

**LAPORAN INDIVIDU**  
**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN ( PPL )**  
**DI SMK YPKK 1 SLEMAN**

**Alamat : Jl. Sayangan 5, MejingWetan, Ambarketawang, Gamping, Sleman**

Laporan Ini Disusun sebagai Pertanggungjawaban Pelaksanaan Kegiatan

Praktik Pengalaman Lapangan ( PPL )

Tahun Akademik 2015 / 2016



Disusun Oleh :

**FARKHAN JAUHARI**

**12601244137**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN  
REKREASI**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**2015**

## LEMBARAN PENGESAHAN

Dengan ini menyatakan bahwa:

**Nama** : Farkhan jauhari  
**NIM** : 12601244137  
**Jurusan** : Pendidikan Olahraga

Telah melaksanakan PPL di SMK YPKK 1 Sleman mulai tanggal 10 Agustus 2015 sampai dengan 12 September 2015. Rincian hasil kegiatan tercakup dalam naskah laporan ini.

Gamping, 12 September 2015

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Ermawan susanto, M.Pd  
NIP. 197807022002121004

SUGIYANTO  
NIK. 003020258010782

Mengetahui,

Kepala Sekolah

Koordinator PPL

Dra. Rubiyati, M.Pd  
NIP. 19590424 198903 2 006

Dra. Siti Rumini  
NIP. 19670118 199103 2 005

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan laporan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) UNY yang diselenggarakan pada 10 Agustus – 12 September 2015 yang berlokasi di SMK YPKK 1 Sleman dengan lancar dan baik.

Terselaksananya kegiatan PPL dan selesainya laporan PPL ini tidak terlepas dari pihak-pihak yang telah memberikan bimbingan, bantuan baik bantuan berupa material maupun spiritual, oleh karena itu penyusun mengucapkan terimakasih kepada:

1. Segenap pimpinan, Kepala LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak **Ermawan susanto, M.Pd** , **Dosen Pembimbing Lapangan (DPL-PPL) yang telah memberikan bimbingan dengan tulus dan sabar supaya seluruh kegiatan PPL berjalan dengan baik dan lancar.**
3. Ibu Dra. Rubiyati, M.Pd, selaku Kepala SMK YPKK 1 Sleman
4. Bapak Sugiyanto selaku guru pembimbing yang telah berkenan memberikan bimbingan dan arahan dalam pelaksanaan PPL.
5. Seluruh guru, staf, dan karyawan/karyawati SMK YPKK 1 Sleman yang telah berkenan membantu dan membimbing kami.
6. Keluarga besar SMK YPKK 1 Sleman, yang telah menerima kami menjadi bagian dari keluarga.
7. Orang tua kami yang senantiasa mendoakan dengan sepenuh hati.
8. Teman-teman seperjuangan PPL UNY 2015 di SMK YPKK 1 Sleman yang senantiasa membagikan kebahagiaan dan pengalamannya.
9. Segenap Siswa dan Siswi SMK YPKK 1 Sleman beserta adik-adik pengurus OSIS yang telah membantu dalam berbagai agenda kegiatan.
10. Semua pihak yang tidak dapat kami sebutkan satu per satu.

Demikian laporan ini dibuat, penyusun menyadari pelaksanaan dan pembuatan laporan PPL ini belum sempurna, oleh karena itu penyusun mengharap kritik dan saran. Semoga laporan ini dapat menjadi bentuk pertanggungjawaban penyusun dalam melaksanakan seluruh kegiatan PPL Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2015 di SMK YPKK 1 Sleman.

Yogyakarta, 12 September 2015

Penyusun

Farkhan Jauhari

NIM. 12601244137

## DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Halaman Pengesahan .....	ii
Kata Pengantar .....	iii
Daftar Isi.....	iv
Daftar Lampiran .....	v
Abstrak .....	vi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Analisis Situasi.....	1
B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan KKN-PPL .....	8
<b>BAB II PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL</b>	
A. Persiapan .....	10
B. Pelaksanaan PPL .....	11
C. Analisis hasil pelaksanaan dan refleksi.....	16
<b>BAB III PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	18
B. Saran.....	18
Daftar Pustaka .....	20
Lampiran	

## **DAFTAR LAMPIRAN**

1. Laporan Hasil Observasi
2. Matriks Pelaksanaan PPL
3. Catatan Mingguan PPL
4. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
5. Lembar penilaian
6. Silabus kelas X dan XI
7. Dokumentasi

## **ABSTRAK**

**FARKHAN JAUHARI**

**12601244137**

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan suatu kegiatan yang harus ditempuh oleh semua mahasiswa UNY yang mengambil prodi atau jurusan pendidikan. Program praktik Pengalaman Lapangan yang diberikan oleh Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) berguna untuk melengkapi kompetensi mahasiswa calon tenaga kependidikan. Praktik pengalaman lapangan ini dapat dikatakan sebagai muara dan aplikasi yang dilakukan langsung ke peserta didik setelah selama beberapa semester menerima materi pembelajaran dibangku kuliah. Kegiatan ini dimaksudkan untuk mahasiswa dapat menerapkan berbagai pengetahuan, sikap, keterampilan dalam proses pembelajaran secara utuh dan terintegrasi dalam situasi nyata untuk menjadikan mahasiswa calon guru yang profesional, baik, dan berkeahlian.

SMK YPKK 1 Sleman berlokasi di Mejing Wetan, Ambarketawang, Gamping, Sleman. SMK YPKK 1 Sleman merupakan sekolah yang memiliki potensi cukup besar. SMK YPKK 1 Sleman memiliki 400 siswa yang terdiri dari 3 kompetensi keahlian yaitu: KK Akuntansi, KK Rekayasa Perangkat Lunak, dan KK Farmasi. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada SMK YPKK 1 Sleman terhadap kondisi sekolah secara keseluruhan baik dari segi fisik, potensi siswa, guru dan karyawan, serta fasilitas yang disediakan sekolah, maka mahasiswa kemudian merancang kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMK YPKK 1 Sleman yang terkait dengan kebutuhan pembelajaran maupun di luar pembelajaran. Bimbingan mengenai apa yang harus dilakukan sebelum terjun mengajar di sekolah juga telah diberikan sebelumnya oleh dosen pembimbing. Tidak hanya prosedur pelaksanaan pembelajaran di kelas, namun juga mengenai penyusunan administrasi guru yang lengkap, baik, dan sesuai peraturan yang berlaku. Pengalaman Praktik mengajar praktikan terlaksana dengan 24 kali mengajar di kelas XI Akuntansi, XI Farmasi, XI RPL, X RPL. Mahasiswa mengajar 4 kali tatap muka di kelas XI Akt 1,2,3, XI Farmasi, XI RPL 2, X RPL 1. Praktik mengajar yang mahasiswa lakukan ditunjang dengan penggunaan metode serta media pembelajaran yang berbeda guna mengaktifkan siswa dalam belajar.

Semua kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan yang telah terlaksana memberikan banyak sekali pengalaman dan juga tambahan pengetahuan tentang guru profesional yang berpedoman pada pedagogic, kepribadian, sosial. Diharapkan program PPL UNY yang setiap tahun dilaksanakan akan semakin baik dengan prosedur serta pembagian kuota serta kebutuhan mahasiswa di sekolah yang lebih adil dan merata dan dapat membantu para peserta didik dalam memudahkan kegiatan belajar para siswa sehingga dengan adanya PPL ini tidak hanya memberikan manfaat kepada para peserta PPL namun juga memberikan manfaat bagi para siswa siswi SMK YPKK 1 Sleman.

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan suatu langkah strategis Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) untuk melengkapi kompetensi mahasiswa calon tenaga kependidikan. Melalui kegiatan PPL tersebut 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, tanggungjawab, dan kemampuan dalam memecahkan masalah. Selain mahasiswa dapat belajar dari kenyataan yang terjadi di lapangan, diharapkan pula mahasiswa dapat mendarmabaktikan ilmu akademisnya di lapangan, dengan demikian mahasiswa dapat memberi dan menerima (*take and given*) berbagai keilmuan yang dapat menghantarkan mahasiswa menjadi calon tenaga pendidik profesional.

### **A. Analisis Situasi**

#### **1. Sejarah dan Visi Misi SMK YPKK 1 Sleman**

##### **a. Sejarah SMK YPKK 1 Sleman**

Pendidikan adalah satu cara meningkatkan kemampuan dari manusia, oleh karenanya pada tahun 1980 munculah ide dari beberapa orang, yang bergerak dalam bidang pendidikan, yaitu antara lain:

- 1) Bapak F. Proyogo, BA.
- 2) Bapak Drs. Salim
- 3) Bapak FX. Sutarno, BE.
- 4) Bapak Sutopo

Untuk menyelenggarakan sebuah lembaga Pendidikan khususnya adalah Pendidikan Kejuruan. Diambilnya sekolah kejuruan sebagai pilihannya karena berbagai pertimbangan, antara lain adalah karena negara kita Republik Indonesia sedang membangun, tentunya banyak diperlukan tenaga-tenaga kejuruan, khususnya tidak lepas dari masalah ekonomi, maka dibentuklah Sekolah Menengah Ekonomi Atas (SMEA).

Berbagai pikiran dalam perencanaan Bapak-Bapak tersebut muncul, yang antara lain :

Kapan dimana, siapa yang disertai, bagaimana sebaiknya dan sebagainya, maka dipilihlah suatu tempat di desa Gamping tengah, Ambarketawang, Gamping, Sleman, Yogyakarta, yang terletak di pinggir jalan antara Yogyakarta-Wates Km 4,5 disekitar lokasi tersebut belum ada SMEA, namun tingkatan SMTA sudah berdiri adalah :

- 1) SMA Yayasan Pendidikan Islam
- 2) SMA Muhammadiyah Gamping
- 3) SPG Yayasan 17 (Sekarang dipakai SMT-17) Gamping.

Agak kebarat sedikit terdapat beberapa SMEA yang telah berdiri lebih dulu antara lain : SMEA Pangudiluhur di Sedayu, SMEA Muhammadiyah di Moyudan, SMEA Negeri Godean dan SMEA 17 maupun PGRI Sentolo.

Karena belum adanya modal yang cukup, maka dengan mengandalkan TEKAD ada ITIKAT yang baik disewalah sebuah rumah milik Penduduk dan berdirilah Sekolah Menengah Ekonomi Atas (SMEA), dengan nama sesuai dengan negara yang sedang membangun adalah SMEA PEMBANGUNAN.

Pada bulan Juni mulailah dilaksanakan aktivitas publikasi, penyebaran informasi dan pendaftaran siswa baru, yang pada waktu itu secara teknis ditangani oleh Bapak suripto (sekarang sudah almarhum) dengan koordinasi Bapak FX. sutarno, dan Bapak Sutopo, sedangkan Bapak Drs. Salim dan Bapak Fa. Prayogo mengeloh yang urusan dengan Kanwil. Depdikbud Propinsi DIY

Karena sebuah lembaga Pendidikan harus ditopang adanya sebuah yayasan, maka dengan Akte Notaris dari R. Daliso Rudianto, SH. Nomor : 75 berdirilah sebuah yayasan dengan, Yayasan Pendidikan Kejuruan dan Ketrampilan (YPKK) yang berada di Yogyakarta, dengan pengurus :

Ketua : Nonya PUDJIARTI  
Sekretaris : Nyonya Rida Marganingsih  
Bendahara : Nyonya Sriyati  
Anggota : Witriadi

Dengan demikian lengkaplah sudah lembaga Pendidikan ini dengan adanya sebuah yayasan yang membawahnya. Pada bulan Juli 1980 mulailah kegiatan belajar mengajar, meskipun dengan segala sangat terbatas, baik fasilitas maupun ketenagaan yang masih sangat sederhana, maka dibuat struktur sebagai berikut :

Kepala Sekolah : DJOKO PURWANTO, B.Sc. (Sekarang Drs. Djoko Purwanto)

Wakil Kepala Sekolah : Widyo Putranto, BA. Tata Usaha : Soeripto (sekarang telah almarhum)

Dengan tenaga edukatif :

- 1) Drs. Djoko Purwanto
- 2) GP Widyo Harsono, BA. ( sekarang mengajar Bidang Studi PPKn)
- 3) Drs. Tukidjan HS (sekarang mengajar Bidang Studi Akuntansi)
- 4) Sugito (sekarang mengajar Mengetik)

- 5) Wardani Subagyo (sekarang mengajar agama Islam)
- 6) J. Widyo Putranto (sudah pindah)
- 7) Priyo Sulistiarso (sudah pindah)
- 8) Supardi (sudah pindah)

Tenaga edukatif tersebut harus memenuhi semua pelajaran (bidang studi sekarang), sehingga ada beberapa guru yang terpaksa mengajar lebih dari satu mata pelajaran/Bidang Studi.

Demikian juga siswanya masih sedikit, (pada waktu itu berjumlah 21 orang siswa), karena sekolah baru berdiri, tenaga publikasi ataupun fasilitas nya sangat terbatas, maka sampai pelajaran dimulai siswa baru berjumlah delapan orang, kemudian pada bulan Agustus 1980 jumlah siswa menjadi 17 orang. Kemudian berikutnya mendapat siswa pindahan dari SMEA NARA PUTRA, jadilah jumlah siswa menjadi 21 orang.

Berjalannya sekolah bukan tidak ada rintangan, melainkan justru penuh rintangan, terutama siswa merasa was-was, jangan-jangan sekolahnya berhenti di tengah jalan. Adapun macam-macam rintangan dan halangan antara lain :

- 1) Guru sering tidak masuk
- 2) Jika masuk terlambat sedikit siswa sudah bubar
- 3) siswa sering tidak masuk, kalau masuk bergantian masuknya, sekarang masuk besok tidak masuk dan seterusnya.
- 4) Bahkan pernah suatu hari tidak ada satu siswa pun yang datang di sekolah.
- 5) Terlalu sering ganti-ganti, karena suasana yang belum menyenangkan, tentunya gurupun kadang bosan dan minta ganti, bahkan ada yang tidak sampai pamit.

Waktupun berjalan begitu cepat dan akhirnya turunlah Ijin dari Kanwil Depdikbud Prop. DIY dengan tanggal 17 Februari 1981 dengan Nomor :012/I.121/1981 yang menyatakan persetujuan pendirian SMEA namun namanya tidak SMEA Pembangunan tetapi SMEA Ambarketawang (sesuai) dengan nama desa yang sangat bersejarah sebagai bekas kraton Mangkubumi. Pada tahun 1981 munculah lagi beberapa sekolah SMEA yang didirikan oleh Yayasan Pendidikan Kejuruan dan Ketrampilan (YPKK), maka untuk meseragamkan ciri ditambah semua sekolah di bawah Yayasan Pendidikan Kejuruan dan Ketrampilan dengan YPKK sehingga SMEA Ambarketawang, menjadi SMK (SMEA) YPKK Ambarketawang.

Demikian sekilas sejarah singkat SMK (SMEA) YPKK Ambarketawang, Gamping, yang sekarang di Jalan Sayangan 5, Mejing Wetan, Ambarketawang, Gamping, Sleman, Yogyakarta.

## **b. Visi Misi SMK YPKK 1 Sleman**

### **1) Visi SMK YPKK 1 Sleman**

Mampu menghasilkan tamatan yang berkualitas sesuai dengan tuntutan kebutuhan masyarakat daerah, nasional, dan internasional

### **2) Misi SMK YPKK 1 Sleman**

- a) Melaksanakan proses diklat secara efektif dengan didasari perkembangan teknologi dan manajemen sekolah yang baik
- b) Mengembangkan akhlak yang berlandaskan iman dan taqwa
- c) Menumbuh kembangkan jiwa kewiraswastaan secara instensif kepada seluruh warga sekolah
- d) Meningkatkan unit produksi dan kerjasama dengan dunia industri atau usaha serta mengembangkan riset dan teknologi

## **2. Letak Geografis**

SMK YPKK 1 Sleman terletak di Jl. Sayangan 5, Meijing Wetan, Ambarketawang, Gamping, Sleman 55294. Telp ( 0274 ) 798806

## **3. Kondisi Fisik Sekolah**

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilaksanakan oleh mahasiswa PPL UNY, diperoleh analisis situasi SMK YPKK 1 Sleman sebagai berikut:

### **a. Ruang kelas**

SMK YPKK 1 Sleman memiliki jumlah kelas untuk belajar berjumlah 15 kelas, yaitu terdiri dari:

- Kelas X terdiri dari 6 kelas ( X AK1, X AK2, X AK3, X RPL1, X RPL2 dan X Farmasi )
- Kelas XI terdiri dari 5 kelas (XI AK1, XI AK2, XI AK3, XI RPL1, XI RPL2)
- Kelas XII terdiri dari 5 kelas (XII AK1, XII AK2, XII AK3, XII RPL1, XII RPL2)

Sarana penunjang ruangan kelas yang dimiliki SMK YPKK 1 Sleman berupa *white board*, *black board*, *boardmaker*, kapur tulis, meja dan kursi guru, meja dan kuris siswa, peralatan kebersihan, dan LCD.

### **b. Ruang Laboratorium**

SMK YPKK 1 Sleman memiliki 3 laboratorium yaitu:

- Laboratorium media
- Laboratorium akuntansi
- Laboratorium akuntansi dan rpl kelas X

### **c. Ruang Kantor**

Ruang kantor di SMK YPKK 1 Sleman terdiri dari:

- Ruang Kepala Sekolah
- Ruang Wakil Kepala Sekolah

- Ruang Guru
  - Ruang Tata Usaha
- d. Perpustakaan
- SMK YPKK 1 Sleman memiliki ruang perpustakaan yang cukup luas sehingga cukup nyaman untuk sarana belajar siswa. Koleksi bukunya pun lengkap. Perpustakaan ini memiliki koleksi buku kurang lebih 10.000 buku.
- e. Ruang penunjang
- Ruang penunjang diantaranya adalah:
- Masjid
  - Ruang piket
- f. Ruang Koperasi Guru
- g. Ruang OSIS
- h. Ruang BP/BK
- i. Ruang UKS
- j. Ruang Pramuka
- k. Lapangan Upacara/Lapangan Olah Raga
- l. WC, terdiri dari WC guru dan siswa
- m. Kantin
- n. Dapur
- o. Ruang penjaga
- p. Tempat parkir guru
- q. Tempat parkir siswa
- r. Satu mobil milik sekolah

#### **4. Keadaan Non Fisik Sekolah**

- a. Potensi Sekolah
- SMK YPKK 1 Sleman merupakan sekolah yang telah memiliki akreditasi terbaik diantara sekolah SMK YPKK yang lain. Sekolah ini mendapat akreditasi 'A' selama beberapa tahun belakangan ini.
- b. Media Pembelajaran
- Media yang tersedia antara lain LCD, laboratorium multimedia dan akuntansi, serta alat-alat kesenian berupa alat music band dan gamelan.
- c. Mading dan Papan Pengumuman
- Kegiatan mading di SMK YPKK 1 Sleman tidak berjalan dengan baik. Papan pengumuman sudah berjalan dengan baik. Pemasangan korang dinding dan juga pengumuman lainnya baik berupa kolom BP ataupun berbagai informasi penting lainnya sudah berjalan dengan baik.

#### **5. Bidang Akademis**

Proses belajar mengajar *intrakurikuler* di SMK YPKK 1 Sleman dimulai pada pukul 07.00 WIB sampai dengan 15.00 WIB untuk Hari Senin sampai Kamis dan Sabtu. Sedangkan Hari Jumat dimulai pukul 07.00 untuk tadarus selama 15 menit dan KBM dimulai pukul 07.15. Kegiatan belajar mengajar selama Bulan Ramadhan untuk satu jam pelajarannya hanya selama 35 menit. Untuk satu jam pelajarannya pada hari selain Bulan Ramadhan selama 45 menit. Setiap hari di SMK YPKK 1 Sleman pada saat jam istirahat pertama melaksanakan solat dhuha bagi yang beragama islam. Bagi yang beragama lain diadakan doa di ruang doa.

## **6. Fasilitas dan Media KBM**

Fasilitas dan media KBM yang ada/tersedia diantaranya perpustakaan, laboratorium multimedia, laboratorium akuntansi, tempat ibadah, alat-alat olahraga, lapangan olahraga (basket, voli, bulu tangkir, futsal, dan lain-lain)

Laboratorium akuntansi terdapat perangkat komputer yang sering digunakan siswa untuk praktik akuntansi/komputerisasi akuntansi. Program yang disediakan sudah disesuaikan dengan kebutuhan siswa, pemanfaatan serta perawatan sudah cukup baik.

Laboratorium multimedia digunakan siswa untuk praktik secara langsung dari materi-materi yang telah mereka dapat di kelas. Komputer yang tersedia sejumlah 40 unit. Layanan internet tersedia di sekolah ini, semua siswa mampu menggunakan fasilitas. Pada tahun ajaran 2014/2015 sekolah ini menambah 1 laboratorium computer untuk menunjang proses belajar mengajar.

Perpustakaan menyediakan buku-buku penunjang kegiatan pembelajaran siswa dikelola oleh seorang petugas. Siswa dapat meminjam buku maksimal 1 minggu dan jika melebihi akan dikenakan denda. Dengan adanya fasilitas ini, siswa dapat menambah referensi pengetahuan mereka.

Media pembelajaran yang tersedia di SMK YPKK 1 Sleman kebanyakan guru menggunakan LCD dan proyektor untuk membantu proses KBM dan membantu tingkat kephahaman siswa dalam mengikuti KBM.

Alat-alat olah raga yang tersedia masih kurang lengkap. Lapangan olahraga yang dimiliki adalah lapangan basket yang menjadi satu dengan lapangan futsal, lapangan bola voli dan sekaligus digunakan sebagai lapangan upacara.

Tempat ibadah berupa masjid. Masjid selain digunakan untuk solah bagi yang muslim juga digunakan untuk kegiatan keagamaan.

Tempat parkir guru dan siswa terpisah yang terdapat di dalam sekolah, depan sekolah dan di bawah.

## **7. Perpustakaan Sekolah**

Perpustakaan SMK YPKK 1 Sleman memiliki buku-buku yang cukup variatif, namun sebagian merupakan buku-buku lama, terutama buku mata pelajaran yang sesuai dengan kurikulum KTSP. Dengan adanya Kurikulum 2013 koleksi perpustakaan ini semakin bertambah.

Sistem pelayanan di perpustakaan YPKK 1 Sleman yaitu sistem terkoordinir. Sistem ini digunakan untuk segala jenis buku yang dipinjam. Karena buku yang tersedia cukup terbatas, siswa hanya diperbolehkan meminjam buku tersebut pada saat pelajaran berlangsung, saat istirahat, ataupun pada jam tertentu yang tidak mengganggu jam pelajaran lainnya. Jangka waktu peminjaman yang diberikan kepada siswa hanya satu hari saja dari hari peminjaman. Hal ini dikarenakan buku yang tersedia terbatas jumlahnya dan penggunaan buku dilakukan secara bergilir dari kelas X hingga kelas XII.

#### **8. Bimbingan Konseling**

Bimbingan dan konseling di SMK YPKK 1 Sleman diampu oleh 2 orang guru. Pada tahun pelajaran 2014/2015 pelayanan bimbingan dan konseling dilaksanakan di ruangan khusus.

Bimbingan dan konseling di SMK YPKK 1 Sleman tidak melaksanakan layanan klasikan karena tidak terdapat jam masuk kelas. Layanan berupa layanan informasi, orientasi, aplikasi dalam konseling individual, bimbingan kelompok, konferensi kasus, alih tangan kasus, *home visit*, kolaborasi dengan orang tua, guru maupun pihak sekolah yang lain serta beberapa administrasi bimbingan dan konseling. Program layanan, satuan layanan, dan silabus bimbingan dan konseling dirancang setiap tahun dengan kerjasama kepala sekolah.

Layanan diberikan untuk membantu permasalahan siswa baik masalah pribadi, sosial, belajar maupun karir. Guru pembimbing membantu permasalahan siswa dengan sebaik mungkin sesuai dengan tingkat profesional bimbingan dan konseling. Dalam menyelesaikan masalah siswa, selain melakukan analisis data guru pembimbing juga melakukan analisis dengan cara lain misalnya wawancara observasi, dan kerjasama pihak lain yang terkait.

#### **9. Ekstrakurikuler**

Kegiatan ekstrakurikuler yang ada di sekolah antara lain:

- a) Bidang olahraga meliputi: bulu tangkis, voli, tenis meja dan lain lain
- b) Bidang kesenian meliputi: band dan karawitan.
- c) Bidang keagamaan meliputi: qiroah.
- d) Pramuka
- e) PMR

#### **10. Guru dan Karyawan**

SMK YPKK 1 Sleman mempunyai 46 orang tenaga pendidik termasuk kepala sekolah yang terdiri dari 4 macam guru yaitu: guru DPK (guru negeri yang dipekerjakan di SMK YPKK 1 Sleman) ada 14 orang. Guru DPB (guru agama negeri yang dibantukan di SMK YPKK 1 Sleman) ada 1 orang. Guru Tetap Yayasan ada 12 orang. Guru Tidak Tetap Yayasan ada 19 orang. Jumlah karyawan yang ada di SMK YPKK 2 Sleman ada 13 orang.

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

Sebelum melaksanakan kegiatan praktik pengalaman lapangan (PPL) perlu adanya rencana yang jelas mengenai apa saja yang harus dipersiapkan dan apa saja yang harus dilakukan saat praktik mengajar. hal ini dilakukan untuk mencapai hasil yang maksimal.

Berdasarkan analisis situasi tersebut di atas, maka disusunlah rancangan program dan rancangan kegiatan PPL sebagai berikut:

### **1. Kegiatan Pra PPL**

Rancangan program PPL yang disusun sebelum kegiatan PPL berlangsung. Kegiatan yang dilaksanakan terkait dengan kegiatan yang ada hubungannya dengan PPL. Adapun rangkaian kegiatan PPL dimulai dari tanggal 10 Agustus sampai 12 September 2015. Sebelum penerjunan diadakan pembekalan oleh pembimbing masing-masing, dimana pembekalan tersebut terangkum dalam pembekalan mikro.

### **2. Rencana Kegiatan PPL**

Rangkaian kegiatan PPL dimulai sejak mahasiswa di kampus sampai di sekolah tempat praktik. Penyerahan mahasiswa di sekolah dilaksanakan pada tanggal 1 Februari 2014. Secara garis besar, rencana kegiatan PPL meliputi:

#### **a. Persiapan**

##### **1) Observasi kelas**

Observasi kelas bertujuan untuk mengenal dan memperoleh gambaran nyata mengenai proses pembelajaran yang berlangsung di sekolah. Observasi kelas ini dilakukan setelah penyerahan mahasiswa ke pihak sekolah. Observasi kelas penyusun lakukan pada tanggal 17 Februari dan 20 Februari 2015. Hal-hal yang diamati dalam observasi kelas antara lain perangkat dan proses pembelajaran, cara mengajar guru, alat/media pembelajaran, dan perilaku siswa.

##### **2) Konsultasi**

Konsultasi dengan guru pembimbing bertujuan memberikan gambaran dan bimbingan bagi mahasiswa agar lebih siap dalam melaksanakan proses belajar mengajar. Konsultasi juga dilakukan dalam penyusunan perangkat administrasi guru, yang diantaranya meliputi

silabus dan RPP, program tahunan, program semester, alokasi waktu, KKM, analisis hasil belajar siswa, dan lain-lain.

Menyusun perangkat administrasi guru

Penyusunan perangkat administrasi guru dilakukan supaya mahasiswa mempunyai pengetahuan mengenai administrasi guru dan mengetahui cara penyusunannya sehingga perangkat pembelajaran yang mendukung proses belajar mengajar dapat tersusun dengan rapi dan lengkap. Terlebih lagi untuk saat ini guru sangat dituntut keprofesionalitasnya juga dalam hal administrasi, dimana untuk kegiatan audit internal maupun eksternal, Peningkatan Kompetensi Guru (PKG), dan lainnya harus menyiapkan perangkat administrasi guru dengan baik dan lengkap.

b. Pelaksanaan

1) Praktik Mengajar

Praktik mengajar merupakan proses belajar mengajar secara langsung yang dilakukan oleh mahasiswa PPL dan siswa dengan bimbingan guru pembimbing. Praktik mengajar ini bertujuan untuk melatih mahasiswa PPL agar memiliki pengalaman mengenai proses pembelajaran di kelas dan melatih diri untuk menjadi guru yang sebenarnya, dengan keadaan siswa yang berbeda-beda mulai dari tingkat laku, tingkat pemahaman terhadap materi, dan lain-lain.

2) Evaluasi hasil belajar siswa

Evaluasi hasil belajar bertujuan untuk mengetahui tingkat keberhasilan guru dalam proses belajar mengajar dan untuk mengetahui tingkat keberhasilan siswa dalam penguasaan kompetensi dasar akuntansi yang telah diajarkan.

3) Evaluasi praktik mengajar

Evaluasi praktik mengajar dilakukan oleh guru pembimbing. Evaluasi ini bertujuan supaya mahasiswa PPL dapat mengetahui kekurangan dan kelebihan selama melakukan proses belajar mengajar di kelas sehingga diharapkan pengalaman dan evaluasi ini untuk perbaikan mahasiswa ketika telah menjadi tenaga pendidik dikemudian hari.

4) Praktik persekolahan

Tujuan diadakannya praktik persekolahan adalah agar praktikan mampu melaksanakan tugas-tugas sekolah selain mengajar.

## **BAB II**

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

Praktik kegiatan pembelajaran di kelas bukanlah suatu hal yang biasa dianggap ringan, perlu adanya persiapan-persiapan khusus agar kegiatan pembelajaran tersebut dapat terlaksana dengan baik dan tepat sasaran. Praktik pengalaman lapangan pada dasarnya adalah kegiatan yang ditujukan untuk dapat memberikan gambaran kepada mahasiswa jurusan kependidikan tentang realita dunia pendidikan Indonesia yang ada sekarang ini. Ada kalanya informasi dan wawasan yang didapat dalam perkuliahan berbeda dengan kondisi lapangan. Untuk menghindari kesenjangan yang mungkin terjadi antara ranah teori dan praktik, perlu dilakukan persiapan-persiapan khusus sehingga setiap peserta PPL dapat mengantisipasi segala kemungkinan yang ada di lapangan. Oleh karena itu, taha persiapan PPL banyak diisi dengan kegiatan penyempurnaan praktik mengajar mahasiswa melalui program pengajaran mikro (*micro teaching*) dan menganalisis kondisi sekolah. Uraian tentang hasil pelaksanaan program individu sebagai berikut:

#### **A. Persiapan**

Untuk mempersiapkan mahasiswa dalam melaksanakan PPL baik yang dipersiapkan berupa persiapan fisik maupun mental untuk dapat mengatasi permasalahan yang akan muncul selanjutnya dan sebagai sarana persiapan program apa yang akan dilaksanakan nantinya. Maka, sebelum diterjunkan ke lokasi PPL, UPPL membuat berbagai program persiapan sebagai bekal mahasiswa dalam melaksanakan PPL. Persiapan yang dilaksanakan adalah sebagai berikut:

##### **1. Pengajaran Mikro**

Pengajaran mikro merupakan mata kuliah wajib tempuh dan wajib lulus bagi mahasiswa program studi kependidikan terutama menjelang KKN-PPL. Mata kuliah ini dilaksanakan satu semester sebelum pelaksanaan praktik pengalaman lapangan.

Praktik pengajaran mikro yang dilaksanakan dalam rentang waktu antara bulan Februari hingga Mei ditujukan untuk memberikan gambaran mengenai praktik di kelas. Dalam kegiatan ini, setiap mahasiswa dapat mengajar dengan baik dan benar.

Pengajaran mikro dibagi untuk tiap kelompok 8-12 siswa di bawah bimbingan dan pengawasan satu dosen pembimbing. Tiap kelompok mengadakan pengajaran mikro bersama dosen pembimbing dalam satu minggu dua kali pada hari yang telah disepakati bersama dan melakukan pengajaran mikro selama 10-20 menit setiap kali tampil.

Pelaksanaan kegiatan PPL diampu oleh Ibu Ratna Candra Sari M,si Ak yang bertujuan agar mahasiswa lebih fokus dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran. Dengan adanya pembelajaran *micro teaching*, diharapkan mahasiswa memperoleh bekal/pengalaman dan telah mempersiapkan mental sebelum terjun langsung ke sekolah.

Dosen pembimbing memberikan masukan, baik berupa kritik maupun saran setiap kali praktikan selesai praktik mengajar. Berbagai macam metode dan media pembelajaran dicoba dalam kegiatan ini, sehingga praktikan 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 atau metode mengajar.

## **2. Pembekalan**

Pembekalan PPL dilaksanakan di Ruang dekanat fakultas ilmu keolahragaan UNY dengan materi yang disampaikan antara lain Mekanisme Pelaksanaan PPL di sekolah maupun di lembaga, Profesionalisme Pendidik dan Tenaga Kependidikan, Rencana Pembangunan Pendidikan, Dinamika Sekolah serta Norma dan Etika Pendidik/Tenaga Kependidikan.

## **3. Observasi Pembelajaran di Kelas**

Dalam observasi pembelajaran di kelas pada tanggal 17 Februari 2015 dan 20 Februari 2015 diharapkan mahasiswa memperoleh gambaran pengetahuan dan pengalaman pendahuluan mengenai tugas-tugas seorang guru di sekolah. Observasi lingkungan sekolah atau lapangan juga bertujuan untuk memperoleh gambaran tentang aspek-aspek karakteristik komponen kependidikan dan norma yang berlaku di tempat PPL.

## **4. Konsultasi dengan Guru Pembimbing**

Agar kegiatan belajar mengajar berjalan lancar, sebelum mengajar praktikan melakukan konsultasi dengan guru pembimbing tentang Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dan mengenai materi yang telah dibuat penulis. Sehingga harapan guru dan praktikan bisa sejalan dengan tanpa adanya perbedaan yang mempengaruhi pembelajaran.

## **B. Pelaksanaan PPL**

Praktik pengalaman lapangan (PPL) sebagai sarana mencari dan memperoleh bekal, pengetahuan, serta ketrampilan yang diperlukan bagi calon guru atau tenaga kependidikan sehingga mampu menjadi tenaga kependidikan yang memiliki kompetensi pedagogik, kepribadian, sosial dan profesional sebagai berikut:

1. Penyusunan Silabus dan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Sebelum melaksanakan praktik mengajar, mahasiswa terlebih dahulu menyusun silabus sesuai dengan karakteristik sekolah. Setelah silabus selesai disusun maka langkah selanjutnya adalah menyusun RPP. RPP disusun berdasarkan silabus yang mencakup nilai-nilai pendidikan karakter beserta mencantumkan pula indikator nilai tersebut. RPP ini mencakup informasi mengenai standar kompetensi, kompetensi dasar yang harus dicapai, indikator, tujuan, materi pelajaran, metode, sumber bahan dan langkah-langkah pembelajaran yang dimulai dari eksplorasi, elaborasi dan konfirmasi.

Praktikan mendapat bimbingan dari guru pembimbing mengenai cara distribusi jam efektif ke setiap indikator dalam penyusunan silabus dan RPP.

## 2. Pelaksanaan Praktik Mengajar

Kegiatan belajar mengajar dilaksanakan setelah persiapan mengajar dibuat. Praktik mengajar dalam pelaksanaannya dibedakan menjadi 2 yaitu:

### a. Praktik Mengajar Terbimbing

Praktik mengajar terbimbing adalah praktik mengajar yang dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran, mahasiswa ditunggu dan diamati oleh guru pembimbing.

### b. Praktik Mengajar Mandiri

Praktik mengajar mandiri adalah praktik mengajar yang dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran, mahasiswa melaksanakan sendiri proses pembelajaran tanpa ditunggu dan diamati.

Praktikan berusaha menerapkan seluruh keterampilan dan pengetahuan yang dimiliki, menerapkan teori yang didapat di kampus serta menyesuaikan diri dengan lingkungan pembelajaran di SMK YPKK 1 Sleman untuk memberikan yang terbaik. Metode pembelajaran sangat mempengaruhi ketercapaian tujuan pembelajaran. Oleh karena itu, penentuan metode yang akan digunakan disesuaikan dengan materi yang akan diajarkan. Selain itu adanya penggunaan variasi media pembelajaran juga berpengaruh terhadap keaktifan siswa dalam belajar. Pemberian materi bersifat teori dan praktik, tetapi untuk praktik mempunyai waktu sekitar 75%. Pelaksanaan pembelajaran dilalui melalui tahap:

#### 1) Membuka pelajaran

Tujuan membuka pelajaran adalah agar siswa siap untuk melakukan proses pembelajaran yang akan dilaksanakan. Baik secara fisik maupun secara mental. Membuka pelajaran meliputi beberapa kegiatan sebagai berikut:

##### a) Membuka pelajaran dengan mengucapkan salam

- b) Mengetahui kondisi siswa dan mempresensi siswa
- c) Melakukan apersepsi materi terkait
- d) Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai
- e) Melakukan pemanasan sebelum lanjut kegiatan inti

2) Menyampaikan materi pelajaran

Penyampaian materi diawali dengan menjelaskan materi secara umum kepada peserta didik, lalu peserta didik melakukan gerakan sesuai dengan keterampilannya, kemudian dilakukan konfirmasi terhadap gerakan yang salah maupun benar. Setelah itu peserta didik melakukan gerakan kembali sesuai dengan apa yang telah diinstruksikan dan kemudian dinilai.

3) Penggunaan bahasa

Selama mengajar, praktikan berusaha menggunakan bahasa yang mudah dimengerti peserta didik tanpa meninggalkan ejaan baku bahasa Indonesia. Disadari ataupun tidak ternyata siswa akan lebih mudah memahami materi yang disampaikan guru apabila bahasa yang digunakan guru lebih mengena dan sesuai dengan kebiasaan siswa.

4) Penggunaan waktu

Waktu pelajaran dialokasikan untuk kegiatan pendahuluan, inti dan penutup sesuai dengan jadwal pelajaran, dimana untuk praktik mengajar yang dilakukan praktikan, praktikan mempunyai 2 jam pelajaran atau 90 menit setiap kali praktik mengajar.

5) Gerak

Praktikan tidak hanya berdiri untuk menjelaskan materi, tetapi praktikan juga mempraktikkan gerakan yang benar dan juga mengecek gerakan-gerakan yang dilakukan oleh peserta didik dan membantu peserta didik yang mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan.

1) Cara memotivasi siswa

Cara memotivasi peserta didik dalam proses belajar mengajar adalah dengan memberikan pujian, kata-kata positif dan memberikan apresiasi terhadap peserta didik yang aktif dalam kegiatan pembelajaran. Sekali waktu siswa juga dapat diangkat motivasinya dengan memberikan hadiah baik secara berkelompok maupun individu.

2) Teknik bertanya

Teknik bertanya yang digunakan adalah dengan memberikan pertanyaan terlebih dahulu dan kemudian baru memberikan kesempatan kepada siswa untuk menjawab, ketika tidak ada yang

bersedia maka guru menunjuk salah satu dari mereka untuk menjawab pertanyaan tersebut.

3) Teknik penguasaan kelas

Teknik penguasaan kelas yang dilakukan oleh praktikan adalah dengan berjalan keliling dan meneliti satu-persatu hasil pekerjaan yang telah dibuat oleh siswa, baik individu maupun kelompok. Dengan demikian diharapkan praktikan bisa memantau apakah siswa dikelas konsentrasi mengikuti pelajaran atau tidak. Ketika praktikan menjelaskan dan peserta didik kurang memperhatikan maka praktikan menegur peserta didik yang bersangkutan dengan memberikan pertanyaan sesuai materi yang dibahas.

Adapun metode pembelajaran yang digunakan dalam praktik mengajar adalah sebagai berikut:

a) Ceramah

Metode ini digunakan untuk menyampaikan materi yang memerlukan uraian atau penjelasan dan menjelaskan konsep-konsep atau pengertian.

b) Demonstrasi

Peserta didik memperhatikan contoh yang diberikan oleh guru atau bisa juga oleh peserta didik yang sudah mampu melakukan.

c) Latihan

Peserta didik melakukan gerakan berulang-ulang dengan diawasi oleh guru olahraga dan guru olahraga bertugas membimbing.

Praktikan mendapat kesempatan mengajar sebanyak 12 kali selama pelaksanaan PPL. Berikut ini jadwal praktik mengajar praktikan:

No.	Hari/ tanggal	Kelas	Jam ke	Materi Pelajaran
1.	Selasa, 11 Agustus 2015	XI AK 3	1,2	Tes Kesegaran Jasmani Lari 2,4 Km
2.	Selasa, 11 Agustus 2015	XI Far	3,4	Tes Kesegaran Jasmani Lari 2,4 Km
3.	Rabu, 12 Agustus 2015	X RPL 1	1,2	Tes Kesegaran Jasmani multi step

4.	Rabu,12 Agustus 2015	XI RPL 2	3,4	Tes Kesegaran Jasmani Lari 2,4 Km
5.	Jum'at, 14 Agustus 2015	XI AK 2	3,4	Tes Kesegaran Jasmani Lari 2,4 Km
6.	Selasa, 18 Agustus 2015	XI AK 3	1,2	Pembelajaran passing atas dan bawah dalam bola voli
7.	Selasa, 18 Agustus 2015	XI Far	3,4	Pembelajaran passing atas dan bawah dalam bola voli
8.	Rabu, 19 Agustus 2015	X RPL 1	1,2	Pembelajaran passing dalam sepak bola
9.	Rabu, 19 Agustus 2015	XI RPL 2	3,4	Pembelajaran passing atas dan bawah dalam bola voli
10.	Jum'at, 21 Agustus 2015	XI AK 2	3,4	Pembelajaran passing atas dan bawah dalam bola voli
11.	Senin, 24 agustus 2015	XI AK 1	2,3	Pembelajaran permainan Bola tangan
12.	Selasa, 25 Agustus 2015	XI AK 3	1,2	Pembelajaran permainan Bola tangan
13.	Selasa, 25 Agustus 2015	XI Far	3,4	Pembelajaran permainan Bola tangan
14.	Rabu, 26 Agustus 2015	X RPL 1	1,2	Pembelajaran Atletik Lompat jauh
15.	Rabu, 26 Agustus 2015	XI RPL 2	3,4	Pembelajaran Permainan Bola tangan
16.	Jumat, 28 Agustus 2015	XI AK 2	3,4	Pembelajaran Permainan Bola tangan
17.	Senin, 31 Agustus 2015	XI AK 1	2,3	Pembelajaran Senam Lantai (roll depan)
18.	Selasa, 1 September 2015	XI AK 3	1,2	Pembelajaran Senam Lantai (roll depan)

19.	Selasa,1 September 2015	XI Far	3,4	Pembelajaran Senam Lantai (roll depan)
20.	Rabu, 2 September 2015	X RPL 1	1,2	Pembelajaran lompat jauh disertai penilaian
21.	Rabu, 2 September 2015	XI RPL 2	3,4	Pembelajaran Senam Lantai (roll depan)
22.	Jumat, 4 September 2015	XI AK 2	3,4	Pembelajaran Senam Lantai (roll depan)
23.	Senin, 7 September 2015	XI AK 1	2,3	Pembelajaran Kesehatan Olahraga
24.	Rabu, 9 September 2015	XI RPL 2	3,4	Pembelajaran Kesehatan Olahraga

### 3. Evaluasi dan Penilaian

Evaluasi hasil belajar bertujuan untuk mengetahui tingkat keberhasilan guru dalam proses penyampaian materi dan untuk mengetahui tingkat keberhasilan siswa dalam menerima materi yang telah diajarkan.

#### a. Umpan Balik dari Pembimbing

Umpan balik dilakukan oleh guru pembimbing dan dosen pembimbing setelah praktik mengajar. Hal ini dimaksudkan agar mahasiswa PPL dapat mengetahui kekurangan dan kelebihan selama mahasiswa melakukan proses pembelajaran sehingga diharapkan pengalaman dan evaluasi ini untuk perbaikan mahasiswa ketika telah menjadi tenaga pendidik.

#### b. Praktik Persekolahan

Tujuan diadakannya praktik persekolahan adalah agar praktikan mampu melaksanakan tugas-tugas sekolah selain mengajar. Kegiatan yang dilakukan praktikan dalam praktik persekolahan antara lain membantu guru piket. Pada kegiatan piket guru ini, praktikan bertugas menerima tamu, mempresensi siswa seluruhnya serta mendatanya dan praktikan juga mengisi pelajaran guru yang berhalangan hadir.

## C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi

### 1. Analisis Keterkaitan Program dan Pelaksanaanya

Perencanaan proses pembelajaran tercermin dari penyusunan RPP. Praktikan berusaha melakukan langkah demi langkah dalam RPP ketika

proses kegiatan pembelajarn berlangsung. Praktikan mendapat bimbingan penuh dari guru pembimbing.

## **2. Faktor Pendukung**

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

## **3. Faktor Penghambat**

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

- a. Ada beberapa peserta didik yang susah untuk mengikuti proses belajar karena lebih cenderung berbicara dengan teman dibandingkan mendengarkan penjelasan yang sedang disampaikan.
- b. Ada beberapa peserta didik yang tingkat pemahaman terhadap materinya masih kurang.
- c. Terdapat satu kelas yang sangat susah ketika sedang berlangsung nya proses pembelajaran olahraga dengan berbagai alasan.
- d. Kurangnya minat peserta didik.

Solusi untuk mengatasi hambatan PPL yang dilakukan praktikan antara lain:

- a. Praktikan menerapkan metode pembelajaran yang beda dan lebih menyenangkan.
- b. Peserta didik harus diberikan suntikan motivasi seperti hadiah yang diberikan ketika siswa memperoleh prestasi.
- c. Konsultasi dengan guru pembimbing untuk menangani satu kelas yang susah untuk berolahraga.
- d. Menumbuhkan minat peserta didik terhadap pembelajaran olahraga.

## **BAB III**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Setelah melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMK YPKK 1 Sleman, praktikan memperoleh banyak pengalaman yang dapat praktikan simpulkan sebagai berikut:

1. Seluruh kegiatan mengajar yang telah dilaksanakan memberikan pengalaman serta pemahaman tentang cara mengelola pembelajaran di kelas.
2. Memberikan pengalaman kepada praktikan mengenai penyusunan administrasi guru yang lengkap dan sesuai dengan peraturan yang ada.
3. Pengalaman dan belajar untuk mengontrol emosi daat menghadapi berbagai siswa terutama yang kurang peratian saat belajar di kelas.
4. Belajar bagaimana menyampaikan materi dengan baik melalui penggunaan metode dan media pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan siswa.
5. Kegiatan PPL merupakan tolak ukur kemampuan mahasiswa dalam keterampilan sesungguhnya dari kuliah yang telag ditempuh.
6. PPL sebagai sarana peningkatan kompetensi yang harus dimiliki oleh calon guru/ tenaga pendidik yang meliputi kompetensi pedagogik, professional, sosial, dan kepribadian.
7. Praktikan mengetahui secara langsung kegiatan apa saja baik *intrakurikuler* maupun *ekstrakurikuler* yang baik untuk mendukung pengembangan potensi siswa.
8. Praktikan mengetahui nilai-nilai apa saja yang harus diterapkan dalam mendidik siswa baik dari segi guru, sekolah sebagai instansi, dan warga sekolah secara keseluruhan.
9. PPL memberikan bekal berupa pengetahuan dan pengalaman yang dapat diterapkan dikemudian hari.

#### **B. Saran**

Demi mewujudkan plaksanaan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) yang dapat membawa hasil secara meksimal di masa yang akan datang, yang sekiranya mendapat perhatian sehubungan dengan pelaksanaan PPL yaitu:

1. Untuk Mahasiswa
  - a. Mahasiswa hendaknya senantiasa aktif melakukan konsultasi dengan guru pembimbing dan dosen pembimbing terkait dengan kegiatan PPL maupun menyusun administrasi dan laporan.
  - b. Menggunakan metode dan media pembelajaran yang berbeda sesuai dengan kebutuhan siswa.

- c. Mempersiapkan administrasi guru baik yang terkait dengan pembelajaran di kelas secara langsung maupun tidak dengan baik.
- d. Senantiasa dapat segera menyelesaikan tugas dengan baik.

2. Untuk Pihak Sekolah

- a. Perlu adanya perhatian yang lebih untuk fasilitas yang menunjang pembelajaran baik untuk LCD, laboratorium komputer, dan lainnya.
- b. Perlu adanya sosialisasi atau sejenisnya yang secara berkesinambungan untuk meningkatkan motivasi belajar dan mengembangkan potensi siswa.
- c. Meningkatkan hubungan kerjasama dengan UNY khususnya LPPMP melalui penerimaan mahasiswa PPL untuk jurusan selain terkait bisnis dan manajemen.

3. Untuk Pihak LPPMP

- a. Perlu adanya koordinasi antara LPPMP, Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) dan pihak sekolah terutama guru pembimbing.
- b. Perlu adanya penjelasan dan penegasan sejak awal penerjunan PPL mengenai kegiatan PPL di sekolah terutama terkait jem mengajar mahasiswa.
- c. Perlu ditingkatkan pelayanan terhadap mahasiswa maupun pihak sekolah.

## DAFTAR PUSTAKA

*Buku Panduan PPL* tahun 2015. Universitas Negeri Yogyakarta.

# LAMPIRAN

# FORMAT OBSERVASI



Universitas Negeri Yogyakarta

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

NPma.1

Untuk Mahasiswa

NAMA MAHASISWA : FARKHAN JAUHARI PUKUL : 07.00-09.00

NO. MAHASISWA : 12601244137 TEMPAT PRAKTIK: SMK YPKK 1 SLEMAN

TGL. OBSERVASI : 28 FEBRUARI 2015 FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/ PJKR

No.	Aspek yang Diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
<b>A</b>	<b>Perangkat Pembelajaran</b>	
	1. Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran (KTSP) / Kurikulum 2013	Kurikulum yang saat ini dipakai oleh sekolah adalah KTSP untuk kelas XI dan kelas X
	2. Silabus	Silabus ada dan mengacu pada KTSP. Silabus ini digunakan untuk acuan proses pembelajaran selama 1 tahun mendatang. Untuk silabus mata pelajaran PAM, guru membuat silabus sendiri
	3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)	RPP ada dan mengacu pada KTSP
<b>B</b>	<b>Proses Pembelajaran</b>	
	1. Membuka Pelajaran	Guru membuka pelajaran dengan mengajak siswa untuk membaca doa bersama-sama dan mempresensi siswa serta guru memulai pembelajaran dengan permainan pemanasan yang menarik.
	2. Penyajian Materi	Guru menyampaikan materi dengan berpedoman pada silabus dan materi yang disajikan sudah runtut.
	3. Metode Pembelajaran	Guru menyampaikan materi dengan metode Ceramah,latihan,komando,dan demonstrasi. Setelah materi disampaikan siswa disuruh mengulangi apa yang telah disampaikan oleh guru.
	4. Penggunaan Bahasa	Guru menggunakan bahasa Indonesia secara lugas dan menggunakan bahasa Jawa untuk membangun kedekatan personal dengan siswa yang mayoritas memahami bahasa Jawa sebagai bahasa sehari-hari serta sabar dalam menghadapi tingkah laku dan perilaku siswa.
	5. Penggunaan Waktu	Guru mengalokasikan waktu secara tepat dan membagi waktu dengan baik.
6. Gerak	Pada saat pembelajaran guru bergerak aktif, mengamati siswa yang sedang mengikuti proses	

		pembelajaran.
	7. Cara Memotivasi Siswa	Guru memotivasi siswa dengan cara memberikan semangat.
	8. Teknik Bertanya	Saat pembelajaran apabila siswa ingin bertanya, siswa diberi kesempatan untuk bertanya dan guru pun sangat mengapresiasi keaktifan siswa dengan menjawab pertanyaan siswa secara baik. Bila tak ada yang bertanya, guru memancing siswa untuk bertanya.
	9. Teknik Penguasaan Kelas	Guru menguasai kelas dengan baik, siswa dengan baik mendengarkan penjelasan dari guru.
	10. Penggunaan Media	Media yang digunakan guru adalah modul, lembar kerja siswa,serta perlengkapan kegiatan olahraga.
	11. Bentuk dan Cara Evaluasi	Guru mengevaluasi siswa dengan menyuruh siswa tersebut untuk mengulangi gerakan yang dilakukan dan diberikan penilaian
	12. Menutup Pelajaran	Guru menutup pelajaran dengan menyimpulkan materi yang telah dipelajari secara bersama-sama, memberikan penugasan yang harus dikerjakan di rumah.
<b>C</b>	<b>Perilaku Siswa</b>	
	1. Perilaku Siswa di dalam Kelas	Di kelas, ada beberapa perilaku siswa : ada yang aktif bertanya, ada yang aktif merespon guru, ada yang ngobrol sendiri, ada yang membuat keadaan kelas menjadi gaduh, ada yang mainan hp, ada yang pakaiannya tidak rapi, dan ada yang keluar kelas dengan ijin yang tidak jelas. Namun, guru mampu menghendel perilaku siswa pada saat di dalam kelas.
	2. Perilaku Siswa di luar Kelas	Di luar kelas, perilaku siswa bermacam-macam : pendiam, sopan, bandel, melanggar tata tertib. Namun guru BK mampu menghendel dalam perilaku siswa tersebut.

Yogyakarta, 28 Februari 2015

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Sugiyanto

Farkhan Jauhari

NIK 003020258010782

NIM. 12601244137



**FORMAT OBSERVASI  
KONDISI SEKOLAH\*)**

NPma.2

Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMK YPKK 1 SLEMAN NAMA MAHASISWA : FARKHAN JAUHARI

ALAMAT SEKOLAH : Mejing Wetan,Ambar- NOMOR MAHASISWA : 12803244003

Ketawang,Gamping FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

No.	Aspek yang Diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan	Keterangan
1.	Kondisi fisik sekolah	Sekolah terdiri atas beberapa blok ruang, antara lain: Blok Utama (ruang Kepsek, ruang Guru, Perpus, Lab Komputer, Lab Farmasi), Mushola, dan Ruang bagian Kesiswaaan. Secara garis besar kondisi bangunan 80% dikatakan baik, sisanya terkesan dibuat seadanya tanpa mempertimbangkan kenyamanan dalam proses belajar mengajar karena merupakan bangunan tua. Adanya indikasi kekurangan ruang, terutama praktek dan gudang.	
2.	Potensi siswa	Siswa biasanya berasal dari daerah sekitardan kebanyakan dari mereka yang tidak diterima di SMK negeri, adajuga beberapa yang memang bertujuan langsung ke SMK YPKK 1 Sleman tersebut.	
3.	Potensi guru	Guru di SMK YPKK 1 Sleman kebanyakan alumni dari perguruan tinggi di Yogyakarta, diantaranya UNY dan Univ. Sanata Drama. Rata-rata memiliki gelar Sarjana (S1), ada beberapa yang bergelar D3 dan S2	
4.	Potensi karyawan	Karyawan di SMK YPKK 1 Sleman kebanyak-an dari masyarakat sekitar lingkungan sekolah.	
5.	Fasilitas KBM, media	Beberapa kelas dilengkapi dengan papan tulis dan white board. Untuk Viewer di letakkan di lab. Ketika guru ingin menggunakan viewer maka guru harus mengambil di lab.	
6.	Perpustakaan	Terletak di samping kelas farmasi dan ruang kepala sekolah. Koleksi buku dirasa cukup memenuhi kebutuhan dari siswa, setiap beberapa waktu terdapat buku baru. Siswa kurang memanfaatkan adanya perpustakaan. Tempat duduk untuk membaca ada dan mencukupi. Terdapat pustakawan sebagai penjaga.	
7.	Laboratorium	Terdapat 3 lab Komputer dan 1 lab Farmasi. Laboraotium komputer terdapat 40 unit komputer yang digunakan 1 siswa per unit. Fasilitas didalam lab dirasa cukup memadai dengan adanya fasilitas media pendukung yakni viewer.	

8.	Bimbingan konseling	Terdapat bimbingan konseling namun tidak optimal digunakan oleh siswa.	
9.	Bimbingan belajar	Bimbingan belajar hanya di berikan pada siswa kelas III ketika akan mendekati ujian nasional.	
10.	Ekstrakurikuler (pramukas, PMI, basket, drumband,dll).	Ada, yaitu OSIS, karawitan, voli, bulu tangkis, tari, futsal, english club, PMR, band dll.	
11.	Organisasi dan fasilitas OSIS	Terdapat kepengurusan OSIS dan ruangan tersendiri, namun sepi/jarang digunakan.	
12.	Organisasi dan fasilitas UKS	Terdapat ruangan tersendiri dan obat-obatan di dalam ruangan.	Siswa jarang yang mengeluh karena sakit tetapi menjadikan UKS tempat pelarian.
13.	Administrasi (karyawan, sekolah, dinding)	Terdapat TU tersusun dari karyawan yang menjaga dan mengurus surat-surat.	
14.	Karya tulis ilmiah remaja	Ada, siswa dipilih untuk membuat karya tulis ilmiah remaja.	
15.	Karya ilmiah oleh guru	Guru-guru di sekolah ini telah mengikuti karya ilmiah, meskipun jumlahnya terbatas.	
16.	Koperasi siswa	Terdapat koperasi sekolah, dikelola oleh karyawan. Di koperasi menjual alat-alat tulis, snack ringan, dan jasa fotocopy.	
17.	Tempat ibadah	Berada di ruang bawah samping lapangan, kondisi mushola layak dan cukup luas	Karena sekolah berbasis islam jadi tidak terdapat sarana ibadah untuk agama lain.
18.	Kesehatan lingkungan	Lingkungan sekolah cukup bersih, terdapat tempat sanitasi dan toilet namun kurang bersih dan penerangan kurang. Kebersihan di kantin sekolah cukup bersih.	
19.	Tempat parkir	Tempat parkir ada 2 yakni di ruang atas dan di ruang bawah. Untuk ruang atas biasanya digunakan untuk kelas 1 dan 3. Untuk ruang bawah digunakan oleh kelas 2.	Terdapat satpam dan penjaga sekolah yang selalu berjaga.

Yogyakarta, 24 Februari 2015

Koordinator PPL

Mahasiswa

Dra. Siti Rumini

Farkhan Jauhari

NIP. 19670118 199103 2 005

NIM. 12601244137



FORMAT OBSERVASI  
PEMBELAJARAN / PELATIHAN

NPma.3

Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA MAHASISWA : FARKHAN JAUHARI PUKUL : 07.00-09.00

NO. MAHASISWA : 12601244137 TEMPAT PRAKTIK: SMK YPKK 1 SLEMAN

TGL. OBSERVASI : 24 FEBRUARI 2015 FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

No.	Aspek yang Diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
<b>A</b>	<b>Perangkat Pembelajaran</b>	
	1. Kurikulum	Kurikulum sudah mengacu pada KTSP yang berlaku
	2. Silabus	Silabus ada dan mengacu pada KTSP
	3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran/Latihan	RPP yang ada sudah cukup baik
<b>B</b>	<b>Proses Pembelajaran</b>	
	1. Membuka Pelajaran	Guru membuka pelajaran dengan mengajak siswa untuk membaca doa bersama-sama dan mempresensi siswa serta guru memulai pembelajaran dengan permainan pemanasan yang menarik.
	2. Penyajian Materi	Guru menyampaikan materi dengan berpedoman pada silabus dan materi yang disajikan sudah runtut.
	3. Metode Pembelajaran	Guru menyampaikan materi dengan metode Ceramah,latihan,komando,dan demonstrasi. Setelah materi disampaikan siswa disuruh mengulangi apa yang telah disampaikan oleh guru.
	4. Penggunaan Bahasa	Guru menggunakan bahasa Indonesia secara lugas dan menggunakan bahasa Jawa untuk membangun kedekatan personal dengan siswa yang mayoritas memahami bahasa Jawa sebagai bahasa sehari-hari serta sabar dalam menghadapi tingkah laku dan perilaku siswa.
	5. Penggunaan Waktu	Guru mengalokasikan waktu secara tepat dan membagi waktu dengan baik.
	6. Gerak	Pada saat pembelajaran guru bergerak aktif, mengamati siswa yang sedang mengikuti proses pembelajaran.
	7. Cara Memotivasi Siswa	Guru memotivasi siswa dengan cara memberikan semangat.
	8. Teknik Bertanya	Saat pembelajaran apabila siswa ingin bertanya,

		siswa diberi kesempatan untuk bertanya dan guru pun sangat mengapresiasi keaktifan siswa dengan menjawab pertanyaan siswa secara baik. Bila tak ada yang bertanya, guru memancing siswa untuk bertanya.
	9. Teknik Penguasaan Kelas	Guru menguasai kelas dengan baik, siswa dengan baik mendengarkan penjelasan dari guru.
	10. Penggunaan Media	Media yang digunakan guru adalah modul, lembar kerja siswa,serta perlengkapan kegiatan olahraga.
	11. Bentuk dan Cara Evaluasi	Guru mengevaluasi siswa dengan menyuruh siswa tersebut untuk mengulangi gerakan yang dilakukan dan diberikan penilaian.
	12. Menutup Pelajaran	Guru menutup pelajaran dengan membuat kesimpulan bersama dan memberikan ulasan materi yang akan dipelajari minggu setelahnya sehingga siswa dapat mempersiapkan materi dengan lebih baik. Lalu ditutup dengan doa bersama.
<b>C</b>	<b>Perilaku Siswa Pelatihan (DIKLAT)</b>	
	1. Perilaku Siswa di dalam Kelas	Di kelas, ada beberapa perilaku siswa : ada yang aktif bertanya, ada yang aktif merespon guru, ada yang ngobrol sendiri, ada yang membuat keadaan kelas menjadi gaduh, ada yang mainan hp, ada yang pakaiannya tidak rapi, dan ada yang keluar kelas dengan ijin yang tidak jelas. Namun, guru mampu menghendel perilaku siswa pada saat melakukan praktikum.
	2. Perilaku Siswa di luar Kelas	Di luar kelas, perilaku siswa bermacam-macam : pendiam, sopan, bandel, melanggar tata tertib. Namun guru BK mampu menghendel dalam perilaku siswa tersebut.

Yogyakarta, 28 Februari 2015

Instruktur

Mahasiswa

Dra. Siti Rumini

Farkhan Jauhari

NIP. 19670118 199103 2 005

NIM. 12601244137



Universitas Negeri Yogyakarta

**FORMAT OBSERVASI  
KONDISI LEMBAGA**

NPma.4

Untuk Mahasiswa

NAMA MAHASISWA : FARKHAN JAUHARI PUKUL : 07.00-09.00

NO. MAHASISWA : 12601244137 TEMPAT PRAKTIK: SMK YPKK 1 SLEMAN

TGL. OBSERVASI : 24 FEBRUARI 2015 FAK/JUR/PRODI: FIK/POR/PJKR

No.	Aspek yang Diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan	Keterangan
1	<b>Observasi Fisik :</b>		
	a. Keadaan kelas	Di SMK YPKK 1 Sleman terdapat 18 kelas yang terdiri dari 2 kelas RPL (X, XI, XII), 3 kelas Akuntansi (X, XI, XII), dan 1 kelas Farmasi (X, XI, XII).	
	b. Keadaan gedung	Untuk keadaan gedung tertata cukup baik dan kokoh. Penataan untuk tiap ruang tertata cukup baik dan mudah dicari.	
	c. Keadaan sarana/prasarana	Sarana/prasarana yang ada di SMK YPKK 1 Sleman cukup memadai, seperti : perpustakaan, lab. komputer, LCD proyektor, dll. Namun masih ada beberapa sarana/prasarana yang belum ada. Keadaan sarana/prasarana cukup baik dan mendukung untuk aktivitas pembelajaran.	CPU yang dibongkar untuk praktik siswa RPL belum ada.
	d. Keadaan personalia	Untuk guru, karyawan, dan siswa di SMK YPKK 1 Sleman ramah dalam menyambut kedatangan mahasiswa yang akan melaksanakan praktik PPL di SMK tersebut. Untuk kedekatan tiap personal guru cukup bagus, meski terkadang masih terdapat perbedaan pendapat antar guru.	
	e. Keadaan fisik lain (penunjang)	Keadaan penunjang pembelajaran di SMK YPKK 1 Sleman cukup baik, seperti lapangan, mushola, kantin, kamar mandi, dll.	
	f. Penataan ruang kerja	Penataan ruang kerja rapi dan tertata. Untuk ruang kerja dibagi empat ruangan, yaitu ruang kepala sekolah dan wakasek, ruang guru, ruang BK, dan ruang TU.	
	g. Penataan buku perpustakaan	Dalam mengelompokkan buku-buku penunjang pembelajaran, dikelompokkan sesuai dengan kategori buku, dan tata letak dalam	

		peletakan buku mudah dicari.	
<b>2</b>	<b>Observasi tata kerja :</b>		
	a. Struktur organisasi tata kerja	Struktur organisasi dalam membangun SMK YPKK 1 Sleman yang berdaya saing cukup tertata dan tugas tiap-tiap personal sudah jelas.	
	b. Program kerja lembaga	SMK YPKK 1 Sleman mengusung visi misi untuk mampu berdaya bersaing dengan SMK-SMK yang lainnya.	
	c. Pelaksanaan kerja	Dalam pelaksanaan kerja sudah terorganisasi dan terlaksan cukup baik.	
	d. Iklim kerja antar personalia	Hubungan kerja antar guru dan karyawan cukup mampu bekerja sama, meski perbedaan pendapat terkadang sering ditemui, tetapi tetap solid untuk mewujudkan visi misi SMK YPKK 1 Sleman.	
	e. Evaluasi program kerja	Terdapat rapat untuk membahas program kerja tiap bulan sekali dan mengevaluasinya agar SMK YPKK 1 Sleman lebih baik.	
	f. Hasil yang dicapai	Hasil yang dicapai diantaranya karya siswa mampu bersaing dengan SMK lainnya, beberapa siswa dapat berprestasi dengan baik, indeks kelulusan cukup baik, dll.	
	g. Program pengembangan	Untuk pengembangan potensi siswa cukup baik, seperti :voli, karawitan, bulu tangkis, tari, futsal, english club, PMR, band dll. Sehingga siswa yang memiliki minat dan bakat dapat mengasah-nya.	
	h. Kerjasama dengan SMP	SMK YPKK 1 Sleman menjalin kerjasama dengan SMP swasta di Yogyakarta.	

Yogyakarta, 24 Februari 2015

Koordinator PPL

Mahasiswa

Dra. Siti Rumini

Farkhan jauhari

NIP. 19670118 199103 2 005

NIM.12601244137

**MATRIK PPL**



	b. Mengajar Terbimbing						
	1) Praktik Mengajar Dikelas	7,5	7,5	9	9	3	36
	2) Penilaian dan Evaluasi	1			1		2
	c. Mengajar tambahan (non bimbingan)	6	3		6	3	18
4	Pembelajaran Ekstrakurikuler(Non Mengajar)						
	a. Piket Guru/ Piket Lobby Sekolah		8	8	8	8	32
	b. Piket Perpustakaan	3					3
	c. Pendampingan gobag sodor		2	4	4		10
	d. Pendampingan voli	3	3	3	7	4	20
	e. pendampingan bulutangkis	2	2	2	2	2	10
	f. Rapat dengan OSIS	1					1
5	Kegiatan Sekolah						
	a. Upacara Bendera Hari Senin	1		1	1	1	4
	b. Peringatan 17 Agustus		1				1
	c. Upacara Bendera Hari Khusus						
	d. Kegiatan Porseni Sekolah					8	8
6	Pembuatan Laporan				5	5	10
	<b>JUMLAH JAM</b>	<b>41,5</b>	<b>33,5</b>	<b>34</b>	<b>50</b>	<b>41</b>	<b>200</b>

Mengetahui/Menyetujui,  
Kepala SMK YPKK 1 Sleman

**Dra. Rubiyati, M. Pd**  
**NIP 19590424 198903 2 006**

Dosen Pembimbing Lapangan

**Ermawan Susanto, M.Pd**  
**NIP.198311202008121002**

Yang membuat,

**Farkhan Jauhari**  
**NIM 12601244137**

# LAPORAN MINGGUAN PPL



Universitas Negeri Yogyakarta

## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

NAMA SEKOLAH : SMK YPKK 1 SLEMAN

ALAMAT SEKOLAH : MEJING WETAN, AMBARKETAWANG, GAMPING

GURU PEMBIMBING : SUGIYANTO

NAMA MAHASISWA : FARKHAN JAUHARI

NO. MAHASISWA : 12601244137

FAK/JUR/PRODI : FIK/PJKR

DOSEN PEMBIMBING :

No.	Hari/ Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Minggu, 9 Agustus 2015	1. Pembuatan RPP dan persiapan Materi	1.berhasil membuat rpp untuk kelas 10 dan 11		
2.	Senin, 10 Agustus 2015	1. Mengikuti upacara bendera 2. Rapat internal dengan kelompok 3. Piket di perpustakaan 4. Membersihkan Basecamp 5. Mendampingi proses	1.mengikuti upacara 2.membahas keperluan selama ppl dan juga membahas porseni se YPKK 3.mengecap buku diperpus 4.menyapu di ruangan olahraga yang menjadi basecamp 5.menunggu kelas X RPL 2		

		<p>KBM dikelas X RPL 2</p> <p>6. Pendampingan ekskul Voly</p> <p>7. Menyiapkan dan mencari materi ajar</p>	<p>6.mendampingi voli putri smk ypkk latihan</p> <p>7.mencari di internet untuk materi</p>		
3.	Selasa, 11 Agustus 2015	<p>1. Piket salam-salam didepan sekolah</p> <p>2. Pengajaran terbimbing di kelas XI AK 3</p> <p>3. Pengajaran terbimbing dikelas XI Farmasi</p> <p>4. Konsultasi dengan guru pembimbing mengenai jadwal pasti mengajar dan konsultasi RPP</p> <p>5. Memperbaiki rpp</p>	<p>1.menyalami siswa sebelum masuk kelingkungan sekolah</p> <p>2.tes kesegaran jasmani dengan cara lari 2,4 km didampingi guru pembimbing.</p> <p>3. tes kesegaran jasmani dengan cara lari 2,4 km didampingi guru pembimbing.</p> <p>4.konsultasi tentang jadwal mengajar</p> <p>5.perbaikan rpp</p>		
4.	Rabu , 12 Agustus 2015	<p>1. Pengajaran Terbimbing dikelas X RPL 1</p> <p>2. Pengajaran Terbimbing dikelas XI RPL 2</p>	<p>1. tes kesegaran jasmani dengan cara lari 2,4 km didampingi guru pembimbing.</p> <p>2. tes kesegaran jasmani dengan cara lari 2,4 km didampingi guru pembimbing.</p>		
5.	Kamis, 13 Agustus 2015	<p>1. Piket</p> <p>2. pendampingan ekstra bulu tangkis</p>	<p>1.melaksanakan piket guru diruang piket.</p> <p>2.mendampingi ekstra bulu tangkis di gor gamping</p>		

6.	Jum'at, 14 Agustus 2015	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menyiapkan bahan ajar</li> <li>2. pengajaran terbimbing dikelas XI AK 2</li> <li>3. Bimbingan dengan guru pembimbing</li> <li>4. pendampingan ekstra voli</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.menyiapkan pembelajaran.</li> <li>2. tes kesegaran jasmani dengan cara lari 2,4 km didampingi guru pembimbing.</li> <li>3.minta bimbingan tentang materi minggu depan.</li> <li>4.pendampingan ekstra voli dilapangan smk ypkk</li> </ol>		
7.	Sabtu, 15 Agustus 2015	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.menggantikan guru yang berhalangan mengajar</li> <li>2.Rapat dengan OSIS</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.mengajar dikelas 12 Ak 1</li> <li>2.membahas tentang lomba-lomba</li> </ol>		
8.	Senin, 17 Agustus 2015	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Upacara Hari Kemerdekaan</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.upacara dilapangan desa gamping</li> </ol>		
9.	Selasa, 18 Agustus 2015	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. mengajar dikelas XI AK 3</li> <li>2.mengajar dikelas XI Farmasi</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.mengajar kan passing atas dan bawah bola voli</li> <li>2. mengajar kan passing atas dan bawah bola voli</li> </ol>		
10.	Rabu, 19 Agustus 2015	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. mengajar dikelas X RPL 1 dan XI RPL 2</li> <li>2. pendampingan pelatihan</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.mengajarkan dikelas XI RPL 1 passing dalam sepakbola,kemudian dikelas XI RPL 2 yaitu mengajar kan passing atas dan bawah bola voli.</li> </ol>		

		Gobag sodor	2.mendampingi pelatihan gobag sodor untuk porseni se ypkk.		
11.	Kamis, 20 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. piket</li> <li>2. Menggantikan guru yang berhalangan mengajar</li> <li>3. Konsultasi dengan pembimbing</li> <li>4.pendampingan ekstra bulutangkis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.piket diruangan guru untuk membantu guru piket.</li> <li>2.menggantikan mengajar dikelas XI RPL 1 dan 2</li> <li>3.berkonsultasi tentang proses pembelajaran</li> <li>4.pendampingan ekstra di gor gamping</li> </ul>		
12.	Jum'at, 21 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. mengajar di kelas XI Ak 2</li> <li>2. Pendampingan Ekstra voli</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. mengajar kan passing atas dan bawah bola voli</li> <li>2.mendampingi ekstra voli putri dilapangan smk ypkk</li> </ul>		
13.	Sabtu, 22 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. menggantikan guru yang berhalangan mengajar</li> <li>2. pendampingan pelatihan gobag sodor</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.menggantikan mengajar kelas 12 AK 1</li> <li>2.mendampingi gobag sodor untuk porseni se ypkk</li> </ul>		
14.	Minggu, 23 agustus 2015	1.menyiapkan materi untuk mengajar seminggu kedepan	1. mencari materi untuk rpp		

15.	Senin, 24 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Upacara bendera</li> <li>2. mengajar kelas XI AK 1</li> <li>3. Bimbingan dengan guru pembimbing</li> <li>4. Menyiapkan bahan ajar dan RPP</li> <li>5.mendampingi ekstra voli</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.melaksanakan upacara bendera</li> <li>2.mengajarkan permainan bola tangan</li> <li>3.membicarakan tentang kekurangan materi yang diajarkan</li> <li>4.memperbaiki rpp</li> <li>5.mendampingi ekstra voli putri di lapangan voli</li> </ul>		
16.	Selasa, 25 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Menyiapkan bahan ajar</li> <li>2. Mengajar di kelas XI Ak 3</li> <li>3.mengajar dikelas XI Far</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.menyiapkan pengajaran</li> <li>2. mengajarkan permainan bola tangan</li> <li>3. mengajarkan permainan bola tangan</li> </ul>		
17.	Rabu, 26 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.mengajar dikelas X RPL 1</li> <li>2.mengajar dikelas XI RPL 2</li> <li>3. pendampingan pelatihan gobag sodor</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.mengajarkan atletik lompat jauh</li> <li>2. mengajarkan permainan bola tangan</li> <li>3.mendampingi gobag sodor untuk porseni se ypkk</li> </ul>		
18.	Kamis, 27 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.piket</li> <li>2.menggantikan guru yang berhalangan hadir</li> <li>3.pendampingan ekstra</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.piket diruangan piket</li> <li>2.menunggu siswa mengerjakan soal dikelas XI farmasi</li> <li>3.mendampingi ekstra bulu tangkis di gor</li> </ul>		

		bulutangkis	gamping		
19.	Jum'at, 28 Agustus 2015	1.mengajar dikelas XI AK 2 2.Pendampingan ekstra bola voli	1. mengajarkan permainan bola tangan 2.mendampingi ekstra voli putri untuk porseni se ypkk		
20.	Sabtu, 29 Agustus 2015	1.menggantikan guru yang berhalangan mengajar 2.mendampingi pelatihan gobag sodor	1.mengajar dikelas 12 AK 1 2.mendampingi gobag sodor untuk porseni se ypkk		
21	Minggu,30	1.menyusun RPP	1.membuat rpp untuk pembelajaran seminggu kedepan		
22.	Senin, 31 Agustus 2015	1. Upacara Bendera 2.mengajar dikelas XI AK 1 3.pendampingan ekstra bola voli	1.upacara bendera 2.mengajarkan senam lantai (roll depan) 3.mendampingi ekstra voli putri untuk porseni se ypkk		
23.	Selasa, 1 September 2015	1. mengajar dikelas XI AK 3 2. mengajar dikelas XI Farmasi. 3.Konsultasi dengan guru	1. mengajarkan senam lantai (roll depan) 2. mengajarkan senam lantai (roll depan) 3.konsultasi mengenai materi yang diajarkan		

		pembimbing			
24.	Rabu, 2 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. mengajar dikelas X RPL 1</li> <li>2. Mengajar dikelas XI RPL 2</li> <li>3. pendampingan pelatihan gobag sodor</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.mengajarlkan dan penilaian lompat jauh</li> <li>2. mengajarkan senam lantai (roll depan)</li> <li>3.mendampingi gobag sodor untuk porseni se ypkk</li> </ul>		
25.	Kamis, 3 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. piket</li> <li>2. menggantikan guru yang berhalangan mengajar</li> <li>3. pendampingan ekstra bulutangkis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.piket bersama guru piket</li> <li>2.menunggu siswa yang sedang mengerjakan tugas</li> <li>3.Mendampingi ekstra di gor gamping</li> </ul>		
26.	Jum'at , 4 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Mengajar dikelas XI AK 2</li> <li>2. pendampingan ekstra bola voli</li> <li>3.penyusunan laporan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. mengajarkan senam lantai (roll depan)</li> <li>2.mendampingi ekstra voli</li> <li>3.menyicil membuat laporan</li> </ul>		
27.	Sabtu, 5 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. pendampingan pelatihan gobag sodor</li> <li>2. Bimbingan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1.mendampingi gobag sodor untuk porseni se ypkk</li> <li>2.bimbingan mengenai pembelajaran</li> </ul>		

28.	Minggu, 6 September 2015	1. menyusun RPP	1.membuat rpp		
29.	Senin, 7 September 2015	1. mengajar dikelas XI AK 1 2. Persiapan porseni 3. Pendampingan ekstra voli	1.mengajarkan kesehatan olahraga dikelas 2.mempersiapkan perlengkapan untuk porseni 3.pendampingan ekstra voli		
30.	Selasa, 8 September 2015	1. Acara Porseni se SMK YPKK DIY	1. Acara Porseni yang diikuti oleh 6 sekolah dengan perwakilan di masing-masing perlombaan dari lomba tari gambyong, paduan suara, voli, gobag sodor, bulu tangkis dan tenis meja		
31	Rabu, 9 September 2015	1.Mengajar dikelas XI RPL 2	1. mengajarkan senam lantai (roll depan)		
32.	Kamis, 10 september 2015	1.Menyusun laporan PPL	1.menyusun laporan		
34.	Sabtu, 12 September 2015	1.penarikan ppl	1.penarikan ppl		

Gamping, 17 September 2014

Mengetahui / Menyetujui,

Dosen Pembimbing Lapangan,

Ermawan Susanto, M.Pd

NIP. 197807022002121004

Guru Pembimbing,

Sugiyanto

NIK. 003020258010782

Yang Membuat,

Farkhan Jauhari

NIM. 12601244137

RENCANA PELAKSANAAN  
PEMBELAJARAN

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

### (RPP 1)

Sekolah : SMK YPKK 1 SLEMAN  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : X /1  
Alokasi Waktu : 2X 45meniT

#### **Standar Kompetensi**

1. Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

#### **Kompetensi Dasar**

- 1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri\*\*) )

#### **Indikator**

1. Mampu melakukan permainan sepakbola dengan peraturan yang dimodifikasi ( aspek psikomotorik).
2. Mampu melakukan permainan sepakbola dengan menerapkan nilai nilai disiplin, bertanggungjawab dan percayadiri ( aspek afektif ).
3. Mampu melakukan taktik mencetak angka dalam permainan sepakbola sederhana (aspek kognitif).

#### **A. Tujuan Pembelajaran**

- Siswa dapat memahami taktik mencetak angka dalam permainan sederhana.
- Siswa dapat bermain sepakbola dengan menggunakan aturan-aturan yang dimodifikasi untuk meningkatkan nilai kerjasama,percaya diri dan bertanggungjawab.
- Siswa mampu melakukan taktik mencetak angka dalam permainan sepakbola modifikasi.

4. **Karakter siswa yang diharapkan :** disiplin, kerjasama, bertanggungjawab dan percayadiri

#### **B. Materi Pembelajaran**

Permainan Sepakbola:

- Pemahaman taktik mencetak angka dalam permainan sederhana.
- Bermain sepakbola menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

#### **C. Metode Pembelajaran**

- Model Pembelajaran pendekatan taktik.
- Ceramah
- Demonstrasi

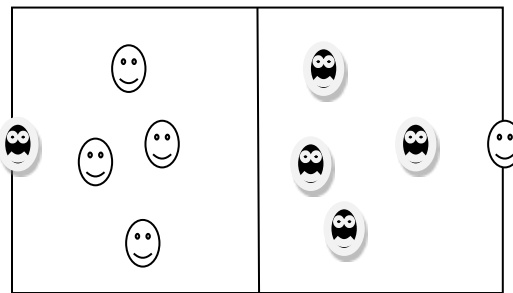
## D. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

### 1. Kegiatan Pendahuluan

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi
- Pemanasan dengan menggunakan permainan.

#### CARA BERMAIN:

- siswa dibariskan dibentuk menjadi 2 tim yaitu tim A dan tim B, lapangan sebelah kanan adalah tim A dan lapangan sebelah kiri adalah tim B, cara bermainnya adalah tim A menyerang ke tim B dengan cara bermain operan antar rekan setim. cara mencetak angka dalam permainan ini dengan cara ada seorang siswa menjadi sebuah gawang dan tim itu harus mengenai siswa tersebut ke bagian kaki, jika bola melambung tidak mengenai kaki namun mengenai siswa itu dinyatakan tidak mendapat point.



### 1. Kegiatan Inti

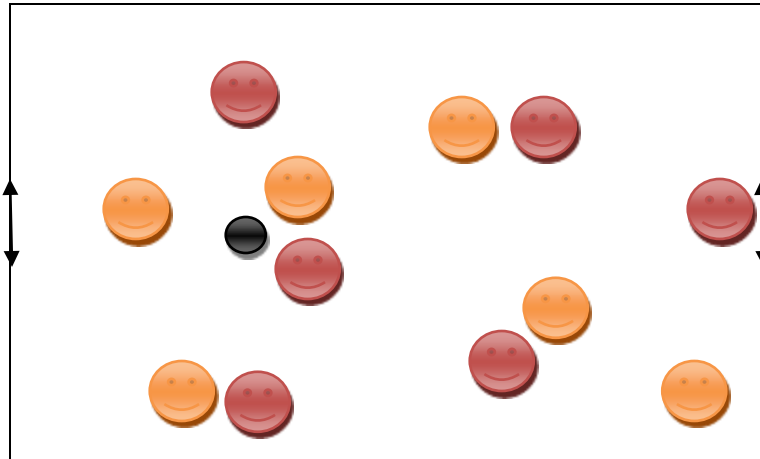
#### ▪ Eksplorasi

#### PERMAINAN I (GAME)

##### Cara permainan:

1. Permainan menggunakan lapangan 20x20 meter dan setiap kelompok terdiri dari 6 orang.
2. Permainan dilakukan 2 kali 5 menit.
3. Menggunakan gawang berukuran panjang 1 meter.
4. Siswa dibagi menjadi 2 tim atau kelompok dan menggunakan rompi atau pakaian pembeda.
5. 10 menit pertama adalah waktu bermain tim A dan 10 menit berikutnya adalah waktu bermain tim B.
6. Dalam kesempatan 10 menit tersebut kelompok A mempunyai kesempatan mencetak angka sebanyak-banyaknya dan tim B bertahan menjaga gawang, dan begitu sebaliknya pada 10 menit kemudian.
7. Tim yang dinyatakan menang adalah tim yang bisa mencetak angka paling banyak.

**Gambar :**



▪ **Elaborasi**

**PERTANYAAN (QUESTION)**

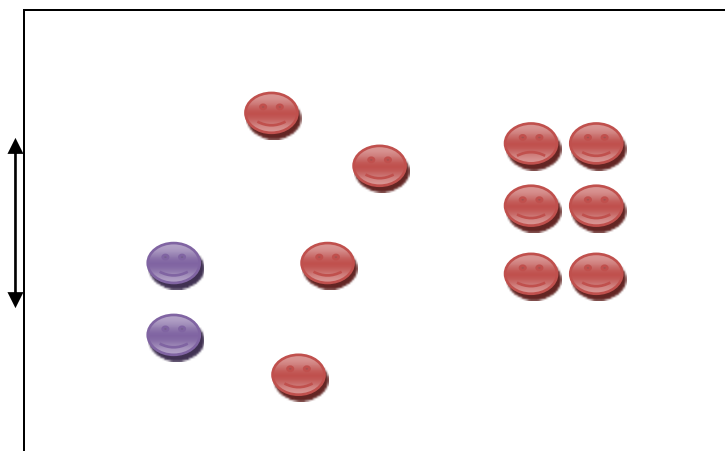
1. Bagaimana cara mencetak angka sebanyak-banyaknya dalam waktu yang cepat?
  - ✓ Mencari ruang dan terus mencoba shoot ke arah gawang.
2. Apa yang harus dilakukan jika pertahanan tim lawan sangat kuat?
  - ✓ Berusaha mencari ruang kosong

**LATIHAN (PRACTICE)**

**Latihan dapat dengan menggunakan cara sebagai berikut:**

- Latihan dilakukan dengan cara dibagi menjadi 2 kelompok, kelompok pertama terdiri dari 2 orang sebagai pemain bertahan yang mempunyai misi untuk mempertahankan daerahnya, sedangkan kelompok yang kedua berjumlah 4 orang yang mempunyai misi untuk menyerang kegawang lawan dan mencetak angka.

**Gambar :**



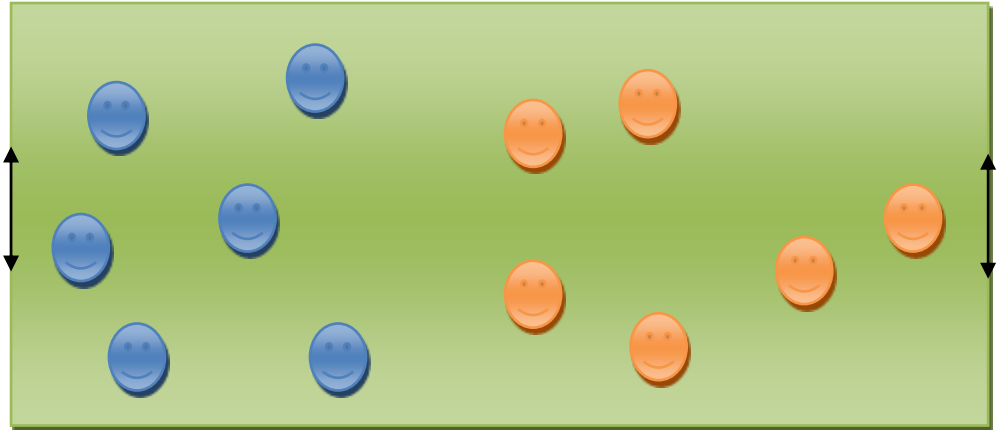
▪ **Konfirmasi**

**PERMAINAN II (GAME)**

**Cara permainan:**

1. Permainan menggunakan lapangan 20x20meter
2. Setiap kelompok terdiri dari 6 orang, tanpa keeper.
3. Cara melakukan poin dilakukan dengan cara passing minimal 3kali baru kemudian boleh ditendang kearah gawang.
4. Karena permainan bertujuan mencetak angka maka gawang yang digunakan juga lebih besar dari gawang sebenarnya.

**Gambar :**

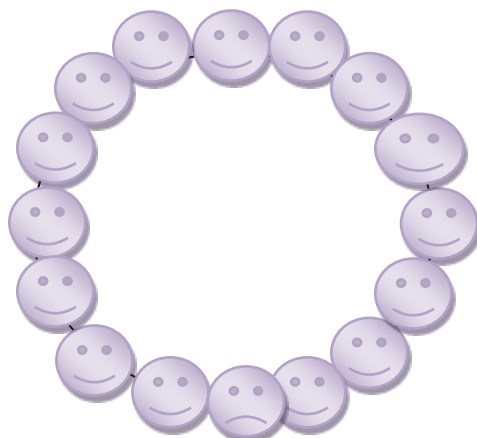


**3. Kegiatan Penutup**

Melakukan pendinginan (*cooling down*)

- Siswa disuruh untuk membentuk lingkaran dan berpegangan tangan, pembagian kelompok sama dengan kelompok saat bermain.
- Siswa diajak bernyanyi naik-naik ke puncak gunung.
- Kemudian guru memberikan aba-aba untuk berkelompok sesuai dengan nama depannya urut abjad per kelompoknya.
- Setelah itu guru mengajak bernyanyi lagi dan mengajak anak untuk berkumpul urut sesuai berat badanya per kelompok.
- Bernyanyi lagi dan kemudian guru mengajak anak berkelompok lagi sesuai nama alamat rumahnya sesuai abjad

**Gambar :**



### E. Sumber Belajar/Referensi

- Ruang terbuka yang datar dan aman.
- Cone
- Bola sepak
- Rompi

### F. Penilaian

#### 1. Penilaian Sikap ( Afektif)

#### RUBRIK PENILAIAN

#### PERILAKU DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA

NO	Perilaku yang diharapkan	1	2	3	4
1.	Percayadiri				
2.	Disiplin				
3.	Berani				
4.	Bekerjasama				
	<b>Jumlah</b>				

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

#### 2. Penilaian kuis ( kognitif)

#### RUBRIK PENILAIAN

#### PEMAHAMAN TAKTIK DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
<ul style="list-style-type: none"><li>• Apa yang akan dilakukan pemain yang telah berada didepan gawang tetapi teman satu tim berada ditempat yang jauh?</li><li>• Bagaimana cara mencetak angka dalam waktu yang singkat?</li></ul>				
<b>JUMLAH</b>				

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

#### 3. Penilaian Unjuk kerja ( psikomotorik )

NO	Aspek yang dinilai	1	2	3	4
----	--------------------	---	---	---	---

1.	Siswa melakukan Game I				
2.	Penampilan siswa dalam Game II				
	JUMLAH				

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

Gamping, Agustus 2015

Mengetahui,  
Kepala Sekolah

Guru Mata pelajaran,

Dra. RUBIYATI,M.Pd.  
NIP.19590424 198903 2 006

Sugiyanto  
NIK. 0030020258010782

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP 2)

Sekolah : SMK YPKK 1 SLEMAN  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : X/1  
Alokasi Waktu : 2X 45menit

### **Standar Kompetensi**

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

### **Kompetensi Dasar**

- 1.3. Mempraktikkan keterampilan keterampilan atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri \*\*)

### **Indikator**

- 1.1. Peserta didik mampu melakukan gerakan lompat jauh gaya menggantung dengan menerapkan nilai nilai disiplin, bertanggung jawab dan percayadiri (aspek afektif ).
- 1.2. Peserta didik mampu menjelaskan cara melakukan gerakan lompat jauh gaya menggantung dengan benar (aspek kognitif).
- 1.3. Peserta didik mampu melakukan gerakan lompat jauh gaya menggantung dengan benar (aspek psikomotorik).

### **B. Tujuan Pembelajaran**

- Peserta didik dapat menunjukkan nilai disiplin, tanggung jawab, dan percaya diri.
- Peserta didik dapat menjelaskan cara melakukan gerakan lompat jauh gaya menggantung dengan benar.
- Peserta didik dapat melakukan lompat jauh gaya menggantung dengan benar.

**Karakter siswa yang diharapkan :** disiplin, kerjasama, bertanggungjawab dan percayadiri

### **C. Materi Pembelajaran**

#### **1. *Lompat Jauh gaya menggantung***

*Lompat jauh gaya menggantung* dalam atletik adalah usaha atau upaya seorang atlet melompat sejauh jauhnya dengan cara menggunakan awalan yang semakin cepat, dan melayang dalam keadaan menggantung. Teknik dasar (Awalan) dengan rincian kegiatan sebagai berikut:

Elemen dasar bagi pelaksanaan awalan yang baik adalah:

- a) Menentukan cekmat.

- b).Menentuka kaki awal
- c).berlari berlari semakin cepat.
- d). Mengarahkan kaki tumpu).
- 1) Persiapan (awalan)
  - (a) Membuat cek mat
  - (b) Menentukan kaki awal berlari
  - (c) Berlari semakin cepat
  - (d) Menentukan kaki tumpu
- 2) Pelaksanaan (Melayang)
  - (a) Lompat tinggi kedepan
  - (b) Badan melenting
  - (c) Tangan menggantung diatas
  - (d) Kaki menggantung dan ditarik kebelakang
  - (e) Menendangkan kedua kaki ke depan
- 3) Gerakan Mendarat (Sikap akhir)
  - (a) Mendaratkan kedua tumit kaki

#### **D. Metode Pembelajaran**

1. Demonstrasi
2. Komando
3. Latihan

#### **E. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran**

##### **1.Kegiatan Pendahuluan**

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi
- Pemanasan dengan menggunakan permainan.

Benteng kuat : siswa dibagi menjadi 2 kelompok atau lebih,kemudian siswa berbaris berbanjar setiap siswa memiliki nomer urutnya masing-masing dan guru memberikan aba aba misal ''nomer 2 kanan lihat nomer 4 kiri dan tangkap''dan langsung nomer 4 kiri mengejar nomer 2 kanan dan seterusnya.

##### **2.Kegiatan Inti**

- **Eksplorasi**
  - Guru memerintahkan peserta didik melakukan lompat jauh sesuai dengan kemampuan masing-masing peserta didik.
- **Elaborasi**
  - Setelah peserta didik melakukan lompat jauh dan masih ditemukan kesalahan-kesalahan dalam melakukan lompat jauh, guru menjelaskan cara melakukan dengan jelas dan rinci.

Urutan cara melakukan lompat jauh gaya menggantung :

1. Persiapan (awalan)
  - a. Membuat cek mat
  - b. Menentukan kaki awal berlari
  - c. Berlari semakin cepat
  - d. Menentukan kaki tumpu
2. Pelaksanaan (Melayang)
  - a. Lompat tinggi kedepan

- b. Badan melenting
  - c. Tangan menggantung diatas
  - d. Kaki menggantung dan ditarik kebelakang
  - e. Menendangkan kedua kaki ke depan
3. Gerakan Mendarat (Sikap akhir)
- a. Mendaratkan kedua tumit kaki

- Guru mendemonstrasikan gerakan yang telah dijelaskan tadi.
- Peserta didik mencoba gerakan lompat jauh gaya menggantung yang telah dijelaskan oleh guru.
- Setelah mencoba semua guru bertanya kepada siswa “apakah masih ada yang belum jelas mengenai cara melakukan lompat jauh gaya menggantung?”
- Jika masih ada peserta didik yang belum jelas maka guru menjelaskan lagi dan peserta didik mencoba lagi sampai semua peserta didik paham tentang cara melakukan lompat jauh gaya menggantung secara benar.

▪ **Konfirmasi**

- Guru melakukan penilaian lompat jauh gaya menggantung pada peserta didik sesuai dengan urutan dan cara melakukan yang benar.
- Guru memberikan hadiah kepada peserta didik yang mencapai jarak terjauh.

### **3. Kegiatan Penutup**

Melakukan pendinginan (cooling down)

- Pertama melakukan pelenturan.
- Dengan cara siswa di suruh untuk berjalan jalan didalam kotak yang telah dibuat dan kemudian menirukan aba-aba yang guru berikan.
- Guru mengevaluasi jalannya pembelajaran dengan melibatkan peserta didik.
- Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran lompat jauh gaya menggantung.
- Berdoa
- Memberikan salam
- Penutup.

### E. Sumber Belajar/Referensi

- Ruang terbuka yang datar dan aman.
- Bak pasir
- Penggaris
- Kapur
- Cangkul

### F. Penilaian

#### 1. Penilaian Sikap ( Afektif)

#### RUBRIK PENILAIAN

#### PERILAKU DALAM LOMPAT JAUH GAYA MENGGANTUNG

NO	Perilaku yang diharapkan	1	2	3	4
1.	Percayadiri				
2.	Disiplin				
3.	Tanggung jawab				
4.	Bekerjasama				
	<b>Jumlah</b>				

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

#### 2. Penilaian kuis ( kognitif)

#### RUBRIK PENILAIAN

#### PEMAHAMAN GERAK DASAR LOMPAT JAUH GAYA MENGGANTUNG

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
<ul style="list-style-type: none"><li>• Apa kesalahan yang biasa terjadi pada gerakan lompat Jauh gaya menggantung?</li><li>• Sebutkan langkah lompat jauh gaya menggantung yang benar?</li></ul>				
<b>JUMLAH</b>				

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

3. Penilaian Unjuk kerja ( psikomotorik )

Nama	Penilaian Ketrampilan Gerak																Nilai
	Prosedural Gerakan																
	Awalan				Tolakan				badan diudara				pendaratan				
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	

Gamping, Agustus 2015

Mengetahui,  
Kepala Sekolah

Guru Mata pelajaran,

Dra. RUBIYATI,M.Pd.  
NIP.19590424 198903 2 006

Sugiyanto  
NIK. 0030020258010782

## **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP 3)**

Sekolah : SMK YPKK 1 SLEMAN  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : XI /1  
Alokasi Waktu : 2X 45menit

### **Standar Kompetensi**

1. Mempraktikkan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

### **Kompetensi Dasar**

- 1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri\*\*)

#### **A. Indikator**

5. Mampu melakukan permainan bola tangan dengan peraturan yang dimodifikasi ( aspek psikomotorik).
6. Mampu melakukan permainan bola tangan dengan menerapkan nilai nilai disiplin, bertanggungjawab dan percayadiri ( aspek afektif ).
7. Mampu menyebutkan taktik mencetak angka dalam permainan bola tangan sederhana (aspek kognitif).

#### **B. Tujuan Pembelajaran**

- Siswa dapat memahami taktik mencetak angka dalam permainan sederhana.
- Siswa dapat bermain sepakbola dengan menggunakan aturan-aturan yang dimodifikasi untuk meningkatkan nilai kerjasama,percaya diri dan bertanggungjawab.
- Siswa mampu menyebutkan taktik mencetak angka dalam permainan sepakbola modifikasi.

**Karakter siswa yang diharapkan :** disiplin, kerjasama, bertanggungjawab dan percayadiri

#### **C. Materi Pembelajaran**

Permainan bola tangan:

- Pemahaman taktik mencetak angka dalam permainan sederhana.
- Bermain bola tangan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

#### **D. Metode Pembelajaran**

- Model Pembelajaran pendekatan taktik.
- Ceramah

- Demonstrasi

## E. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

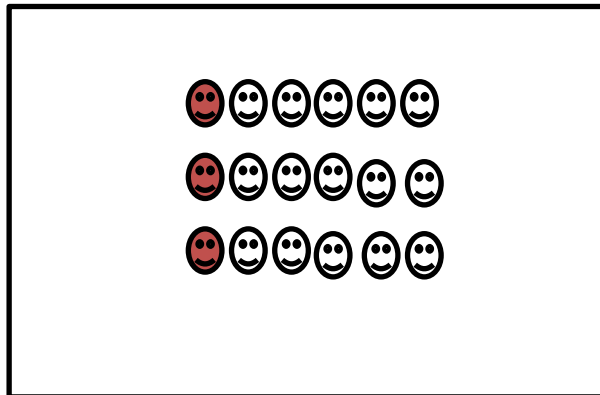
### 1. Kegiatan Pendahuluan

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi
- Pemanasan dengan menggunakan permainan.

#### CARA BERMAIN:

Siswa dibagi kedalam 3 kelompok dan siswa yang berada dibarisan paling depan bertugas peraga yang nantinya akan diikuti oleh rekan yang ada dibelakangnya. kemudian dilakukan secara bergantian.

Gambar:



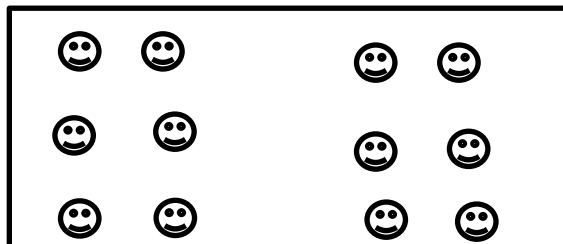
### 2. Kegiatan Inti

- Eksplorasi

#### PERMAINAN I (GAME)

##### Cara permainan:

A. Permainan menggunakan lapangan yang tersedia bisa juga lapangan yang telah dimodifikasi. Kemudian siswa dibagi menjadi 2 kelompok, cara bermainnya yaitu dengan menggunakan bola tangan yang terlebih dahulu melakukan operan-operan dengan rekan 1 tim. Cara mencetak pointnya dengan cara ada seseorang siswa yang bertugas menjadi tembok dan siswa yang membawa bola bertugas untuk mengenai siswa tersebut.



▪ **Elaborasi**

**PERTANYAAN (QUESTION)**

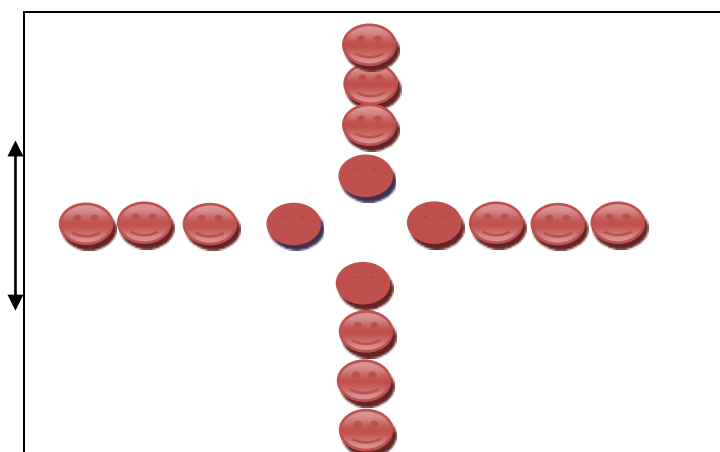
1. Bagaimana cara mencetak angka?
  - ✓ Bermain dengan kekompakan tim.
2. Apa saja kesalahan yang sering dilakukan?
  - ✓ Seringnya bermain individu yang nantinya berdampak pada tim sendiri.

**LATIHAN (PRACTICE)**

**Latihan dapat dengan menggunakan cara sebagai berikut:**

- Latihan dilakukan dengan cara dibagi menjadi 3 kelompok. kemudian siswa yang lainnya mengikuti dibelakangnya dibagi sama rata. lalu siswa dibarisan paling depan dikelompok 1 melempar bola ke kelompok 2 begitu selanjutnya namun disertai dengan lari menuju kekelompok yang telah diberi bola.

**Gambar :**



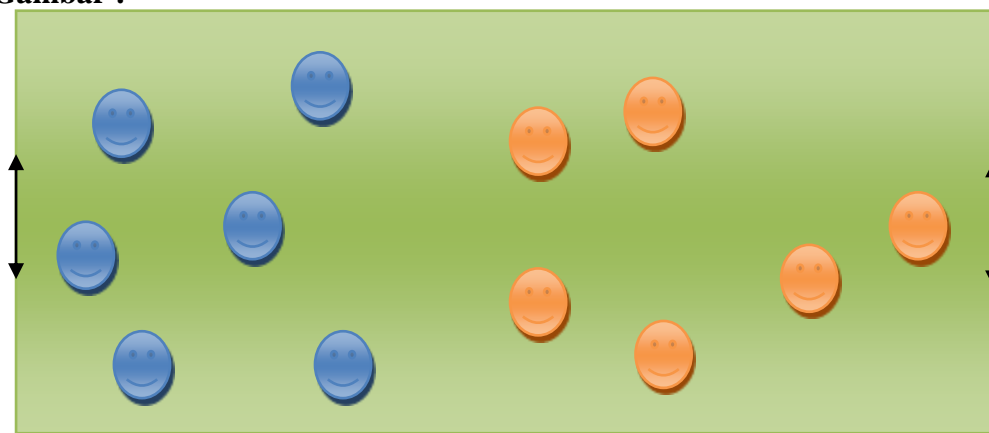
▪ **Konfirmasi**

**PERMAINAN II (GAME)**

**Cara permainan:**

5. Permainan menggunakan lapangan yang tersedia
6. Siswa dibagi kedalam 2 kelompok.
7. Cara melakukan poin dilakukan dengan cara mencetak gol ke gawang yang telah dibuat dan sudah ditentukan jaraknya untuk melakukan sebuah tembakan.

**Gambar :**



### 3. Kegiatan Penutup

Melakukan pendinginan (cooling down)

- Pendinginan dilakukan dengan permainan tes otak. Siswa di bariskan melingkar, kemudian berhitung. Siswa yang mendapat nomor urut 4 diharuskan menyebut nama hewan, begitu juga dengan kelipatan 4 yaitu 8, 12, 16 dan seterusnya. Permainan dilakukan dengan cepat. Apabila ada siswa yang salah, akan dikenakan hukuman.
- Lalu dibariskan ,kemudian berhitung lalu guru memberikan kesimpulan tentang pembelajaran yang telah dilaksanakan. Setelah itu dilanjutkan berdoa dan bubar barisan.

### F. Sumber Belajar/Referensi

- Ruang terbuka yang datar dan aman.
- Cone
- Bola Tangan
- Peluit

### G. Penilaian

#### 1. Penilaian Sikap ( Afektif)

#### RUBRIK PENILAIAN

#### PERILAKU DALAM PERMAINAN BOLA TANGAN

NO	Perilaku yang diharapkan	1	2	3	4
1.	Percayadiri				
2.	Disiplin				
3.	Berani				
4.	Bekerjasama				
	<b>Jumlah</b>				

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

#### 2. Penilaian kuis ( kognitif)

#### RUBRIK PENILAIAN

#### PEMAHAMAN TAKTIK DALAM PERMAINAN BOLA TANGAN

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
<ul style="list-style-type: none"><li>• Bagaimana cara mencetak angka?</li><li>• Apa kesalahan yang sering terjadi saat melakukan tembakan?</li></ul>				
<b>JUMLAH</b>				

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

3. Penilaian Unjuk kerja ( psikomotorik )

NO	Aspek yang dinilai	1	2	3	4
1.	Siswa melakukan Game I				
2.	Penampilan siswa dalam Game II				
	JUMLAH				

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

Gamping, Agustus 2015

Mengetahui,  
Kepala Sekolah

Guru Mata pelajaran,

Dra. RUBIYATI,M.Pd.  
NIP.19590424 198903 2 006

Sugiyanto  
NIK. 0030020258010782

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP 4)

Sekolah : SMK 1 YPKK SLEMAN  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : XI / I  
Alokasi Waktu : 2X 45menit

### Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

### Kompetensi Dasar

- 1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri\*\*)

### A. Indikator

1. Mampu melakukan permainan bola voli dengan peraturan yang dimodifikasi (aspek psikomotorik).
2. Mampu melakukan permainan bola voli dengan menerapkan nilai nilai disiplin, bertanggungjawab dan percaya diri (aspek afektif).
3. Mampu menyebutkan dan memahami teknik *Passing atas* yang benar (aspek kognitif).

### B. Tujuan Pembelajaran

- Siswa dapat memahami teknik *Passing atas* dalam permainan sederhana.
- Siswa dapat bermain bola voli dengan menggunakan aturan-aturan yang dimodifikasi untuk meningkatkan nilai kerjasama, percaya diri dan bertanggungjawab.
- Siswa mampu menyebutkan dan memahami teknik dalam melakukan *Passing atas* bola voli.

**Karakter siswa yang diharapkan :** disiplin, kerjasama, bertanggung jawab dan percaya diri

### C. Materi Pembelajaran

Permainan bola voli:

- Pemahaman teknik *Passing atas* dalam bola voli.
- Bermain bola voli menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

### D. Metode Pembelajaran

- Model Pembelajaran pendekatan taktik.

- Ceramah
- Demonstrasi

## E. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

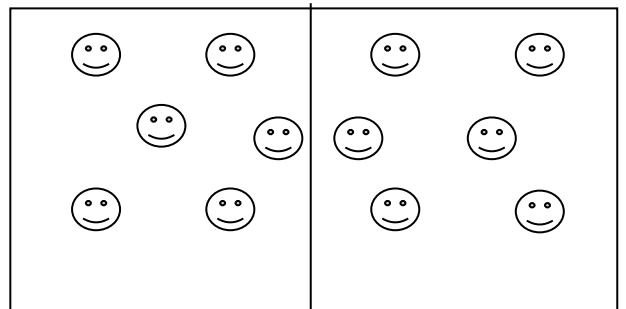
### 1. Kegiatan Pendahuluan

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi
- Pemanasan dengan menggunakan permainan.

#### CARA BERMAIN:

1. Pertama-tama siswa atau peserta didik dibagi menjadi 2 kelompok,
2. Permainan menggunakan lapangan bola voli yang sesungguhnya, bisa juga menggunakan lapangan yang sudah digunakan.
3. Permainannya dengan cara lempar melempar bola dari daerah tim sendiri ke daerah lawan dengan hanya maksimal melakukan operan hanya 3 kali.

#### GAMBAR:



### 2. Kegiatan Inti

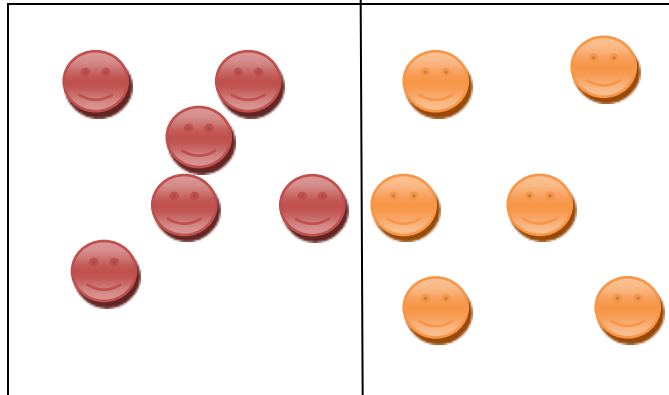
- Eksplorasi

#### PERMAINAN I (GAME)

##### Cara permainan:

1. Peserta didik dibagi menjadi 2 kelompok.
2. Permainan menggunakan lapangan yang sebenarnya.
3. Permainan dilakukan dengan cara bermain seperti pemanasan namun diakhiri dengan menggunakan *passing atas* untuk mencetak angka
4. Menggunakan hanya 3 kali sentuhan dan diakhiri dengan *passing atas* ke daerah lawan.

**Gambar :**



▪ **Elaborasi**

**PERTANYAAN (QUESTION)**

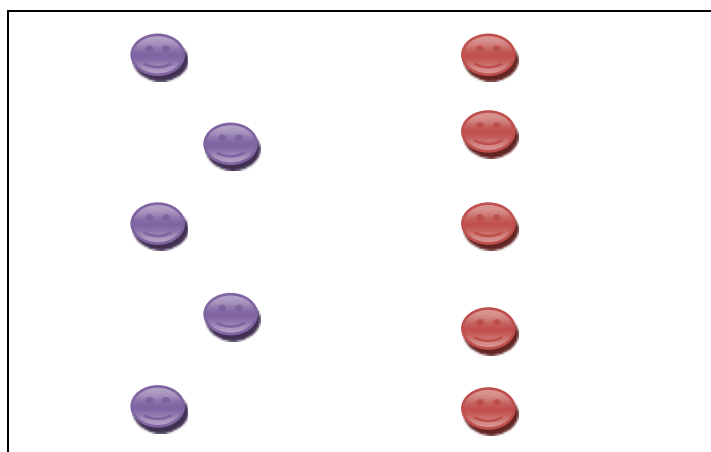
1. Bagaimana cara *passing atas* yang baik?
2. Bagaimana posisi kaki dan tangan pada saat melakukan *Passing atas*?

**LATIHAN (PRACTICE)**

**Latihan dapat dengan menggunakan cara sebagai berikut:**

- Latihan dilakukan dengan cara dibagi menjadi 2 kelompok atau jika bola ada banyak maka bisa dilakukan secara perorangan, kelompok yang pertama bertugas untuk melakukan *passing atas* sebanyak 20 kali dan minimal jarak *passing* 1 meter dan kelompok 2 bertugas untuk menghitung dan bergantian.

**Gambar :**



▪ **Konfirmasi**

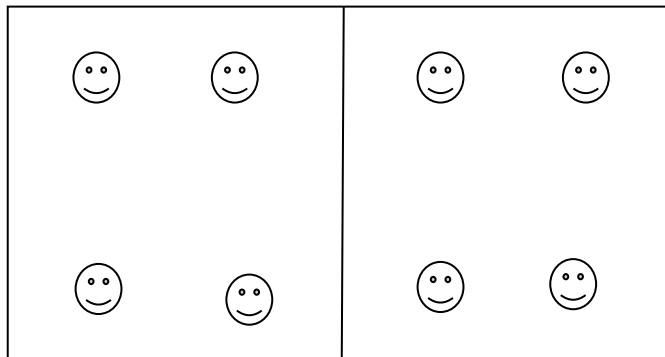
**PERMAINAN II (GAME)**

**Cara permainan:**

1. Permainan menggunakan lapangan sebenarnya
2. Dibagi menjadi 2 kelompok.
3. Cara melakukannya, bermain voli seperti biasanya namun harus 1 kali sentuhan menggunakan *passing atas*.

4. Permainan menggunakan aturan aturan voli yang seperti biasa.

**Gambar :**

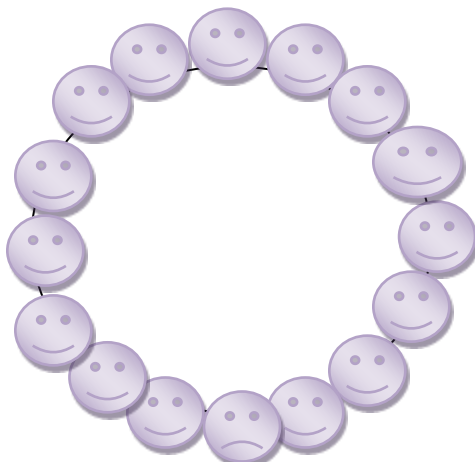


### 3. Kegiatan Penutup

Melakukan pendinginan (*cooling down*)

- Siswa disuruh untuk membentuk lingkaran
- Siswa berhitung kemudian akan didapatkan siswa yang memperoleh angka yang genap dan ganjil, kemudian aba-aba dari guru sangat menentukan, jika guru menyebutkan jumlah angka genap maka siswa yang mempunyai angka genap harus jongkok begitu juga sebaliknya.
- Jika ada siswa yang salah maka akan mendapatkan hukuman.

**Gambar :**



### E. Sumber Belajar/Referensi

- Ruang terbuka yang datar dan aman/lapangan bola voli
- Cone
- Bola voli
- Peluit
- Net

## F. Penilaian

### 1. Penilaian Sikap ( Afektif)

#### RUBRIK PENILAIAN

#### PERILAKU DALAM PERMAINAN BOLA VOLI

NO	Perilaku yang diharapkan	1	2	3	4
1.	Percayadiri				
2.	Disiplin				
3.	Berani				
4.	Bekerjasama				
	<b>Jumlah</b>				

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

### 2. Penilaian kuis ( kognitif)

#### RUBRIK PENILAIAN

#### PEMAHAMAN TEKNIK *PASSING ATAS* DALAM BOLA VOLI

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
<ul style="list-style-type: none"><li>• Bagaimana cara melakukan teknik <i>Passing atas</i> yang baik dan benar?</li><li>• Bagaimana posisi kaki dan tangan pada saat melakukan <i>Passing atas</i>?</li></ul>				
<b>JUMLAH</b>				

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

### 3. Penilaian Unjuk kerja ( psikomotorik )

NO	Aspek yang dinilai	1	2	3	4
1.	Siswa melakukan Game I				
2.	Penampilan siswa dalam Game II				
	<b>JUMLAH</b>				

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

Gamping, Agustus 2015

Mengetahui,  
Kepala Sekolah

Guru Mata pelajaran,

Dra. RUBIYATI,M.Pd.  
NIP.19590424 198903 2 006

Sugiyanto  
NIK. 0030020258010782

## **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP 5)**

Sekolah : SMK YPKK 1 SLEMAN  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : XI/1  
Alokasi Waktu : 2X 45menit

### **Standar Kompetensi**

3. Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam lantai dan nilai nilai yang terkandung di dalamnya.

### **Kompetensi Dasar**

- 3.2 Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.

### **Indikator**

1. Peserta didik mampu melakukan gerakan guling depan dengan menerapkan nilai nilai disiplin, bertanggung jawab dan percayadiri (aspek afektif ).
2. Peserta didik mampu menjelaskan cara melakukan gerakan guling depan dengan benar (aspek kognitif).
3. Peserta didik mampu melakukan gerakan guling depan dengan benar (aspek psikomotorik).

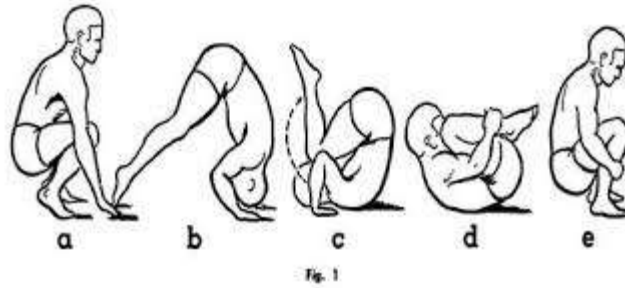
### **A .Tujuan Pembelajaran**

- Peserta didik dapat menunjukkan nilai disiplin, tanggung jawab, dan percaya diri.
- Peserta didik dapat menjelaskan cara melakukan gerakan guling depan dengan benar.
- Peserta didik dapat melakukan guling depan dengan benar.

**Karakter siswa yang diharapkan :** disiplin, kerjasama, bertanggungjawab dan percayadiri

### **B .Materi Pembelajaran**

Senam lantai (guling depan) : berguling ke depan dengan perkenaan bagian belakang badan, seperti tengkuk, punggung, pinggang dan panggul bagian belakang.



### C. Metode Pembelajaran

4. Demonstrasi
5. Komando
6. Latihan

### D. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

#### 1. Kegiatan Pendahuluan

- a. Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi
- b. Pemanasan dengan menggunakan permainan.

Tangkap katak : permainan ini dilakukan dengan cara ada 1 peserta didik yang menjadi katak yang jahat dan yang lainnya menjadi katak baik. cara permainan nya katak jahat berusaha mengenai katak yang baik dengan cara menepuk katak yang baik. jika katak baik terkena maka katak tersebut yang berjaga.

#### 2. Kegiatan Inti

##### ▪ Eksplorasi

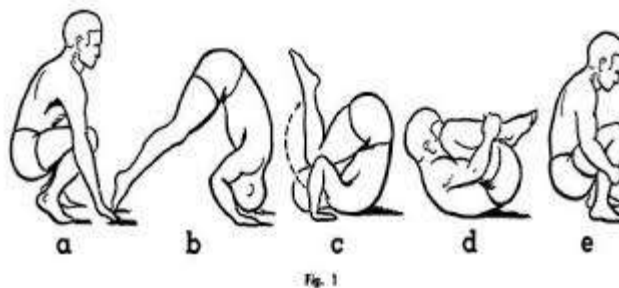
- Guru memerintahkan peserta didik melakukan guling depan sesuai dengan kemampuan masing-masing peserta didik.

##### ▪ Elaborasi

- Setelah peserta didik melakukan guling depan dan masih ditemukan kesalahan-kesalahan dalam melakukan guling depan, guru menjelaskan cara melakukan guling dengan jelas dan rinci.

Urutan cara melakukan guling depan :

1. Sikap awal yaitu dengan posisi jongkok dengan kedua telapak tangan menyentuh matras.
2. Kemudian kemudian posisikan dagu menyentuh dada.
3. Setelah itu dilanjutkan dengan gerakan yaitu dengan kaki diluruskan, lalu berat badan berpindah ke lengan, kemudian letakkan punggung ke matras diikuti dengan badan digulingkan diikuti dengan kedua kaki.
4. Pada sikap akhir kedua kaki mendarat, kedua tangan memegang lutut serta melakukan posisi jongkok.



- Guru mendemonstrasikan gerakan yang telah dijelaskan tadi.
- Peserta didik mencoba gerakan guling depan yang telah dijelaskan oleh guru.
- Setelah mencoba semua guru bertanya kepada siswa “apakah masih ada yang belum jelas mengenai cara melakukan guling depan?”
- Jika masih ada peserta didik yang belum jelas maka guru menjelaskan lagi dan peserta didik mencoba lagi sampai semua peserta didik paham tentang cara melakukan guling depan secara benar.

#### ▪ **Konfirmasi**

- Guru melakukan penilaian guling depan pada peserta didik sesuai dengan urutan dan cara melakukan guling depan yang benar.
- Guru melakukan penilaian dengan mempertimbangkan urutan dan cara melakukan guling depan dengan benar.
- Guru memberikan hadiah kepada peserta didik yang mendapat nilai tertinggi.

### **3. Kegiatan Penutup**

Melakukan pendinginan (cooling down)

- Pertama melakukan pelenturan.
- Kemudian bermain do-mi-ka-do, lalu jika ada yang menjadi tepukan terakhir maka menjadi peraga. ini ada lah permainan tebak gaya, dan yang lain menjadi penebaknya.
- Guru mengevaluasi jalannya pembelajaran dengan melibatkan peserta didik.
- Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran guling depan.
- Guru memberikan penugasan kepada peserta didik untuk mengulangi teknik guling depan.
- Berdoa
- Memberikan salam
- Penutup.

### E. Sumber Belajar/Referensi

- Ruang terbuka yang datar dan aman.
- Matras
- Peluit
- Alat peraga/gambar

### F. Penilaian

#### 1. Penilaian Sikap ( Afektif)

#### RUBRIK PENILAIAN

#### PERILAKU DALAM GULING DEPAN

NO	Perilaku yang diharapkan	1	2	3	4
1.	Percayadiri				
2.	Disiplin				
3.	Tanggung jawab				
4.	Bekerjasama				
	<b>Jumlah</b>				

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

#### 2. Penilaian kuis ( kognitif)

#### RUBRIK PENILAIAN

#### PEMAHAMAN GERAK DASAR GULING DEPAN

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
<ul style="list-style-type: none"><li>• Apa kesalahan yang biasa terjadi pada gerakan guling depan?</li><li>• Bagaimana cara melakukan gerakan guling depan yang benar?</li></ul>				
<b>JUMLAH</b>				

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

#### 3. Penilaian Unjuk kerja ( psikomotorik )

NO	Aspek yang dinilai	1	2	3	4
1.	Siswa melakukan latihan				
2.	Penampilan siswa dalam penilaian				
	JUMLAH				

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

Gamping, Agustus 2015

Mengetahui,  
Kepala Sekolah

Guru Mata pelajaran,

Dra. RUBIYATI,M.Pd.  
NIP.19590424 198903 2 006

Sugiyanto  
NIK. 0030020258010782

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP 6)**

Nama Sekolah : SMK YPKK 1 SLEMAN  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
Kelas / Semester : XI/1  
Alokasi Waktu : 2X 45menit  
Materi Pokok : Menerapkan Budaya Hidup sehat

❖ **Standar Kompetensi** : 7. Menerapkan budaya hidup sehat

❖ **Kompetensi Dasar** :7.1 Memahami bahaya HIV/AIDS.

❖ **Indikator**

1. Memahami pengertian pergaulan bebas
2. Memahami pengertian HIV/AIDS
3. Memahami dampak negative serta cara pencegahann HIV/AIDS

Keterampilan dasar : 1. Memberikan motivasi

**A. Tujuan Pembelajaran**

1. Siswa diharapkan dapat memahami pengertian pergaulan bebas
- 2.Siswa dapat memahami pengertian tentang HIV/AIDS
3. Siswa dapat menyebutkan dampak negative HIV/AIDS
4. Siswa diharapkan memahami cara pencegahan HIV/AIDS

**B. Materi Pembelajaran**

Memahami bahaya HIV/AIDS

**C. Metode Mengajar**

1. Ceramah
  - Karakter siswa yang diharapkan :
    - Disiplin
    - Sopan
    - Percaya diri

### D. Langkah-Langkah Pembelajaran

No	Uraian	Gambar	Keterangan
1	<p><u>Pendahuluan</u></p> <p>➤ Membuka pelajaran</p> <p>Siswa berdoa bersama, presensi.</p> <p>➤ Menyampaikan pengantar materi dan menyampaikan tujuan pembelajaran.</p> <p>➤ Guru melakukan apersepsi</p> <p>2.</p> <p>Inti</p> <p>1. Pengertian pergaulan bebas</p> <p>Pergaulan bebas adalah salah satu bentuk perilaku menyimpang, yang mana “bebas” yang dimaksud adalah melewati batas-batas norma ketimuran yang ada. Masalah pergaulan bebas ini sering kita dengar baik di lingkungan maupun dari media massa.</p> <p>Penyebab pergaulan bebas</p> <p>1. Faktor Orang Tua</p> <p>Para orang tua perlu menyadari bahwa jaman telah berubah. System komunikasi, pengaruh media masa, kebebasan pergaulan dan modernisasi di berbagai bidang dengan cepat memepengaruhi anak-anak kita. Budaya hidup kaum muda masa kini, berbeda dengan jaman para orang tua masih remaja dulu. Pengaruh pergaulan yang datang dari orang tuadalam era ini,</p> <p>2. Faktor agama dan iman.</p> <p>Agama dan keimanan merupakan landasan hidup seorang individu. Tanpa agama hidup mereka akan kacau, karena mereka tidak mempunyai pandangan hidup. Agama dan keimanan juga dapat membentuk kepribadian individu. Dengan agama individu dapat membedakan mana yang baik dan mana yang tidak. Tetapi pada remaja yang ikut kedalam</p>	<p style="text-align: center;">X</p> <p style="text-align: center;">X X X X X X X X</p> <p style="text-align: center;">X X X X X X X X</p>	<p>Ceramah</p>

<p>pergaulan bebas ini biasanya tidak mengetahui mana yang baik dan mana yang tidak.</p> <p>3. Perubahan Zaman</p> <p>Seiring dengan perkembangan zaman, kebudayaan pun ikut berkembang atau yang lebih sering dikenal dengan globalisasi. Remaja biasanya lebih tertarik untuk meniru kebudayaan barat yang berbeda dengan kebudayaan kita, sehingga memicu mereka untuk bergaul seperti orang barat yang lebih bebas.</p> <p>Berikut adalah hal-hal negatif yang bisa ditimbulkan akibat pergaulan bebas :</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Karena akibat pergaulan bebas, para pelaku akan lebih banyak meluangkan waktu untuk hura-hura, berkumpul di diskotik bersama anggota geng, saling pamer handphone baru, dll sehingga meningkatkan sifat konsumerisme.</li><li>2. Terjadinya tindakan yang melanggar norma agama dan masyarakat, seperti melakukan hubungan suami istri pranikah, pemakaian obat-obatan terlarang, mabuk-mabukan, dll</li><li>3. Timbulnya sikap hedonisme, yaitu lebih mementingkan kesenangan duniawi dibanding uhrowi.</li><li>4. Menyebarnya penyakit-penyakit kelamin seperti HIV aids, raja singa, sifilis, dll.</li><li>5. Meningkatnya tingkat pengguguran kandungan di kalangan muda-mudi akibat hamil di luar nikah.</li></ol> <p><b>Apa Artinya ‘AIDS’?</b></p> <p>AIDS adalah kependekan dari ‘<i>Acquired</i></p>		
---	--	--

*Immune Deficiency Syndrome*. *Acquired* berarti didapat, bukan keturunan. *Immune* terkait dengan sistem kekebalan tubuh kita. *Deficiency* berarti kekurangan. *Syndrome* atau sindrom berarti penyakit dengan kumpulan gejala, bukan gejala tertentu. Jadi AIDS berarti kumpulan gejala akibat kekurangan atau kelemahan sistem kekebalan tubuh yang dibentuk setelah kita lahir.

AIDS disebabkan oleh virus yang disebut HIV atau *Human Immunodeficiency Virus*. Bila kita terinfeksi HIV, tubuh kita akan mencoba menyerang infeksi. Sistem kekebalan kita akan membuat ‘antibodi’, molekul khusus yang menyerang HIV itu.

Apa perbedaan antara HIV dan AIDS ?

HIV /AIDS sering dikaitkan satu sama lainnya dengan pengertian yang sama. Akan tetapi HIV dan AIDS mempunyai arti yang berbeda. HIV adalah singkatan dari Human Immunodeficiency Virus. Virus ini yang menyerang system kekebalan tubuh seseorang. Seseorang dapat terjangkit virus HIV, apabila virus tersebut masuk ke dalam saluran peredaran darah. Virus HIV menyerang system kekebalan seseorang. Jika tidak diatasi, maka virus ini akan merusak system kekebalan tubuh sehingga daya tahan tubuh melemah terhadap penyakit lain bahkan dapat mengakibatkan kematian. Kondisi inilah yang dinamakan AIDS (Acquired Immune Deficiency Syndrome ). Penderita HIV bukan berarti pengidap penyakit AIDS atau seseorang yang akan segera mati. Bahkan tanpa pengobatan banyak penderita HIV masih dapat bertahan hidup cukup lama

3	<p>Penutup</p> <p>1. Guru memberikan evaluasi terhadap materi pembelajaran yang telah disampaikan.</p> <p>2. memberikan tugas dirumah : Siswa membuat rangkuman catatan tentang HIV/AIDS, sumber bisa dari buku bisa dari internet.</p> <p>3. Guru berpesan agar siswa memahami penyakit yang dapat menyerang tubuhnya.</p>	<p style="text-align: center;">X</p> <p style="text-align: center;">X X X X X X X X</p> <p style="text-align: center;">X X X X X X X X</p>	Ceramah

**E. Alat, Media dan Sumber Belajar :**

1) Alat dan sumber belajar

➤ Ruangn kelas

➤ Sumber :

<http://doktersehat.com/apa-itu-hiv-aids/>

<http://gejalapenyakitmu.blogspot.com/2013/10/gejala-hiv-aids.html>

<http://spiritia.or.id/li/bacali.php?lino=101>

**F. Penilaian**

**1. Rubrik Penilaian Tes Sikap (Afektif)**

No	Aspek yang dinilai	Checklist (√)
1	Disiplin	
2	Tanggungjawab	

3	Percayadiri	
	Jumlah Skor	

Keterangan : Setiap perilaku yang dinilai diberi checklist (√) diberi nilai 1.

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

## 2. Rubrik Penilaian Pengetahuan (Kognitif)

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
1. Jelaskan pengertian pergaulan bebas?				
2. Jelaskan pengertian HIV/AIDS?				
3. Sebutkan apa saja tanda seseorang terkena HIV?				
Jumlah skor				
Jumlah skor maksimal				

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

Gamping, September 2015

Mengetahui,  
Kepala Sekolah

Guru Mata pelajaran,

Dra. RUBIYATI,M.Pd.  
NIP.19590424 198903 2 006

Sugiyanto  
NIK. 0030020258010782

**LEMBAR PENILAIAN  
SISWA**

TES KESEGARAN JASMANI (Lari 2,4 Km)

Kelas : XI Farmasi

NO	NAMA SISWA	WAKTU
1.	Ratih Sulistyawati	12,15
2.	Aditya Ramadhani	12,35
3.	Fani Azisriyanto	13,15
4.	Anggito Chandra.P	13,23
5.	Sri Ayu Dina	13,32
6.	Rocky Eka	15,47
7.	Nur Fadilah	16,10
8.	Putri Savitri	16,15
9.	Putri Yektiawan	16,18
10.	Elia arain	17,09
11.	Ayu Widias.P	17,09
12.	Diah.F	22,41
13.	Riska.A	22,42
14.	Ega.V.K	22,42

Kelas : XI AK 1

NO	NAMA SISWA	WAKTU
1.	Ari nursita A	20,04
2.	Bayu aji p	12,03
3.	Cristina triutami	15,57
4.	Eltin ramania	15,56
5.	Grecia dita	15,26
6.	Kustanti	17,44
7.	Laurensia dian	20,05
8.	Meitana yudias p	-
9.	M Agung sandi m	-
10.	M adien nur	12,00
11.	Niken catur	12,12
12.	Riani astute p	23,30
13.	Romadoni n	20,05
14.	Sera galpina	18,29
15.	Sukma monitensia	23,30
16.	Tesya Aldinaresa	17,46
17.	Tri imawati	18,30
18.	Vida Wara elna	15,50

Kelas : XI AK 2

NO	NAMA SISWA	WAKTU
1.	Ainun Nur A	16,05
2.	Anggita Retno	14,25
3.	Bagus Dwi N	10,28
4.	Bunyana Syarifa	15,20
5.	Damarika yudi R	15,35
6.	Dedy indra A F	16,41
7.	Erna Rustina s	17,25
8.	Esti cipta S	-
9.	Evi setyowati	13,20
10.	Fitri muryani	18,25
11.	Hanifah surya P	12,45
12.	Irfan april S	16,48
13.	Nana fitriani	18,40
14.	Nurchahya wulan	12,45
15.	Oktarina L	16,09
16.	Risma D	18,41
17.	Supriyani	13,55

Kelas : XI AK 3

NO	NAMA SISWA	WAKTU
1.	Alfatika Asya R	18,50
2.	Atik yulita P	17,40
3.	Dwi ngavina	18,38
4.	Iqbal ferirudin	10,42
5.	Marina	11,30
6.	Marsita andriyani	17,45
7.	Milka sriyani	26,22
8.	M yunus	11,43
9.	Purwanti	14,10
10.	Rosita indah	26,17
11.	Riski setyawan R	10,40
12.	Sri budi lestari	-

13.	Tiara waya	25,32
14.	Upit maritya	-
15.	Vidiya vitria m	25,33
16.	Vivi firdauci	16,40
17.	Vorta vira M	16,51
18.	Wandan liska N	25,40
19.	Yulita laras	25,32

Kelas : XI RPL 2

NO	NAMA SISWA	WAKTU
1.	Achino fatha H	09,56
2.	Arief briantoro	13,20
3.	Arief setyawan	13,25
4.	Arifudin al irsad	-
5.	Bayu sukmono	-

6.	Bima riski t p	11,57
7.	Deni setywan	-
8.	Dimas satriyo	-
9.	Febri nugroho	10,00
10.	Firman fauzi	13,35
11.	Irfani bagus s	11,45
12.	Johan nur d	08,00
13.	Kodrat K	10,30
14.	Nandiyan utami	15,40
15.	Oktaria itayu	15,45
16.	Rifqania elisten	16,58
17.	Risky ramadani	-
18.	Satria dwi p	-
19.	Vika angganingrum	15,41
20.	Yuni astute	15,46

## LOMPAT JAUH

Kelas : X RPL 1

NO	NAMA SISWA	METER
1.	Adhi bagas	3,00
2.	Adi yoga	4,25
3.	Adnan kricia	-
4.	Agung nugroho	-
5.	Agus rusdiana	4,00
6.	Andrian arifiah	4,25
7.	Angga pratiwi	2,75
8.	Cristin elisabet	-
9.	Dimas aditya	3,00
10.	Faisal arif	-
11.	Febriana siyam	2,50

12.	Franciscus sumaryanto	3,75
13.	Ida ayuningsih	3,15
14.	Mandani priatama	3,75
15.	Mufita sari	2,50
16.	M alfi firmansyah	3,75
17.	Nawan dwi s	3,75
18.	Novian ari nugroho	4,25
19.	Nurohma mega s	2,50
20.	Rangga nandya k	4,15
21.	Ria verani	2,75
22.	Riski marta p	3,50
23.	Sofyan wasista	3,50
24.	Sonia didin n	1,75
25.	Agung setiawan	3,50

# SILABUS KELAS X DAN XI

## SILABUS

Nama Sekolah : SMK YPKK 1 Sleman  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : XI / 1  
 Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Nilai Yang Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain <i>salah satu</i> permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat</li> <li>• Tanggung jawab</li> </ul>	<b>Sepakbola</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan latihan koordinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latihan koordinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki.</li> <li>• Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> </ul> <p style="text-align: center;">Pengamatan/ observasi</p>	8 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bolasepak</li> <li>• Lapangan sepakbola</li> <li>• Tiang gawang</li> <li>• Tiang pancang</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

.Kompetensi Dasar	Nilai Yang Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain <b>salah satu</b> permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri **)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat Tanggung jawab</li> </ul>	<b>Bolavoli</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan latihan koordinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok) dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latihan koordinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok).</li> <li>• Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> </ul> <p>Pengamatan/observasi</p>	8 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bolavoli</li> <li>• Lapangan bolavoli</li> <li>• Net/jarring bolavoli</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

Kompetensi Dasar	Nilai Yang Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain <b>salah satu</b> permainan dan olahraga beregu	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin</li> </ul>	<b>Bolabasket</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan latihan koordinasi teknik dasar melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (ber-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latihan koordinasi teknik dasar melempar, menangkap, menggiring dan me-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> </ul>	8 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bolabasket</li> <li>• Lapangan bolabasket</li> <li>• Ring bolabasket</li> <li>• Peluit</li> </ul>

bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri **)	tahu <ul style="list-style-type: none"> <li>Menghargai prestasi</li> <li>Bersahabat</li> </ul> Tanggung jawab		pasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik. <ul style="list-style-type: none"> <li>Bermain bolabasket bola-basket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.</li> </ul>	nembak bola (berpasangan dan berkelompok). <ul style="list-style-type: none"> <li>Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.</li> </ul>	Pengamatan/observasi		<ul style="list-style-type: none"> <li>Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>
---	---	--	--	---	----------------------	--	--

Kompetensi Dasar	Nilai Yang Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
1.2 Mempraktikkan keterampilan bermain <b>salah satu</b> permainan dan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).	<ul style="list-style-type: none"> <li>Disiplin</li> <li>Kerja keras</li> <li>Kreatif</li> <li>Rasa ingin tahu</li> <li>Menghargai prestasi</li> <li>Bersahabat</li> </ul> Tanggung jawab	<b>Bulutangkis</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan koordinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Latihan `koordinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok)</li> <li>Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tes keterampilan</li> <li>Tes sikap</li> <li>Tes pengetahuan</li> </ul> Pengamatan/observasi	6 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>Raket</li> <li>Shuttlecock</li> <li>Lapangan bulutangkis</li> <li>Net/jarring bulutangkis</li> <li>Peluit</li> <li>Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

			semangat, dan percaya diri.				
--	--	--	-----------------------------	--	--	--	--

Kompetensi Dasar	Nilai Yang dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
1.2. Mempraktikkan keterampilan bermain <b>salah satu</b> permainan dan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat Tanggung jawab</li> </ul>	<b>Softball</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan latihan koordinasi teknik dasar melempar, menangkap dan memukul bola softball (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Bermain softball dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Latihan koordinasi teknik dasar melempar, menangkap dan memukul bola softball (berpasangan dan berkelompok)</li> <li>•Bermain softball dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> </ul> <p>Pengamatan/observasi</p>	6 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Glove</li> <li>• Bola softball</li> <li>• Stik</li> <li>• Lapangan softball</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

Kompetensi Dasar	Nilai Yang Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
1.2. Mempraktikkan keterampilan bermain <b>salah satu</b> permainan dan olahraga beregu	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> </ul>	<b>Tenis meja</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan latihan koordinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan ber-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Latihan koordinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> </ul>	6 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bet/pemukul</li> <li>• Bola ping-pong</li> <li>• Meja ping-pong</li> <li>• Net/jarring tenis meja</li> </ul>

bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat Tanggung jawab</li> </ul>		kelompok) dengan koordinasi yang baik. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.</li> </ul>	(berpasangan dan berkelompok). <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.</li> </ul>	Pengamatan/observasi		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>
---	--	--	---	----------------------	--	--

Kompetensi Dasar	Nilai Yang diekembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
1.3. Mempraktikkan keterampilan keterampilan atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri **)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat Tanggung jawab</li> </ul>	<b>Atletik (Lari estafet/ sambung)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan latihan koordinasi teknik dasar lari estafet/ sambung (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan berkelompok dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar lari estafet/sambung (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan berkelompok dengan koordinasi yang baik.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latihan koordinasi teknik dasar lari estafet/sambung (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan berkelompok</li> <li>• Variasi dan kombinasi teknik dasar lari estafet/sambung (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan berkelompok</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> </ul>	4 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lintasan lari</li> <li>• Tongkat estafet</li> <li>• Tali pembatas</li> <li>• Bendera start</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perlombaan lari estafet/sambung dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perlombaan lari estafet/sambung dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pengamatan/observasi</li> </ul>		
--	--	--	--	---	--	--	--

Kompetensi Dasar	Nilai Yang Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
1.3. Mempraktikkan keterampilan keterampilan atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri **)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat Tanggung jawab</li> </ul>	<b>Atletik (Lompat jauh)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Memvariasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Perlombaan lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuh-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat).</li> <li>• Variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat).</li> <li>• Perlombaan lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> </ul> Pengamatan/observasi	4 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lintasan lompat jauh</li> <li>• Bak lompat jauh</li> <li>• Kapur</li> <li>• Bendera</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

			kan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.				
--	--	--	---	--	--	--	--

Kompetensi Dasar	Nilai Yang Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
1.4. Mempraktikkan keterampilan <b>salah satu</b> cabang olahraga beladiri serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat Tanggung jawab</li> </ul>	<b>Aktivitas Beladiri (Pencak silat)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan teknik dasar pencak silat (pukulan, tendangan, tangkisan, hindaran, dan elakan) yang dilakukan (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar pencak silat (pukulan, tendangan, tangkisan, hindaran dan elakan) yang dilakukan (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan pertandingan pencak silat menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik dasar pencak silat (pukulan, tendangan, tangkisan, hindaran, dan elakan) yang dilakukan (berpasangan dan berkelompok).</li> <li>• Variasi dan kombinasi teknik dasar pencak silat (pukulan, tendangan, tangkisan, hindaran dan elakan) yang dilakukan (berpasangan dan berkelompok)</li> <li>• Pertandingan pencak silat menggunakan peraturan yang dimodifikasi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> </ul> Pengamatan/ observasi	4 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ruang atau halaman sekolah</li> <li>• Arena pencak silat</li> <li>• Goong</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

Standar Kompetensi : 2. Mempraktikkan aktivitas pengembangan untuk meningkatkan kualitas kebugaran jasmani dan cara pengukurannya dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Nilai Yang Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
<p>2.1. Mempraktikkan berbagai bentuk latihan kelincahan, power dan daya tahan untuk meningkatkan kebugaran jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.</p> <p>2.2. Mempraktikkan tes untuk kelincahan, power dan daya tahan dalam kebugaran jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat Tanggung jawab</li> </ul>	<b>Aktivitas pengembangan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan latihan kelincahan, power dan daya tahan untuk meningkatkan kebugaran jasmani dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan tes untuk kelincahan, power dan daya tahan dalam kebugaran jasmani dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan perlombaan latihan kelincahan, power dan daya tahan menggunakan sitem sirkuit untuk menumbuhkan dan memupuk nilai-nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latihan berbagai bentuk latihan kelincahan, power dan daya tahan untuk meningkatkan kebugaran jasmani.</li> <li>• Tes untuk kelincahan, power dan daya tahan dalam kebugaran jasmani.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan Pengamatan/observasi</li> </ul>	4 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lapangan</li> <li>• Palang tunggal</li> <li>• Matras senam</li> <li>• Formulir tes</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

Standar Kompetensi : 3. Mempraktikkan keterampilan senam dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Nilai Yang Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
<p>3.1. Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.</p> <p>3.2. Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat Tanggung jawab</li> </ul>	<b>Aktivitas Uji diri/Senam</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan latihan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat (lompat kangkang, lompat jongkok dan berguling di atas peti lompat) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan latihan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat (loncat harimau, meroda dan guling lenting) dengan koordinasi yang baik.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latihan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat (lompat kangkang, lompat jongkok dan berguling di atas peti lompat).</li> <li>• Latihan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat (loncat harimau, meroda dan guling lenting).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> <li>• Pengamatan/observasi</li> </ul>	4 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lapangan</li> <li>• Matras senam</li> <li>• Kuda-kuda lompat</li> <li>• Box</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

Standar Kompetensi : 4. Mempraktikkan aktivitas ritmik menggunakan alat dengan koordinasi yang baik dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Nilai Yang Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
<p>4.1. Mempraktikkan keterampilan aktivitas ritmik tanpa alat dengan koordinasi gerak lanjutan serta nilai kedisiplinan, toleransi, keluwesan dan estetika.</p> <p>4.2. Mempraktikkan keterampilan aktivitas ritmik menggunakan alat serta nilai kedisiplinan, toleransi, keluwesan dan estetika.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat Tanggung jawab</li> </ul>	<b>Aktivitas ritmik</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan aktivitas ritmik tanpa alat dengan koordinasi gerak lanjutan serta nilai kedisiplinan, toleransi, keluwesan dan estetika dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan aktivitas ritmik menggunakan alat (gada) secara perorangan maupun kelompok serta nilai kedisiplinan, toleransi, keluwesan dan estetika dengan koordinasi yang baik.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latihan aktivitas ritmik tanpa alat dengan koordinasi gerak lanjutan.</li> <li>• Latihan aktivitas ritmik menggunakan alat (gada).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan Pengamatan/observasi</li> </ul>	4 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lapangan</li> <li>• Tipe recorder</li> <li>• Kaset senam ritmik</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

Standar Kompetensi : 5. Mempraktikkan **salah satu** gaya renang dan loncat indah dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya\*)

Kompetensi Dasar	Nilai Yang Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
5.1. Mempraktikkan keterampilan salah satu gaya renang untuk pertolongan serta nilai disiplin,	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> </ul>	<b>Aktivitas Renang/ Akuatik</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan latihan gerakan kaki renang gaya dada dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan latihan gerakan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latihan gerakan kaki renang gaya dada.</li> <li>• Latihan gerakan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> </ul>	8 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kolam renang</li> <li>• Pelampung renang</li> <li>• Kaca mata renang</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku</i></li> </ul>

<p>kerja keras, keberanian dan tanggungjawab.</p> <p>5.2. Mempraktikkan keterampilan loncat indah dari papan satu meter dengan teknik serta nilai disiplin, kerja keras, keberanian dan tanggungjawab.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat</li> </ul> <p>Tanggung jawab</p>		<p>lengan renang gaya dada dengan koordinasi yang baik.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan latihan gerakan pernapasan renang gaya dada dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan perlombaan renang gaya dada (menempuh jarak 50 meter) untuk menumbuhkan dan memupuk nilai-nilai disiplin, keberanian, tanggungjawab dan kerja keras.</li> <li>• Melakukan latihan loncat indah dari samping kolam renang dengan koordinasi yang baik.</li> </ul>	<p>lengan renang gaya dada.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Latihan gerakan pernapasan renang gaya dada.</li> <li>• Perlombaan renang gaya dada (menempuh jarak 50 meter).</li> <li>• Latihan loncat indah dari samping kolam renang</li> </ul>	<p>Pengamatan/observasi</p>		<p><i>Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></p>
--	---	--	---	--	-----------------------------	--	--

Standar Kompetensi : 6. Menerapkan budaya hidup sehat.

Kompetensi Dasar	Nilai Yang Diekembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
<p>6.1. Memahami bahaya HIV/AIDS.</p> <p>6.2. Memahami cara penularan HIV/AIDS.</p> <p>6.3. Memahami cara menghindari</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai</li> </ul>	<p><b>Kesehatan/ Budaya hidup sehat</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengidentifikasi bahaya HIV/AIDS yang meliputi: perkembangan HIV/AIDS di Indonesia, asal usul penyakit HIV/AIDS dan tahapan-tahapan HIV/AIDS menjadi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengidentifikasi bahaya HIV/AIDS.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> </ul> <p>Pengamatan/</p>	<p>2 X 45 menit</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ruang kelas</li> <li>• Poster</li> <li>• Papan tulis</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir,</i></li> </ul>

penularan HIV/AIDS	prestasi • Bersahabat Tanggung jawab		AIDS. • Mengidentifikasi cara menghindari HIV/AIDS melalui: cara HIV/AIDS masuk dalam tubuh manusia, masa inkubasi virus HIV/AIDS, cara penularan virus HIV/AIDS, gejala awal terinfeksi virus HIV/AIDS dan kelompok beresiko tinggi terkena HIV/AIDS. • Mengidentifikasi cara pencegahan virus HIV/AIDS melalui: cara pencegahan virus HIV/AIDS dan obat-obatan untuk menyembuhkan virus HIV/AIDS.	• Mengidentifikasi cara penularan HIV/AIDS.  • Mengidentifikasi cara menghindari penularan HIV/AIDS	observasi		<i>M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i>
--------------------	--	--	---	---	-----------	--	-------------------------------------

Mengetahui,  
Kepala Sekolah

Dra. Hj. Rubiyati, M. Pd  
NIP : 19590424 1989903 2 006

Guru Mata Pelajaran

Sugiyanto  
NIK. 003020258010782

## SILABUS

Nama Sekolah : SMK YPKK 1 SLEMAN  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : X / 1  
 Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Nilai yang dikembangkan	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator Pencapaian	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain <b>salah satu</b> permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat</li> <li>• Tanggung jawab</li> </ul>	<b>Sepakbola</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan latihan teknik dasar mengumpan, mengontrol dan menggiring bola berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar menendang, mengontrol, dan menggiring bola berpasangan dan berkelompok menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman, dan keberanian.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik dasar mengumpan, mengontrol dan menggiring bola berpasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Latihan variasi dan kombinasi teknik dasar menendang, mengontrol, dan menggiring bola dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> </ul> <p style="text-align: center;">Pengamatan/ observasi</p>	8 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bolasepak</li> <li>• Lapangan sepakbola</li> <li>• Tiang gawang</li> <li>• Tiang pancang</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas X, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

## SILABUS

Nama Sekolah : SMK YPKK 1 SLEMAN  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : X / 1  
 Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Nilai yang dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator Pencapaian	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain <b>salah satu</b> permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat</li> <li>• Tanggung jawab</li> </ul>	<b>Bolavoli</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan latihan teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (ber-pasangan dan berkelompok) dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan variasi dan kom-binasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok) dengan meng-gunakan dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuh-kan dan membina nilai-nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latihan teknik dasar passing bawah, pas-sing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok).</li> <li>• Latihan variasi dan kombinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok).</li> <li>• Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> </ul> <p style="text-align: center;">Pengamatan/ observasi</p>	8 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bolavoli</li> <li>• Lapangan bolavoli</li> <li>• Net/jarring bolavoli</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas X, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

## SILABUS

Nama Sekolah : SMK YPKK 1 SLEMAN  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : X / 1  
 Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Nilai Yang Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator Pencapaian	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain <i>salah satu</i> permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat Tanggung jawab</li> </ul>	<b>Bolabasket</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan latihan teknik dasar melempar, menangkap, meng-giring dan menembak bola (berpasangan dan ber-kelompok) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar me-lempar, menangkap, meng-giring dan menembak bola (berpasangan dan ber-kelompok) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuh-kan dan membina nilai-nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latihan teknik dasar melempar, menang-kap, menggiring dan menembak bola (ber-pasangan dan ber-kelompok).</li> <li>• Memvariasikan dan kombinasi teknik dasar melempar, menang-kap, menggiring dan menembak bola (ber-pasangan dan berkelompok).</li> <li>• Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> <li> </li> <li>• Pengamatan/ observasi</li> </ul>	8 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bolabasket</li> <li>• Lapangan bolabasket</li> <li>• Ring bolabasket</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas X, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

## SILABUS

Nama Sekolah : SMK YPKK 1 SLEMAN  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : X / 1  
 Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Nilai Yang Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator Pencapaian	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
1.2 Mempraktikkan keterampilan bermain <b>salah satu</b> permainan dan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat Tanggung jawab</li> </ul>	<b>Bulutangkis</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok).</li> <li>• Variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok).</li> <li>• Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> </ul> <p style="text-align: center;">Pengamatan/ observasi</p>	6 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Raket</li> <li>• Shuttlecock</li> <li>• Lapangan bulutangkis</li> <li>• Net/jarring bulutangkis</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas X, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

## SILABUS

Nama Sekolah : SMK YPKK 1 SLEMAN  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : X / 1  
 Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Nilai Yang Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator Pencapaian	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
1.2. Mempraktikkan keterampilan bermain <i>salah satu</i> permainan dan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat Tanggung jawab</li> </ul>	<b>Softball</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan teknik dasar melempar, menangkap dan memukul bola softball (ber-pasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar melempar, menangkap dan memukul bola softball (berpasangan dan ber-kelompok) dengan koor-dinasi yang baik</li> <li>• Bermain softball dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuh-kan dan membina nilai-nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik dasar me-lempar, menangkap dan memukul bola softball (ber-pasangan dan ber-kelompok).</li> <li>• Memvariasikan dan kombinasi teknik dasar melempar, me-nangkap dan me-mukul bola softball (berpasangan dan berkelompok).</li> <li>• Bermain softball dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> </ul> <p style="text-align: center;">Pengamatan/ observasi</p>	6 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Glove</li> <li>• Bola softball</li> <li>• Stik</li> <li>• Lapangan softball</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas X, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

## SILABUS

Nama Sekolah : SMK YPKK 1 SLEMAN  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : X / 1  
 Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya..

Kompetensi Dasar	Nilai Yang Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
1.2. Mempraktikkan keterampilan bermain <b>salah satu</b> permainan dan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**) )	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat Tanggung jawab</li> </ul>	<b>Tenis meja</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok).</li> <li>• Memvariasikan dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok).</li> <li>• Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes penge-tahuan</li> </ul> <p style="text-align: center;">Pengamatan/ observasi</p>	6 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bet/pemukul</li> <li>• Bola ping-pong</li> <li>• Meja ping-pong</li> <li>• Net/jarring tenis meja</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas X, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

## SILABUS

Nama Sekolah : SMK YPKK 1 SLEMAN  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : X / 1  
 Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Nilai Yang Dikembangkan	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
1.3. Mempraktikkan keterampilan keterampilan atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri **)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat Tanggung jawab</li> </ul>	<b>Atletik (Lari jarak pendek)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan teknik dasar lari jarak pendek 100 meter (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan (perorangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Memvariasikan dan kombinasi teknik dasar lari jarak pendek 100 meter (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan (perorangan dan berkelompok) dengan koor-dinasi yang baik.</li> <li>• Perlombaan lari jarak pendek 100 meter dengan meng-gunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuh-kan dan membina nilai-nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik dasar lari jarak pendek 100 meter (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan (per-orangan dan ber-kelompok).</li> <li>• Variasi dan kombinasi teknik dasar lari jarak pendek 100 meter (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan (per-orangan dan berkelompok).</li> <li>• Perlombaan lari jarak pendek 100 meter dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li>   <li>• Pengamatan/ observasi</li> </ul>	4 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lintasan lari</li> <li>• Tali pembatas</li> <li>• Bendera start</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas X, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

## SILABUS

Nama Sekolah : SMK YPKK 1 SLEMAN  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : X / 1  
 Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Nilai Yang Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
1.3. Mempraktikkan keterampilan keterampilan atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri **)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat Tanggung jawab</li> </ul>	<b>Atletik (Lompat jauh)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Memvariasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Perlombaan lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik dasar lompat jauh (awalan, tum-puan, melayang di udara dan mendarat).</li> <li>• Variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat).</li> <li>• Perlombaan lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> </ul> <p style="text-align: center;">Pengamatan/ observasi</p>	4 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lintasan lompat jauh</li> <li>• Bak lompat jauh</li> <li>• Kapur</li> <li>• Bendera</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas X, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

## SILABUS

Nama Sekolah : SMK YPKK 1 SLEMAN  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : X / 1  
 Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Nilai Yang Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
1.4. Mempraktikkan keterampilan <i>salah satu</i> cabang olahraga beladiri serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri (**)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat Tanggung jawab</li> </ul>	<b>Aktivitas Beladiri (Pencak silat)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan teknik dasar pencak silat (pukulan, tendangan, tangkisan, dan elakan) yang dilakukan (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar pencak silat (pukulan, tendangan, tangkisan, dan elakan) yang dilakukan (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan pertandingan pencak silat menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, percaya diri dan menghormati lawan.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik dasar pencak silat (pukulan, tendangan, tangkisan, dan elakan) yang dilakukan (berpasangan dan berkelompok).</li> <li>• Variasi dan kombinasi teknik dasar pencak silat (pukulan, tendangan, tangkisan, dan elakan) yang dilakukan (berpasangan dan berkelompok).</li> <li>• Pertandingan pencak silat menggunakan peraturan yang dimodifikasi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> </ul> <p>Pengamatan/ observasi</p>	4 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ruang atau halaman sekolah</li> <li>• Arena pencak silat</li> <li>• Goong</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas X, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

## SILABUS

Nama Sekolah : SMK YPKK 1 SLEMAN  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : X / 1  
 Standar Kompetensi : 2. Mempraktikkan latihan kebugaran jasmani dan cara mengukurnya sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Nilai Ynag Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
2.1. Mempraktikkan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan untuk kebugaran jasmani dalam bentuk sederhana serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri. 2.2. Mempraktikkan tes kebugaran jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri. 2.3. Mempraktikkan perawatan tubuh agar tetap segar.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat Tanggung jawab</li> </ul>	<b>Aktivitas pengembangan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan latihan kekuatan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan latihan kecepatan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan latihan daya tahan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan latihan kelentukan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan tes kebugaran jasmani secara sederhana dengan koordinasi yang baik.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latihan kekuatan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Latihan kecepatan dalam bentuk sederhana.</li> <li>• Latihan daya tahan dalam bentuk sederhana.</li> <li>• Latihan kelentukan dalam bentuk sederhana.</li> <li>• Tes kebugaran jasmani secara sederhana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> <li>• Pengamatan/observasi</li> </ul>	4 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lapangan</li> <li>• Palang tunggal</li> <li>• Matras senam</li> <li>• Formulir tes</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas X, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

## SILABUS

Nama Sekolah : SMK YPKK 1 SLEMAN  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : X / 1  
Standar Kompetensi : 3. Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam lantai dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Nilai Ynag Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
<p>3.1. Mempraktikkan rangkaian senam lantai dengan menggunakan bantuan serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.</p> <p>3.2. Mempraktikkan rangkaian senam lantai tanpa alat serta nilai percaya diri, kerjasama dan tanggungjawab.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat</li> <li>• Tanggung jawab</li> </ul>	<b>Aktivitas Uji diri/Senam</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan latihan guling depan dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan latihan guling belakang dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan latihan gerakan kayang dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan latihan sikap lilin dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan latihan berdiri dengan kepala dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan variasi dan kombinasi latihan guling depan, guling belakang, sikap kayang, sikap lilin, dan berdiri dengan kepala dengan koordinasi yang baik.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latihan guling depan</li> <li>• Latihan guling belakang</li> <li>• Latihan gerakan kayang</li> <li>• Latihan sikap lilin</li> <li>• Latihan berdiri dengan kepala</li> <li>• Variasi dan kombinasi latihan guling depan, guling belakang, sikap kayang, sikap lilin, dan berdiri dengan kepala.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> <li>• Pengamatan/observasi</li> </ul>	4 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lapangan</li> <li>• Matras senam</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas X, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

## SILABUS

Nama Sekolah : SMK YPKK 1 SLEMAN  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : X / 1  
 Standar Kompetensi : 4. Mempraktikkan aktivitas ritmik tanpa alat dengan koordinasi yang baik dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Nilai Ynag Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
<p>4.1. Mempraktikkan keterampilan gerak dasar langkah dan lompat pada aktivitas ritmik tanpa alat serta nilai kedisiplinan, konsentrasi dan keluwesan.</p> <p>4.2. Mempraktikkan keterampilan gerak dasar ayunan lengan pada aktivitas ritmik tanpa alat serta nilai kedisiplinan, konsentrasi dan keluwesan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat Tanggung jawab</li> </ul>	<b>Aktivitas ritmik</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan keterampilan gerak dasar langkah dan lompat pada aktivitas ritmik tanpa alat (perorangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan keterampilan gerak dasar ayunan lengan pada aktivitas ritmik tanpa alat (perorangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan variasi dan kom-binasi keterampilan gerak dasar (langkah dan lompat) dan (ayunan lengan) pada aktivitas ritmik tanpa alat (perorangan dan ber-kelompok) dengan koordinasi yang baik.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latihan gerak dasar langkah dan lompat pada aktivitas ritmik tanpa alat.</li> <li>• Latihan gerak dasar ayunan lengan pada aktivitas ritmik tanpa alat.</li> <li>• Latihan variasi dan kombinasi kete-rampilan gerak dasar (langkah dan lompat) dan (ayunan lengan) pada aktivitas ritmik tanpa alat.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> <li>• Pengamatan/observasi</li> </ul>	4 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lapangan</li> <li>• Tipe recorder</li> <li>• Kaset senam ritmik</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas X, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

## SILABUS

Nama Sekolah : SMK YPKK 1 SLEMAN  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : X / 1  
Standar Kompetensi : 5. Mempraktikkan salah satu gaya renang dan loncat indah sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya\*).

Kompetensi Dasar	Nilai Yang Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator Pencapaian	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
<p>5.1. Mempraktikkan keterampilan dasar <b>salah satu</b> gaya renang serta nilai disiplin, keberanian, tanggungjawab, dan kerja keras.</p> <p>5.2. Mempraktikkan keterampilan teknik dasar loncat indah dari samping kolam renang dengan teknik serta nilai disiplin, keberanian, tanggungjawab, dan kerja keras.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat</li> </ul> <p>Tanggung jawab</p>	<p><b>Aktivitas Renang/ Akuatik</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan latihan gerakan kaki renang gaya bebas dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan latihan gerakan lengan renang gaya bebas dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan latihan gerakan pernapasan renang gaya bebas dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan perlombaan renang gaya bebas (menempuh jarak 50 meter) untuk menumbuhkan dan memupuk nilai-nilai disiplin, keberanian, tanggungjawab dan kerja keras.</li> <li>• Melakukan latihan loncat indah dari samping kolam renang dengan koordinasi yang baik.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latihan gerakan kaki renang gaya bebas.</li> <li>• Latihan gerakan lengan renang gaya bebas.</li> <li>• Latihan gerakan pernapasan renang gaya bebas.</li> <li>• Perlombaan renang gaya bebas (menempuh jarak 50 meter).</li> <li>• Latihan loncat indah dari samping kolam renang</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> <li>• Pengamatan/ observasi</li> </ul>	8 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kolam renang</li> <li>• Pelampung renang</li> <li>• Kaca mata renang</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas X, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

## SILABUS

Nama Sekolah : SMK YPKK 1 SLEMAN  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : X / 1  
 Standar Kompetensi : 6. Mempraktikkan perencanaan penjelajahan dan penyelamatan aktivitas di alam bebas dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Nilai Yang Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator Pencapaian	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
6.1. Mempraktikkan keterampilan dasar-dasar kegiatan menjelajah pantai serta nilai tanggungjawab, kerjasama, toleransi, tolong menolong, melaksanakan keputusan kelompok. 6.2. Mempraktikkan keterampilan dasar penyelamatan di pantai serta nilai tanggungjawab, kerjasama, toleransi, tolong menolong, melaksanakan keputusan kelompok. 6.3. Mempraktikkan keterampilan memilih makanan dan minuman yang sehat	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat</li> </ul> Tanggung jawab	<b>Aktivitas luar kelas/ Penjelajahan pantai</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan kegiatan menjelajah pantai secara berkelompok untuk menanamkan nilai tanggungjawab, kerjasama, toleransi, tolong menolong, melaksanakan keputusan kelompok.</li> <li>• Melakukan penyelamatan di pantai secara berkelompok untuk menanamkan nilai tanggungjawab, kerjasama, toleransi, tolong menolong, melaksanakan keputusan kelompok.</li> <li>• Melakukan pemilihan makanan dan minuman yang sehat secara berkelompok dengan tepat dan benar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjelajah pantai secara berkelompok.</li> <li>• Penyelamatan di pantai secara berkelompok.</li> <li>• Pemilihan makanan dan minuman yang sehat.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> <li>• Pengamatan/observasi</li> </ul>	2 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pantai</li> <li>• Rute perjalanan</li> <li>• Rambu-rambu perjalanan</li> <li>• Perlengkapan penjelajahan</li> <li>• Makan-makan penjelajahan</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas X, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

## SILABUS

Nama Sekolah : SMK YPKK 1 SLEMAN  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : X / 1  
 Standar Kompetensi : 7. Menerapkan budaya hidup sehat.

Kompetensi Dasar	Nilai Yang Dikembangkan	Materi Pokok Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
7.1. Menganalisis bahaya penggunaan narkoba.  7.2. Memahami berbagai peraturan perundangan tentang narkoba.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja keras</li> <li>• Kreatif</li> <li>• Rasa ingin tahu</li> <li>• Menghargai prestasi</li> <li>• Bersahabat</li> <li>• Tanggung jawab</li> </ul>	<b>Kesehatan/ Budaya hidup sehat</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menganalisis bahaya penggunaan narkoba seperti: hekekat narkoba, penyalah-gunaan narkoba, peng-golongan jenis narkoba, pengaruh jenis-jenis narkoba pada tubuh manusia.</li> <li>• Memahami berbagai peraturan perundangan tentang narkoba seperti: saksi terhadap tindak pidana narkotika.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menganalisis bahaya penggunaan narkoba.</li> <li>• Memahami berbagai peraturan perundangan tentang narkoba.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes keterampilan</li> <li>• Tes sikap</li> <li>• Tes pengetahuan</li> <li>• Pengamatan/ observasi</li> </ul>	2 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ruang kelas</li> <li>• Poster</li> <li>• Papan tulis</li> <li>• Macam-macam jenis narkoba</li> <li>• Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas X, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

Mengetahui,  
Kepala Sekolah

Guru Mata Pelajaran

Guru Mata Pelajaran

Dra. Hj. Rubiyati, M. Pd  
NIP : 19590424 1989903 2 006

Sugiyanto  
NIK. 003020258010782

Fedika Arga Rengga, S. Pd

# DOKUMENTASI



1.PENDAMPINGAN EKSTRA BULUTANGKIS



2.PENDAMPINGAN EKSTRA BULUTANGKIS



3. PROSES PEMBELAJARAN



4. PROSES PEMBELAJARAN