

LAPORAN INDIVIDU
KEGIATAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
DI SMP N 2 NGEMPLAK

Disusun sebagai Pertanggung jawaban Pelaksanaan

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)

Tahun Akademik 2015/2016



Disusun oleh:

Ali Mahfudh

12601241074

JURUSAN PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL
FAKULTAS ILMU SOSIAL
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2015

HALAMAN PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala Sekolah, Koordinator kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Sekolah, Guru Pembimbing, dan Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) PPL UNY menyatakan bahwa mahasiswa dibawah ini:

Nama : Ali Mahfudh
NIM : 12601241074
Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK)

Telah melaksanakan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMP Negeri 2 Ngemplak dari tanggal 10 Agustus s.d. 12 September 2015. Hasil kegiatan tercakup dalam naskah laporan ini.

Yogyakarta, 12 September 2015

Dosen Pembimbing Lapangan



Drs. Amat Komari
NIP. 196204221990011001

Guru Pembimbing



Gunarto.S.Pd.Jas
NIP. 196109301984031005

Mengetahui

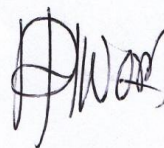
Kepala SMPN 2 Ngemplak



Dra. Widi Hastuti, M.Pd

NIP. 19640317 198403 2 002

Koordinator PPL SMPN 2 Ngemplak



Tri Worosetyaningsih, M.Pd

NIP. 19710511 199703 2 001

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan Karunia, Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penyusun dapat menyelesaikan laporan PPL ini dengan lancar. Laporan ini merupakan pertanggungjawaban tertulis atas pelaksanaan PPL di SMP N 2 NGEMPLAK yang dilaksanakan pada tanggal 10 Agustus-12 September 2015.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) ini bertujuan untuk membekali mahasiswa dalam keterampilan menyusun rencana pembelajaran, keterampilan mengimplementasikan rencana pembelajaran, keterampilan mengevaluasi pelaksanaan proses pembelajaran dan merefleksi pelaksanaan pembelajaran.

PPL ini tidak akan berjalan lancar dan berhasil apabila tidak didukung oleh berbagai pihak yang telah memberikan bimbingan, curahan perhatian, pengarahan, dan bantuan dalam pelaksanaan kegiatan PPL. Oleh karena itu, penyusun menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Tim UPPL UNY yang mana telah memberikan pengarahan dan bimbingan dari mulai persiapan, pelaksanaan sampai pelaporan kegiatan.
2. Bapak Dra. Widi Hastuti, M.Pd selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 2 NGEMPLAK SLEMAN yang telah memberikan izin kepada kami untuk melaksanakan PPL di SMP Negeri 2 Wonosari Gunungkidul.
3. Bapak Amat Komari M.Or selaku Dosen Pembimbing PPL yang telah memberikan motivasi, kritik dan saran serta bimbingan dalam pembuatan laporan PPL.
4. Ibu Tri Worosetyaningsih, M.Pd selaku Koordinator PPL SMP Negeri 2 NGEMPLAK yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada kami.
5. Bapak dan Ibu Guru, serta karyawan SMP Negeri 2 Ngemplak Sleman yang senantiasa membantu kami.
6. Bapak Gunarto S.Pd.Jas selaku guru pembimbing yang banyak memberikan bimbingan selama kegiatan PPL.
7. Rekan-rekan mahasiswa PPL UNY, terima kasih atas kerjasamanya.
8. Siswa-siswi SMP Negeri 2 Wonosari Gunungkidul yang sangat bersahabat dan menyenangkan.
9. Kepada semua pihak yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan, hingga terselainya laporan ini. Penulis menyadari

Yogyakarta, 12 September 2015

Mahasiswa



Ali Mahfudh

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
ABSTRAK	vi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Analisis Situasi dan Kondisi Sekolah	1
B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL	3
BAB II PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL	
A. Persiapan	6
B. Pelaksanaan Praktik Mengajar	7
C. Analisis Hasil Pelaksanaan.....	10
D. Refleksi.....	11
BAB III PENUTUP	
A. Kesimpulan	12
B. Saran	12
DAFTAR PUSTAKA	14
LAMPIRAN	15

DAFTAR LAMPIRAN

1. Matriks Program kerja PPL
2. Laporan Mingguan
3. Kartu Bimbingan PPL di Lokasi
4. Format Observasi Kondisi Sekolah
5. Format Observasi Pembelajaran di Kelas dan Peserta Didik
6. Perangkat Administrasi :
 - a. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
7. Dokumentasi Kegiatan PPL
 - a. Foto kegiatan
 - b. Rekapitulasi Dana

**LAPORAN KEGIATAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN, DAN REKREASI
DI SMP NEGERI 2 NGEMPLAK
2015**

ABSTRAK

**Oleh :
Ali Mahfudh
12601241074**

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan suatu program terpadu yang dilaksanakan oleh Universitas Negeri Yogyakarta (UNY), yang wajib diikuti oleh seluruh mahasiswa kependidikan di UNY. Program PPL ini merupakan sarana pengaplikasian ilmu yang telah diperoleh mahasiswa di bangku kuliah. Selain itu, program PPL ini merupakan salah satu wujud Tri Dharma Perguruan Tinggi yaitu pengabdian kepada masyarakat yang dalam hal ini adalah sekolah. Dalam hal ini masyarakat sekolah turut membantu serta mendukung pengembangan sekolah melalui program PPL.

Program PPL di SMP Negeri 2 Ngemplak dimulai sejak 10 Agustus 2015 sampai 12 September 2015. Adapun pelaksanaan program PPL tersebut meliputi observasi sekolah, observasi kelas, persiapan mengajar, dan RPP, praktik mengajar, pelaksanaan piket di sekolah, pelaksanaan piket guru, serta kegiatan-kegiatan lain yang bertujuan untuk mengembangkan diri mahasiswa agar siap menjadi tenaga pendidik yang berkualitas di masa mendatang. Pada tahap praktik mengajar, mahasiswa menyiapkan perangkat pembelajaran yang meliputi Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dan media pembelajaran. Praktik mengajar mulai dilaksanakan pada tanggal 13 Agustus 2014 sampai 12 September 2015. Pada tahap pelaksanaan, mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi diberi kesempatan untuk mengajar di kelas VII E, VII F, IX A, dan IX B dengan alokasi waktu 2x40 menit dan untuk setiap pertemuan. Permasalahan yang ditemui mahasiswa PPL di SMP Negeri 2 Ngemplak adalah masalah pengelolaan kelas dan penguasaan materi kurikulum yang masih membutuhkan strategi khusus.

Hasil yang diperoleh dari kegiatan PPL yaitu mahasiswa mendapatkan pengalaman nyata berkaitan dengan perencanaan, penyusunan perangkat pembelajaran, proses pembelajaran dan pengelolaan kelas. Mahasiswa dapat mengembangkan ilmu serta keterampilan mengajar yang dimiliki sesuai bidang keilmuan yang ditempuh. Pengelolaan kelas sangat perlu ditingkatkan agar siswa dapat menerima materi pembelajaran dengan baik. Salah satu hal yang perlu dilakukan

untuk meningkatkan pengelolaan kelas diantaranya adalah membangun komunikasi yang baik antara mahasiswa PPL dengan siswa-siswa, sehingga terjalin kerjasama antara guru dan siswa ketika melaksanakan kegiatan pembelajaran di kelas.

Kata kunci : PPL, pembelajaran, siswa.

BAB I

PENDAHULUAN

Mengingat besarnya andil tenaga pendidikan (guru) dalam menentukan keberhasilan sistem pendidikan di Indonesia ini maka sangat perlu menciptakan guru-guru profesional. Untuk itu, Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) sebagai perguruan tinggi yang mempunyai misi dan tugas untuk menyiapkan dan menghasilkan tenaga-tenaga pendidik yang siap pakai, mencantumkan beberapa mata kuliah pendukung yang menunjang tercapainya kompetensi diatas, salah satunya yaitu Praktik Pengalaman Lapangan (PPL).

Praktik pengalaman lapangan (PPL) merupakan salah satu mata kuliah wajib yang harus ditempuh oleh seluruh mahasiswa UNY yang mengambil jurusan kependidikan, dalam pelaksanaannya, mahasiswa melaksanakan tugas-tugas kependidikan tenaga pendidik dalam hal ini guru yang meliputi kegiatan praktik mengajar atau kegiatan kependidikan lainnya. Hal tersebut dilaksanakan dalam rangka memberikan pengalaman nyata kepada mahasiswa agar dapat mempersiapkan diri sebaik-baiknya sebelum terjun ke dunia kependidikan sepenuhnya.

Mahasiswa diharapkan dapat mengenal, mengamati dan mempraktikkan semua kompetensi yang diperlukan bagi seorang guru/ tenaga kependidikan dalam jangka waktu 3 bulan. Melalui kegiatan PPL ini, mahasiswa akan mendapatkan pengalaman langsung yang berkaitan dengan kegiatan belajar mengajar di sekolah sehingga dengan pengalaman yang diperoleh tersebut diharapkan dapat digunakan sebagai bekal calon guru yang sadar akan tanggung jawabnya sebagai tenaga profesional kependidikan

A. Analisis Situasi

SMP Negeri 2 Ngemplak adalah salah satu sekolah yang terletak di Desa Bimomartani, Kecamatan Ngemplak, Kabupaten Sleman. Sekolah ini merupakan salah satu tempat yang digunakan sebagai lokasi PPL UNY dari tahun ke tahun. Lokasi SMP Negeri 2 Ngemplak cukup mendukung proses kegiatan belajar mengajar karena terletak di daerah yang memiliki suasana lingkungan sekitar yang kondusif.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilaksanakan pada pra PPL diperoleh data sebagai berikut.

1. SMP Negeri 2 Ngemplak memiliki 18 ruang kelas dengan rincian sebagai berikut:
 - a. 6 kelas untuk kelas VII, ABCDEF
 - b. 6 kelas untuk kelas VIII, ABCDEF
 - c. 6 kelas untuk kelas IX, ABCDEF

2. SMP Negeri 2 Ngemplak memiliki 43 orang tenaga guru dan 10 orang tenaga TU dengan perincian sebagai berikut.
 - a. 32 orang guru tetap dan PNS
 - b. 11 orang guru tidak tetap tetapi sudah PNS
 - c. 10 orang guru TU (6 orang PNS dan 4 orang belum PNS)
3. Disamping ruang kelas, ada juga kelengkapan gedung atau fasilitas yang ada di SMP Negeri 2 Ngemplak, antara lain:
 - 1) Ruang Laboratorium
 - a. 1 Laboratorium IPA
 - b. 1 Laboratorium Komputer
 - c. 1 Laboratorium Bahasa
 - 2) Ruang Perkantoran
 - a. Ruang Kantor Kepala Sekolah
 - b. 1 Ruang Kantor Guru
 - c. 1 Ruang Kantor Bimbingan dan Konseling
 - d. 1 Ruang Tata Usaha
 - 3) Ruang Penunjang Proses Belajar Mengajar
 - a. 1 Ruang Perpustakaan
 - b. 1 Ruang UKS (putra dan putri)
 - c. 1 Mushola
 - d. Kamar Mandi/ WC guru dan karyawan
 - e. Kamar Mandi/ WC siswa
 - f. Tempat parkir guru
 - g. Tempat parkir tamu dan karyawan
 - h. Tempat parkir siswa
 - 4) Ruang Kegiatan Siswa
 - a. 1 Ruang Koperasi Siswa
 - 5) Ruang lain
 - a. 1 Ruang Perlengkapan/ Gudang Olah Raga
 - b. 1 Ruang Kantin
 - c. 1 Ruang Aula
 - 6) Sarana Prasarana pendukung kegiatan belajar mengajar
 - a. Fasilitas KBM, Media

SMP N 2 Ngemplak memiliki fasilitas KBM dan media yang cukup memadai. Ruang kelas tertata rapi dan terjaga kebersihannya. Kondisi fasilitas dan media yang lain seperti papan tulis, spidol, penghapus, meja dan kursi cukup baik. Setiap kelas sudah dilengkapi dengan LCD.

b. Perpustakaan

Perpustakaan sekolah merupakan salah satu sarana yang penting untuk mencapai tujuan pembelajaran. Proses administrasi peminjaman buku dapat dilakukan dengan efektif dan efisien dilihat dari segi waktu. Namun kondisi perpustakaan perlu mendapatkan perhatian terutama pada penataan buku dan tempat baca.

c. UKS

Ruang UKS di SMP N 2 Ngemplak ada 1 ruang untuk putra dan putri, di dalamnya dibatasi dengan sekat sebagai pembatas. Fasilitas yang ada di UKS sudah lengkap dari obat-obatan maupun peralatan penunjang lainnya misalkan timbangan badan, alat pengukur tinggi badan, kotak obat, dan P3K.

d. BK

Secara umum, ruang Bimbingan Konseling dapat dikatakan sudah cukup baik dari penataan ruang dan kerapiannya. Hal tersebut dapat terlihat dari keadaan ruangan yang cukup besar.

7) SMP N 2 Negeri Ngemplak memiliki beberapa kegiatan ekstrakurikuler yang aktif dilaksanakan pada hari-hari tertentu. Pelaksanaan ekstrakurikuler yang ada sudah berjalan secara efektif. Ekstrakurikuler tersebut sudah dilaksanakan oleh siswa dengan didampingi oleh guru pembina ekstrakurikuler masing-masing bidang. Berikut ini daftar ekstrakurikuler yang efektif dilaksanakan oleh SMP N 2 Ngemplak.

- a. Pramuka
- b. Sepak Bola
- c. Bola Basket
- d. Bola Voli
- e. Beladiri Karate
- f. Bulu tangkis
- g. Karya Ilmiah Remaja (KIR)

B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL

Hasil kegiatan observasi pra PPL digunakan untuk menyusun rancangan program PPL. Beberapa hal yang digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam merancang program, yaitu permasalahan sekolah dan potensi yang dimiliki, mengacu pada program sekolah, kemampuan mahasiswa dari segi pendanaan dan pemikiran, faktor pendukung yang diperlukan (sarana dan prasarana), ketersediaan dana yang dibutuhkan, ketersediaan waktu, dan kesinambungan program.

Berdasarkan analisis hasil observasi tanggal 7 Maret 2015, pelaksanaan pendidikan dan pengajaran di SMP N 2 Ngemplak, disusunlah program-program PPL yang diharapkan dapat meningkatkan potensi siswa serta menunjang

pengembangan teknologi pembelajaran di SMP N 2 Ngemplak. Kegiatan PPL UNY dilaksanakan mulai tanggal 10 Agustus s/d 12 September 2015. Adapun rangkaian kegiatan ini sebenarnya dimulai sejak di kampus dengan mata kuliah Pengajaran Mikro.

Rumusan program kegiatan PPL disusun agar pelaksanaan kegiatan PPL lebih terarah dan tertata dengan baik. Secara garis besar program dan rancangan kegiatan PPL ini meliputi:

a. Tahap Persiapan di Kampus

Mahasiswa yang boleh mengikuti PPL adalah mahasiswa yang dinyatakan lulus dalam mata kuliah Pengajaran Mikro atau *Micro Teaching*. Pengajaran Mikro atau *Micro Teaching* merupakan mata kuliah wajib bagi mahasiswa di jurusan kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta. Mata kuliah ini bertujuan untuk membentuk dan mengembangkan kompetensi dasar mengajar sebagai bekal praktik mengajar (*real teaching*) disekolah dalam program PPL.

b. Penyerahan Mahasiswa untuk Observasi

Penyerahan mahasiswa untuk melakukan observasi di sekolah dilakukan pada tanggal 25 Februari 2015. Observasi sekolah dilaksanakan pada tanggal 7 Maret 2015. Kegiatan observasi dimaksudkan untuk mengetahui kondisi fisik dan non-fisik dari SMP Negeri 2 Ngemplak. Penyerahan ini dihadiri oleh Dosen Pembimbing Lapangan PPL UNY 2015 (Nurhidayati, M.Hum), Kepala Sekolah SMP Negeri 2 Ngemplak (Dra. Widi Hastuti, M.Pd), Guru-Guru Pembimbing PPL 2015, dan 9 mahasiswa PPL UNY 2015.

c. Observasi Lapangan

Observasi lapangan merupakan kegiatan pengamatan terhadap berbagai karakteristik komponen pendidikan, nilai dan norma yang berlaku di SMP Negeri 2 Ngemplak. Pengenalan ini dilakukan dengan cara observasi dan wawancara. Waktu yang dibutuhkan untuk melakukan observasi disesuaikan dengan kebutuhan individu dari masing-masing mahasiswa dan disertai dengan persetujuan pejabat sekolah yang berwenang.

Adapun hal-hal yang menjadi fokus kegiatan observasi adalah sebagai berikut:

- a. Perangkat pembelajaran
- b. Proses pembelajaran
- c. Perilaku / keadaan siswa

d. Penyusunan perangkat persiapan pembelajaran

Perangkat pembelajaran yang perlu dipersiapkan sebelum melakukan praktik mengajar secara langsung antara lain:

- 1) Menyusun perhitungan jam efektif mata pelajaran
- 2) Menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran

e. Pembuatan media pembelajaran

Melalui observasi proses pembelajaran dan karakteristik siswa dalam pembelajaran di kelas, maka disusunlah media pembelajaran. Media pembelajaran digunakan sebagai alat penunjang dalam pembelajaran terutama dalam menyampaikan materi pelajaran kepada siswa agar siswa menjadi lebih mudah belajar. Media pembelajaran disesuaikan dengan materi dan kondisi sarana dan prasarana yang ada di sekolah.

f. Praktik mengajar

Praktik mengajar merupakan praktik mengajar siswa secara langsung di dalam kelas.

g. Menyusun dan mengembangkan alat evaluasi

Alat yang akan digunakan untuk melakukan evaluasi pembelajaran berupa soal-soal harus dipersiapkan terlebih dahulu disertai dengan kunci jawaban dan rubrik penilaian.

h. Penyusunan Laporan

Penyusunan laporan merupakan tugas akhir dari kegiatan PPL yang merupakan laporan pertanggungjawaban mahasiswa atas pelaksanaan PPL. Data yang digunakan untuk menyusun laporan diperoleh melalui praktik mengajar maupun praktik persekolahan. Hasil dari laporan ini diharapkan selesai dan dikumpulkan atau untuk disyahkan maksimal 2 minggu setelah waktu penarikan.

i. Penarikan Mahasiswa PPL

Penarikan mahasiswa dari lokasi PPL, yaitu SMP Negeri 2 Ngemplak dilaksanakan pada tanggal 14 September 2015, yang menandai bahwa tugas yang harus dilaksanakan oleh mahasiswa PPL Universitas Negeri Yogyakarta telah berakhir.

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL

Program individu PPL di SMP N 2 Ngemplak dimulai dari beberapa kegiatan. Diantaranya persiapan, pelaksanaan dan yang terakhir adalah analisis hasil. Program utama kegiatan PPL diantaranya adalah:

A. Persiapan Program dan Kegiatan PPL

Beberapa rangkaian kegiatan dilakukan oleh mahasiswa sebelum melaksanakan PPL UNY 2015. Beberapa persiapan yang dilakukan untuk kegiatan PPL ini di antaranya:

1. Pengajaran Mikro (*Micro Teaching*)

Mahasiswa praktik harus sudah lulus dalam menempuh mata kuliah pengajaran mikro (*micro teaching*). Perkuliahan ini dilaksanakan pada semester genap yaitu semester VI. Dalam kegiatan perkuliahan pengajaran mikro, mahasiswa dibimbing untuk dapat membuat semua perangkat yang berhubungan dengan pelaksanaan mengajar, mulai dari membuat RPP hingga penilaian hasil belajar dari mata kuliah terkait, serta strategi dan metode yang dapat digunakan ketika mengajar sehingga tidak akan canggung lagi saat diterjunkan ke sekolah. Pembekalan

Pembekalan PPL dilaksanakan di kampus, kegiatan ini bertujuan untuk membantu memecahkan berbagai permasalahan yang berpotensi muncul pada saat pelaksanaan program PPL.

2. Pembekalan PPL

Pembekalan PPL diselenggarakan di kampus, pada tanggal 12 Mei 2015. Kegiatan ini bertujuan untuk membantu memecahkan berbagai permasalahan yang berpotensi muncul pada saat pelaksanaan Program PPL. Pembekalan PPL ini wajib diikuti oleh seluruh mahasiswa yang akan melaksanakan PPL. Ada dua pembekalan yang diikuti mahasiswa yaitu pembekalan tingkat jurusan dan pembekalan oleh dosen pembimbing PPL.

3. Observasi Pembelajaran di Kelas

Observasi kelas dilakukan dengan tujuan untuk memperoleh informasi mengenai kondisi siswa dan proses kegiatan belajar mengajar di kelas, sehingga apabila pada saatnya tampil di depan kelas, mahasiswa praktikan telah mempersiapkan strategi pembelajaran yang tepat untuk menghadapi siswa. Objek dari observasi ini adalah segala sesuatu yang berhubungan dengan cara guru mengajar, yang meliputi cara membuka dan menutup pelajaran, penyajian materi, memotivasi siswa, teknik bertanya, teknik penguasaan kelas, penggunaan media, dan bentuk serta cara evaluasi.

4. Pembuatan Perangkat Pembelajaran

Sebelum mengajar di kelas, mahasiswa melakukan persiapan untuk mengajar. Persiapan tersebut meliputi pembuatan perangkat pembelajaran sebagai berikut:

a. Mencari referensi materi yang akan disampaikan.

Referensi materi pembelajaran dapat diperoleh dari berbagai sumber seperti buku, internet, televisi, koran, dan berbagai sumber lainnya yang sesuai dengan kompetensi yang ingin disampaikan kepada siswa.

b. Menyusun RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran)

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran memiliki beberapa komponen yang juga harus diketahui oleh mahasiswa praktikan. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran biasanya berisi komponen yang berupa identitas mata pelajaran, kompetensi inti, kompetensi dasar, indikator, materi pembelajaran, pendekatan, metode, langkah-langkah pembelajaran, alat/sumber belajar/bahan, dan evaluasi pembelajaran. Penyusunan RPP, mahasiswa praktikan berkonsultasi dengan guru pembimbing terlebih dahulu, terutama tentang materi yang akan disampaikan. Adanya rencana pembelajaran diharap mahasiswa praktikan dapat menyampaikan materi dengan lebih terarah dan sistem tanggapan datis, mempersiapkan media pembelajaran yang kreatif dan cocok, serta sesuai dengan kompetensi yang diharapkan.

c. Penguasaan materi.

Materi merupakan hal utama dalam sebuah pembelajaran. Untuk itu mahasiswa praktikan harus menguasai materi yang akan disampaikan di depan kelas kepada siswa terlebih dahulu. Hal ini bertujuan agar kegiatan pembelajaran dapat berjalan lancar, selain itu juga tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik.

d. Persiapan fisik dan mental

Mahasiswa praktikan perlu melakukan persiapan baik fisik maupun mental sebelum melakukan praktik mengajar agar dapat tampil optimal, percaya diri, dan berwibawa di depan kelas.

B. Pelaksanaan PPL

Pelaksanaan praktik dilaksanakan mulai tanggal 10 Agustus 2015 sampai tanggal 12 September 2015. Pihak sekolah (guru pembimbing) memberikan kesempatan mengajar bagi mahasiswa di kelas VII E, dan IX E . Dalam rentang waktu yang telah ditentukan, mahasiswa mengajar sebanyak 10 kali pertemuan, yaitu 5 x pertemuan untuk kelas VII E, 5x pertemuan untuk kelas IX E. Adapun perinciannya adalah sebagai berikut:

NO	Hari/Tanggal	Jam	Materi Pembelajaran	Kelas
1	12 Agustus 2015	08.30-10.15	Start jongkok	IX F
2	15 Agustus 2015	08.30-10.15	Lari estafet	IX F
3	19 Agustus 2015	08.30-10.15	Penilaian lari 100 meter	IX F
4	21 Agustus 2015	08.30-10.15	Bola basket (head pass, bounce pass, chest pass)	IX F
5	26 Agustus 2015	08.30-10.15	Bola basket (head pass, bounce pass, chest pass)	IX F
6	29 Agustus 2015	08.30-10.15	Bola basket (pendalam lay up)	IX F
7	2 September 2015	08.30-10.15	Bola voli (pasing bawah, passing atas)	VII F
8	4 September 2015	08.30-10.15	Senam lantai (meroda, kayang, head stand)	IX F
9	9 September 2015	08.30-10.15	Penilaian bola voli (passing bawah)	VII F
10	11 September 2015	08.30-10.15	Penilaian rangkain senam (meroda, kayang, head stand)	IX F

Dalam praktiknya, mahasiswa praktikan mengajar sesuai dengan teori pengajaran yang telah diperoleh dari mata kuliah pengajaran mikro, yaitu terdiri dari:

1. Praktik mengajar

Program mengajar PJOK dilaksanakan di kelas VII F dan IX F.

Media Pembelajaran yang dipakai :

a. Media Pembelajaran

2. Kegiatan praktik mengajar

Kegiatan praktik mengajar di kelas meliputi:

a. Kegiatan awal

Mahasiswa praktikan mengawali pelajaran dengan mengucapkan salam, mengingatkan materi pembelajaran sebelumnya, menceritakan pengalaman yang berhubungan dengan materi pembelajaran, menjelaskan standar kompetensi dan kompetensi

dasar pembelajaran, serta menyatakan tujuan pembelajaran. Hal ini bertujuan untuk menyiapkan siswa secara mental untuk mengikuti kegiatan pembelajaran dan juga untuk menimbulkan perhatian dan motivasi siswa.

b. Kegiatan inti

Bagian ini memfokuskan pada cara memberikan materi pelajaran kepada siswa. Strategi dan metode apa yang akan digunakan dalam mengajar (menyampaikan atau menjelaskan materi pelajaran) sangat berpengaruh, sehingga mencakup beberapa keterampilan menjelaskan, memberikan penguatan, menggunakan media, bertanya, dan lain-lain.

c. Kegiatan penutup

Pada bagian ini siswa diarahkan untuk mengevaluasi dan menyimpulkan materi yang telah disampaikan. Mahasiswa praktikan mengulang kembali hal-hal yang dianggap penting dalam materi pembelajaran agar materi mudah diingat oleh para siswa.

Selama praktik mengajar, mahasiswa praktikan selalu didampingi oleh guru pembimbing. Hal ini bertujuan agar guru pembimbing dapat senantiasa memantau setiap perkembangan yang telah dicapai mahasiswa praktikan selama mengajar. Setiap selesai pendampingan, guru pembimbing selalu memberikan umpan balik mengenai kekurangan dan kelebihan mahasiswa praktikan ketika mengajar sehingga diharapkan dapat meningkatkan performanya dikemudian hari.

C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi

Selama pelaksanaan PPL, mahasiswa praktikan memperoleh banyak pengetahuan tentang cara menjadi guru profesional, beradaptasi dengan lingkungan sekolah baik dengan guru, karyawan, siswa maupun dengan sekolah, dan bagaimana cara pelaksanaan kegiatan pembelajaran lainnya disamping mengajar. Adapun secara terperinci hasil PPL adalah sebagai berikut:

1. Hasil praktik mengajar

Mahasiswa praktikan telah selesai melaksanakan praktik mengajar sesuai dengan jadwal yang direncanakan. Berdasarkan pelaksanaan praktik mengajar tersebut, praktikan memperoleh pengalaman mengajar yang akan membentuk keterampilan calon guru, sehingga kelak menjadi guru yang profesional. Selain itu, pengenalan kondisi siswa juga bertujuan agar calon guru siap terjun ke sekolah pada masa yang akan datang dan sekolah dengan berbagai karakteristik siswanya.

2. Faktor pendukung dan Penghambat

Berdasarkan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), metode pembelajaran dan media yang digunakan dalam praktik mengajar, praktikan menganggap bahwa secara umum proses pembelajaran dapat berlangsung dengan baik, walaupun dijumpai berbagai hambatan seperti dalam tahap praktik mengajar, antara lain:

a. dari segi praktikan:

1. Praktikan terkadang masih kurang mampu menguasai situasi kelas,
2. Praktikan kadang masih lemah dalam penguasaan alokasi waktu.
3. Praktikan masih bingung dalam membuat rubrik penilaian.

b. dari segi siswa

- 1) Adanya siswa yang ramai saat praktikan menjelaskan materi.
- 2) Keadaan kelas yang kurang kondusif diakibatkan oleh beberapa siswa yang ribut sendiri.
- 3) Siswa menyepelkan terhadap praktikan atau guru.

3. Upaya yang dilakukan untuk mengatasi hambatan

Upaya dalam mengatasi hambatan yang dialami oleh praktikan selama PPL yaitu praktikan mempersiapkan diri, terutama penguasaan materi yang disampaikan agar dapat mengembangkan seluruh kemampuan yang dimiliki untuk ditampilkan dalam proses belajar mengajar dan memudahkan dalam penguasaan dan pengelolaan kelas. Memantau siswa yang ramai dan sering berbicara dengan temannya, untuk siswa dengan karakteristik seperti itu harus sering didekati agar mau mengerjakan tugas dan tidak ramai sendiri.

D. REFLEKSI

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

1. Menciptakan suasana yang rileks dan akrab di dalam kelas sehingga guru bisa menjadi tempat berbagi siswa. Apabila siswa mengalami kesulitan, mereka tidak segan untuk mengungkapkan kesulitannya atau menanyakan hal yang belum mereka pahami dalam pelajaran.
2. Melakukan pendekatan yang lebih personal dengan peserta didik tersebut sehingga siswa bisa menjadi lebih mendekatkan diri mereka terhadap pengajar dan juga terhadap apa yang diajarkan.
3. Berusaha memaksimalkan waktu yang ada sehingga alokasi waktu tepat dan sesuai dengan waktu pertemuan. Senantiasa berkonsultasi dengan guru pembimbing dan dosen pembimbing lapangan terkait pembelajaran di kelas agar tercipta pembelajaran yang kondusif.

BAB III

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Setelah melakukan kegiatan PPL, mahasiswa dapat mengambil beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Kegiatan-kegiatan yang terdapat dalam PPL secara umum berjalan lancar. Kegiatan tersebut ialah kegiatan praktik mengajar. Dalam rentang waktu yang tersedia, mahasiswa praktikan telah mengajar sebanyak 10 x pertemuan.
2. Kegiatan PPL akan berjalan dengan baik apabila ada kerjasama yang sinergis antara pihak-pihak yang terkait, baik pihak sekolah, mahasiswa praktikan, maupun pihak universitas.
3. Melalui kegiatan PPL ini, mahasiswa praktikan dituntut untuk dapat mengembangkan kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi profesional, dan kompetensi sosial.

B. SARAN

Berdasarkan pengalaman selama melaksanakan kegiatan PPL, penulis memberikan saran-saran yang semoga dapat bermanfaat bagi semua pihak:

1. Bagi SMP N 2 Ngemplak
 - a. Semua elemen sekolah diharapkan ikut berperan serta dalam program PPL.
 - b. Komunikasi antar guru, karyawan dan mahasiswa praktikan hendaknya dapat ditingkatkan, sehingga komunikasi dapat terjalin dengan baik, harmonis dan lancar.
 - c. Kegiatan belajar mengajar maupun pembinaan minat dan bakat siswa hendaknya lebih ditingkatkan lagi kualitasnya agar prestasi yang selama ini diraih bisa terus dipertahankan.
2. Bagi MahasiswaPraktikan
 - a. Membina kebersamaan dan kekompakan di antara mahasiswa PPL sehingga dapat bekerja sama secara baik.
 - b. Membina hubungan baik dengan seluruh warga sekolah, mulai dari kepala sekolah, guru (pembimbing), karyawan hingga siswa.
 - c. Sebelum mengajar semua persiapannya harus sudah matang terutama pada penguasaan materi agar apa yang diskenariokan berjalan dengan baik.
 - d. Memahami kondisi lingkungan, karakter, dan kemampuan akademis siswa.

3. Bagi Universitas

- a. Meningkatkan komunikasi, kerjasama, dan koordinasi yang lebih kuat dengan pihak sekolah agar memperlancar program-program PPL.
- b. Senantiasa menjalin komunikasi dengan sekolah mengenai agenda-agenda yang berkaitan dengan kegiatan PPL sehingga tidak terjadi miskomunikasi.
- c. Lebih sering melakukan sosialisasi terkait dengan sistem PPL yang baru karena masih banyak dijumpai sekolah yang menganggap PPL masih bersamaan dengan kegiatan KKN.

DAFTAR PUSTAKA

TIM UPPL. 2015. *Panduan KKN-PPL Universitas Negeri Yogyakarta 2015*. UNY PRESS: Yogyakarta.

TIM UPPL. 2015. *Panduan Pengajaran Mikro Universitas Negeri Yogyakarta 2015*. UNY PRESS: Yogyakarta.

Lembar Catatan Mingguan

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Senin 10 Agustus 2015	a. Upacara Bendera b. Rapat PPL c. Observasi pembelajaran d. Pengarahan guru pembimbing	a. Upacara ini dilaksanakan di halaman SMP N 2 NGEMPLAK dan diikuti oleh seluruh warga SMP N 2 b. Matrik individu dan kelompok c. Mengetahui karakter peserta didik dan model pembelajaran d. Pembuatan rpp dan media yang tepat dan pembagian kelas	a. – b. Belum jelasnya pemahaman tentang pembuatan matrik individu c. – d. –	a. – b. Konsultasi dengan DPL c. – d. –
2	Selasa 11 Agustus 2015	a. Observasi pembelajaran b. Konsultasi dengan guru pembimbing c. Mencari bahan ajar d. Membuat RPP	a. Mengetahui karakter siswa SMP N 2 Ngemplak b. Mengetahui jenis atau metode pembelajaran yang lebih banyak c. Mendapatkan materi untuk membuat RPP d. RPP pengajaran lari jarak pendek	a. – b. – c. – d. –	a. – b. – c. – d. –

3	Rabu, 12 Agustus 2015	<p>a. Mengikuti pembelajaran PJOK dan konsultasi</p> <p>b. Melaksanakan Pembelajaran PJOK</p> <p>c. Evaluasi Pembelajaran</p>	<p>a. Lebih siap dalam melaksanakan pembelajaran PJOK</p> <p>b. Pembelajaran berjalan kurang lancar</p> <p>c. Enalusi dilakukan bersama guru pembimbing, membahas tentang pola pebelajaran</p>	<p>a. –</p> <p>b. Ada beberapa siswa yang kurang proaktif dalam mengikuti pembelajaran</p> <p>c. –</p>	<p>a. –</p> <p>b. Menegur dan melakukan pendekatan secara personal</p> <p>c. –</p>
4	Kamis, 13 Agustus 2015	<p>a. Memban tu piket guru</p> <p>b. Mencari materi pembelajaran</p> <p>c. Membua t Rpp Lari Estavet</p>	<p>a. Melaksanakan piket guru, mebantu mempresensi</p> <p>b. Mendapatkan materi untuk membuat RPP</p> <p>c. RPP belum selesai semua</p>	<p>a. –</p> <p>b. –</p> <p>c. Waktu dan reveresi dalam membuat RPP</p>	<p>a. –</p> <p>b. –</p> <p>c. Mencar i bahan ajar</p>
5	Jumat, 14 Agustus 2015	<p>a. Melaksana kan piket guru</p> <p>b. Menyele saikan</p>	<p>a. Melaksanakan presensi ke kelas VII</p> <p>b. RPP lari Estavet untuk kelas IX terselesaikan</p>	<p>a. –</p> <p>b. –</p>	<p>a. –</p> <p>b. –</p>

		RPP lari Estavet			
6	Sabtu 15 Agustus 2015	<p>a. Melaksanakan kegiatan pembelajaran PJOK dengan materi lari Estavet</p> <p>b. Enaluasi pembelaj aran bersama guru pembim bing</p> <p>c. Mencari media pembelaj aran</p>	<p>a. Kegiatan pembelajarn diikuti oleh seluruh siswa kelas IX B dan berjalan sesuai RPP</p> <p>b. Evaluasi dilaksanakan bersama rekan PPL dan guru peming</p> <p>c. Mebdapatkan alat / media pembelajaran berupa bedera start</p>	<p>a. Alokasi waktu pembelaj aran yang kurang baik</p> <p>b. –</p> <p>c. –</p>	<p>a. Konsul tasi dengan guru pemi mbing</p> <p>b. –</p> <p>c. –</p>
7	Senin 17 Agustus 2015	<p>a. Melaksanakan Upacara Hari Besar</p> <p>b. Pembuat an Matrik kelompok dan individu</p>	<p>a. Uoacara HUT RI Ke-70 dilaksanakan di lapangan Jangkang Wedomartani Ngemplak Sleman DIY, Upacara ini diikuti oleh seluruh instansi yang berada didaerah Ngemplak Sleman DIY</p> <p>b. Pembuatan matrik ini diikuti oleh semua mahasiswa</p>	<p>a. –</p> <p>b.</p> <p>c. –</p>	<p>a. –</p> <p>b. –</p>

			yang melaksanakan PPL di SMP N 2 NGEMPLAK		
8	Selasa 18 Agustus 2015	a. Mencari materi pembelajaran b. Konsultasi dengan guru pembimbing c. Membuat Rpp bola basket	a. Mendapatkan materi untuk membuat RPP b. Mengetahui jenis atau metode pembelajaran yang lebih banyak c. Pembuatan RPP ini saya laksanakan di sekolahan / SMP N 2 NGEMPLAK	a. – b. – c. –	a. – b. – c. –
9	Rabu, 19 Agustus 2015	a. Mengikuti pembelajaran PJOK dan konsultasi b. Melaksanakan Pembelajaran PJOK c. Evaluasi Pembelajaran	a. Lebih siap dalam melaksanakan pembelajaran PJOK b. Pembelajaran berjalan kurang lancar c. Enalusi dilakukan bersama guru pembimbing, membahas tentang pola pebelajaran	a. – b. Ada beberapa siswa yang kurang proaktif dalam mengikuti pembelajaran c. –	a. – b. Menegur dan melakukan pendekatan secara personal c. –

10	Kamis, 20 Agustus 2015	a. Membantu piket guru b. Mencari materi pembelajaran c. Membuat Rpp bola basket	a. Melaksanakan piket guru, membantu mempresensi b. Mendapatkan materi untuk membuat RPP c. RPP belum selesai semua	a. — b. — c. —	a. — b. — c. —
11	Jumat, 21 Agustus 2015	a. Melaksanakan piket guru b. Menyelesaikan RPP Bola Basket	a. Melaksanakan presensi ke kelas VII b. RPP lari Estavet untuk kelas IX terselesaikan	a. — b. —	a. — b. —
12	Sabtu 22 Agustus 2015	a. Melaksanakan kegiatan pembelajaran PJOK dengan materi lari Estavet b. Evaluasi pembelajaran bersama guru pembimbing c. Mencari	a. Kegiatan pembelajaran diikuti oleh seluruh siswa kelas IX B dan berjalan sesuai RPP b. Evaluasi dilaksanakan bersama rekan PPL dan guru pembimbing c. Mendapatkan alat / media pembelajaran berupa bedah start	a. Alokasi waktu pembelajaran yang kurang baik b. — c. —	a. Konsultasi dengan guru pembimbing b. — c. —

		media pembelajar			
13	Senin 24 Agustus 2015	a. Melaksanakan Upacara Bendera b. Konsultasi dengan guru pembimbing	a. Upacara ini dilaksanakan di halaman SMP N 2 NGEMPLAK dan diikuti oleh seluruh warga SMP N 2 NGEMPLAK dan seluruh anggota PPL b. Mengetahui jenis atau metode pembelajaran yang lebih banyak	a. – b. –	a. – b. –
	Selasa 25 Agustus 2015	a. Mencari materi pembelajaran b. Konsultasi dengan guru pembimbing c. Membuat Rpp bola basket d. Membantu membimbing ekstrakurikuler basket	a. Mendapatkan materi untuk membuat RPP b. Mengetahui jenis atau metode pembelajaran yang lebih banyak c. Pembuatan RPP ini saya laksanakan di sekolahan / SMP N 2 NGEMPLAK d. Kegiatan ini diikuti oleh 15 siswa siswi yang mayoritas kelas VII	a. – b. – c. – d. Masih banyak yang belum mengerti tentang apa itu basket	a. – b. – c. – d. Menambah jadwal latihan

	Rabu, 26 Agustus 2015	<p>d. Mengikuti pembelajaran PJOK dan konsultasi</p> <p>e. Melaksanakan Pembelajaran PJOK</p> <p>f. Evaluasi Pembelajaran</p>	<p>a. Lebih siap dalam melaksanakan pembelajaran PJOK</p> <p>b. Pembelajaran berjalan kurang lancar</p> <p>c. Enalusi dilakukan bersama guru pembimbing, membahas tentang pola pebelajaran</p>	<p>a. –</p> <p>b. Ada beberapa siswa yang kurang proaktif dalam mengikuti pembelajaran</p> <p>c. –</p>	<p>a. –</p> <p>b. Menegur dan melakukan pendekatan secara personal</p> <p>c.</p>
	Kamis, 27 Agustus 2015	<p>a. Memban tu piket guru</p> <p>b. Mencari materi pembelajaran</p> <p>c. Membuat Rpp bola basket</p> <p>d. Memban tu membimbing ekskul basket</p>	<p>a. Melaksanakan piket guru, mebantu mempresensi</p> <p>b. Mendapatkan materi untuk membuat RPP</p> <p>c. RPP belum selesai semua</p> <p>d. Kegiatan ini diikuti oleh 18 sisiwa siswi yang myoritas kelas VIII</p>	<p>a. –</p> <p>b. –</p> <p>c. –</p> <p>d. Masih banyak yang belum mengerti tentang apa itu basket</p>	<p>a. –</p> <p>b. –</p> <p>c. –</p> <p>d. Menambah jadwal latihan</p>

	Jumat, 28 Agustus 2015	c. Melaksanakan piket guru d. Menyelesaikan RPP Bola Basket	a. Melaksanakan presensi ke kelas VII b. RPP lari Estavet untuk kelas IX terselesaikan	a. – b. –	a. – b. –
	Sabtu 29 Agustus 2015	d. Melaksanakan kegiatan pembelajaran PJOK dengan materi lari Estavet e. Enalulasi pembelajaran bersama guru pembimbing f. Mencari media pembelajaran	a. Kegiatan pembelajarn diikuti oleh seluruh siswa kelas IX B dan berjalan sesuai RPP b. Evaluasi dilaksanakan bersama rekan PPL dan guru peming c. Mebdapatkan alat / media pembelajaran berupa bedera start	a. Alokasi waktu pembelajaran yang kurang baik b. – c. –	a. Konsultasi dengan guru pembimbing b. – c. –
	Senin 31 Agustus 2015	a. Melaksanakan Upacara Bendera b. Mencari materi pembelajaran	a. Upacara ini dilaksanakan di halaman SMP N 2 NGEMPLAK dan ikuti oleh seluruh warga SMP N 2 NGEMPLAK dan seluruh agngota PPL b. Mendapatkan	a. – b. – c. Menentukan bentuk permainan	a. – b. – c. Berdiskusi dengan

		<p>aran</p> <p>c. Revisi RPP</p>	<p>materi untuk membuat RPP</p> <p>c. Revisi dilaksanakan untuk memperbaiki RPP yang masih kurang diantara seperti pola pemanasan dalam bentuk permainan dan pemilihan permainan tersebut</p>	<p>dan media yag digunakan dalam pembelaj tran</p>	<p>teman sejawat</p>
	<p>Selasa 1 septem ber 2015</p>	<p>a. Melaksan kan Piket Guru</p> <p>b. Membua t RPP gerak dasar bola voly untuk kelas VII</p> <p>c. Memban tu ekskul bola basket</p>	<p>a. Melaksanakan presensi ke kelas VII, VIII dan kelas IX</p> <p>b. Pembuatan RPP ini untuk menunjang pendidik dalam melaksanakan proses pembelajaran</p> <p>c. Ekskul diikuti oleh sekitar 18 siswa dan mayoritas diikuti oleh kelas VII</p>	<p>a. –</p> <p>b. Kurang menguasa i materi bola voly</p> <p>c. Masih banyak siswa yang belum mengerti tentang bola basket</p>	<p>a. –</p> <p>b. Berdis kusi dengan DPL dan teman sejawat</p> <p>c. Membe ri tugas tentang bola basket</p>
	<p>Rabu, 2 septem ber 2015</p>	<p>a. Melaksan kan Pembela jaran PJOK dengan materi bola</p>	<p>a. Pembelajaran yang diikuti oleh semua siswa kelas VII F berjalan dengan lancar</p> <p>b. Evaluasi dilaksanakan bersama guru</p>	<p>a. –</p> <p>b. –</p>	<p>a. –</p> <p>b. –</p>

		voly b. Evaluasi pembelajaran	pembimbing yang membahas tentang pola permainan dalam pemansan		
	Kamis, 3 septem ber 2015	a. Mengga ntikan proses pembelaj aran karena guru pembim bing yang ada kepentin gan lain b. Evaluasi pembelaj aran	a. Proses pembelajaran dilaksanakan bersama rekan PPL yang diikuti oleh kelas IX A dan IX B dengan materi pembelajaran Kayang, Meroda dan Head stand dalam Senam lantai b. Evaluasi pembelajaran dilaksanakan bersama teman sejawat, yang membahas tentang metode aau cara penyampaian mater yang lebih menarik	a. Masih banyak siswa yang belu mengetah ui gerakan head stand dan masih banyak yang takutdala m melakuka n gerakan head stand b. –	a. Terus meneru s membe rikan motifas i secara psikis agar siswa tidak takut melaku kan geraka n head stand b. –
	Jumat, 4 Septem ber 2015	a. Mengga ntikan proses pembelaj aran karena guru pembim	a. Proses pembelajaran dilaksanakan bersama rekan PPL yang diikuti oleh kelas IX C dan IX D dengan materi pembelajaran	a. Masih banyak siswa yang belu mengetah ui gerakan head stand dan masih	a. Terus meneru s membe rikan motifas i secara psikis

		bing yang ada kepentingan lain	Kayang, Meroda dan Head stand dalam Senam lantai	banyak yang takutdalam melakukan gerakan head stand	agar siswa tidak takut melakukan gerakan head stan
	Sabtu 5 September 2015	a. Mengganti proses pembelajaran karena guru pembimbing yang ada kepentingan lain	a. Proses pembelajaran dilaksanakan bersama rekan PPL yang diikuti oleh kelas IX E dan IX F dengan materi pembelajaran Kayang, Meroda dan Head stand dalam Senam lantai	a. Masih banyak siswa yang belum mengetahui gerakan head stand dan masih banyak yang takutdalam melakukan gerakan head stand	a. Terus menerus memberikan motivasi secara psikis agar siswa tidak takut melakukan gerakan head stand
	Senin 7 Agustus 2015	a. Melaksanakan penilaian gerak dasar bola voli dengan menggunakan model tes bradle	a. Penilaian dilaksanakan disebelah gedung serba guna dan diikuti oleh kelas VII A dan VII B	a. –	a. –

	Selasa 8 septem ber 2015	a. Melaksa nakan penilaian gerak dasar bola voly dengan menggu nakan odel tes bradle	a. Penilaian dilaksanakan disebelah gedung serba guna dan diikuti oleh kelas VII C dan VII D	a. —	a. —
	Rabu, 9 septem ber 2015	a. Melaksa nakan penilaian gerak dasar bola voly dengan menggu nakan odel tes bradle	a. Penilaian dilaksanakan disebelah gedung serba guna dan diikuti oleh kelas VII E dan VII F	a. —	a. —
	Kamis, 10 septem ber 2015	a. Melaksa naka, penilaian gerakan kayang, meroda dan dan head stand	a. Penilaian dilaksanakan di gedung serba guna dan diikuti oleh kelas IX A dan IX B	a, Masih baynyak siswa-siswi yang belom bisa melakukan gerakan tersebut, mayoritas siswi putri karena takut da malu	a. Membe rikan motiva si dan reward kepada setiap siswa- siswi yang mampu melaku kan geraka n tersebu

					t dengan baik dan benar
	Jumat, 11 Septem ber 2015	a. Melaksa nakan, penilaian gerakan kayang, meroda dan dan head stand	a. Penilaian dilaksanakan di gedung serba guna dan diikuti oleh kelas IX C dan IX D	a. Masih baynyak siswa- siswi yang belum bisa melakuka n gerakan tersebut, mayoritas siswi putri karena takut da malu	a. Membe rikan motiva si dan reward kepada setiap siswa- siswi yang mampu melaku kan geraka n tersebu t dengan baik dan benar
	Sabtu 12 Septem ber 2015	a. Melaksa naka, penilaian gerakan kayang, meroda dan dan head stand	a. Penilaian dilaksanakan di gedung serba guna dan diikuti oleh kelas IX E dan IX F	a, Masih baynyak siswa- siswi yang belum bisa melakuka n gerakan tersebut, mayoritas siswi putri karena	a. Membe rikan motiva si dan reward kepada setiap siswa- siswi yang mampu melaku

				takut malu	da	kan geraka n tersebu t dengan baik dan benar
--	--	--	--	---------------	----	--

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Mahasiswa



Drs. Amat Komari
NIP. 196204221990011001

Gunarto.S.Pd.Jas
NIP. 196109301984031005

Ali Mahfudh
NIM: 12601241074

NOMOR LOKASI :
NAMA SEKOLAH/ LEMBAGA : SMP N 2 Ngemplak
ALAMAT SEKOLAH/ LEMBAGA : Macanan, Bimomartani, Ngemplak, Sleman,
Yk.

No	Kegiatan PPL (Contoh)	Minggu					Jumlah Jam
		I	II	III	IV	V	
1	Pembuatan Program PPL						
	a. Observasi	4 jam 30 menit					4 jam 30 menit
	b. Menyusun Matriks PPL		4 jam				4 jam
2.	Upacara bendera	55 menit					55 menit
	a. Upacara bendera Hari Senin		2 jam	55 menit		55 menit	3 jam 10 menit
	b. Upacara bendera Hari Besar						
3.	Administrasi Pembelajaran/Guru						
	a. Membuat Kisi-Kisi SoalUlangan						
	b. Membuat SoalUlangan						
	c. Membuat SoalRemidial						
3.	Pembelajaran Kurikuler (Kegiatan Mengajar Terbimbing)						
	a. Persiapan						
	1) Konsultasi		2 jam	5 jam			7 jam
	2) Mengumpulkan Materi	4 jam	2 jam	5 jam 50 menit	6 jam		17 jam 50 menit
	3) Membuat RPP	3 jam	2 jam 30	5 jam	3 jam		8 jam 30

			menit				menit
	4) Diskusi dengan Teman Sejawat Terkaitdengan RPP	1 jam					1 jam
	b. Mengajar Terbimbing	3 am	5 jam 40 menit	9 jam	10 jam		27 jam 40 menit
	1) Praktik Mengajar di Kelas	30 menit		1 jam 50 menit		6 jam	8 jam 20 menit
	2) Penilaian dan Evaluasi				4 jam		34 jam
4.	Membuat Media Pembelajaran						
	a. Persiapan	1 jam					1 jam
	b. Pelaksanaan	1 jam					1 jam
5.	Kegiatan Sekolah						
	a. Rapat Guru						
	b. Jaga Piket Sekolah	8 jam	3 jam 10 menit	4 jam	11 jam	8 jam	32 jam 10 meit
	c. Ekstrakurikuler			4 jam	4 jam		8 jam
	- Membimbig gerak jalan		2 jam 30 menit				2 jam 30 menit
	- Membatu membimbing pramuka			2 jam			2 jam
	-						
6.	Koordinasi PPL						
7.	Penataan Perpustakaan						
8.	Kebersihan Sekolah						
	a. Membantu Persiapan SekolahSehat						

	JUMLAH	34 jam	30 jam 30 menit	36 jam 25 menit	38 jam	14 jam	152 jam 55 menit

Mengetahui, Yogyakarta, Agustus 2015

Kepala Sekolah



Dra. Widi Hastuti, M. Pd.
NIP19640317 198403 2 002

Dosen Pembimbing
Lapangan



Drs. Amat Komari, M.Si.
NIP.196204221990011001

Mahasiswa,



Ali Mahfudh
NIM 12601241074

Lembar Laporan Dana Pelaksanaan PPL

NOMOR L

OKASI

NAMA SEKOLAH / LEMBAGA SMP NEGERI 2 Ngemplak

ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA Macanan, Bimomartani, Ngemplak, Sleman

No	Nama Kegiatan	Hasil Kuantitatif /Kualitatif	Serapan Dana (Dalam Rupiah)				
			Swadaya /Sekolah/ Lembaga	Mahasiswa	Pemda Kabupaten	Sponsor/Lembaga lainnya	Jumlah
1	Pembuatan RPP	Tercetaknya RPP		Rp. 65.000,00			Rp. 65.000,00
2	Media pembelajaran	Bendera start		Rp. 100.000,00			Rp. 100.000,00
	TOTAL						Rp. 185.000,00

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
PERMAIANAN BOLA BASKET

Nama Sekolah : SMP N 2 NGEMPLAK
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : IX / 1
Alokasi Waktu : 2 x 40 Menit (Pertemuan Pertama)

Standar Kompetensi

- 1. Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar

- 1.1. Mempraktikkan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga bola besar lanjutan dengan baik serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.

Indikator :

NO	INDIKATOR	NILAI KARAKTER
1	Melakukan latihan koordinasi teknik dasar bola basket (Dribbling, Chest Pass ,Bounce Pass, Overhead Pass, Lay Up).	Disiplin, kerjakeras dan kejujuran
2	Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar bola basket (Dribbling, Chest Pass , Bounce Pass, Overhead Pass, Lay Up)	Disiplin ,kerjakeras, bersahabat, kejujuran
3	Bermain permainan bola basket dengan peraturan yang sudah di modifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.	Disiplin ,kerjakeras, bersahabat, kejujuran , menghargai, semangat, danpercaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

- a. Peserta didik dapat melakukan passing bola basket dari depan dada.
- b. Peserta didik dapat melakukan passing bola basket dengan dipantul.
- c. Peserta didik dapat melakukan passing bola basket dengan posisi bola diatas kepala.
- d. Peserta didik dapat melakukan dribling (menggirng bola)
- e. Peserta didik dapat melakukan lay up kedalam ring basket

- f. Peserta didik dapat bermain bola basket menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk nilai kerja sama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai teman.

Karaktersiswa yang diharapkan :

Disiplin (*Discipline*)
Tekun (*diligence*)
Tanggungjawab (*responsibility*)
Ketelitian (*carefulness*)
Kerja sama (*Cooperation*)
Toleransi (*Tolerance*)
Percaya diri (*Confidence*)
Keberanian (*Bravery*)

B. Materi Pembelajaran

1. Permainan Bola basket
 - a) Teknik dasar bola basket (chest pass, bounce pass, overhead pass, dribbling)
 - b) Teknik dasar LayUp
 - c) Bermain bola basket menggunakan peraturan yang sudah dimodifikasi.
2. Penjelasan
 - a) Pengertian Bola Basket

Pengertian bola basket adalah olahraga bola besar yang dimainkan secara berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing lima orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan. Tujuan dari permainan bola basket adalah mencetak poin sebanyak-banyaknya.
 - b) Chest Pass

Teknik Passing yang dilakukan dengan posisi bola di depan dada, teknik ini biasanya menggunakan lemparan dua tangan dengan tujuan operan lurus terhadap teman yang satu tim.
 - c) Bounce Pass

Teknik passing yang dilakukan dengan memantulkan bola ke bawah kemudian diterima oleh teman satu tim, teknik ini sebenarnya untuk menghindari hadangan lawan.
 - d) Overhead Pass

Teknik passing yang dilakukan dengan posisi bola dari atas kepala. Umpan jenis ini dilakukan untuk melakukan counter attack dengan melemparkan bola jauh ke daerah pertahanan lawan.

e) **Teknik Dribbling (menggiring)**

Teknik dasar dribbling pada basket tujuannya sama dengan teknik dribbling pada sepak bola, yaitu untuk membawa bola menghindari lawan dan menyerang lawan. Perbedaannya adalah dribbling pada bola basket dilakukan dengan memantul-mantulkan bola dengan satu telapak tangan terbuka, jangan menggunakan dua tangan dan jangan menggunakan tangan yang mengepal

f) **Teknik dasar Lay Up**

Lay Up atau tembakan melayang merupakan salah satu teknik memasukan bola kedalam keranjang (ring) dalam permainan bola basket, gerakan ini dilatih dengan mendribel bola kemudian melompat dengan satu kaki bergantian dimana lompatan pertama panjang dan lompatan kedua pendek dan pada lompatan kedua dilakukan tembakan ke arah ring. Saat melompat bola dibawa dengan dua tangan setelah itu dilepaskan ke arah ring dengan satu tangan, dimana satu tangan yang lain berfungsi untuk melindungi bola.

C. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi
2. Resiprokal / timbalbalik
3. Bertanya
4. Menemukan(Inguiri)
5. Refleksi diri

Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

1. Pendahuluan

a. Berbaris

Peserta didik di bariskan 2 saf, disiapkan baik posisi dan pakaian.

b. Berhitung

Peserta didik dihitung jumlahnya.

c. Berdoa

Peserta didik berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing.

d. Presensi

Peserta didik di presensi kehadirannya satu per satu.

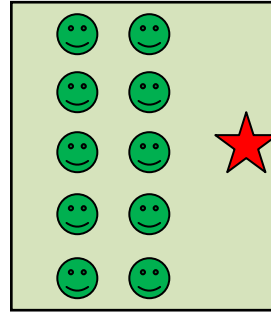
e. Apersepsi

Menghubungkan dengan kehidupan sehari-hari berkaitan dengan materi ajar. Menjelaskan tujuan pembelajaran pada peser tadidik mengenaiapa yang akan dipelajari dan apa aspek yang akan dicapai serta Peserta didik diberi motivasi agar semangat menjalankan kegiatan pengajaran.

Keterangan : Guru



Siswa



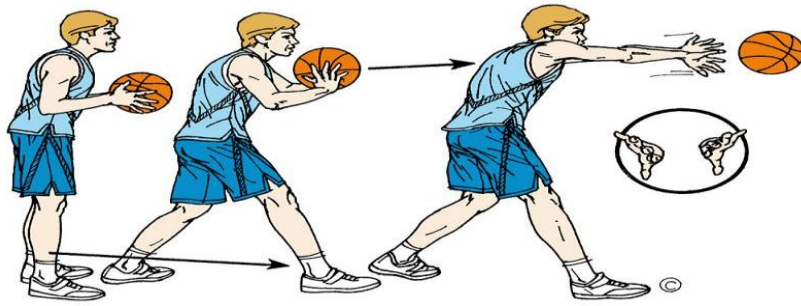
- f. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran sesuai kompetensi dasar dan indikator pencapaiannya.
- g. Peserta didik melakukan pemanasan dalam bentuk permainan :
 - 1) Peserta didik diminta untuk melakukan lari 2 kali mengitari lapangan bola basket .
 - 2) Peserta didik dibariskan menjadi 4 bersaf.
Permainan “Jangan Lempar Aku”
 - 3) Peserta didik dibagi menjadi dua, ada yang sebagai pelempar dan ada yang bertugas sebagai peserta di lapangan.
 - 4) Permainan ini menggunakan setengah lapangan bola basket
 - 5) Cara bermain :
 - Dua Peserta didik menjadi pelempar, dan sisanya menjadi peserta di area setengah lapangan basket
 - Peserta didik yang bertugas sebagai penjaga, berada dipinggir lapangan basket, tidak boleh masuk kedalam area lapangan.
 - Peserta didik yang berjaga, harus mengenai peserta didik yang berada di area lapangan basket menggunakan bola voli.
 - Cara melempar atau mengenainya dengan cara menggulingkan bola tersebut hingga mengenai peserta didik yang berada di tengah.
 - Jika peserta didik terkena bola tersebut, maka menjadi penjaga dipinggir lapangan.
 - Permainan selesai apabila seluruh peserta didik sudah terkena semua atau sudah menjadi tim penjaga semua.

2. Kegiatan Inti

a. EXPLORASI

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- 1) Melakukan teknik dasar passing dari dada
- 2) Teknik dasar (passing bola basket dari dada, dan menangkap)
- 3) Melakukan passing dari dada dengan cara mendorong bola ke arah teman di hadapannya (perorangan), di tempat

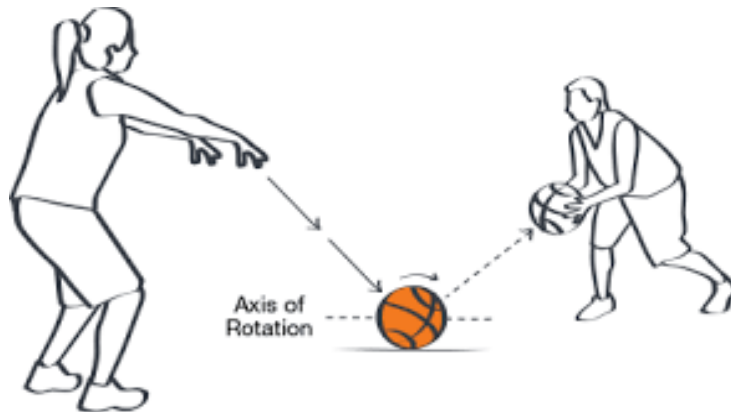


Gambar 2. Gerakan cest pass

- 4) Memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di lapangan.

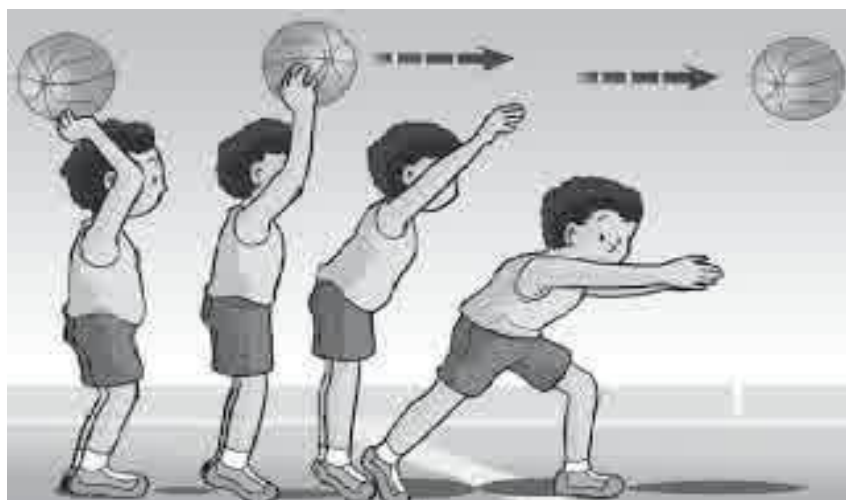
Teknik dasar (passing bola basket dengan memantulkan bola, dan menangkap)

- 5) Melakukan passing dari dada dengan cara mendorong bola kebawah dan dapat ditangkap oleh teman di hadapannya (perorangan), di tempat



Gambar 3. Bounce pass

- 6) melakuakn passing dari atas kepala dengan cara melempar bola kearahteman dihadapannya.
- 7) Memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan (teknikdasar passing bola basket dengan cara melewati kan diatas kepala)
- 8) Melakukan passing dari ataskepala dengan cara melewatkan bola diatas kepala dan dapat ditangkap oleh teman atau pasangannya.



Gambar 4. Over head pass

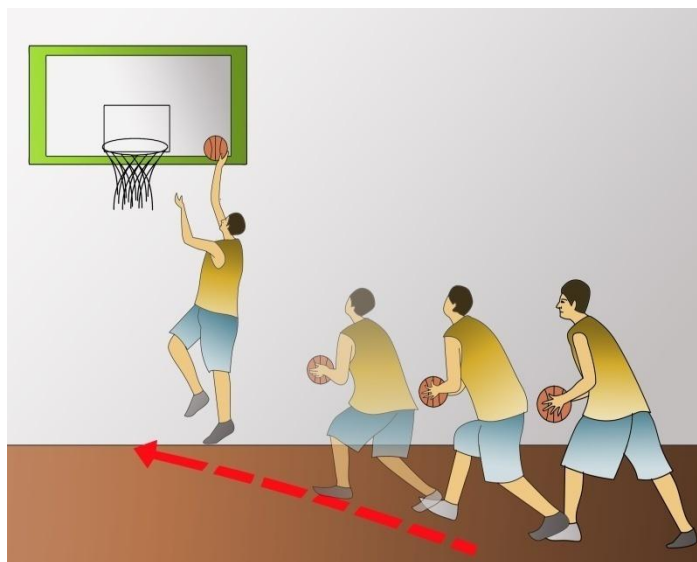
9) Melakukan teknik dasar dribbling



Gambar 5. Latihan dribel

10) Peserta didik melakukan latihan Lay Up dengan hitungan 1,2 lempar

11) Memfasilitasi peserta didik untuk melakukan Lay Up



Gambar 6. Latihan langkah Lay Up shoot

12) Peserta didik melakukan permainan bola basket yang sudah dimodifikasi

b. ELABORASI

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

- 1) Bermain bolabasket dengan peraturan yang dimodifikasi dengan menggunakan teknik dasar passing dari depan dada dan dipantulkan
- 2) Melakukan passing pantul dengan caramen dorongbola kebawah arah teman di hadapannya (perorangan), di tempat
- 3) Melakukan passing pantul dengan cara mendorong bola kebawah arah teman di hadapannya (perorangan), bergerak depan, belakang, ke kanan dan kiri
- 4) Melakukan passing pantul dengan cara mendorong bola kebawah arah teman di hadapannya formasi berbanjar dan lingkaran sambil bergerak
- 5) Bermain bola basket dengan peraturan yang dimodifikasi

c. KONFIRMASI

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

- 1) Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
- 2) Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan

3. Kegiatan Penutup

Dalam kegiatan penutup, guru:

- 1) melakukan penilaian dan/atau refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan secara konsisten dan terprogram
- 2) memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran
- 3) berdoa terlebih dahulu sebelum mengakhiri pelajaran
- 4) bubarkan siswa dengan tertib

E. Sumber Belajar

- 1) Ruang terbuka yang datar dan aman
- 2) Bola basket

F. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<p>Aspek Psikomotor</p> <p><input type="checkbox"/> Melakukan passing bola dari (dada dan pantul)</p> <p><input type="checkbox"/> Bermain bola basket dengan peraturan yang dimodifikasi</p>	Tes praktik (Kinerja)	Tes Contoh Kinerja	Lakukan teknik dasar passing bola dari (dada dan pantul)
<p>Aspek Kognitif</p> <p><input type="checkbox"/> Mengetahui bentuk-bentuk passing bola dari (dada, pantul dan atas kepala)</p>	Tes tertulis	Pilihan ganda/uraian singkat	<input type="checkbox"/> Posisi kedua lengan setelah melakukan passing bola basket, adalah . a. diluruskan ke depan b. ditekuk di depan badan c. disilang di depan badan d. diluruskan ke samping
	Tes observasi	Lembar observasi	

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
Aspek Afektif <input type="checkbox"/> Kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian			<input type="checkbox"/> Melakukan kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian

1. Teknik penilaian:
- a. Tes unjukkerja (psikomotor):
- Lakukan teknik dasar passing (dada dan pantul serta menangkap) Keterangan: Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampaidengan 4

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

- b. Pengamatan sikap (afeksi):
- Mainkan permainan bola basket dengan peraturan yang telahdimodifikasi. Taati aturan permainan, kerjasama dengan teman satutim dan tunjuk kanperilaku sportif, keberanian, percayadiri dan menghargai teman
- Keterangan:
- Berikan tanda cek (√) padakolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (√) memdapatnilai 1

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

- c. Kuis/*embedded test* (kognisi):
- Jawab secara lisan atau peragakan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak dalam permainan bola basket
- Keterangan:
- Penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampaidengan 4

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai= ----- X 20

Jumlah skor maksimal

d. Nilaiakhir yang diperoleh siswa

3. RubrikPenilaian

RUBRIK PENILAIAN UNJUK KERJA TEKNIK DASAR PERMAINAN BOLA BASKET

Nilai 4 = baiksekali

Nilai 3 = baik

Nilai 2 = cukup

Nilai 1 = kurang

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
1. Melakukan Teknik Dasar Passing Dari Depan Daa Dan Pantul 2. Posisiawal bola saat akan melakukan pasing dari depan dada dipegang depan dada 3. Bentuk gerakan lengan saat melakukan passing dari depan dada dan pantul mendorong bola kedepan 4. Posisi lengan akhir gerakan passing bola basket lurus kedepan dan rileks				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 9				

RUBRIK PENILAIAN PERILAKU DALAM PERMAINAN BOLA BASKET

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
1. Bekerja sama dengan teman satu tim	
2. Keberanian dalam melakukan gerakan (tidak ragu-ragu)	
3. Mentaati peraturan	
4. Menghormati wasit (sportif)	
5. Menunjukkan sikap bersungguh-sungguh dalam bermain	
JUMLAH	
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 5	

RUBRIK PENILAIAN PEMAHAMAN KONSEP GERAK DALAM PERMAINAN BOLA BASKET

- Nilai 4 = baik sekali
- Nilai 3 = baik
- Nilai 2 = cukup
- Nilai 1 = kurang

Contoh Pertanyaan

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
1. Bagaimana posisi kedua lengan setelah kamu melakukan passing bola basket ? 2. Bagaimana posisi badan setelah kamu melakukan passing bolabasket ? 3. jelaskan langkah Lay Up shoot? 4. sebutkan dan jelaskan fungsi passing? 5. sebutkan dan jelaskan cara mencetak poin dalam permainan bola basket?				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 8				

NO	Jawaban
1	Posisi tangan lurus dan rileks dan ada gerakan volontrue, karena dengan meluruskan kan tangan, maka arah atau sasrn passing akan lebih akurat
2	Badan sedikit condong kedepan dan ada gerakan volontrue, hal ini untuk menambah kecepatan atau power ketika melakukan passing.
3.	Lay Up adalah salah satu teknik untuk mencetak poin, teknik ini menggunakan gerakan langkah lompat shooting
4.	a. Pasing bawah (bounce pass): passing ini berfungsi memberikan bola ke teman satu tim dalam jarak yang dekat dan dalam posisi terkepung. b. chest pass (passing dada): sesuai namanya passing ini sasaranya adalah dada, dan chest pass ini berfungsi ketika dibutuhkan passing yang kuat dan cepat dalam jarak yang sedang. c. over head pass (passing atas): passing ini dilaukan dengan cara melemparkan bola dari atas kepala dan passing ini berguna saat terjadi fast break.
5.	a. Two point Shoot (tembakan dua angka): tembakan ini dilakukan didalam

	<p>area three point.</p> <p>b. three point shoot (tembakan tiga angka): tembakan ini dilakukan diluar area three point.</p> <p>c. Lay Up shoot : cara mencetak angka dengan menggunakan gerakan langkah kemudian suting.</p> <p>d. freetrow : cara mencetak point oleh tembakan bebas yang didapka ketika pemain mendapatkan pelanggaran ketika melakukan suting / aksi mencetak angka.</p> <p>e. slam dunk : suatu gaya memasukan bola di dalam keranjang dimana muka telapak tangan menyentuh besi pada ring (satu atau dua tangan) setelah bola melewati tinggi dari ring besi basket.</p>
--	--

Ngemplak, 19 Agustus 2015

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Mahasiswa

Gunarto, S.Pd.Jas
NIP .19610930 198403 1 005

Ali Mahfudh
12601241074

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)
LARI ESTAFET

Nama Sekolah : SMP N 2 NGEMPLAK

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : IX

Alokasi Waktu : 2 x 40 Menit

A. Standar Kompetensi

1. Mempraktikan berbagai tehnik dasar permainan dan olahraga, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktikan kombinasi teknik dasar atletik lanjutan dengan baik serta nilai kerja sama , toleransi , percaya diri dan percaya diri.

C. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta didik dapat melakukan teknik start dalam lari estafet
2. Peserta didik dapat melakukan teknik pemberian tongkat dalam lari estafet
3. Peserta didik dapat melakukan kombinasi tehnik dasar start, pemberian tongkat, lari dan finis
 - a. Karakter yang diharapkan
 1. Disiplin
 2. Tekun
 3. Percaya diri
 4. Kerja sama
 5. Tanggungjawab

D. Materi Pembelajaran

1. Lari Estafet
 - a. Tahnik dasar start dalam lari estafet
 - b. Tehnik memberi dan menerima tongkat dalam lari estafet
 - c. Kombinasi tehnik dasar start, pemberian/penerimaan, lari dan finis

E. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi
2. *Inclusive* (cakupan)
3. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
4. Saling menilai sesama teman (*Resiprocal*)

F. Langkah-langkah Pembelajaran

1. Pedahuluan alokasi waktu 15 menit
 - a. Menyiapkan peserta didik dalam barisan dua bersyaf
 - b. Dipimpin berdoa untuk keselamatan dalam pembelajaran dan kebermanfaatan.
 - c. Mengecek kehadiran semua peserta didik dan menanyakan kesehatan mereka secara umum.
 - d. Menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dicapai pada hari itu.
 - e. Melakukan pemanasan dalam bentuk permainan
2. Kegiatan inti alokasi waktu 25 menit
 - a. Explorasi
 - Dalam kegiatan ini siswa melakukan tehnik dasar lari estafet dengan rincian sebagai berikut:
 - Melakukan start dari posisi berdiri / melayang (berpasangan / kelompok)
 - Melakukan lari mengelilingi lapangan dengan langkah pendek (berpasangan / kelompok)
 - Melakukan start lari dan finis
 - Melakukan tehnik memberi / menerima tongkat, dengan rincian sebagai berikut:
 - Melakukan latihan pengoperan dan penerimaan tongkat statis (dengan metode visual)
 - Melakukan latihan pengopearan dan penerimaan tongkat dengan dinamis (dengan metode visual)
 - Melakukan lari estafet yang sebenarnya (dengan metode visual)
 - b. Elaborasi
 - Peserta didik mempraktekan tehnik lari estafet dengan metode visual.
 - Tehnik start dalam lari estafet. dengan menggunakan start berdiri dan aba-aba, bersedia, siap, yak.
 - Tehnik pemberian tongkat, peserta mempraktikan tehnik pemberian tongkat, pemberian tongkat dilakukan dengan menggunakan tangan kiri.
 - Tehnik penerimaan tongkat, peserta didik mempraktikan tehnik peneriaman tongkat, penerimaan tongkat dilakukan menggunakan tangan kanan dengan lari perlahan dansemakin cepat dan diterima di area wesel zone.
 - c. Konfirmasi
 - Memberikan umpan balik positif dan penguatan dalam bentuk lisan, tulisan, isyarat, maupun hadiah.
 - Memberikan konfirmasi terhadap hasil explorasi dan elaborasi peserta didik melalui berbagai sumber.
 - Memfasilitasi peserta didik melakukan refleksi untuk memperoleh pengalaman belajar yang telah dilakukan.
3. Penutup 20 menit
 - Bersama-sama dengan peserta didik dan atau sendiri membuat rangkuma pembelajaran

4. Penilaian
 - a. Teknik dan Bentuk Penilaian
 - b. Tes Keterampilan (Psikomotor)
 - Lakukan teknik dasar lari 100 meter, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).
 - Contoh penilaian proses teknik dasar lari estafet (Penilaian keterampilan cabang)

No	Nama Siswa	Sikap Awal					Gerakan Lari					Finish					Jml	Keterangan
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ		
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
dsb																		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																		

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

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

[illegible]

6.																		
7.																		
8.																		
Ds t																		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																		

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

- d. Kognitif)
- Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar lari 100 meter dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
6.																		
7.																		
dst																		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 15																		

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

e. Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan cara pemberian tongkat estafet?
2.	Sebutkan start yang sering digunakan oleh pelari estafet?
3.	Jelaskan cara melakukan pemberian tongkat estafet 4 X 100 meter?

f. Jawaban

NO	Jawaban
1.	Dengan cara visual dan nonvisual
2.	Menggunakan start berdiri
3.	Cara visual yaitu penerima tongkat melihat kearah pemberi tongkat dan nonvisual penerima tongkat tidak melihat pemberi tongkat

g. Rekapitulasi Penilaian

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

skor yang diperoleh

Nilai Akhir (NA) = -----

Aspek Penilaian

Jumlah

Tiga

- Keterangan :
- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara 100%

= 91 –
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara 90%

= 80 –
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara 79%

= 70 –
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara 69%

= 60 –
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara 60%

= Kurang dari

Yogyakarta,15 Agustus
2015

Disahkan Guru Pembimbing	Dibuat Oleh Mahasiswa
Gunarto.S.Pd NIP. 196109301984031005	ALI MAHFUDHt NIM. 12601241074

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Kurikulum	: KTSP
Sekolah / Instansi	: SMP Negeri 2 Ngemplak
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas / Semester	: VII / (Genap)
Materi Pokok	: Senam Lantai
Fokus Pembelajaran	: Kayang
Pertemuan Ke-	: 1
Alokasi Waktu	: 30 menit

A. Standar Kompetensi

3. Mempraktikan berbagai teknik dasar ke dalam permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar

3.1 Mempraktikan variasi dan kombinasi gerak dasar senam serta nilai toleransi, percaya diri, keberanian, dan menjaga keselamatan diri dan orang lain.

Indikator

3.1.1 Melakukan teknik dasar senam lantai meroda dengan awalan menyamping.

B. Pembelajaran

Siswa diharapkan mampu melakukan teknik dasar meroda dengan awalan menyamping secara benar.

C. Materi Pembelajaran

Teknik dasar meroda dengan awalan menyamping

D. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi (media gambar dan contoh langsung)
2. Resiprokal

E. Langkah-Langkah Pembelajaran

I. Pendahuluan (5 menit)

- 1) Berbaris

Peserta didik dibariskan dengan formasi dua bersyaf.
(Jumlah 8 siswa)



Ket: = Guru
 = Siswa

- 2) Presensi

Mengecek kehadiran peserta didik dan menanyakan keadaan kesehatan peserta didik secara umum.

- 3) Berdoa

Peserta didik dipimpin berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing.

- 4) Apersepsi

Guru membuka pelajaran untuk membangkitkan motivasi peserta didik dengan cara:

- a) Mengajukan pertanyaan yang terkait dengan materi yang akan dipelajari guna mengetahui seberapa jauh kompetensi siswa peserta didik pada materi yang akan dipelajari sekaligus untuk mengaitkan materi pengetahuan sebelumnya dengan materi yang akan dipelajari.
- b) Menjelaskan tujuan pembelajaran dan cakupan materi yang akan dipelajari.

5) Pemanasan.

Permainan umpan bola.

Cara bermain:

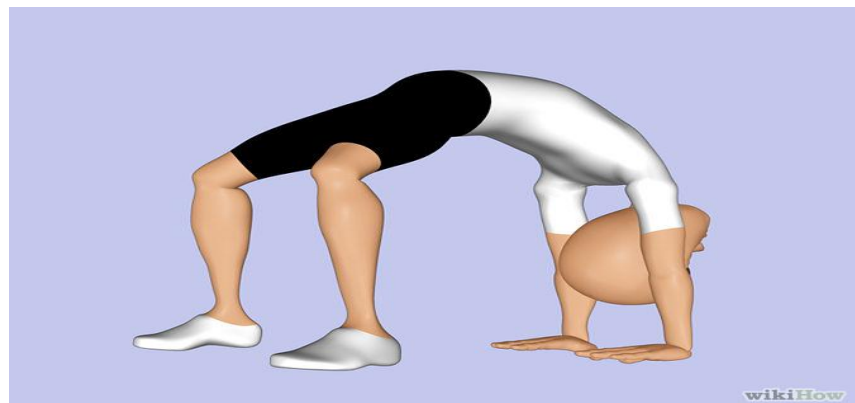
1. Siswa dibariskan menjadi dua barisan, barisan pertama menjadi tim pertama dan barisan kedua menjadi tim kedua.
2. Tim pertama dan tim kedua berlomba mengumpan bola yang diberikan kepada orang pertama.
3. Orang pertama memberikan bola kepada orang kedua yang berada dibelakangnya dengan melewati kedua kaki atau kolong kaki.
4. Orang pertama lari ke paling belakang untuk menerima umpan.
5. Setelah orang paling akhir menerima bola dan sudah melewati garis, seluruh siswa balik kanan dan kembali ke garis start.
6. Siswa yang sudah melakukan umpan bola dikolangkaki dan sudah menyentuh garis maka balik kanan dan berganti mengumpan dengan cara mengumpan bola melewati atas kepala.
7. Siswa yang berhasil melewati garis terlebih dahulu, tim tersebut yang menjadi juaranya.

II. Kegiatan Inti (15menit)

❖ Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

Melakukan tahap-tahap gerakan kayang.



1. Teknik pertama :
 - a. Siswa diminta untuk berbaring diatas matras yang sudah tersedia.
 - b. Siswa diminta melakukan gerakan mendorong tangan hingga badan naik tanpa paha ikut keatas.

- c. Kegiatan ini dilakukan sebanyak tiga kali dengan satu kali gerakan dihitung hingga 10 detik.

Contoh gerakan :



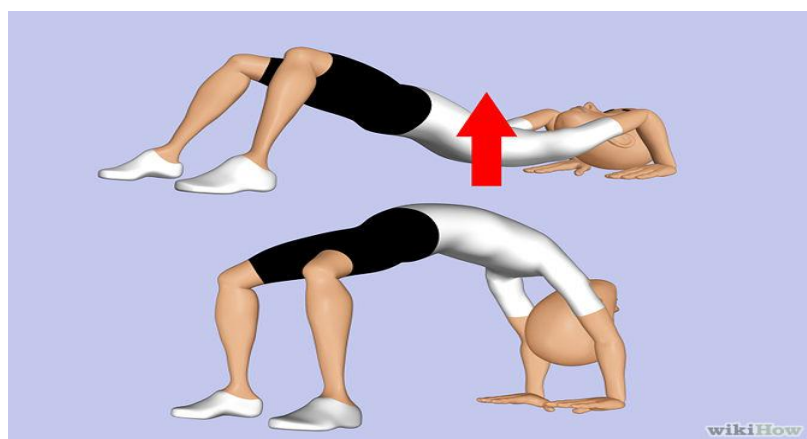
2. Teknik kedua :

- a. Siswa diminta berbaring telentang dengan kaki agak ditekuk.
- b. Siswa melakukan gerakan dengan mendorong paha naik keatas dengan posisi tangan berada disamping paha menahan supaya paha lebih naik keatas.

3. Teknik ketiga :

- a. Hampir sama seperti teknik kedua, siswa diminta berbaring telentang dengan posisi kaki agak ditekuk.
- b. Siswa melakukan kayang dengan awalan berbaring. Dengan posisi tangan berada disamping kepala dan paha dinaikan ketas hingga membentuk busur.
- c. Gerakan ini dilakukan sebanyak 3 kali dengan setiap gerakan dihitung 5 detik lamanya saat melakukan kayang dengan awalan terlentang.

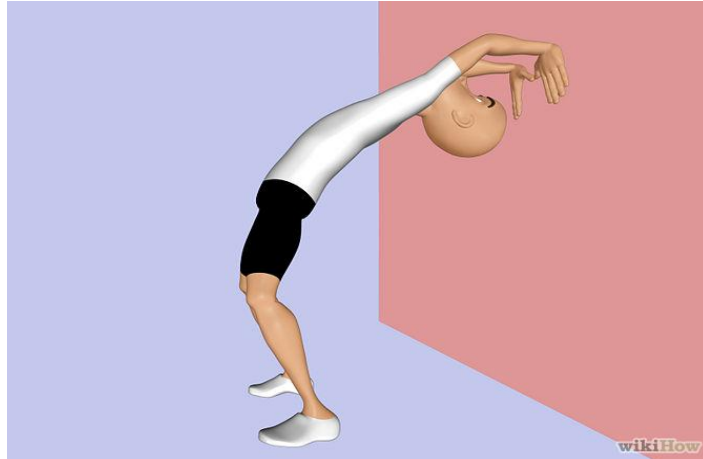
Contoh gerakan :



4. Teknik keempat

- a. Siswa diminta melakukan kayang dengan awalan berdiri.
- b. Siswa diminta berdiri didepan tembok dengan jarak 50cm.
- c. Siswa melakukan gerakan kayang dengan menyentuhkan tangan ke tembok.
- d. Melakukan gerakan kayang tersebut sebanyak 3 kali.

Contoh gambar :



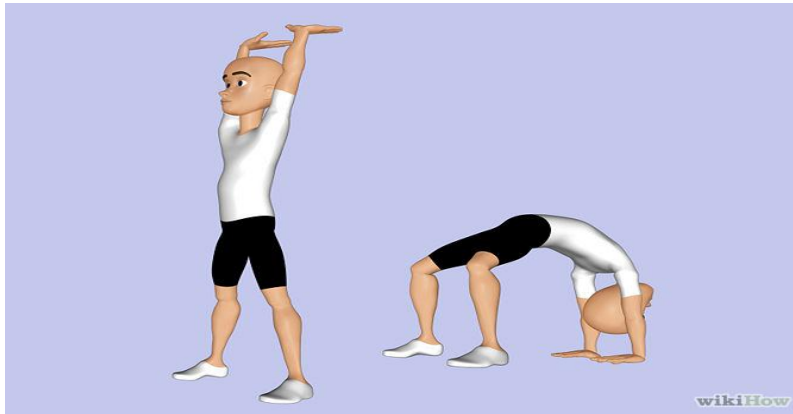
5. Teknik kelima

- a. Siswa diminta berpasangan pasanan sebanyak 3 orang untuk melakukan teknik kayang.
- b. Siswa pertama sebagai orang yang akan melakukan teknik kayang berdiri dengan salah satu tangan menumpu kapada kaki untuk melakukan kayang.
- c. Siswa kedua sebagai orang bantuan utnuk orang pertama. Orang kedua tersebut berada dibawah dengan posisi seperti orang sujud.
- d. Orang ketiga sebagai penolong orang pertama dengan menolong siswa melakukan gerakan kayang.
- e. Melakukan gerakan kayang tersebut dengan bergantian dan melakukan kayang tanpa menggunakan tumpuan.

6. Teknik keenam

- a. Siswa diminta melakuakan kayang tanpa awalan dengan dibantu satu teman untuk membantu malakukan kayang.
- b. Siswa secara bergantian melakukan kayang dengan hati- hati dan tertib.

Contoh gambar :



❖ **Elaborasi**

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

- Memberikan umpan balik positif dan penguatan dalam bentuk lisan, tulisan, isyarat, maupun hadiah terhadap keberhasilan peserta didik
- Memberikan konfirmasi terhadap hasil eksplorasi dan elaborasi peserta didik melalui berbagai sumber
- Memfasilitasi peserta didik melakukan refleksi untuk memperoleh pengalaman belajar yang telah dilakukan
- Disiplin, estetika, toleransi dan keluwesan.
- Setelah diberikan contoh peserta didik mulai mengikuti dan mempraktikkan gerakan yang telah di contohkan.
- Memfasilitasi peserta didik melakukan kegiatan yang menumbuhkan kebanggaan dan rasa percaya diri peserta didik.

❖ **Konfirmasi**

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

- Memberikan umpan balik yang positif dan penguatan dalam bentuk lisan, tulisan, maupun hadiah terhadap keberhasilan peserta didik.
- Memfasilitasi peserta didik melakukan refleksi untuk memperoleh pengalaman belajar yang telah dilakukan.
- Memfasilitasi peserta didik untuk memperoleh pengalaman yang bermakna dalam mencapai kompetensi dasar, meliputi:
 - Berfungsi sebagai narasumber dan fasilitator dalam menjawab pertanyaan peserta didik yang mengalami kesulitan dengan menggunakan bahasa yang benar dan mudah dimengerti oleh peserta didik.
 - Membantu menyelesaikan masalah.
 - Memberi acuan kepada peserta didik supaya mampu untuk mengecek hasil eksplorasi.
 - Memberi informasi untuk bereksplorasi lebih jauh.
 - Memberi motivasi kepada peserta didik yang kurang atau belum berpartisipasi aktif.

III. Penutup

- Pendinginan

Permianan nyanyian meledak.

1. Siswa diminta untuk membuat lingkaran kecil
2. Guru memberikan pilihan lagu anak-anak untuk dinyanyikan.

3. Ketika beryanyi siswa diminta untuk mengumpan bola keteman yang berada disampingnya hingga lagu tersebut berakhir.
 4. Ketika nyanyian berakhir, orang yang terakhir memegang bola tersebut diberikan hukuman.
 5. Hukuman bagi yan memegang bola terakhir adalah meniup balon hingga bolon tersebut pecah.
- Evaluasi
 1. Guru membariskan siswa atau jika siswa terlihat sangat lelah guru bisa memberikan evaluasi sambil menyuruh para siswa duduk.
 2. Guru mengevaluasi para siswa, memeberikan masukan serta apresiasi.
 3. Guru memberikan siswa kesempatan untuk bertanya seputar materi pembelajaran yang baru saja dilaksanakan.
 4. Guru memberikan pertanyaan-pertanyaan yang mengukur penguasaan materi yang baru saja disampaikan
 - Penugasan

Guru memberikan tugas rumah kepada siswa sebagai penilaian kognitif.
 - Motivasi

Guru memberikan motivasi kepada para siswa untuk terus belajar dan memberikan pesan yang berhubungan dengan afeksi siswa.
 - Guru memimpin doa kemudian mengakhiri pembelajaran dengan membubarkan siswa

A. SumberBelajar

1. Ruang terbuka atau atau gedung olahraga
2. Peluit
3. Stopwatch /Jam tangan
4. Matras
5. Bola

B. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran.

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
Aspek Psikomotor <ul style="list-style-type: none"> Melakukan teknik dasar kayang 	Tes praktik (Kinerja)	Tes Contoh Kinerja	Lakukan teknik dasar kayang tanpa sanggahan tangan dikaki!
Aspek Kognitif <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui bentuk latihan teknik kayang tanpa bantuan sanggahan tangan. 	Tes tertulis	Pilihan ganda/uraian sin	Gerakan tangan dan punggung yang benar saat melakukan kayang adalah....
Aspek Afektif <ul style="list-style-type: none"> Disiplinan, 	Tes	Lembar	Disiplinan, estetikatoleransi

	4. Sikap akhir	10 – 20	
Jumlah Nilai			

Jumlah skor maks: 100

Rubrik Penilaian Pengamatan Sikap Senam Lantai

Indikator	Perilaku yang diharapkan	Skor	Nilai
Teknik dasar gerak kayang	1. Disiplin	0 – 30	
	2. Semangat	0 – 20	
	3. Sopan santun	0 – 20	
	4. Tanggung jawab	0 – 30	
Jumlah Nilai			

Jumlah skor maks: 100

Rubrik Penilaian Pemahaman Konsep Gerak dalam Senam Lantai

Indikator	Pertanyaan yang diajukan	Skor	Nilai
Teknik dasar gerak kayang	1. Jelaskan gerakan awal melakukan kayang	0 – 50	
	2. Jelaskan gerak awal dan akhir kayang	0 – 50	
Jumlah Nilai			

Jumlah skor maks: 100

Yogyakarta, 5 september
2015

Mengetahui,
Guru Pemimbing

Mahasiswa

Gunarto.S.Pd.Jas
NIP. 196109301984031005

Ali Mahfudh
NIM: 12601241074

LEMBAR DOKUMENTASI



