengetahuan peserta didik tentang gerakan lompat tinggi o Guru memberikan contoh rangkaian gerak lompat tinggi peserta didik lain mengamati o Memberikan kesempatan peserta didik untuk bertanya kepada kelompok lain dan juga menanggapi pertanyaan. <p><i>Guru mengamati keaktifan peserta didik ddalam bertanya</i></p> <p>Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sebelum siswa mempraktikkan keseluruhan gaya stradle yang sebenarnya, siswa diberi kesempatan untuk mencoba melompati mistar dengan posisi akhir tetap berdiri tanpa matras. • Guru memberikan kesempatan peserta didik untuk mempraktikkan lompat tinggi, proses dan sikap akhir dalam gerakan lompat tinggi lempar cakram yang sebenarnya <div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: center;">   </div>	<p>100 menit</p>

Rincian Kegiatan	Waktu
 <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Peserta didik saling mendiskusikan dengan kelompok bagaimana cara melakukan rangkaian lompat tinggi yang baik <p><i>Guru mengamati kemampuan peserta didik dalam berdiskusi memecahkan dan mencari solusi terhadap kendala yang dihadapi</i></p> <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Setiap siswa melakukan gerakan rangkaian lompat tinggi yang sebenarnya ○ Guru dan peserta didik saling aktif dalam menyimpulkan hasil demonstrasi dan diskusi, dan mendapatkan sebuah gerakan yang benar 	
<p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Membariskan peserta didik (mengumpulkan peserta didik) ○ Evaluasi ○ Pendinginan <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pendinginan melakukan stretching berpasangan ● Mengembalikan peralatan ○ Berdoa 	20 menit

I. Sumber/Referensi

- <http://www.olahragakesehatanjasmani.com/2014/10/teknik-dasar-lompat-tinggi-gaya.html>
- <http://coretankuliahku.blogspot.com/2013/09/pengertian-lompat-tinggi.html>
- <http://www.aak-share.com/2015/04/gaya-guling-perut-lompat-tinggi-straddle.html>
- <http://www.ipapedia.web.id/2015/04/gaya-dalam-lompat-tinggi.html>
- <http://pelajaran-sma123.blogspot.com/2015/07/teknik-dasar-lompat-tinggi-gaya.html>

