

**LAPORAN KEGIATAN
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)
SMP NEGERI 1 TEMPEL**

**SMP Negeri 1 Tempel
Jl. Magelang Km 17 Ngebong, Margorejo, Tempel, Sleman**



Disusun oleh :
Arijal Haris Martopo
12601244020

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

HALAMAN PENGESAHAN

Kami yang bertanda tangan di bawah ini menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa di bawah ini.

Nama : Arijal Haris Martopo

NIM : 12601244020

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan kegiatan PPL di SMP Negeri 1 Tempel dari tanggal 10 Agustus 2015 sampai dengan 12 September 2015. Hasil kegiatan tersebut tercakup dalam naskah laporan ini.

Tempel, 12 September 2015

Dosen Pembimbing PPL

Guru Pembimbing PPL



Fathan Nurcahyo, M. Pd.

Susanto Yohannes

NIP. 19820711 200812 1 003

NIP. 19570321 198203 1 010


Mengetahui,

Kepala Sekolah

Koordinator PPL

SMP Negeri 1 Tempel

SMP Negeri 1 Tempel



Cosmas Driyatamtama, S. Pd
NIP. 19651215 198703 1 005

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat, karunia, dan hidayah-Nya, sehingga program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dan penyusunan laporan ini dapat berjalan dengan lancar.

Laporan ini disusun sebagai pertanggung jawaban dari pelaksanaan PPL yang telah berlangsung kurang lebih tiga puluh empat hari yang dimulai tanggal 10 Agustus 2015 sampai dengan 12 September 2015 di SMP Negeri 1 Tempel.

Selama melaksanakan PPL, baik saat persiapan, pelaksanaan kegiatan sampai penyusunan laporan ini banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu, dengan segala kerendahan hati kami ucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd. M.A, selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Ngatman Soewito, M.Pd., selaku kepala PL PPL dan PKL Universitas Negeri Yogyakarta.
3. Widada, S.Pd selaku kepala sekolah SMP Negeri 1 Tempel, atas dukungannya selama kegiatan PPL.
4. Cosmas Driyatamtama, S. Pd selaku koordinator PPL di SMP Negeri 1 Tempel atas kerjasama, bantuan, bimbingan dan perhatiannya kepada praktikan.
5. Susanto Yohannes, selaku guru pembimbing yang telah meluangkan waktu membimbing praktikan dengan sabar.
6. Fathan Nurcahyo, M. Or., selaku Dosen Pembimbing PPL yang telah dengan sabar membimbing praktikan.
7. Siswa-siswi kelas VII, VIII dan IX SMP Negeri 1 Tempel yang telah memberi kesempatan kepada kami untuk mengabdikan diri menjadi rekan belajar.
8. Seluruh Tim PPL SMP Negeri 1 Tempel atas kerja sama, persahabatan, dan kebersamaan yang tertuang dalam 5 minggu yang telah menjadi momentum tak terhingga.
9. Semua pihak yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu, yang telah membantu dalam melaksanakan kegiatan PPL di SMP Negeri 1 Tempel.

Kami menyadari bahwa laporan ini masih jauh dari sempurna, untuk itu kami mohon kelak dalam melaksanakan PPL laporan ini dapat menjadi sebuah referensi. Akhirnya semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Tempel, 12 September 2015

Penyusun

Arijal Haris Martopo

NIM.12601244020

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR LAMPIRAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Analisis Situasi.....	1
B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL.....	3
BAB II PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL	
A. Persiapan	6
B. Pelaksanaan PPL	8
C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi.....	12
BAB III PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	14
B. Saran	15
DAFTAR PUSTAKA	16
LAMPIRAN	

DAFTAR LAMPIRAN

1. Matrik program kerja individu
2. Laporan mingguan pelaksanaan PPL
3. Lembar daftar hadir peserta didik
4. Laporan dana pelaksanaan PPL
5. Kartu bimbingan PPL di lokasi
6. Jadwal mengajar
7. Silabus
8. Rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP)
9. Lembar penilaian

ABSTRAK
LAPORAN INDIVIDU PPL
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Oleh
Arijal Haris Martopo
12601244020

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) atau Magang III adalah program praktek mengajar yang wajib ditempuh oleh semua mahasiswa kependidikan. PPL adalah mata kuliah wajib lulus yang berbobot 3 sks yang dilaksanakan pada semester khusus. Pada mata kuliah PPL ini mahasiswa diberikan kesempatan untuk mendapat pengalaman mengajar yang sesungguhnya di sekolah. Sebelum melaksanakan PPL, mahasiswa kependidikan terlebih dahulu diwajibkan untuk mengambil dan lulus mata kuliah Pengajaran Mikro yang dilaksanakan pada semester VI. PPL telah dilaksanakan di SMP Negeri 1 Tempel selama 4 minggu sejak 10 Agustus-12 September 2015. Sekolah yang menjadi tujuan PPL beralamat di Jl. Magelang Km 17 Ngebong, Margorejo, Tempel, Sleman Kode Pos 55552.

Berbagai program PPL telah dilaksanakan. Kegiatan PPL yang dilakukan meliputi tahap persiapan, praktik mengajar, dan pelaksanaan. Hasil yang dicapai dari pelaksanaan program individu tersebut adalah memberikan perubahan proses pembelajaran yang aktif dan menarik, serta melatih keterampilan proses siswa dalam belajar Penjaskes. Kegiatan PPL juga dimulai dengan observasi sekolah, perencanaan program, konsultasi program kepada pihak sekolah dan DPL dan pelaksanaan program yang direncanakan. Sedangkan program PPL individu yang telah dilakukan adalah perawatan gudang olahraga dan pengadaan alat olahraga. Secara garis besar, program-program individu dapat berjalan dengan baik dan dapat memberikan manfaat bagi kemajuan pribadi penyusun, siswa, guru dan sekolah dalam menunjang proses pembelajaran di sekolah untuk saat ini maupun di masa yang akan datang.

Program PPL selain sebagai wahana untuk pelatihan dan pembelajaran bagi mahasiswa, juga menjadi usaha Universitas Negeri Yogyakarta untuk turut berkontribusi dalam mentransformasikan nilai-nilai kependidikan kepada sekolah tersebut. Harapannya, bukan hanya *transfer of knowledge* yang diberikan mahasiswa, tetapi juga *transfer of value*. Keberadaan mahasiswa PPL UNY diharapkan dapat membuat perubahan-perubahan sebagai upaya memajukan pendidikan Indonesia.

Kata kunci : hasil, PPL, program,

BAB I

PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi

Sebelum dilaksanakan kegiatan PPL ini, mahasiswa sebagai praktikan telah menempuh kegiatan sosialisasi, yaitu pra-PPL melalui mata kuliah Pembelajaran Mikro dan Observasi di sekolah.

Kegiatan observasi lingkungan sekolah adalah kegiatan yang dilakukan para praktikan guna memperoleh gambaran tentang berbagai karakteristik, komponen pendidikan, dan norma yang berlaku di sekolah atau di lembaga tempat praktikan melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL). Observasi yang dilakukan oleh praktikan di SMP Negeri 1 Tempel merupakan langkah pengenalan praktikan terhadap kondisi lapangan yang sebenarnya.

1. Deskripsi Sekolah

Nama sekolah	: SMP Negeri 1 Tempel
No. Statistik Sekolah	: 201040208015
Alamat sekolah	: Jalan Magelang Km.17 Ngebong Margorejo, Tempel Sleman
Nama Kepala Sekolah	: Widada, S.Pd
Waktu Keg. Pendidikan	: Pagi pukul 07.00 s.d 12.00 (Senin-Rabu) Pagi pukul 07.00 s.d 11.20 (Kamis-Jum'at)
Waktu Tiap jam pelajaran	: 40 (empat puluh) menit

2. Visi Dan Misi Sekolah

Visi :

- Mewujudkan SMP Negeri 1 Tempel yang berprestasi, trampil, agamis, dan berbudaya

Misi :

- Melaksanakan pembelajaran yang efektif dan efisien
- Melaksanakan tambahan pembelajaran
- Meningkatkan pelayanan pendidikan
- Meningkatkan mutu sumber daya manusia
- Mengaktifkan kegiatan ekstrakurikuler
- Mengadakan pembinaan kepada siswa yang berprestasi

- Melaksanakan pembinaan kepada siswa yang memiliki potensi dalam bidang tatalaksana rumah tangga, olahraga dan kesenian
- Melaksanakan kegiatan keagamaan di sekolah
- Melaksanakan pembinaan budi pekerti yang luhur
- Melaksanakan lomba madding, karya ilmiah dan synopsis
- Melaksanakan tata tertib sekolah
- Melaksanakan pola hidup sehat
- Memelihara dan memanfaatkan semaksimal mungkin segala fasilitas yang telah ada
- Mempersiapkan ruang belajar dan ruang kerja yang nyaman dan aman
- Menyiapkan media dan alat pembelajaran secara berkesinambungan sesuai kemajuan teknologi.

Dari segi kualitas, SMP Negeri 1 Tempel memiliki visi dan misi yang membangun siswanya menjadi seorang yang berkarakter memiliki budi luhur, cendekia dan berwawasan lingkungan.

3. Kondisi Fisik

- a. Ruang Kantor
- b. Ruang Belajar Mengajar
- c. Perpustakaan
- d. Ruang Penunjang

Ruang Penunjang SMP Negeri 1 Tempel terdiri dari:

- 1) Ruang Unit Kesehatan Siswa (UKS)
- 2) Mushola
- 3) Kantin
- 4) Gudang
- 5) Kamar mandi guru
- 6) Kamar mandi siswa

- e. Laboratorium

Laboratorium SMP Negeri 1 Tempel terdiri dari :

- 1) Laboratorium Fisika
- 2) Laboratorium Biologi
- 3) Laboratorium Komputer

4. Kondisi Non Fisik Sekolah

a) Potensi Guru

Jumlah guru yang ada SMP Negeri 1 Tempel adalah 34 orang. Sebagian besar pendidikan guru di SMP Negeri 1 Tempel Tengah merupakan lulusan S-1.

b) Potensi Siswa

Potensi dan minat belajar siswa SMP Negeri 1 Tempel sudah cukup baik. Siswa-siswi SMP Negeri 1 Tempel memiliki kedisiplinan dan kerapian yang cukup baik, walaupun sebagian kecil masih ada yang terlambat dan berpakaian kurang rapi.

c) Potensi Karyawan

SMP Negeri 1 Tempel memiliki staf TU dan karyawan sejumlah 12 orang yang mengurus tata usaha, perpustakaan dan parkir.

d) Bimbingan dan Konseling

Bimbingan diadakan di sekolah dengan tujuan agar dapat membantu dalam bidang kesiswaan dan urusan sekolah. Layanan bimbingan dan konseling di SMP Negeri 1 Tempel sudah ada. Terdapat empat guru yang bertindak sebagai guru BK.

e) Kegiatan Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Tempel antara lain yaitu pramuka, basket, bola voli, bulu tangkis, futsal, hadzroh dan qira'ah dan lain-lain. Kegiatan-kegiatan ini adalah untuk meningkatkan dan mengembangkan potensi, minat, bakat dan kreativitas siswa.

B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL

Kegiatan PPL di sekolah untuk meningkatkan potensi bakat dan minat peserta didik guna menunjang proses belajar mengajar, meningkatkan kondisi lingkungan sekolah yang mendukung proses belajar mengajar. Pelaksanaan kegiatan PPL di SMP Negeri 1 Tempel ini mempunyai banyak manfaat diantaranya.

1. Bagi kepala sekolah akan membantu meningkatkan pengelolaan sarana belajar mengajar yang efektif.
2. Bagi guru akan lebih membantu terciptanya situasi belajar mengajar yang lebih efektif, lebih aktif dan inovatif.
3. Bagi peserta didik dapat menyalurkan dan mengembangkan kreativitas serta minat dan bakat lebih berkembang.

4. Bagi penyusun dengan program PPL diharapkan dapat membantu jiwa profesionalisme seorang tenaga kependidikan.
5. Bagi sekolah, kegiatan ini diharapkan dapat membantu sekolah dalam mendukung kegiatan belajar mengajar untuk meningkatkan kualitas sekolah secara akademik maupun non akademik.

Rancangan kegiatan PPL yang dilaksanakan di SMP Negeri 1 Tempel adalah program PPL yang merupakan bagian dari mata kuliah 3 SKS yang harus ditempuh oleh mahasiswa kependidikan. Materi yang ada meliputi program mengajar teori dan praktek di kelas dengan dikontrol oleh guru pembimbing masing-masing. Pelaksanaan program Praktik Pengalaman Lapangan dimulai dari tanggal 10 Agustus 2015 sampai 12 September 2015. Kegiatan PPL dilaksanakan berdasarkan ketentuan yang berlaku dalam melaksanakan praktik kependidikan dan persekolahan yang sudah terjadwal.

Rancangan kegiatan PPL ini disusun setelah mahasiswa melakukan observasi di kelas sebelum penerjunan PPL yang bertujuan untuk mengamati kegiatan guru, siswa di kelas dan lingkungan sekitar dengan maksud agar pada saat PPL nanti mahasiswa benar-benar siap diterjunkan untuk praktik mengajar. Dibawah ini akan dijelaskan rencana kegiatan PPL:

1. Persiapan di Kampus
 - a. Pengajaran Mikro
 - b. Pembekalan PPL
2. Observasi pembelajaran di kelas
3. Konsultasi dengan guru pembimbing
4. Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
5. Persiapan materi pembelajaran
6. Pembuatan media pembelajaran
7. Melaksanakan praktik mengajar mata pelajaran Penjaskes kelas IX A, B, C, D, E, dan F.
8. Evaluasi pembelajaran (soal ulangan, koreksi hasil ulangan, pengayaan dan remidi).
9. Menyusun laporan PPL

Program Kegiatan PPL

a. Kegiatan Pengajaran Terbatas (*Micro Teaching*)

Micro Teaching adalah mata kuliah berbobot 2 SKS yang dilaksanakan pada semester 6 dan merupakan latihan mengajar yang dilakukan mahasiswa di kelas di bawah bimbingan dosen pembimbing. Pemberian mata kuliah *Micro Teaching* ini dimaksudkan untuk mempersiapkan mahasiswa agar siap mengajar dengan baik.

b. Observasi Lapangan

Observasi lapangan merupakan kegiatan awal yang dilakukan mahasiswa di tempat praktik berupa pengamatan berbagai aspek di lingkungan sekolah, baik sarana-prasana, norma, dan proses kegiatan belajar mengajar. Observasi ini dilaksanakan pada tanggal 10 Februari 2015.

c. Pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dilaksanakan satu minggu sebelum kegiatan praktik mengajar di kelas dimulai. Draf hasil penyusunan RPP ini terlebih dahulu dikonsultasikan dengan dosen pembimbing PPL dan juga guru pembimbing untuk disetujui sehingga dapat digunakan sebagai bahan acuan mengajar di kelas nantinya.

d. Praktik Mengajar

Praktik mengajar dilakukan setelah penerjunan secara langsung ke sekolah dan setelah berkonsultasi dengan guru pembimbing mengenai materi dan rencana pembelajaran. Guru pembimbing memberikan waktu mengajar di kelas IX A-B-C-D-E-F. Guru pembimbing menghendaki agar proses pembelajaran dalam kelas tersebut diisi oleh praktikan dengan didampingi guru pembimbing PPL.

e. Praktik Persekolahan

Berbagai macam kegiatan dilaksanakan oleh praktikan selama melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan adalah Piket, Upacara Bendera, pelengkapan administrasi mengajar, dan lain sebagainya.

f. Penyusunan Laporan

Laporan praktik lapangan disusun secara individu yang berisi kegiatan yang telah dilakukan mahasiswa selama melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL).

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL

A. Persiapan

Sebelum praktikan melaksanakan kegiatan PPL di sekolah yang telah ditentukan, praktikan melaksanakan pembelajaran mikro. Pembelajaran mikro dilaksanakan pada waktu semester VI untuk memberikan bekal awal tentang pengetahuan dasar yang diperlukan pada praktik pengajaran mikro dan praktik pembelajaran sekolah (pelaksanaan PPL). Dalam mata kuliah ini mahasiswa dibagi ke dalam beberapa kelompok, masing-masing kelompok terdiri dari 6-10 mahasiswa dengan satu dosen pembimbing mikro. Dengan pengajaran mikro ini diharapkan mahasiswa calon peserta PPL dapat belajar bagaimana cara mengajar yang baik dengan bimbingan dosen pembimbing mikro. Selain itu mahasiswa PPL juga melakukan tahap pra-PPL berupa observasi ke sekolah. Observasi tersebut terdiri dari dua kegiatan yaitu observasi kondisi sekolah dan observasi pembelajaran di kelas.

a. Observasi ke sekolah

Observasi ini bertujuan agar mahasiswa mengenal kondisi sekolah yang akan menjadi lokasi PPL. Hal-hal yang diamati selama observasi sekolah meliputi kondisi fisik sekolah, potensi siswa, potensi guru, potensi karyawan, fasilitas-fasilitas OSIS, organisasi dan fasilitas UKS, administrasi, karya tulis ilmiah remaja dan guru, koperasi siswa, tempat ibadah, perpustakaan dan kesehatan lingkungan.

b. Observasi Pembelajaran di Kelas.

Observasi pembelajaran di kelas merupakan kegiatan pengamatan oleh mahasiswa peserta PPL terhadap pelaksanaan kegiatan belajar mengajar di kelas. Dengan observasi pembelajaran di kelas diharapkan agar mahasiswa memperoleh gambaran konkrit mengenai teknik pembelajaran di kelas yang sebenarnya. Hal ini juga dimaksudkan agar mahasiswa lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan kelas yang sebenarnya sewaktu mengajar serta mengetahui apa yang harus dipersiapkan dan dilakukan pada saat sebelum mengajar maupun setelah mengajar. Hal-hal yang diamati dalam observasi pembelajaran di kelas meliputi.

- Kurikulum yang digunakan
- Teknik membuka pelajaran
- Penyajian materi

- Metode pembelajaran
- Penggunaan bahasa
- Penggunaan waktu
- Cara memotivasi siswa
- Teknik bertanya
- Teknik penguasaan kelas
- Penggunaan media
- Bentuk dan cara evaluasi
- Cara menutup pelajaran
- Perilaku siswa di dalam maupun diluar kelas.

Beberapa persiapan mengajar juga dilakukan sebelum mahasiswa melaksanakan praktik mengajar di kelas. Persiapan tersebut meliputi.

1) Konsultasi dengan Guru Pembimbing

Konsultasi merupakan tugas awal dari tugas mengajar. Konsultasi dilakukan baik sebelum praktik mengajar maupun setelah praktik mengajar. Tujuan dari konsultasi adalah untuk perencanaan mengajar serta sebagai bentuk evaluasi diri guna mengetahui kekurangan dan kesalahan dalam penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), maupun saat mengajar atau mengampu di dalam kelas.

2) Mempelajari dan Menyusun RPP

Pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran ini harus disiapkan oleh praktikan sebelum kegiatan belajar mengajar berlangsung serta pembuatannya harus disesuaikan dengan GBPP (Garis-Garis Besar Program Pembelajaran) dan kurikulum yang berlaku saat ini. Adapun format yang tercantum dalam RPP adalah :

a) Identifikasi

Identifikasi ini memuat identitas sekolah, identifikasi mata pelajaran, identifikasi kelas/program, dan identifikasi semester.

b) Alokasi waktu

Alokasi waktu yaitu proses waktu untuk mengajar, memulai kegiatan belajar mengajar hingga selesainya kegiatan belajar mengajar.

c) Standar Kompetensi

Standar kemampuan yang harus dikuasai oleh siswa sebagai hasil dari mempelajari mata pelajaran Seni Musik.

d) Kompetensi Dasar

Kompetensi Dasar yaitu kemampuan minimal yang harus dicapai siswa dalam mempelajari mata pelajaran.

e) Tujuan Pembelajaran

Tujuan Pembelajaran berfungsi untuk mengetahui ketercapaian hasil pembelajaran apakah sudah sesuai dengan apa yang telah dirumuskan.

f) Materi Pembelajaran

Materi merupakan uraian singkat tentang bahan yang akan diajarkan yang bersumber dari buku acuan dan buku-buku yang berkaitan dengan pelajaran yang bersangkutan

g) Pendekatan dan Metode Pembelajaran

Metode pengajaran merupakan cara mengajar atau menyampaikan materi yang dilakukan oleh guru.

h) Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan pembelajaran menjelaskan tentang bagaimana proses belajar mengajar berlangsung. Dalam kegiatan pembelajaran di kelas ada tiga tahapan yang dilakukan yaitu: kegiatan memulai pelajaran, kegiatan inti, dan kegiatan mengakhiri pembelajaran.

i) Alat dan Sumber Belajar

Dalam setiap pembuatan RPP, alat dan sumber belajar begitu penting. karena merupakan sarana penyampaian dalam proses kegiatan belajar mengajar.

j) Penilaian/Evaluasi

Dalam setiap kegiatan belajar mengajar diadakan evaluasi yang bertujuan untuk mengukur daya serap siswa terhadap materi yang telah disampaikan dan dilaksanakan dalam kurun waktu tertentu, biasanya setelah materi pokok yang disampaikan selesai. Evaluasi yang diberikan dilakukan dalam bentuk unjuk kerja/praktik, latihan soal. Bentuk- bentuk evaluasi yang digunakan, dicantumkan pula pada RPP.

2. Pelaksanaan praktik mengajar

Setelah melakukan berbagai persiapan, praktikan dituntut untuk mengimplementasikan ilmu yang sudah didapatkan. Dalam kesempatan ini praktikan telah melaksanakan program-program PPL di lokasi SMP Negeri 1 Tempel.

Kegiatan praktik mengajar dilaksanakan setelah persiapan mengajar dibuat. Dalam pelaksanaannya, praktik mengajar dibagi menjadi 2 bagian, yaitu:

a. Praktik Mengajar Terbimbing

Praktik mengajar terbimbing yaitu mahasiswa dalam melaksanakan kegiatan belajar mengajar masih didampingi oleh guru pembimbing. Tujuan guru pembimbing membimbing praktikan yaitu untuk memberikan masukan tentang cara mengajar praktikan, memberikan bantuan bila praktikan ada masalah dalam kegiatan belajar mengajar, dan memberikan penilaian kepada praktikan.

b. Praktik Mengajar Mandiri

Praktik mengajar mandiri yaitu mahasiswa dalam melakukan kegiatan belajar mengajar tidak didampingi oleh guru pembimbing. Dalam hal ini, praktikan dapat mandiri dalam melatih diri sendiri untuk mengajar tanpa dibimbing oleh guru pembimbing.

Agar kegiatan belajar mengajar dapat berjalan dengan lancar, maka praktikan dituntut untuk mampu mengelola kelas dan mampu menciptakan suasana yang harmonis dan kondusif. Kegiatan belajar mengajar akan berjalan dengan baik jika terjadi interaksi antara guru dan murid. Maka ada beberapa langkah yang perlu diperhatikan, yaitu:

1) Mempersiapkan Peralatan

Peralatan pembelajaran atau perlengkapan olahraga dipersiapkan sebelum pembelajaran dimulai agar tidak mengurangi waktu pembelajaran.

2) Membuka Materi Pelajaran

Tujuan membuka pelajaran adalah untuk menyiapkan suasana kelas agar siap untuk melaksanakan kegiatan belajar mengajar, baik secara fisik maupun mental. Membuka pelajaran meliputi :

- Membuka pertemuan dengan mengucapkan salam dan berdoa`a
- Memeriksa kehadiran siswa
- Menyampaikan apersepsi
- Mengajukan pertanyaan mengenai bahan yang telah diajarkan pada pertemuan sebelumnya.
- Mengemukakan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan.

3) Menyampaikan Materi Pembelajaran

Agar dalam menyampaikan materi dapat berjalan lancar maka guru harus menciptakan suasana kondusif yaitu suasana yang tidak terlalu tegang tetapi juga tidak terlalu santai. Metode yang digunakan dalam penyampaian materi adalah dengan *Direct Instruction* dan *Cooperative Learning*.

4) Penggunaan bahasa

Bahasa selama praktik mengajar adalah bahasa Indonesia.

5) Penggunaan waktu/alokasi waktu

Waktu dialokasikan untuk membuka pelajaran, menyampaikan materi, diskusi dan latihan, serta menutup pelajaran.

6) Gerak

Selama mengajar di lapangan maupun di dalam kelas, praktikan berusaha untuk tidak selalu di depan kelas tetapi berjalan ke arah siswa dan memeriksa pekerjaan mereka untuk mengetahui secara langsung apakah mereka sudah paham tentang materi yang telah disampaikan.

7) Cara memotivasi siswa

Cara memotivasi siswa dalam penyampaian materi dilakukan dengan pertanyaan-pertanyaan *reward* serta memberikan kesempatan kepada siswa untuk berpendapat.

8) Teknik bertanya

Teknik bertanya digunakan adalah dengan memberi pertanyaan terlebih dahulu kemudian memberikan kesempatan kepada siswa untuk menjawab pertanyaan tersebut. Tetapi jika belum ada yang menjawab maka praktikan akan memberikan petunjuk atau rangsangan kepada siswa.

9) Teknik penguasaan kelas

Teknik penguasaan saat mengajar di dalam kelas yang dilakukan oleh praktikan adalah dengan berjalan berkeliling kelas dan meneliti satu persatu hasil pekerjaan yang telah dibuat oleh siswa. Dengan demikian diharapkan praktikan bisa memantau apakah siswa itu belajar atau tidak.

10) Evaluasi

Tujuan dilakukan evaluasi adalah untuk mengukur dan mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan. Waktu melakukan evaluasi adalah setelah semua materi telah disampaikan. Bentuk evaluasi bisa berbentuk latihan-latihan soal dan

juga dapat dilakukan evaluasi secara keseluruhan dengan pengadaaan ujian.

Dalam pelaksanaannya mengajar terbimbing dilakukan pada saat-saat awal sedangkan untuk selanjutnya mahasiswa diberi kesempatan untuk mengajar mandiri. Praktik mengajar merupakan kegiatan pokok pelaksanaan PPL. Praktikan langsung terlibat dalam proses pelaksanaan belajar mengajar di kelas dengan tujuan agar praktikan mempunyai pengalaman mengajar secara langsung. Kegiatan PPL ini dibagi menjadi dua tahap, yaitu:

1) Kegiatan Mengajar

Dalam kegiatan praktik mengajar, mahasiswa dibimbing oleh guru pembimbing. Guru pembimbing praktikan adalah Bapak Susanto Yohannes. Guru pembimbing memberikan saran dan beberapa penjelasan mengenai pelaksanaan pembelajaran di kelas. Dalam pelaksanaan praktik mengajar di kelas, praktikan menggunakan *multi metode* dengan harapan supaya tidak membosankan siswa. Dalam praktik mengajar, mahasiswa praktikan diberi kesempatan untuk mengajar 6 kelas yaitu Kelas IX A-B-C-D-E-F. Mahasiswa praktikan mendapat kesempatan untuk melakukan praktik mengajar sebanyak minimal 4 kali mengajar. Setiap jam pelajaran alokasi waktunya adalah 40 menit pada hari-hari biasa.

Dengan berpedoman pada silabus dan RPP yang telah dibuat, praktikan dapat menyampaikan materi pelajaran sesuai dengan kurikulum yang ada. Penyampaian materi dalam proses belajar mengajar diusahakan agar terlaksana secara sistematis dan sesuai dengan alokasi waktu yang tersedia. Kegiatan yang dilakukan selama praktik mengajar antara lain:

a. Membuka Pelajaran

Tujuan membuka pelajaran untuk mempersiapkan mental siswa dalam mengikuti proses belajar mengajar yang akan disampaikan. Kegiatan membuka pelajaran meliputi:

- 1) Membuka pelajaran dengan apersepsi
- 2) Menyampaikan kompetensi/topik yang akan diberikan.

b. Penyajian Materi

Hal- hal yang perlu diperhatikan dalam penyajian materi, yaitu :

1) Persiapan materi

Sebelum mahasiswa praktikan masuk kelas untuk memberi materi kepada siswa, terlebih dahulu praktikan mempersiapkan materi yang akan diajarkan, tentunya harus dengan berpedoman pada silabus dan RPP yang telah dibuat.

2) Penguasaan materi

Materi yang akan disampaikan harus dikuasai oleh mahasiswa praktikan agar dapat menerangkan dan memberi contoh dengan baik kepada siswa.

3) Penggunaan metode

Metode yang digunakan untuk mengajar, antara lain :

- Ceramah bervariasi
- Diskusi
- Penugasan praktis
- Performance (Praktik)

2) Umpan Balik dari Guru Pembimbing

Guru pembimbing akan memberikan umpan balik kepada praktikan dalam praktik mengajarnya sebagai bekal mengajar berikutnya. Umpan balik tersebut dapat berupa.

- Masukan tentang penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).
- Masukan mengenai materi yang disampaikan.
- Masukan tentang cara mengajar praktikan.
- Masukan mengenai penyusunan perangkat pembelajaran.
- Masukan mengenai media pembelajaran.
- Masukan mengenai alat dan cara evaluasi yang digunakan.
- Masukan mengenai penguasaan kelas.

3. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi

a. Faktor Pendukung

- 1) Kedisiplinan tinggi dari seluruh komponen sekolah menjadi faktor pendukung yang penting demi tercapainya efektivitas dan efisiensi kegiatan belajar mengajar.
- 2) Motivasi dari seluruh komponen untuk menjadi yang terbaik sangat mendorong semangat bagi praktikan agar mampu mengajar dengan baik.
- 3) Hubungan yang baik dengan guru pembimbing, dosen pembimbing dan seluruh komponen sangat membantu praktikan dalam melaksanakan praktik mengajar.
- 4) Besarnya perhatian pihak SMP Negeri 1 Tempel kepada praktikan juga sangat membantu kelancaran kegiatan praktik mengajar.
- 5) Partisipasi siswa dalam pembelajaran di kelas sangat membantu praktikan dalam proses belajar mengajar.

b. Faktor Penghambat

- 1) Masih ada beberapa siswa yang kurang aktif, tidak memperhatikan praktikan sehingga menghambat proses belajar mengajar. Solusinya dengan mencoba metode yang lain misalnya pemanasan dengan permainan, pengambilan data tingkat kebugaran serta memperhatikan seluruh siswa serta memberikan peringatan kepada siswa yang mengganggu pembelajaran.

BAB III

PENUTUP

A. Kesimpulan

Pelaksanaan PPL yang telah dilaksanakan di SMP Negeri 1 Tempel dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. PPL merupakan bagian dari mata kuliah, dimana pelaksanaannya dilakukan secara langsung di sekolah, mahasiswa mendapat materi pembelajaran di universitas yang kemudian diaplikasikan di lingkungan sekolah, tetapi tetap beradaptasi dengan semua aturan yang berlaku di sekolah tersebut yang akhirnya penggabungan dari keduanya dapat bermanfaat bagi mahasiswa, baik itu dalam mengenali sikap, sifat, dan tingkah laku siswa yang berbeda antara satu dengan yang lain, menambah pengalaman mahasiswa untuk mempersiapkan diri menjadi seorang guru yang berkompotensi dibidangnya karena mahasiswa yang melaksanakan PPL dituntut untuk memiliki kompetensi *profesionality* (kemampuan profesi), kompetensi *personality* (kemampuan individu), dan kompetensi *sociality* (kemampuan bermasyarakat) kaitannya dengan kompetensi *profesionality*, maka PPL memberikan kontribusi yang lebih konkrit dan berharga.
2. Sebelum mengajar di depan kelas perlu dilakukan observasi, untuk memberikan gambaran kepada mahasiswa tentang potensi yang ada di sekolah, baik potensi fisik maupun potensi akademik.
3. Mahasiswa harus mempersiapkan diri baik mental maupun intelektual untuk menjadi guru yang profesional.
4. Adanya hubungan dan kerjasama yang baik antara mahasiswa PPL dengan pihak sekolah sangat diperlukan untuk mewujudkan suatu kinerja yang baik.
5. Selama di sekolah selain mengajar, mahasiswa juga mengadakan penyuluhan pendidikan karakter untuk peserta didik.
6. Manfaat yang diperoleh mahasiswa selama PPL yaitu:
 - Menambah pemahaman mahasiswa tentang pendidikan yang berlangsung di sekolah.
 - Memperoleh pengalaman dan ketrampilan untuk melaksanakan pembelajaran di sekolah.
 - Menambah rasa percaya diri mahasiswa untuk menjadi seorang guru sepenuhnya.

B. Saran

Untuk meningkatkan keberhasilan kegiatan PPL pada tahun berikutnya perlu diadakan beberapa perbaikan. Sebagai mahasiswa praktikan yang melaksanakan PPL, saran yang dapat diberikan antara lain.

1. Untuk mahasiswa PPL UNY

- a. Mahasiswa hendaknya dapat memanfaatkan kegiatan PPL untuk memperoleh pengalaman sebagai bekal untuk menjalani profesi nantinya.
- b. Mahasiswa harus terus belajar untuk lebih siap menghadapi tantangan di masa yang akan datang.
- c. Mahasiswa perlu adanya kesepahaman visi dan misi antar anggota dengan mengesampingkan egoisme diri, sehingga tercipta suasana kerja yang baik.
- d. Mahasiswa hendaknya mendokumentasikan media yang dibuatnya agar dapat diperlihatkan hasilnya.
- e. Mahasiswa hendaknya mengadakan koordinasi dengan pihak sekolah untuk menghindari kesalahpahaman atau perbedaan persepsi antara mahasiswa dengan pihak sekolah.

2. Untuk Pihak Sekolah

- a. Pihak sekolah hendaknya menjalin komunikasi yang baik untuk menghindari kesalahpahaman atau perbedaan persepsi antara mahasiswa dengan pihak sekolah.
- b. Perlu mengembangkan dan meningkatkan pemanfaatan potensi, ide maupun tenaga dari program PPL secara maksimal dan terkoordinasi
- c. Peran aktif dan partisipasi dalam pelaksanaan kegiatan dan program kerja perlu terus ditingkatkan dan diarahkan
- d. Perlunya kesinambungan program PPL UNY di sekolah-sekolah dalam upaya peningkatan kualitas mahasiswa sebagai calon tenaga pengajar.

3. Untuk Pihak Universitas Negeri Yogyakarta

- a. Perlu adanya peningkatan koordinasi antara LPPMP, Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) dan sekolah tempat mahasiswa PPL dalam melakukan praktik mengajar.
- b. Perlu adanya sosialisasi yang lebih jelas dari pihak LPPMP mengenai ketentuan pelaksanaan program PPL di sekolah.
- c. Pihak LPPMP hendaknya meningkatkan pengontrolan dan monitoring ke lokasi PPL dimana mahasiswa diterjunkan.

DAFTAR PUSTAKA

Kalender Akademik SMP N 1 Tempel 2015/2016.

Tim Penyusun Panduan Pengajaran Mikro. 2015. *Panduan Pengajaran Mikro*. Yogyakarta: PP PPL dan PKL LPPMP UNY.

Tim Penyusun Panduan PPL. 2015. *Panduan PPL*. Yogyakarta: PP PPL dan PKL LPPMP UNY.



MATRIKS PROGRAM KERJA INDIVIDU KKN-PPL
UNY

F01

Kelompok
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

Nomor Lokasi : Nama Mahasiswa : Arijal Haris Martopo
Nama Sekolah : SMPN 1 TEMPEL NIM : 12601244020
Alamat Sekolah : Jalan Magelang KM 17, Ngebong, Jurusan/ Fakultas : POR/FIK
Margorejo, Tempel, Sleman

	b. Pelaksanaan	120	120	120	120	120	600
	c. Evaluasi						
11	Penyusunan Laporan						
	a. Persiapan						
	b. Pelaksanaan				450	330	780
	c. Evaluasi						
Total	Pelaksanaan						7690

Mengetahui/Menyetujui

Sleman, 12 September 2015

Kepala Sekolah

Dosen Pembimbing Lapangan

Yang Membuat,



Widada, S. Pd.

NIP. 19620615 198601 1 003

Fathan Nurcahyo, M. Or.

NIP. 19820711 200812 1 003

Arijal Haris Martopo

NIM. 12601244020



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02
Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMP N 1 Tempel

NAMA MAHASISWA : Arijal Haris Martopo

ALAMAT SEKOLAH : Jalan Magelang Km 17, Ngebong, Tempel, Sleman

NO. MAHASISWA : 12601244020

GURU PEMBIMBING : Susanto Yohannes

DOSEN PEMBIMBING : Fathan Nurcahyo, M. Or.

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi	Alokasi Waktu
1.	Senin, 10 Agustus 2015	Penerjuman mahasiswa PPL oleh DPL Pamong	Penerjuman mahasiswa PPL sejumlah 14 orang di SMP N 1 Tempel oleh DPL Pamong Bapak Ariyadi Warsito dan diterima dengan baik oleh Koordinator PPL SMP N 1 Tempel beserta para guru.	-	-	180 menit
2.		Upacara Bendera rutin	Upacara bendera diikuti oleh peserta didik kelas VII, VIII, dan IX serta guru, karyawan, dan mahasiswa PPL.	-	-	40 menit

3.		Observasi di kelas IX F	Mengamati pembelajaran peserta didik kelas IX F dengan materi bola voli	proses peserta didik dengan materi bola voli			80 menit
4.		Observasi di kelas IX E	Mengamati pembelajaran peserta didik kelas IX E dengan materi bola voli	proses peserta didik dengan materi bola voli			80 menit
5.		Piket	Bersalaman peserta didik	dengan peserta didik	-	-	80 menit
		Penyusunan RPP	Pembuatan RPP dengan materi pembelajaran permainan frisbee	dengan pembelajaran			60 menit
6.	Selasa, 11 Agustus 2015	Menunggu peserta didik kelas VII C	Menunggu peserta didik kelas VII C dikarenakan pendidik yang seharusnya mengajar ada kepingingan dan menenggalkan tugas.	didik peserta didik yang ada dan tugas.	-	-	80 menit
7.		Observasi di kelas IX B	Mengamati pembelajaran peserta didik kelas IX B dengan materi bola basket	proses peserta didik dengan materi bola basket	-		80 menit
8.	Rabu, 12 Agustus 2015	Observasi di kelas IX C	Mengamati pembelajaran peserta didik kelas IX C dengan materi bola basket	proses peserta didik dengan materi bola basket	-		80 menit
9.	Kamis, 13 Agustus 2015	Lomba 17 Agustus	Rapat koordinasi dengan OSIS ini membahas mengenai lomba-lomba yang akan diadakan di sekolah.	dengan OSIS ini membahas mengenai lomba-lomba yang akan diadakan di sekolah.	-	-	180 menit

10.		Piket pagi	Piket pagi dilaksanakan dengan bersalaman kepada peserta didik dilanjutkan dengan tadarus	-	-	-	30 menit
11.	Jumat, 13 Agustus 2015	Membuat RPP	Membuat RPP dengan materi pembelajaran frisbee	-	-	-	180 menit
12.		Rapat koordinasi lomba 17 Agustus bersama OSIS	Rapat koordinasi dengan OSIS yang kedua untuk persiapan lomba 17 Agustus.	-	-	-	80 menit
13.	Sabtu, 15 Agustus 2015	Menunggu peserta didik kelas VIII C	Menunggu peserta didik kelas VIII C dikarenakan ada tugas dari mata pelajaran TIK.	-	-	-	80 menit
14.		Menunggu peserta didik kelas IXA	Menunggu peserta didik kelas IXA dikarenakan ada tugas dari mata pelajaran matematika	-	-	-	80 menit
15.		Lomba 17 Agustus	Pembuatan/print juknis lomba	-	-	-	60 menit
16.	Selasa, 18 Agustus 2015	Penyusunan RPP	RPP materi frisbee	-	-	-	100 menit
17.		Piket	Menggantikan guru yang keluar, kelas menjadi terrib dan tenang	-	-	-	40 menit

18.	Penataan Gudang OR	Membersihkan debu dan menata bola	-	-	30 menit
19.	Pendampingan Sholat Dzuhur Berjamaah	Mengarahkan siswa dalam melaksanakan sholat berjamaah	-	-	30 menit
20.	Lomba 17 Agustus 2015	Rapat dilakukan bersama OSIS guna kelancaran lomba yang akan diadakan.	-	-	90 menit
21.	Piket	Membersihkan dan membersihkan posko PPL	-	-	60 menit
22.	Pendampingan Tadarus Al Qur'an	Siswa tenang dan tertib mengikuti tadarus	-	-	15 menit
23.	Mengajar kelas IX B	Materi permainan frisbee	-	-	80 menit
24.	Mengajar kelas IX C	Materi permainan frisbee	-	-	80 menit
25.	Lomba 17 Agustus	Membuat garis lapangan futsal, sehingga pertandingan futsal dapat dilaksanakan	-	-	90 menit
26.	Pendampingan Sholat Dzuhur Berjamaah	Mengarahkan siswa dalam melaksanakan sholat berjamaah	-	-	30 menit

27		Lomba 17 Agustus	Koordinasi kegiatan lomba, memantapkan persiapan			60 menit
28		Pendampingan Tadarus Al Qur'an	Siswa tenang dan tertib mengikuti tadarus			15 menit
29		Lomba 17 Agustus	Pembuatan jadwal pertandingan futsal			120 menit
30	Kamis, 20 Agustus 2015	Lomba 17 Agustus	Pembuatan lapangan futsal			90 menit
31		Lomba 17 Agustus	Persiapan lomba/pertandingan (pengarahan dan presensi peserta didik)			60 menit
32		Lomba 17 Agustus	Pelaksanaan lomba. Berjalan dengan lancar.			120 menit
33		Pendampingan Tadarus Al Qur'an	Siswa tenang dan tertib mengikuti tadarus			15 menit
34		Mengajar kelas IX A	Materi pembelajaran permainan <i>frisbee</i>			80 menit
35	Jum'at, 21 Agustus 2015	Mengajar kelas IX D	Materi pembelajaran permainan <i>frisbee</i>			80 menit
36		Penyusunan Materi Pembelajaran	Mencari referensi pembelajaran			80 menit
37		Pendampingan Sholat Jum'at	Mengarahkan siswa, sehingga siswa tertib dalam melaksanakan sholat Jum'at			60 menit
38	Sabtu, 22 Agustus 2015	Mengajar kelas	Materi pembelajaran			80

		VIII D	permainan frisbee				menit
39		Lomba 17 Agustus	Persiapan pelaksanaan lomba hari kedua				60 menit
40		Bimbingan dengan DPL	Evaluasi KBM Minggu I				60 menit
41		Lomba 17 Agustus	Pelaksanaan. Lomba berjalan dengan lancar.				120 menit
42		Upacara Bendera	Upacara terlaksana dengan tertib dan lancar.				40 menit
43		Mengajar kelas IX F	Materi pembelajaran permainan frisbee				80 menit
44		Mengajar kelas IX E	Materi pembelajaran permainan frisbee				80 menit
45	Senin, 24 Agustus 2015	Menyusun Materi Pembelajaran	Mencari referensi materi pembelajaran				90 menit
46		Pendampingan Sholat Dzuhur Berjamaah	Mengarahkan siswa dalam melaksanakan sholat berjamaah				30 menit
47		Piket	Bersalaman dengan siswa di pintu masuk sekolah.				15 menit
48		Pendampingan Tadarus Al Qur'an	Siswa tenang dan tertib mengikuti tadarus				15 menit
49	Selasa, 25 Agustus 2015	Pembuatan Media Pembelajaran	Membuat media pembelajaran yang berupa slide presentasi				200 menit
50		Pendampingan Sholat Dzuhur Berjamaah	Mengarahkan siswa dalam melaksanakan sholat berjamaah				30 menit

51		Pendampingan Tadarus Al Qur'an	Siswa tenang dan tertib mengikuti tadarus			15 menit
52		Mengajar kelas IX B	Materi pembelajaran teknik dasar <i>passing</i> bola basket.			80 menit
53	Rabu, 26 Agustus 2015	Mengajar kelas IX C	Materi pembelajaran teknik dasar <i>passing</i> bola basket.			80 menit
54		Menyusun Materi Pembelajaran	Mencari referensi materi pembelajaran			60 menit
55		Pendampingan Sholat Dzuhur Berjamaah	Mengarahkan siswa dalam melaksanakan sholat berjamaah			30 menit
56		Pendampingan Tadarus Al Qur'an	Siswa tenang dan tertib mengikuti tadarus			15 menit
57		Mengajar kelas VII A	Materi pembelajaran teknik dasar dan permainan bola basket			80 menit
58	Kamis, 27 Agustus 2015	Menyusun Materi Pembelajaran	Mencari referensi materi pembelajaran			60 menit
59		Penyusunan RPP	Menyusun RPP untuk pembelajaran selanjutnya			60 menit
60		Pembuatan Media Pembelajaran	Membuat media pembelajaran yang berupa slide presentasi			50 menit
61	Jum'at, 28 Agustus 2015	Pendampingan Tadarus Al Qur'an	Siswa tenang dan tertib mengikuti tadarus			15 menit

62	Mengajar kelas IX A	Materi pembelajaran teknik dasar <i>passing</i> bola basket.			80 menit
63	Mengajar kelas IX D	Materi pembelajaran teknik dasar <i>passing</i> bola basket.			80 menit
64	Menyusun Materi Pembelajaran	Mencari referensi materi pembelajaran			30 menit
65	Pembuatan Media Pembelajaran	Membuat media pembelajaran yang berupa slide presentasi			60 menit
66	Pendampingan Sholat Jum'at	Mengarahkan siswa, sehingga siswa tertib dalam melaksanakan sholat Jum'at			60 menit
	Piket	Bersalaman dengan siswa			15 menit
67	Pendampingan Tadarus Al Qur'an	Siswa tenang dan tertib mengikuti tadarus			15 menit
68	Mengajar kelas VIII D	Materi pembelajaran permainan bola basket			80 menit
69	Menyusun Materi Pembelajaran	Mencari referensi materi pembelajaran			30 menit
70	Pembuatan Media Pembelajaran	Membuat media pembelajaran yang berupa slide presentasi			50 menit
71	Bimbingan dengan DPL	Konsultasi Pengisian Matrik dan Program PPL			60 menit

Sabtu, 29 Agustus 2015

72	Senin, 31 Agustus 2015	Upacara Bendera	Upacara terlaksana dengan tertib dan lancar.			60 menit	
73		Mengajar Kelas IX F	Materi pembelajaran teknik dasar <i>passing</i> bola basket.			80 menit	
74		Mengajar Kelas IX E	Materi pembelajaran teknik dasar <i>passing</i> bola basket.			80 menit	
75		Menyusun Materi Pembelajaran	Mencari referensi materi pembelajaran			50 menit	
76		Pembuatan Media Pembelajaran	Membuat media pembelajaran yang berupa slide presentasi			30 menit	
77		Pendampingan Sholat Dzuhur Berjamaah	Mengarahkan siswa dalam melaksanakan sholat berjamaah			30 menit	
78		Piket	Bersalaman dengan siswa			15 menit	
79		Pendampingan Tadarus Al Qur'an	Siswa tenang dan tertib mengikuti tadarus			15 menit	
80		Selasa, 1 September 2015	Menyusun RPP	RPP dengan materi kesehatan tentang Bahaya Kebakaran			60 menit
81			Pembuatan Media Pembelajaran	Membuat media pembelajaran yang berupa slide presentasi			60 menit
82	Pendampingan Sholat Dzuhur Berjamaah		Mengarahkan siswa dalam melaksanakan sholat berjamaah			30 menit	

83		Bimbingan dengan DPL Pamong	Materi bimbingan adalah teknis penarikan PPL			60 menit
84		Piket	Membersihkan dan merapikan posko PPL			30 menit
85		Pendampingan Tadarus Al Qur'an	Siswa tenang dan tertib mengikuti tadarus			15 menit
86		Mengajar Kelas IX B	Materi pembelajaran Kebugaran dengan melakukan tes kebugaran setiap siswa			80 menit
87		Mengajar Kelas IX C	Materi pembelajaran Kebugaran dengan melakukan tes kebugaran setiap siswa			80 menit
88	Rabu, 2 September 2015	Menyusun Materi Pembelajaran	Mencari referensi materi pembelajaran			60 menit
89		Penyusunan Laporan	Mengisi catatan harian dan laporan mingguan			60 menit
90		Pendampingan Sholat Dzuhur Berjamaah	Mengarahkan siswa dalam melaksanakan sholat berjamaah			30 menit
91		Pendampingan Tadarus Al Qur'an	Siswa tenang dan tertib mengikuti tadarus			15 menit
92	Kamis, 3 September 2015	Mengajar kelas VIII D	Materi pembelajaran dribble dalam bola basket			80 menit
93		Penyusunan Laporan	Melengkapi struktur laporan dan mengisi catatan harian dan			300 menit

94		Pendampingan Tadarus Al Qur'an	laporan mingguan Siswa tenang dan tertib mengikuti tadarus				15 menit
95		Mengajar Kelas IX A	Materi pembelajaran Kebugaran dengan melakukan tes kebugaran seluruh siswa				80 menit
96	Jum'at, 4 September 2015	Mengajar Kelas IX D	Materi pembelajaran Kebugaran dengan melakukan tes kebugaran seluruh siswa				80 menit
97		Penyusunan Laporan	Melengkapi struktur laporan dan mengisi catatan harian dan laporan mingguan				90 menit
98		Pendampingan Sholat Jum'at	Mengarahkan siswa, sehingga siswa tertib dalam melaksanakan sholat Jum'at				60 menit
		Piket	Bersalaman dengan siswa				15 menit
99		Menyusun Materi Pembelajaran	Mencari referensi materi pembelajaran				80 menit
100	Sabtu, 5 September 2015	Mengajar Kelas VII A	Materi pembelajaran dribble dalam bola basket				80 menit
101		Pembuatan Media Pembelajaran	Membuat media pembelajaran yang berupa slide presentasi				90 menit
102		Piket	Membersihkan dan merapikan posko PPL				30 menit

103	Upacara Bendera	Upacara terlaksana dengan tertib dan lancar.			60 menit
104	Mengajar Kelas IX F	Materi pembelajaran Kebugaran dengan melakukan tes kebugaran seluruh siswa			80 menit
105	Mengajar Kelas IX E	Materi pembelajaran Kebugaran dengan melakukan tes kebugaran seluruh siswa			80 menit
106	Pembuatan Media Pembelajaran	Membuat media pembelajaran yang berupa slide presentasi			90 menit
107	Pendampingan Sholat Dzuhur Berjamaah	Mengarahkan siswa dalam melaksanakan sholat berjamaah			30 menit
108	Piket	Bersalaman dengan siswa			15 menit
109	Pendampingan Tadarus Al Qur'an	Siswa tenang dan tertib mengikuti tadarus			15 menit
110	Pembuatan Media Pembelajaran	Membuat media pembelajaran yang berupa slide presentasi			120 menit
111	Pendampingan Sholat Dzuhur Berjamaah	Mengarahkan siswa dalam melaksanakan sholat berjamaah			30 menit
112	Mengajar Kelas IX B	Materi pembelajaran adalah Kesehatan dengan pokok bahasan Bahaya Kebakaran			80 menit
113	Mengajar Kelas	Materi pembelajaran			80

		IX B	adalah Kesehatan dengan pokok bahasan Bahaya Kebakaran			menit
114		Mengajar	Merekap nilai			60 menit
115		Pendampingan Sholat Dzuhur Berjamaah	Mengarahkan siswa dalam melaksanakan sholat berjamaah			30 menit
116		Pendampingan Tadarus Al Qur'an	Siswa tenang dan tertib mengikuti tadarus			15 menit
117		Penyusunan Laporan	Melengkapi lampiran-lampiran			120 menit
118	Kamis, 10 September 2015	Mengajar	Merekap nilai			60 menit
119		Penyusunan Laporan	Mengisi catatan harian dan laporan mingguan			60 menit
120		Pendampingan Sholat Dzuhur Berjamaah	Mengarahkan siswa dalam melaksanakan sholat berjamaah			30 menit
121		Pendampingan Tadarus Al Qur'an	Siswa tenang dan tertib mengikuti tadarus			15 menit
122		Mengajar Kelas IX A	Materi pembelajaran adalah Kesehatan dengan pokok bahasan Bahaya Kebakaran			80 menit
123		Mengajar Kelas IX D	Materi pembelajaran adalah Kesehatan dengan pokok bahasan Bahaya Kebakaran			80 menit

124	Penyusunan Laporan	Mengisi catatan harian dan laporan mingguan		90 menit
125	Pendampingan Sholat Jum'at	Mengarahkan siswa, sehingga siswa tertib dalam melaksanakan sholat Jum'at		60 menit

Mengetahui,
Dosen Pembimbing

Fathan Nurcahyo, M. Or.
NIP 19820711 200812 1 003

Guru Pembimbing

Susanto Yohannes
NIP 19570321 198203 1 010

Tempel, 12 September 2015
Mahasiswa

Arifal Haris Martopo
NIM 12601244020



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN DANA PELAKSANAAN PPL / MAGANG III UNY
TAHUN 2015

F03
Untuk
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH/ LEMBAGA : SMP N 1 Tempel

No.	Nama Kegiatan	Hasil Kuantitatif/ Kualitatif	Serapan Dana (Dalam Rupiah)				Jumlah
			Swadaya/ Sekolah/ Lembaga	Mahasiswa	Pemuda Kabupaten	Sponsor/ Lembaga Lainnya	
1.	Lomba Menperingati 17 Agustus	a. Kuantitatif, Pengadaan hadiah berupa alat tulis dan trofi; perengskapan lomba. b. Kualitatif, memacu siswa untuk berkompetisi dalam hal positif.	150.000	150.000	-	-	300.000
Individu							
Jumlah							300.000



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN DANA PELAKSANAAN PPL / MAGANG III UNY TAHUN 2015

F03
Untuk Mahasiswa

Kerangan : Semua bentuk bantuan dan swadaya dinyatakan/ dinilai dalam rupiah menggunakan standar yang berlaku di lokasi setempat.

Mengetahui,

Kepala Sekolah

SMP NEGERI 1 TEMPEL
SNIP 19620615 198601 1 003
Widada, S. Pd.

Dosen Pembimbing Lapangan

Fathan Nurcahyo, M. Or.
NIP. 19820711 200812 1 003

Yang Membuat,

Arjial Haris Martopo
NIM. 12601244020

Ket



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

F04

UNTUK MAHASISWA

Nama Sekolah/ Lembaga : SMP N 1 Tempel
 Alamat Sekolah/ Lembaga : Jl. Magelang km. 17, Tempel, Sleman Fax./ Telp. Sekolah/ Lembaga :
 Nama DPL PPL/ Magang III : Fathan Nurcahyo, M. Or
 Prodi / Fakultas DPL PPL/ Magang III : PJKR / Fakultas Ilmu Keolahragaan / PPL
 Jumlah Mahasiswa PPL/ Magang III : 14

No	Tgl. Kehadiran	Jml Mhs	Materi Bimbingan	Keterangan	Tanda Tangan DPL PPL/ Magang III
1.	15 Agustus 2015		Pembagian materi ajar dan penyusunan RPP		
2.	22 Agustus 2015		Evaluasi KBM Minggu 1		
3	29 Agustus 2015		Konsultasi pengisian matrik dan program PPL		
4.	12 September '15		Penyusunan Laporan		

PERHATIAN :

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

Mengetahui,
 Kepala Sekolah / Lembaga

 NIP. 19620615 198601 1 003
 SLEMAN

Tempel, 12 September 2015
 Mhs PPL/ Magang III Prodi PJKR

 ARJAL HARISS M

SILABUS PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP N 1 Tempel

Kelas : IX

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Semester : 1 (Satu)

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

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator Pencapaian Kompetensi*	Penilaian		Alokasi Waktu	Sumber Belajar	
				Teknik	Bentuk Instrumen			Contoh Instrumen
1.1. Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar lanjutan dengan koordinasi yang baik serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan**)	Frisbee	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan variasi kombinasi teknik dasar lempar dan tangkap dengan koordinasi yang baik secara berpasangan atau kelompok Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menamakan nilai kerjasama dan menghargai lawan 	<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar lempar dan tangkap dengan koordinasi yang baik Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi <p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui bentuk – bentuk variasi dan kombinasi teknik dasar lempar dan tangkap dengan koordinasi yang baik <p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta 	Tes praktik (Kinerja)	Tes Contoh Kinerja	Lakukan variasi dan kombinasi teknik dasar lempar dan tangkap dengan koordinasi yang baik	2x40 menit	Buku teks, buku referensi, frisbee, cone, lapangan

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator Pencapaian Kompetensi*	Penilaian			Alokasi Waktu	Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
	Bola Basket	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar passing, menggiring, shooting, dan lay-up shoot dengan koordinasi yang baik secara berpasangan atau ke-lompok Bermain dengan peraturan yang dimodi fikasi untuk memupuk kerja sama 	peralatan dengan teman Aspek Psikomotor <ul style="list-style-type: none"> Variasi dan kombinasi teknik dasar passing (dada, pantul dan dari atas kepala) dengan koordinasi yang baik Variasi dan kombinasi teknik dasar menggiring, shooting (dengan dua tangan dari atas depan kepala) dan lay-up shoot dengan koordinasi yang baik Bermain dengan pe-raturan yang di modifik 	Tes praktik (Kinerja)	Tes Contoh Kinerja	Lakukan variasi kombinasi teknik dasar passing (dada, pantul dan dari atas kepala) dengan koordinasi yang baik	3x2x40 menit	Buku teks, Buku referensi, Bolabasket, lapangan bolabasket
			Aspek Kognitif <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui bentuk –bentuk variasi dan kombinasi teknik dasar passing, menggiring, shooting dan lay-up shoot 	Tes tertulis	Pilihan ganda/uraian singkat	Gerak langkah yang diperbolehkan untuk melakukan lay-up shoot adalah ...		

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator Pencapaian Kompetensi*	Penilaian			Alokasi Waktu	Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
			<p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman 	Tes observasi	Lembar observasi	Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman		
<p>❖ Karakter siswa yang diharapkan :</p> <p>Disiplin (<i>Discipline</i>) Tekun (<i>diligence</i>) Tanggung jawab (<i>responsibility</i>) Ketelitian (<i>carefulness</i>) Kerja sama (<i>Cooperation</i>) Toleransi (<i>Tolerance</i>) Percaya diri (<i>Confidence</i>) Keberanian (<i>Bravery</i>)</p>								

Mengetahui,
Kepala SMP N 1 Tempel

Tempel, 10 Agustus 2015
Guru Mapel PjOK.

(Widada.S.Pd.)

NIP/NIK : 196206151986011003

(Susanto Yohannes)

NIP/NIK : 195703211982031010

SILABUS PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP N 1 Tempel
 Kelas : IX
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Semester : 1 (Satu)

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

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator Pencapaian Kompetensi*	Penilaian			Alokasi Waktu	Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
2.1 Mengidentifikasi jenis-jenis latihan yang sesuai dengan kebutuhan	Keb jasmani	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan identifikasi bentuk latihan untuk kekuatan dan daya tahan (untuk badan bagian atas dan bawah) secara berpasangan atau kelompok Melakukan identifikasi bentuk latihan untuk kelentukan (persendian leher, tangan, lengan, pinggang, lutut dan kaki) Secara berpasangan atau kelompok 	<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan identifikasi bentuk latihan untuk kekuatan dan daya tahan (untuk badan bagian atas dan bawah) Melakukan identifikasi bentuk latihan untuk kelentukan (persendian leher,tangan, lengan,pinggang, lutut dan kak <p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui bentuk – bentuk latihan untuk kekuatan dan daya tahan badan bagian atas dan bawah <p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> Semangat, tanggung jawab, disiplin, dan 	<p>Tes praktik (Kinerja)</p> <p>Tes tertulis</p> <p>Tes observasi</p>	<p>Tes Contoh Kinerja</p> <p>Pilihan ganda/uraian singkat</p> <p>Lembar observasi</p>	<p>Lakukan bentuk latihan untuk kekuatan dan daya tahan (untuk badan bagian atas dan bawah serta latihan untuk kelentukan (persendian leher,tangan, lengan,pinggang, lutut dan kaki)</p> <ul style="list-style-type: none"> Sebutkan bentuk –bentuk latihan untuk kekuatan dan daya tahan badan bagian atas dan bawah ! <p>Semangat,</p>	2x2x40 menit	Buku teks, buku referensi, lapangan, matras

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator Pencapaian Kompetensi*	Penilaian			Alokasi Waktu	Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
2.2 Mempraktikkan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan untuk kebugaran jasmani sesuai dengan kebutuhan dengan menggunakan alat sederhana serta nilai semangat, tanggung jawab, disiplin, dan percaya diri	Keb. jasmani	<ul style="list-style-type: none"> elakukan latihan kekuatan dan daya tahan otot paha dan kaki secara berpasangan atau kelompok elakukan lomba kecepatan dan kelincahan dengan peraturan yang di modifikasi untuk 	percaya diri Aspek Psikomotor <ul style="list-style-type: none"> Melakukan bentuk latihan untuk kekuatan dan daya tahan (untuk badan bagian atas dan bawah) Melakukan bentuk latihan untuk kelentukan (persendian leher, tangan, lengan, pinggang, lutut dan kaki Melakukan bentuk latihan untuk kecepatan (untuk otot badan bagian atas dan bawah) 	Tes praktik (Kinerja) Tes tertulis	Tes Contoh Kinerja Pilihan ganda/uraian singkat Lembar observasi	Lakukan bentuk latihan daya tahan,kekuatan dan kecepatan Sebutkan bentuk – bentuk latihan untuk kekuatan dan daya tahan badan bagian atas dan bawah !		

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator Pencapaian Kompetensi*	Penilaian			Alokasi Waktu	Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
		menanamkan nilai disiplin dan tanggung jawab	<p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui bentuk – bentuk latihan untuk kekuatan dan daya tahan badan bagian atas dan bawah <p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> Semangat, tanggung jawab, disiplin, dan percaya diri 			Semangat, tanggung jawab, disiplin, dan percaya diri		
<p>❖ Karakter siswa yang diharapkan :</p> <p>Disiplin (<i>Discipline</i>) Tekun (<i>diligence</i>) Tanggung jawab (<i>responsibility</i>) Ketelitian (<i>carefulness</i>) Kerja sama (<i>Cooperation</i>) Toleransi (<i>Tolerance</i>) Percaya diri (<i>Confidence</i>) Keberanian (<i>Bravery</i>)</p>								

Mengetahui,
Kepala SMP N 1 Tempel

Tempel, 10 Agustus 2015
Guru Mapel PJOK.

(Widada, S. Pd.)
NIP/NIK : 196206151986011003

(Susanto Yohannes)
NIP/NIK : 195703211982031010

SILABUS PEMBELAJARAN

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

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator Pencapaian Kompetensi*	Penilaian			Alokasi Waktu	Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
7.1 Melakukan identifikasi	Kesehatan	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan identifikasi penyebab kebakaran (merokok, zat yang mudah terbakar, nyala api terbuka) secara berkelompok 	<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan identifikasi penyebab kebakaran (merokok, zat yang mudah terbakar, nyala api terbuka) <p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui penyebab kebakaran <p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan, dan kebersihan 	<p>Tes praktik (Kinerja)</p>	<p>Tes Contoh Kinerja</p>	<p>Lakukan identifikasi penyebab kebakaran (merokok, zat yang mudah terbakar, nyala api terbuka)</p> <p>Lembar soal terlampir</p>	1x2x40 menit	Buku teks, buku referensi, lingkungan
				<p>Tes tertulis</p>	<p>Pilihan ganda/uraian singkat</p>	<p>Sebutkan penyebab kebakaran !.</p>		
				<p>Tes observasi</p>	<p>Lembar observasi</p>	<p>Kerjasama, kekompakan dan kedisiplinan !.</p>		

7.2 Melakukan cara menghindari bahaya kebakaran	Kesehatan	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan pencegahan bahaya kebakaran (pencegahan terhadap penyebab, perlengkapan pemadam kebakaran 	<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> Identifikasi cara pencegahan bahaya kebakaran <p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui cara menghindari bahaya kebakaran <p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan dan kebersihan 	Tes praktik (Kinerja) Tes tertulis	Tes Contoh Kinerja Pilihan ganda/uraian singkat	Lakukanidentifikasi cara pencegahan bahaya kebakaran <ul style="list-style-type: none"> Sebutkan cara menghindari bahaya kebakaran ! <p>Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan dan kebersihan</p>			
<p>❖ Karakter siswa yang diharapkan :</p> <p>Disiplin (<i>Discipline</i>) Tekun (<i>diligence</i>) Tanggung jawab (<i>responsibility</i>) Ketelitian (<i>carefulness</i>) Kerja sama (<i>Cooperation</i>) Toleransi (<i>Tolerance</i>) Percaya diri (<i>Confidence</i>) Keberanian (<i>Bravery</i>)</p>									

Mengetahui,
Kepala SMP N 1 Tempel

Tempel, 10 Agustus 2015
Guru Mapel PJOK.

(Widada, S. Pd.)
NIP/NIK : 196206151986011003

(Susanto Yohannes)
NIP/NIK : 195703211982031010

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

- SMP/MTs** : SMP N 1 TEMPEL
- Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
- Kelas/Semester** : IX (Sembilan) / 1 (Satu)
- Standar Kompetensi** : Mempraktikkan berbagai teknik dasar ke dalam permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya.
- Kompetensi Dasar** : Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar lanjutan dengan konsisten serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan dan bersedia berbagi tempat dan peralatan.
- Alokasi Waktu** : 2 x 40 menit

A. Tujuan Pembelajaran

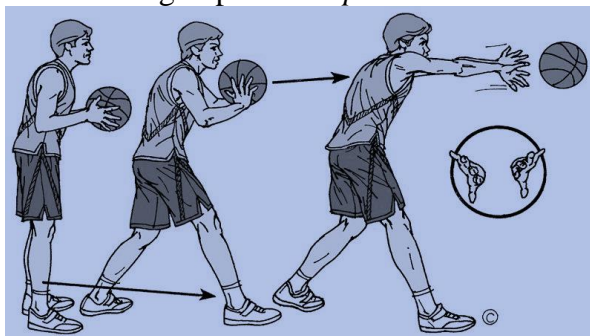
- Siswa dapat melakukan teknik dasar mengumpan dalam bola basket.
- Siswa dapat bermain bola basket dengan peraturan yang dimodifikasi.

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

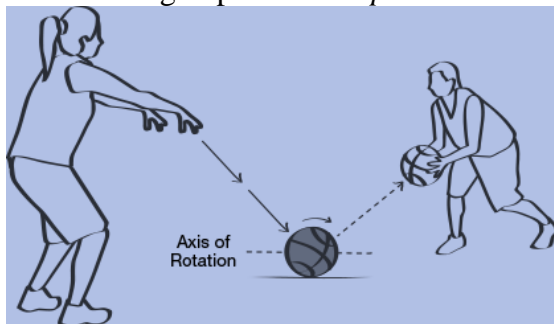
B. Materi Pembelajaran

Permainan Bola Basket

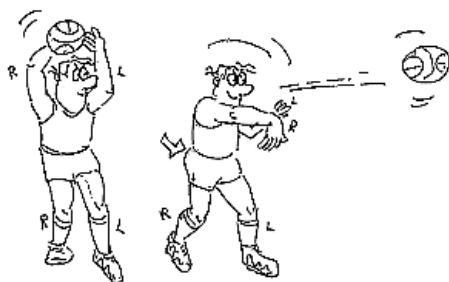
- Teknik mengumpan *chest pass*



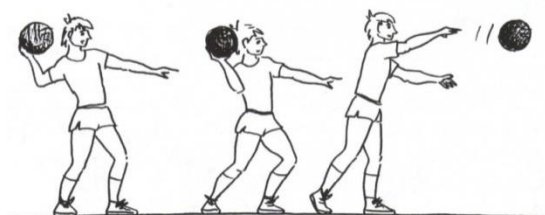
- Teknik mengumpan *bounce pass*



- Teknik mengumpan *overhead pass*



- Teknik mengumpan *baseball pass / one hand pass*



- Bermain bola basket dengan peraturan yang dimodifikasi.

C. Metode Pembelajaran

- Demonstrasi
- Komando
- *Reciprocal* (timbang-balik)
- Penugasan

D. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan Pembelajaran	Alokasi waktu
a. Pendahuluan <ol style="list-style-type: none"> 1. Berbaris 2. Salam 3. Berdo'a 4. Presensi 5. Apersepsi 6. Pemanasan 	10 menit

<p>b. Penyajian/inti</p> <p>Eksplorasi Dalam kegiatan Eksplorasi guru:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Memfasilitasi siswa dalam mencari informasi yang seluas-luasnya yang berkaitan dengan materi yang akan dipelajari dengan menggunakan media pembelajaran. <input type="checkbox"/> Memberikan pengantar singkat sebelum masuk ke dalam inti pembelajaran. <input type="checkbox"/> Memaparkan peristiwa-peristiwa yang berkaitan dengan pembelajaran/studi kasus <p>Elaborasi Dalam kegiatan elaborasi, guru:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Mengajarkan materi permainan bola basket yang diisi dengan urutan materi sebagai berikut: <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Mengumpan bola chest pass / umpan dada</i> 2. <i>Mengumpan bola bounce pass / umpan pantul</i> 3. <i>Mengumpan bola di atas kepala / overhead pass</i> 4. <i>Bermainan bola basket dengan peraturan yang dimodifikasi</i> <p>Konfirmasi Dalam kegiatan konfirmasi, guru:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Memberikan kesimpulan sebagai penguat sebelum penutupan tentang materi pembelajaran. <input type="checkbox"/> Bertanya jawab akan hal yang belum diketahui siswa sebagai evaluasi daya tangkap siswa terhadap materi 	<p>60 menit</p>
<p>c. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pendinginan 2. Kesimpulan 3. Berdo'a 4. Berhitung 5. Salam 	<p>10 menit</p>

E. Alat dan Sumber Belajar

- Lapangan/ruang terbuka yang datar dan aman
- Bola basket 4 buah
- Buku teks

Sarjono & Sumarjo. (2010). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan: Untuk SMP/MTs Kelas IX*. Jakarta: Pusat Perbukuan, Kementrian Pendidikan Nasional

F. Penilaian

1. Teknik Penilaian

- Tes unjuk kerja (psikomotor):
 Lakukan teknik dasar mengumpan bola

Keterangan:

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

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = ----- X 50

Jumlah skor maksimal

- Pengamatan sikap (afeksi):

Keterangan:

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

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

- Kuis/*embedded test* (kognisi):

Keterangan:

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

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

2. Rubrik Penilaian

RUBRIK PENILAIAN UNJUK KERJA TEKNIK DASAR PERMAINAN BOLA BASKET

Aspek yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
1. Posisi badan dengan salah satu kaki ke depan dan agak condong ke depan				
2. Bola umpan stabil dan tepat sasaran				
3. Tangan menggenggam bola dengan kuat				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 12				

RUBRIK PENILAIAN PERILAKU DALAM PEMBELAJARAN

No	Nama	Perilaku Yang Diharapkan (Cek ✓)			
		Disiplin	Keaktifan	Percaya Diri	Kejujuran
1					
2					
3					
4					
5					
dst					

**RUBRIK PENILAIAN
PEMAHAMAN KONSEP PERMAINAN BOLA BASKET**

Pertanyaan yang Diajukan	Kualitas Jawaban (Cek ✓)			
	1	2	3	4
1. Ada berapa cara mengumpan bola? Sebutkan!				
2. Bagaimana cara memegang bola pada lemparan <i>baseball</i> ?				
3. Bagaimana posisi badan saat mengumpan?				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 12				

Penilaian

Pertanyaan no. 1

- Skor 1 apabila jawaban siswa salah
- Skor 2 apabila siswa menyebutkan jumlahnya sahaja
- Skor 3 apabila siswa menyebutkan 1 jenis lemparan
- Skor 4 apabila siswa mengetahui jumlah dan menyebutkan semua jawaban

Pertanyaan no. 2

- Skor 1 apabila siswa tidak dapat menjawab
- Skor 2 apabila jawaban siswa tidak tepat
- Skor 3 apabila siswa menjawab dengan singkat
- Skor 4 apabila jawaban siswa lengkap dan benar

Pertanyaan no. 3

- Skor 1 apabila siswa tidak dapat menjawab
- Skor 2 apabila jawaban siswa tidak tepat
- Skor 3 apabila siswa menjawab dengan singkat
- Skor 4 apabila jawaban siswa lengkap dan benar

Tempel, 10 Agustus 2015

Mengetahui,

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Susanto Yohanes
NIP. 19570321 198203 1 010

Arijal Haris Martopo
NIM. 12601244020

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Sekolah / Instansi	: SMP N 1 TEMPEL
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: VIII / Ganjil
Materi Pokok	: Bola Basket
Alokasi Waktu	: 2 x 40 menit
Standar Kompetensi	:1. Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya
Kompetensi Dasar	: 1.1Mempraktikkan teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar lanjutan dengan koordinasi yang baik serta nilai kerjasama, toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan**)

A. Tujuan Pembelajaran

- Siswa dapat mengetahui rangkaian gerak *passing* yaitu lemparan dada dalam permainan bola basket dengan benar.
- Siswa dapat melakukan teknik dasar lemparan dada dalam permainan bola basket dengan benar.
- Siswa dapat melakukan kombinasi passing, Siswa dapat bermain permainan bola basket yang telah di modifikasi.

❖ **Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin (*Discipline*)

Tekun(*diligence*)

Tanggungjawab(*responsibility*)

Ketelitian(*carefulness*)

Kerja sama (*Cooperation*)

Toleransi (*Tolerance*)

Percaya diri (*Confidence*)

Keberanian (*Bravery*)

B. Materi ajar

Bola Basket (Lemparan Dada/*Chest Pass*)

C. Metode Pembelajaran

- Demonstrasi
- Komando

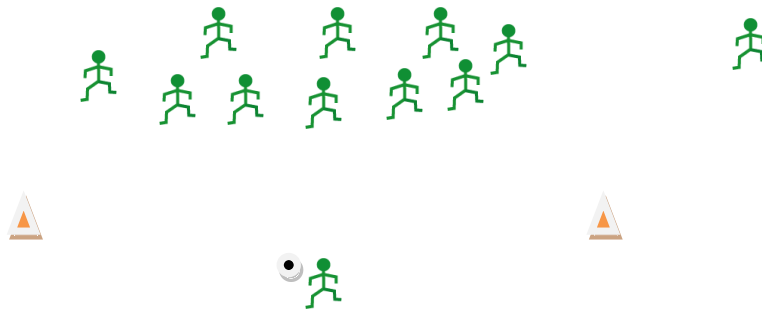
D. Langkah- Langkah Kegiatan Pembelajaran

1. Kegiatan Pendahuluan

- Siswa di bariskan menjadi 3 shaf, guru memimpin untuk berdoa, di lanjutkan mempresensi siswa, kemudian guru melakukan apersepsi kepada siswa di mulai menanyakan keadaan siswa, kesiapan siswa menerima materi pelajaran, dan juga memberikan gambaran sederhana mengenai materi yang akan diajarkan.
- Pemanasan :
 - ✓ Siswa melakukan pemanasan statis dan dinamis
- Siswa berkelompok menjadi 2, putri sendiri dan putra sendiri
- Terdapat kotak lapangan 7x7 meter untuk masing masing kelompok
- Bermain “memburu itik” dengan cara :
 - Terdapat 2 siswa yang berada diluar area lapangan menjadi pemburu
 - Siswa lainnya berada di dalam area lapangan sebagai itik yang menjadi target sasaran si pemburu
 - Pemburu berusaha menembak itik dengan melempar bola basket ke dalam lapangan sampai mengenai punggung si itik, bila itik sudah tertembak maka itik harus keluar dari area dan membantu pemburu untuk menembak itik hingga itik yang berada di area habis.

Gambar:





2. Kegiatan Inti *Eksplorasi*

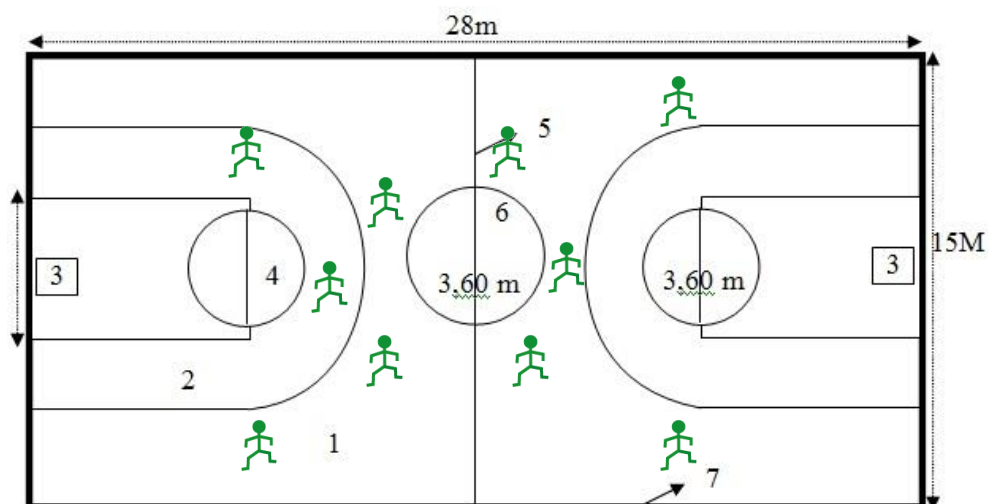
1. Siswa bermain dengan permainan yang di modifikasi

✓ Game 1

• Peraturan :

- Setiap permainan terdapat 2 tim
- Satu tim terdiri dari 5-7 siswa
- Menggunakan satu lapangan penuh
- Permainan menggunakan lemparan dada/ chest pass, tidak boleh yang lainnya
- Mencetak point dengan cara memasukkan bola ke dalam ring, tapi bola harus maksimal 5 kali sentuhan terlebih dahulu kemudian boleh memasukkan bola kedalam ring.

• Gambar :

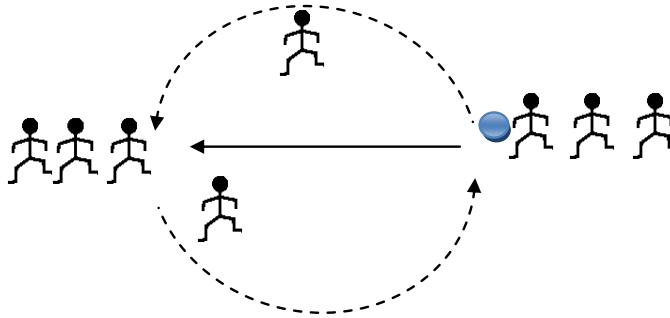


▪ *Elaborasi*

1. Pada tahap ini guru memberikan tambahan materi tentang teknik dasar lemparan dada (chest pass) dalam permainan bola basket.
2. Siswa melakukan teknik passing chest pass/lemparan dada.

3. Siswa dibariskan 4 berbanjar dan pada setiap banjar dibagi 2 kelompok yang saling berhadapan dengan melakukan lemparan dada bergantian dengan jarak yang bertahap dari 3 meter sampai 5 meter hingga semua peserta didik melakukan.

Gambar :



4. Siswa bermain mendekati permainan dengan peraturan yang sesungguhnya

✓ Game 2

• Peraturan :

- Peraturannya sama dengan game 1, perbedaannya jika akan mencetak point bebas melakukan lemparan dada (passing tidak di tentukan harus berapa kali)

▪ **Konfirmasi**

Dalam tahap ini guru :

1. Memberikan umpan balik yang positif dan penguatan dalam bentuk lisan kepada siswa.
2. Memfasilitasi peserta didik untuk melakukan refleksi diri terhadap apa yang telah dilakukan oleh peserta didik.
3. Memfasilitasi peserta didik untuk memperoleh pengalaman yang bermakna.
4. Memberikan motivasi kepada peserta didik yang kurang atau belum berpartisipasi aktif.

3. Kegiatan Penutup

- Pendinginan (cooling down) melemaskan otot tungkai, lengan, dan punggung.



- Siswa berpasangan melakukan pendinginan atau pelepasan dengan berhadapan saling membungkuk dan mengayunkan ke dua tangan berlawanan.



- Dilanjutkan saling berangkul menghadap ke depan dan sama-sama mengayunkan tungkainya.
- Bersama-sama dengan peserta didik dan/atau sendiri membuat kesimpulan dari pembelajaran yang telah dilakukan.
- Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran

E. Sumber Belajar

1. Bola Basket 4
 2. Cone 8
 3. Peluit
- Buku referensi, *Roji, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas VIII. Muhajir dan Ali Satia Graha, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas VIII*
 - Lembar Kerja Proses Belajar, *Roji, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*

F. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<p>Aspek Psikomotor</p> <p>Melakukan teknik dasar lemparan dada (chest pass) dalam permainan bola basket</p>	Tes praktik (Kinerja)	Tes Kinerja	Contoh Lakukan teknik dasar lemparan dada (chest pass) dalam permainan bola basket
<p>Aspek Kognitif</p> <p>Mengetahui teknik dasar Lemparan dada (chest pass) dalam permainan</p>	Tes tertulis	Pilihan ganda/uraian singkat	Bagaimana gerakan tangan saat lemparan dada (chest pass) dalam permainan bola basket

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
bola basket Aspek Afektif <ul style="list-style-type: none"> • Kerjasama, toleransi, keberanian, menghargai lawan 	Tes observasi	Lembar observasi	basket ? Kedisiplinan, keberanian dan tanggung jawab

a. Teknik penilaian:

- Tes unjuk kerja (psikomotor):

Bermain dengan permainan yang di modifikasi

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

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = ----- X 50

Jumlah skor maksimal

- Pengamatan sikap (afeksi):

Keterangan:

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

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = ----- X 30

Jumlah skor maksimal

- Kuis/*embedded test* (kognisi):

Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai teknik dasar lemparan dada (chest pass) dalam permainan bola basket

Keterangan:

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

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = ----- X 20

Jumlah skor maksimal

Nilai akhir yang diperoleh siswa = Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis

RUBRIK PENILAIAN

UNJUK KERJA DALAM LEMPARAN DADA (CHEST PASS) DALAM PERMAINAN BOLA BASKET

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
Melakukan Teknik Dasar Lemparan dada (chest pass) 1. Gerakan tangan saat melakukan chest pass 2. Sikap atau posisi badan dan pandangan mata saat melakukan chest pass 3. Arah bola saat dilempar				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 12				

PERILAKU DALAM LEMPARAN DADA (CHEST PASS) PERMAINAN BOLA BASKET

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
1. Keberanian dalam melakukan gerakan (tidak ragu-ragu)	
2. Mentaati peraturan	
3. Menunjukkan sikap bersungguh-sungguh dalam melakukan gerakan	
4. Bertanggungjawab	
JUMLAH	
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 4	

**PEMAHAMAN KONSEP GERAK LEMPARAN DADA (CHEST PASS) DALAM
PERMAINAN BOLA BASKET**

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
1. Bagaimana posisi tubuh saat melakukan lempar dada ? 2. Bagaimana arah bola saat dilempar?				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 8				

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Yogyakarta, 19 Agustus 2015
Mahasiswa

Susanto Yohannes
NIP : 19570321 198203 1 010

Arijal Haris Martopo
NIM. 12601244020

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Sekolah / Instansi	: SMP N 1 TEMPEL
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: VIII / Ganjil
Materi Pokok	: Bola Tangan
Alokasi Waktu	: 2 x 40
Standar Kompetensi	:1. Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga, serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya
Kompetensi Dasar	: 1.1Mempraktikkan teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar lanjutan dengan koordinasi yang baik serta nilai kerjasama, toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan**)

A. Tujuan Pembelajaran

- Peserta didik dapat mengetahui rangkaian gerak *passing* dalam teknik dasar dalam permainan bola tangan dengan benar.
- Peserta didik dapat melakukan teknik dasar lemparan/ *passing* dari atas bahu dalam permainan bola tangan dengan benar.
- Peserta didik dapat bermain permainan bola tangan yang telah di modifikasi.

❖ **Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin (*Discipline*)

Tekun(*diligence*)

Tanggungjawab(*responsibility*)

Ketelitian(*carefulness*)

Kerja sama (*Cooperation*)

Toleransi (*Tolerance*)

Percaya diri (*Confidence*)

Keberanian (*Bravery*)

B. Materi ajar

Bola Tangan (Lemparan bola dari atas bahu)/ *javelin pass*.

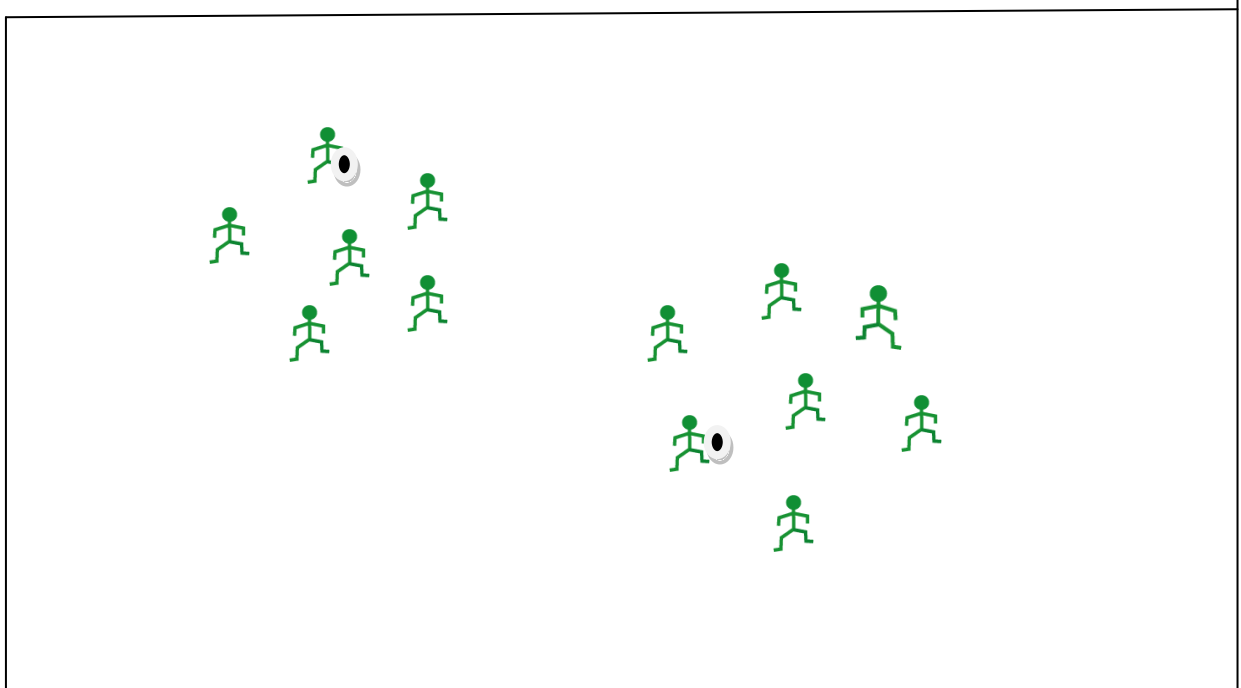
C. Metode Pembelajaran

- Demonstrasi
- Komando

E. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

1. Kegiatan Pendahuluan

- Siswa di bariskan menjadi 3 shaf, guru memimpin untuk berdoa, di lanjutkan mempresensi siswa, kemudian guru melakukan apersepsi kepada siswa di mulai menanyakan keadaan siswa, kesiapan siswa menerima materi pelajaran, dan juga memberikan gambaran sederhana mengenai materi yang akan diajarkan.
- Pemanasan :
 - ✓ Siswa melakukan pemanasan statis dan dinamis
 - ✓ Pemanasan khusus :
 - Bermain kucing-kucingan yang terdiri dari kelompok kecil.
 - Setiap kelompok kecil terdapat 5-6 orang.
 - Bermain kucing-kucingan membentuk lingkaran, salah satu orang berada ditengah sebagai kucing yang berusaha merebut bola.
 - Selain yang menjadi kucing melakukan lempar tangan dengan satu tangan.



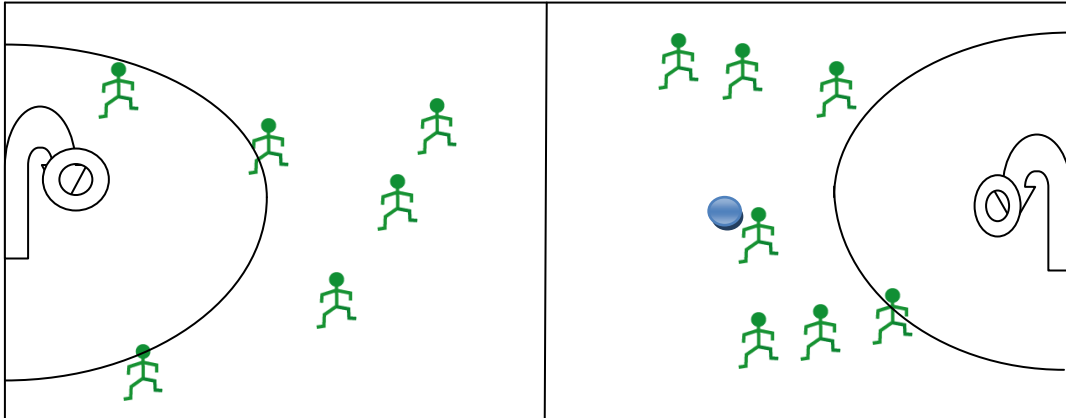
2. Kegiatan Inti

▪ *Eksplorasi*

1. Guru memberi pertanyaan kepada peserta didik mengenai pengetahuannya tentang bola tangan.
2. Guru menyuruh peserta didik untuk mempraktikkan apa yang diketahuinya tentang bola tangan.
3. Menyimpulkan bersama peserta didik tentang gerak dasar dalam permainan bola tangan.
4. Peserta didik bermain dengan permainan yang di modifikasi
 - ✓ Game 2
 - Peraturan :
 - Siswa di bagi menjadi 2 kelompok, tim A dan tim B
 - Satu tim terdiri dari 6-8 siswa
 - Menggunakan lapangan basket.
 - Menggunakan bola tangan.
 - Saling menyerang untuk mencetak poin dengan memasukkan bola dalam gawang lawan.
 - Terdapat garis busur/garis setengah lingkaran adalah sebagai garis tembak.

- Untuk menyerang hanya diperbolehkan passing atau lempar menggunakan satu tangan.

- Gambar :



▪ *Elaborasi*

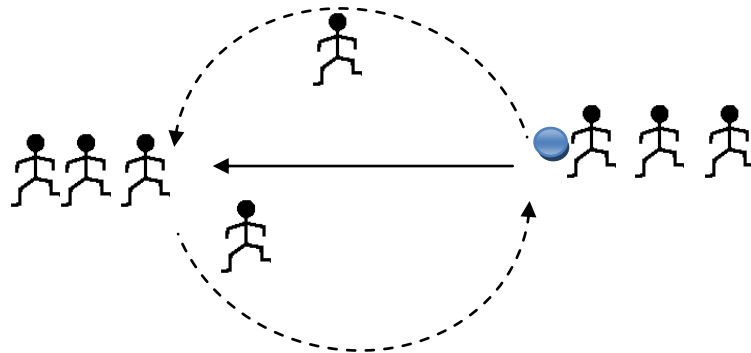
1. Pada tahap ini peserta didik memberikan tambahan materi tentang teknik dasar mempassing bola dalam permainan bola tangan.

Rangkaian gerakan :

- Tahap persiapan
 - Berdiri tegak dengan sikap kaki dibuka selebar bahu, langkahkan salah satu kaki ke belakang.
 - Tangan kanan membawa bola yang diletakkan pada atas bahu agak ke belakang, dan julurkan tangan kiri lurus sebagai penyeimbang.
 - Pandangan ke depan.
- Tahap pelaksanaan
 - Tarik tangan yang membawa bola ke belakang, posisi bola berada pada atas bahu.
 - Pindahkan berat tubuh pada tumpuan kaki kanan bersamaan dengan saat menarik tangan yang membawa bola.
 - Lepaskan bola dengan dorongan ke depan seperti dilecutkan.
- Akhir gerakan
 - Gerakan lanjutan kaki kanan melangkah ke depan.

- Arah laju bola tepat pada depan sasaran.
2. Peserta didik melakukan teknik melempar bola di atas bahu (javelin pass).
 3. Peserta didik di bariskan 4 berbanjar, pada setiap banjar membentuk barisan sendiri dengan membagi 2 kelompok saling berhadapan dengan jarak 5 meter, masih dalam bentuk berbanjar melakukan teknik melempar dari atas bahu/ javelin pass dengan bergantian hingga setiap peserta didik melakukan 3x.

Gambar :



4. Siswa bermain dengan permainan yang di modifikasi

✓ Game 3

• Peraturan :

- Peraturan nya sama dengan game 2, perbedaannya hanya bola tidak boleh dibawa lari, maksimal 5 langkah harus sudah mengoper pada temannya.

▪ **Konfirmasi**

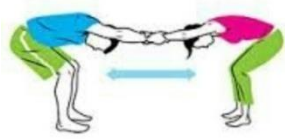
Dalam tahap ini guru :

1. Memberikan umpan balik yang positif dan penguatan dalam bentuk lisan kepada siswa.
2. Memfasilitasi peserta didik untuk melakukan refleksi diri terhadap apa yang telah di lakukan oleh peserta didik.
3. Memfasilitasi peserta didik untuk memperoleh pengalaman yang bermakna.
4. Memberikan motivasi kepada peserta didik yang kurang atau belum berpartisipasi aktif.

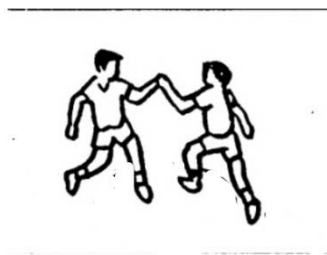
3. Kegiatan Penutup

- Pendinginan (cooling down)

- Siswa berpasangan melakukan beberapa gerakan pendinginan
- Gambar:
 - Saling Menarik lengan



- Saling berhadapan mengayunkan tungkai depan ke belakang, kanan, dan kiri.



- Bersama-sama dengan peserta didik dan/atau sendiri membuat kesimpulan dari pembelajaran yang telah dilakukan.
- Melakukan penilaian dan/atau refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan secara konsisten dan terprogram.
- Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran

F. Sumber Belajar

1. Bola tangan 4 buah
2. Peluit dan stopwatch
3. Simpai 2 buah

- Buku referensi, *Roji, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas VII. Muhajir dan Ali Satia Graha, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas VII*
- Lembar Kerja Proses Belajar, *Roji, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*

G. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<p>Aspek Psikomotor</p> <p>Melakukan teknik dasar lemparan dari atas bahu (javelin pass) dalam permainan bola tangan.</p>	Tes praktik (Kinerja)	Tes Kinerja	Contoh Lakukan teknik dasar lemparan dari atas bahu) dalam permainan bola tangan
<p>Aspek Kognitif</p> <p>Mengetahui teknik dasar lemparan atas bahu (javelin pass) dalam permainan bola tangan</p>	Tes tertulis	Pilihan ganda/uraian singkat	Bagaimana gerakan tangan saat lempara atas bahu (javelin pass) dalam permainan bola tangan ?
<p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kerjasama, toleransi, keberanian, menghargai lawan 	Tes Observasi	Lembar observasi	Kedisiplinan, keberanian dan tanggung jawab

a. Teknik penilaian:

- Tes unjuk kerja (psikomotor):

Bermain dengan permainan yang di modifikasi

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

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

- Pengamatan sikap (afeksi):

Keterangan:

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

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Nilai} = \text{-----} \times 30$$

Jumlah skor maksimal

- Kuis/*embedded test* (kognisi):

Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai teknik dasar menggiring bola (*dribbling ball*) dalam permainan bola basket

Keterangan:

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

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Nilai} = \text{-----} \times 20$$

Jumlah skor maksimal

Nilai akhir yang diperoleh siswa = Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis

**UNJUK KERJA DALAM MELEMPAR DARI ATAS BAHU (JEVELIN PASS)
DALAM PERMAINAN BOLA TANGAN**

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
Melakukan Teknik Dasar memasing bola atas bahu (javelin pass) 1. Gerakan tangan saat melakukan lemparan atas bahu. 2. Sikap atau posisi badan dan pandangan mata saat melakukan lemparan. 3. Arah laju bola				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 12				

**PERILAKU DALAM MELEMPAR DARI ATAS BAHU (JEVELIN PASS)
PERMAINAN BOLA TANGAN**

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
1. Keberanian dalam melakukan gerakan (tidak ragu-ragu)	
2. Mentaati peraturan	
3. Menunjukkan sikap bersungguh-sungguh dalam melakukan gerakan	
4. Bertanggungjawab	
JUMLAH	
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 4	

**PEMAHAMAN KONSEP GERAK MELEMPAR DARI ATAS BAHU (JEVELIN
PASS) DALAM PERMAINAN BOLA TANGAN**

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4

<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana gerakan tangan saat melakukan lemparan atas bahu di tempat? 2. Bagaimana gerak lanjutan tubuh setelah melakukan lemparan? 				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 8				

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Yogyakarta, 21 Agustus 2015
Mahasiswa

Susanto Yohannes
NIP : 19570321 198203 1 010

Arijal Haris Martopo
NIM. 12601244020

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

- SMP/MTs** : SMP N 1 TEMPEL
- Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
- Kelas/Semester** : IX (Sembilan) / 1 (Satu)
- Standar Kompetensi** : Mempraktikkan berbagai teknik dasar ke dalam permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya.
- Kompetensi Dasar** : Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar lanjutan dengan konsisten serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan dan bersedia berbagi tempat dan peralatan.
- Alokasi Waktu** : 2 x 40 menit

A. Tujuan Pembelajaran

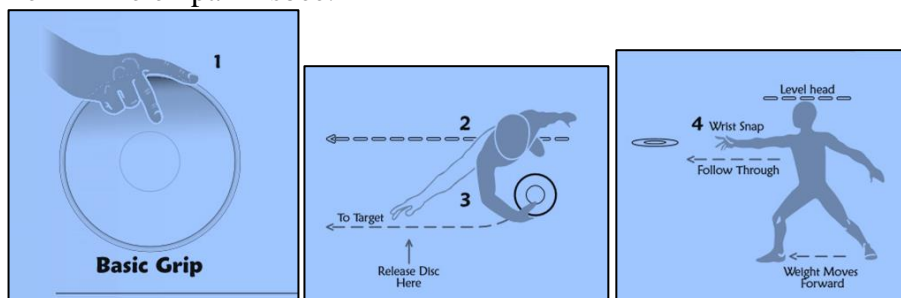
- Siswa dapat melakukan teknik dasar melempar dan menangkap frisbee.
- Siswa dapat melakukan kombinasi teknik dasar melempar dan menangkap frisbee.
- Siswa dapat bermain frisbee dengan peraturan yang dimodifikasi.

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

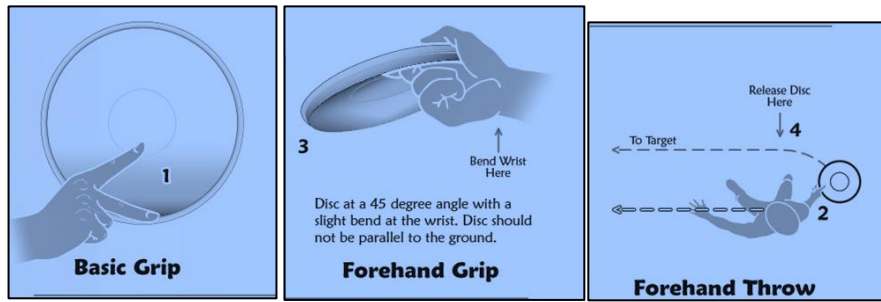
B. Materi Pembelajaran

Permainan Frisbee

- Teknik melempar frisbee.

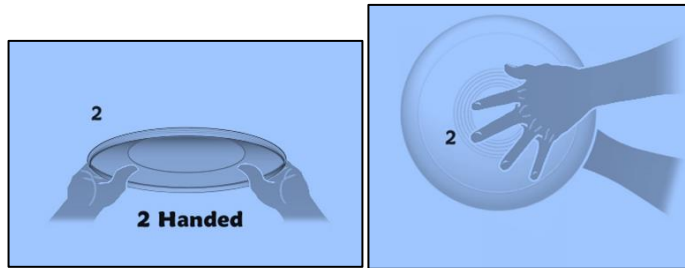


Teknik lemparan backhand



Teknik melempar forehand

- Teknik menangkap frisbee



C catch

Clap catch

- Bermain frisbee dengan peraturan yang dimodifikasi.

C. Metode Pembelajaran

- Demonstrasi
- Komando
- *Resiprocal* (timbang-balik)
- Penugasan

D. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan Pembelajaran	Alokasi waktu
a. Pendahuluan <ol style="list-style-type: none"> 1. Berbaris 2. Salam 3. Berdo'a 4. Presensi 5. Apersepsi 	10 menit
b. Penyajian/inti <p><i>Eksplorasi</i></p> <p>Dalam kegiatan Eksplorasi guru:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Memfasilitasi siswa dalam mencari informasi yang seluas-luasnya yang berkaitan dengan materi yang akan dipelajari dengan menggunakan media pembelajaran. <input type="checkbox"/> Memberikan pengantar singkat sebelum masuk ke dalam inti pembelajaran. <input type="checkbox"/> Memaparkan peristiwa-peristiwa yang berkaitan dengan pembelajaran/studi kasus 	60 menit

<p>Elaborasi Dalam kegiatan elaborasi, guru:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Mengajarkan materi permainan <i>Frisbee</i> yang diisi dengan urutan materi sebagai berikut: <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Cara melempar frisbee dengan backhand</i> 2. <i>Cara menangkap frisbee dengan teknik "C" catch</i> 3. <i>Bermainan frisbee dengan peraturan yang dimodifikasi</i> <p>Konfirmasi Dalam kegiatan konfirmasi, guru:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Memberikan kesimpulan sebagai penguat sebelum penutupan tentang materi pembelajaran. <input type="checkbox"/> Bertanya jawab akan hal yang belum diketahui siswa sebagai evaluasi daya tangkap siswa terhadap materi 	
<p>c. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pendinginan 2. Kesimpulan 3. Berdo'a 4. Berhitung 5. Salam 	10 menit

E. Alat dan Sumber Belajar

- Ruang kelas
- Proyektor dan *LCD*
- Komputer atau laptop
- Slide presentasi
- Lapangan/ruang terbuka yang datar dan aman
- Frisbee 8 buah
- Buku teks

Sarjono & Sumarjo. (2010). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan: Untuk SMP/MTs Kelas IX*. Jakarta: Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional

F. Penilaian

1. Teknik Penilaian

- Tes unjuk kerja (psikomotor):

Lakukan teknik dasar melempar dan menangkap frisbee

Keterangan:

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

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = ----- X 50

Jumlah skor maksimal

- Pengamatan sikap (afeksi):

Keterangan:

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

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

- Kuis/*embedded test* (kognisi):

Keterangan:

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

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

2. Rubrik Penilaian

RUBRIK PENILAIAN UNJUK KERJA TEKNIK DASAR PERMAINAN FRISBEE

Aspek yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
1. Gerakan lemparan diayun dari belakang ke depan dengan diikuti gerakan pergelangan tangan				
2. Hasil lemparan stabil dan tepat sasaran				
3. Tangan menggenggam dengan kuat saat menangkap frisbee				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 12				

RUBRIK PENILAIAN PERILAKU DALAM PEMBELAJARAN

No	Nama	Perilaku Yang Diharapkan (Cek ✓)			
		Disiplin	Keaktifan	Percaya Diri	Kejujuran
1					
2					
3					
4					
5					
dst					

**RUBRIK PENILAIAN
PEMAHAMAN KONSEP PERMAINAN FRISBEE**

Pertanyaan yang Diajukan	Kualitas Jawaban (Cek ✓)			
	1	2	3	4
1. Ada berapa cara melempar frisbee? Sebutkan!				
2. Bagaimana cara menggenggam frisbee pada lemparan <i>backhand</i> ?				
3. Bagaimana posisi badan saat menangkap frisbee?				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 12				

Penilaian

Pertanyaan no. 1

- Skor 1 apabila jawaban siswa salah
- Skor 2 apabila siswa menyebutkan jumlahnya sahaja
- Skor 3 apabila siswa menyebutkan 1 jenis lemparan
- Skor 4 apabila siswa mengetahui jumlah dan menyebutkan semua jawaban

Pertanyaan no. 2

- Skor 1 apabila siswa tidak dapat menjawab
- Skor 2 apabila jawaban siswa tidak tepat
- Skor 3 apabila siswa menjawab dengan singkat
- Skor 4 apabila jawaban siswa lengkap dan benar

Pertanyaan no. 3

- Skor 1 apabila siswa tidak dapat menjawab
- Skor 2 apabila jawaban siswa tidak tepat
- Skor 3 apabila siswa menjawab dengan singkat
- Skor 4 apabila jawaban siswa lengkap dan benar

Tempel, 10 Agustus 2015

Mengetahui,

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Susanto Yohanes
NIP. 19570321 198203 1 010

Arijal Haris Martopo
NIM. 12601244020

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

SMP/MTs : SMP N 1 TEMPEL

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : IX (Sembilan) / 1 (Satu)

Standar Kompetensi : Menerapkan budaya hidup sehat.

Kompetensi Dasar : Memahami cara menghindari bahaya kebakaran.

Alokasi Waktu : 2 x 40 menit

A. Tujuan Pembelajaran

- Siswa dapat mengidentifikasi penyebab kebakaran.
- Siswa dapat mengidentifikasi cara menghindari kebakaran.

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

B. Materi Pembelajaran

Budaya Hidup Sehat

- Bahaya bencana kebakaran

C. Metode Pembelajaran

- Ceramah
- *Resiprocal* (timbal-balik)
- Penugasan

D. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan Pembelajaran	Alokasi waktu
a. Pendahuluan 1. Salam 2. Berdo'a 3. Presensi 4. Apersepsi	10 menit
b. Penyajian/inti	60 menit

<p>Eksplorasi Dalam kegiatan Eksplorasi guru:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Memfasilitasi siswa dalam mencari informasi yang seluas-luasnya yang berkaitan dengan materi yang akan dipelajari dengan menggunakan media pembelajaran. <input type="checkbox"/> Memberikan pengantar singkat sebelum masuk ke dalam inti pembelajaran. <input type="checkbox"/> Memaparkan peristiwa-peristiwa yang berkaitan dengan pembelajaran/studi kasus <p>Elaborasi Dalam kegiatan elaborasi, guru:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Mengajarkan materi permainan <i>Frisbee</i> yang diisi dengan urutan materi sebagai berikut: <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Bahaya kebakaran</i> 2. <i>Menghindari Kebakaran</i> 3. <i>Tindakan Penyelamatan</i> <p>Konfirmasi Dalam kegiatan konfirmasi, guru:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Memberikan kesimpulan sebagai penguat sebelum penutupan tentang materi pembelajaran. <input type="checkbox"/> Bertanya jawab akan hal yang belum diketahui siswa sebagai evaluasi daya tangkap siswa terhadap materi 	
<p>c. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kesimpulan 2. Berdo'a 3. Salam 	<p>10 menit</p>

E. Alat dan Sumber Belajar

- Ruang kelas
- Proyektor dan *LCD*
- Komputer atau laptop
- Slide presentasi
- Buku teks

Isnaini, Faridha & Suranto. (2010). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan: Untuk SMP/MTs Kelas IX*. Jakarta: Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional

F. Penilaian

1. Teknik Penilaian

- Pengamatan sikap (afeksi):

Keterangan:

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

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

- Kuis/*embedded test* (kognisi):

Keterangan:

Berikan penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 5

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 70$$

2. Rubrik Penilaian

RUBRIK PENILAIAN PERILAKU DALAM PEMBELAJARAN

No	Nama	Perilaku Yang Diharapkan (Cek ✓)			
		Disiplin	Keaktifan	Percaya Diri	Kejujuran
1					
2					
3					
4					
5					
dst					

RUBRIK PENILAIAN PEMAHAMAN KONSEP BUDAYA HIDUP SEHAT

No	Nama	Butir-Butir Soal (Cek ✓)					Σ
		Soal No. 1	Soal No. 2	Soal No. 3	Soal No. 4	Soal No. 5	
1							
2							
3							
4							
5							
dst							

Penilaian

1. Berikut ini adalah keadaan yang paling besar memicu kebakaran
 - a. menyalakan kompor untuk memasak
 - b. menyalakan lilin pada tempatnya
 - c. membuang puntung rokok sembarangan
 - d. menyalakan obat nyamuk bakar pada tempatnya

Jawaban: c

2. Berikut adalah salah satu unsur penyebab keluarnya api, kecuali
 - a. Oksigen
 - b. puntung rokok
 - c. reaksi kimia
 - d. bahan bakar

Jawaban: b

3. Ruang dapur yang aman adalah
 - a. Rapat
 - b. tidak ada kompor
 - c. Tidak banyak barang-barang
 - d. banyak ventilasinya

Jawaban: d

4. Salah satu penyebab kebakaran yang diakibatkan oleh listrik adalah, kecuali
 - a. menyalakan lampu pada siang hari
 - b. menyalakan kompor listrik
 - c. mengganti sekering dengan yang lebih besar
 - d. menyalakan televisi dalam waktu yang lama

Jawaban: b

5. Salah satu cara mengatasi musibah kompor yang meledak agar api tidak menjalar adalah
 - a. menyiram dengan air
 - b. menutup dengan kain yang dibasahi
 - c. meniup supaya apinya padam
 - d. menutup rapat-rumah (ruang dapur)

Jawaban: b

Tempel, 10 Agustus 2015

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Mahasiswa

Susanto Yohanes
NIP. 19570321 198203 1 010

Arijal Haris Martopo
NIM. 12601244020

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

- SMP/MTs** : SMP N 1 TEMPEL
- Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
- Kelas/Semester** : IX (Sembilan) / 1 (Satu)
- Standar Kompetensi** : Mempraktikkan jenis latihan beban dengan alat sederhana untuk meningkatkan kebugaran dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.
- Kompetensi Dasar** : Mempraktikkan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan untuk kebugaran jasmani sesuai dengan kebutuhan dengan menggunakan alat sederhana serta nilai semangat, tanggung jawab, disiplin, dan percaya diri.
- Alokasi Waktu** : 2 x 40 menit

A. Tujuan Pembelajaran

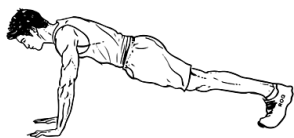
- Siswa dapat mengidentifikasi bentuk-bentuk latihan kebugaran sesuai kebutuhan.
- Siswa dapat melakukan bentuk-bentuk latihan kebugaran.

- ❖ **Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin (*Discipline*)
Tekun (*diligence*)
Tanggung jawab (*responsibility*)
Ketelitian (*carefulness*)
Kerja sama (*Cooperation*)
Toleransi (*Tolerance*)
Percaya diri (*Confidence*)
Keberanian (*Bravery*)

B. Materi Pembelajaran

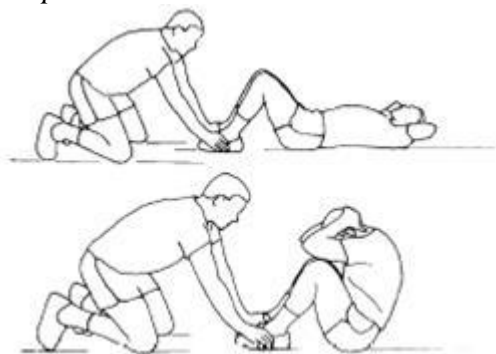
Latihan Kebugaran

- *Push-up*



WorkoutLabs.com

- *Sit-up*



- *Sprint 25 meter*



C. Metode Pembelajaran

- Demonstrasi
- Komando
- *Resiprocal* (timbang-balik)
- Penugasan

D. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan Pembelajaran	Alokasi waktu
a. Pendahuluan <ol style="list-style-type: none"> 1. Berbaris 2. Salam 3. Berdo'a 4. Presensi 5. Apersepsi 	10 menit
b. Penyajian/inti <i>Eksplorasi</i> Dalam kegiatan Eksplorasi guru: <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Memfasilitasi siswa dalam mencari informasi yang seluas-luasnya yang berkaitan dengan materi yang akan dipelajari dengan menggunakan media pembelajaran. <input type="checkbox"/> Memberikan pengantar singkat sebelum masuk ke dalam inti pembelajaran. <input type="checkbox"/> Memaparkan peristiwa-peristiwa yang berkaitan dengan pembelajaran/studi kasus 	60 menit

<p>Elaborasi Dalam kegiatan elaborasi, guru:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Mengajarkan materi latihan kebugaran yang diisi dengan urutan materi sebagai berikut: <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Secara berpasangan bergantian melakukan push-up selama 1 menit</i> 2. <i>Secara berpasangan bergantian melakukan sit-up selama 1 menit</i> 3. <i>Melakukan sprint dengan jarak 25 meter</i> <p>Konfirmasi Dalam kegiatan konfirmasi, guru:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Memberikan kesimpulan sebagai penguat sebelum penutupan tentang materi pembelajaran. <input type="checkbox"/> Bertanya jawab akan hal yang belum diketahui siswa sebagai evaluasi daya tangkap siswa terhadap materi 	
<p>c. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pendinginan 2. Kesimpulan 3. Berdo'a 4. Berhitung 5. Salam 	10 menit

E. Alat dan Sumber Belajar

- Lapangan/ruang terbuka yang datar dan aman
- Buku teks

Sarjono & Sumarjo. (2010). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan: Untuk SMP/MTs Kelas IX*. Jakarta: Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional

F. Penilaian

1. Teknik Penilaian

- Tes unjuk kerja (psikomotor):
 Lakukan bentuk-bentuk latihan kebugaran

Keterangan:

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

Nilai = *Jumlah skor yang diperoleh X 50*

- Pengamatan sikap (afeksi):

Keterangan:

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

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

- Kuis/*embedded test* (kognisi):

Keterangan:

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

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

2. Rubrik Penilaian

RUBRIK PENILAIAN UNJUK KERJA LATIHAN KEBUGARAN

No.	Nama	L/P	Jenis Latihan				Nilai Akhir
			Push Up	Sit Up	Squat	Sprint	
1							
2							
3							
4							
5							

RUBRIK PENILAIAN PERILAKU DALAM PEMBELAJARAN

No	Nama	Perilaku Yang Diharapkan (Cek ✓)			
		Disiplin	Keaktifan	Percaya Diri	Kejujuran
1					
2					
3					
4					
5					
dst					

RUBRIK PENILAIAN PEMAHAMAN KONSEP LATIHAN KEBUGARAN

Pertanyaan yang Diajukan	Kualitas Jawaban (Cek ✓)			
	1	2	3	4
1. Ada berapa aspek kebugaran? Sebutkan!				
2. Sebutkan jenis latihan kekuatan!				
3. Bagaimana posisi badan saat melakukan <i>push-up</i> ?				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 12				

Penilaian

Pertanyaan no. 1

- Skor 1 apabila jawaban siswa salah
- Skor 2 apabila siswa menyebutkan jumlahnya sahaja
- Skor 3 apabila siswa menyebutkan 1-4 jenis lemparan
- Skor 4 apabila siswa mengetahui jumlah dan menyebutkan semua jawaban

Pertanyaan no. 2

- Skor 1 apabila siswa tidak dapat menjawab
- Skor 2 apabila jawaban siswa tidak tepat
- Skor 3 apabila siswa menyebutkan 1-2 jenis latihan
- Skor 4 apabila siswa menyebutkan 3-5 jenis latihan

Pertanyaan no. 3

- Skor 1 apabila siswa tidak dapat menjawab
- Skor 2 apabila jawaban siswa tidak tepat
- Skor 3 apabila siswa menjawab dengan singkat
- Skor 4 apabila jawaban siswa lengkap dan benar

Tempel, 10 Agustus 2015

Mengetahui,

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Susanto Yohanes
NIP. 19570321 198203 1 010

Arijal Haris Martopo
NIM. 12601244020

LEMBAR PENILAIAN

SMP/MTs : SMP N 1 TEMPEL

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : IX (Sembilan) / 1 (Satu)

Materi Pembelajaran : Latihan Kebugaran

Kelas : IX A

No.	Nama	L/P	Jenis Latihan				Nilai Akhir		
			Push Up	Sit Up	Squat	Sprint			
1	AHMAD BAEHAKI	L	46	85	31	75	25	5.03	
2	AHMAD MISBACHUL MUNIR	L	33	75	35	80	36	5.00	
3	AHMAD MUFELIH TAUFIQI	P	22	65	33	75	31	5.25	
4	ALFIAN ABSTARI	P	17	60	30	75	31	5.22	
5	ANGGITA EKA MARYANI	P	44	85	23	65	30	6.40	
6	DANIA DWI ASTUTI	P	20	60	23	65	24	6.42	
7	DEVA NUR AMELIA SANTY	L	42	85	36	80	25	6.46	

8	FAJAR FEBRIANTO	P	25	65	28	70	39		5.03		
9	FARAH NURUL AZIZAH	P	33	75	32	75	32		6.44		
10	GADHANG ASON SUKOCO	L	15	55	30	75	40		5.40		
11	HUSNUN YULI KUSUMANINGRUM	L	37	80	40	85	22		6.47		
12	IKHSAN SUPPASTYO	P	30	70	27	70	47		4.90		
13	ISTI PUJIRAHAYU	L	30	70	33	75	35		6.47		
14	KALIS ANJARWANI SANTOSA	L	13	55	40	85	26		5.04		
15	KAULYA ELFINA LARASATI	P	13	55	24	70	24		6.90		
16	KRISNU TANTRI MARIESTI	L	24	65	25	70	25		7.00		
17	LAILA INDAH BERLIANA	P	36	75	28	70	30				
18	LINA MUALIFAH	L	40	80	35	80	38		6.19		
19	MAULIDIA MAWAR SARI	L	60	85	31	75	30		6.23		
20	MUHAMMAD AZSRORI	L	30	70	27	70	40		5.05		
21	MUHAMMAD HILMI B.	L	16	55	26	70	27		5.04		

22	PUTRI AMALIAA PERTIWI	P	27	70	30	75	30	6.04		
23	RISKY ANANDYA RAIHANI	P	33	75	34	80	30	6.06		
24	ROHANA NUR CAHYANI	P	42	85	29	75	29			
25	SANTIKA HANDAYANI	P	28	70	30	75	30	5.65		
26	SUJARWADI GALIH SAPUTRA	P	40	80	45	85	40	5.04		
27	TEGAR ARKAN MANAF	P	20	60	32	75	32	5.42		
28	TIKA WULAN SARI	P	46	85	36	80	32	5.66		
29	WIDI NURUL SHOLIHAH	L	24	65	25	70	35	5.67		
30	YOSA ERLANGGA	L	34	75	23	65	32	4.42		
31										
32										
33										
34										

Mengetahui,

Tempel, 10 Agustus 2015

Guru Pembimbing

Susanto Yohanes

NIP. 19570321 198203 1 010

Mahasiswa

Ariyal Harris Martopo

NIM. 12601244020

LEMBAR PENILAIAN

SMP/MTs : SMP N 1 TEMPEL

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : IX (Sembilan) / 1 (Satu)

Materi Pembelajaran : Latihan Kebugaran

Kelas : IX B

No.	Nama	L/P	Jenis Latihan					Nilai Akhir			
			Push Up	Sit Up	Squat	Sprint					
1	AHMAD BAEHAKI	L	46	85	31	75	25	70	5.03	75	76,25
2	AHMAD MISBACHUL MUNIR	L	33	75	35	80	36	80	5.00	80	78,75
3	AHMAD MUFELIH TAUFIQI	P	22	65	33	75	31	75	5.25	75	72,5
4	ALFIAN ABSTARI	P	17	60	30	75	31	75	5.22	75	71,25
5	ANGGITA EKA MARYANI	P	44	85	23	65	30	70	6.40	65	71,25
6	DANIA DWI ASTUTI	P	20	60	23	65	24	65	6.42	65	63,75
7	DEVA NUR AMELIA SANTY	L	42	85	36	80	25	65	6.46	65	73,75

8	FAJAR FEBRIANTO	P	25	65	28	70	39	80	5.03	75	72,5
9	FARAH NURUL AZIZAH	P	33	75	32	75	32	75	6.44	65	72,5
10	GADHANG ASON SUKOCO	L	15	55	30	75	40	80	5.40	75	71,25
11	HUSNUN YULI KUSUMANINGRUM	L	37	80	40	85	22	65	6.47	65	73,75
12	IKHSAN SUPPASTYO	P	30	70	27	70	47	85	4.90	80	76,25
13	ISTI PUJI RAHAYU	L	30	70	33	75	35	75	6.47	65	71,25
14	KALIS ANJARWANI SANTOSA	L	13	55	40	85	26	70	5.04	75	71,25
15	KAULYA ELFINA LARASATI	P	13	55	24	70	24	65	6.90	65	63,75
16	KRISNU TANTRI MARISTI	L	24	65	25	70	25	65	7.00	60	65
17	LAILA INDAH BERLIANA	P	36	75	28	70	30	70			71,666 67
18	LINA MUALLIFAH	L	40	80	35	80	38	80	6.19	65	76,25
19	MAULIDIA MAWAR SARI	L	60	85	31	75	30	70	6.23	65	73,75
20	MUHAMMAD AZSRORI	L	30	70	27	70	40	80	5.05	75	73,75

Tempel, 10 Agustus 2015

Mengetahui,

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Susanto Yohanes

NIP. 19570321 198203 1 010

Arijal Harris Martopo

NIM. 12601244020

LEMBAR PENILAIAN

SMP/MTs : SMP N 1 TEMPEL

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : IX (Sembilan) / 1 (Satu)

Materi Pembelajaran : Latihan Kebugaran

Kelas : IX C

No.	Nama	L/P	Jenis Latihan					Nilai Akhir			
			Push Up	Sit Up	Squat	Sprint					
1	AHMAD NUR ROSID	L	19	60	30	75	35	75	5.13	75	71,25
2	ARDI RAHMADHANI	L	25	65	38	80	36	80	5.12	75	75
3	ARLIZA PUTRI	P	30	70	20	65	20	60	5.89	75	67,5
4	AYUNI TRI YULI ASTUTI	P	19	60	23	65	23	65	5.88	75	66,25
5	CHUSNUL FATMASARI	P	32	75	31	75	31	75	5.57	75	75
6	DEANDRA LINTANG P.	P	36	75	17	60	25	65	6.00	70	67,5
7	DHEANI WULANDARI	L	33	75	31	75	37	80	6.25	65	73,75

8	DIANA SUKIRMAN	P	23	65	30	75	28	70	6.25	65	68,75
9	DION BAYU PUTRO	P	28	70	40	85	34	75	4.75	80	77,5
10	DWI WAHYUNINGSIH	L	25	65			20	60	7.40	55	60
11	EKKY CAHYA KURNIAWAN	L	30	70	42	85	38	80	4.70	80	78,75
12	ERNA KURNIAWATI	P	25	65	26	70	16	60	7.34	55	62,5
13	FARIZAL RAMANDA IKHRAM	L	25	65	43	85	36	80	5.27	75	76,25
14	FITRIA NURHAYATI	L	16	55	41	85	35	75	6.21	65	70
15	GIBRAN MAHENDRA D.	P	31	70	30	75	53	85	5.27	75	76,25
16	HYOGI ANGGITA HELMI	L	32	75	39	85	32	75	6.80	65	75
17	ICHSANUDIN RAMADAN	P	25	65	40	85	38	80	4.58	80	77,5
18	INDRIANI SARIDEWI	L	20	60	26	70	20	60	6.13	65	63,75
19	KHAFIDAH NUR AINI	L	20	60	32	75	32	75	6.12	65	68,75
20	KURNIA SALMA FEBRIYANI	L	25	65	32	75	35	75	6.24	65	70
21	KUS DWIKY PEREZA YUSUF	L	32	75	30	75	36	80	5.05	75	76,25

Tempel, 10 Agustus 2015

Mengetahui,

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Susanto Yohanes

NIP. 19570321 198203 1 010

Arijal Harris Martopo

NIM. 12601244020