

**LAPORAN INDIVIDU
PENGALAMAN PRAKTIK LAPANGAN (PPL)
SMA NEGERI 2 KLATEN
Jl. Angsana, Trunuh, Klaten Selatan
1 Juli s/d 17 September 2014**

**Dosen Pembimbing Lapangan (DPL-PPL):
Nurhadi Santoso, M. Pd.**



Disusun Oleh:

**ARIEF SURYA PRADIPTA
11601241084**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN
REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014**

HALAMAN PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menerangkan bahwa sesungguhnya mahasiswa :

Nama : Arief Surya Pradipta
NIM : 11601241084
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

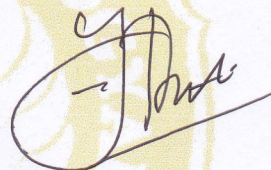
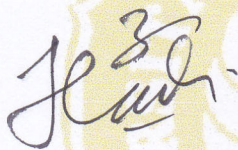
Telah melaksanakan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di lokasi SMAN 2 KLATEN dari tanggal 1 Juli 2014 sampai dengan 17 September 2014. Hasil kegiatan PPL tercantum dalam laporan ini.

Klaten, 16 September 2014

Disahkan oleh:

Dosen Pembimbing

Guru Pembimbing



Nurhadi Santoso, M. Pd.

Agus Suranto, S.Pd

NIP. 19740317 200812 1 003

NIP. 19570806 198303 1 013

Mengetahui,

Kepala Sekolah

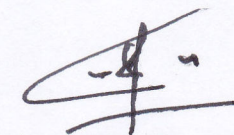
Koordinator KKN-PPL

SMAN 2 KLATEN

SMAN 2 KLATEN



Drs. Andrian Setiadi M.pd



Agus Purnama, S.Pd

NIP. 19570403 198603 1 009

NIP. 19790323 200312 1 005

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya sehingga, sehingga penyusun dapat melaksanakan dan menyelesaikan penyusunan laporan kegiatan PPL Universitas Negeri Yogyakarta tahun 2014 di lokasi SMA Negeri 2 Klaten.

Pada dasarnya tujuan dari penyusunan laporan ini adalah untuk memberikan gambaran mengenai keseluruhan rangkaian kegiatan PPL serta untuk memenuhi syarat ujian PPL UNY yang wajib ditempuh oleh setiap mahasiswa UNY selama 2,5 bulan yang telah penyusun laksanakan pada tanggal 1 Juli 2014 hingga 17 September 2014.

Pada kesempatan yang baik ini, penulis menyadari bahwa kegiatan KKN-PPL di SMA Negeri 2 Klaten dapat berjalan dengan lancar karena bantuan dan kerjasama dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penyusun mengucapkan terima kasih kepada :

1. Segenap pimpinan Universitas Negeri Yogyakarta dan Kepala LPPM-LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta,
2. Drs. Andrian Setiyadi, M.Pd.selaku Kepala Sekolah SMANegeri 2 Klaten,
3. Bapak Suhadi Purwantara, M.Si selaku Dosen Pembimbing Lapangan PPL
4. Bapak Agus Purnomo, S.Pd.selakuKoordinator KKN-PPL SMANegeri 2 Klaten atas kesediaanya untuk membimbing kami selama pelaksanaan PPL berlangsung,
5. Nurhadi Santoso, M. Pd.selaku Dosen Pembimbing Lapangan PPL
6. Bapak Agus Suranto , S.Pd selaku guru pembimbing lapangan di SMA N 2 Klaten yang telah banyak memberikan masukan, bantuan maupun perhatian dan motivasi bagi penyusun, sehingga Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) penulis dapat berjalan dengan lancar,
7. Bapak dan Ibu guru beserta seluruh staf karyawan SMA Negeri 2 Klaten.

8. Bapak, ibu dan saudaraku yang sangat aku sayangi yang senantiasa memberikan doa dan dukungan serta motivasi. Mereka semua merupakan pendorong semangat menuju kesuksesan,
9. Saudara-saudariku KKN-PPL UNY yang penyusun cintai yang selama 2,5 bulan ini menjadi bagian dari penyusun. Suka dan duka telah kita lewati bersama dan pada akhirnya kesuksesan yang kita raih. Semoga persahabatan yang kita jalin selama ini menjadikan kita keluarga sampai kapanpun,
10. Teman-teman Jurusan Pendidikan Olahraga angkatan 2011 yang telah banyak memberikan bantuan, dukungan dan semangat selama ini,
11. Seluruh siswa-siswi SMA N 2 Klaten yang telah memberikan dukungan, bantuan maupun partisipasinya dalam kegiatan PPL UNY 2014 di SMA N 2 Klaten,
12. Serta semua pihak yang tidak dapat kami sebutkan satu per satu yang turut membantu jalannya PPL (Praktek Pengalaman Lapangan) baik secara langsung maupun tidak langsung.

Selain itu juga, penyusun mohon maaf apabila dalam melaksanakan kegiatan dan menyusun laporan KKN-PPL ini kami banyak melakukan kesalahan. Oleh karena itu, saran dan kritik dari pembaca sangat diharapkan demi kesempurnaan laporan ini.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Klaten, 15September 2014

Penulis

Arief Surya Pradipta

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
RINGKASAN KEGIATAN	vi
BAB I PENDAHULUAN	
A. ANALISIS SITUASI	1
B. RUMUSAN PROGRAM KEGIATAN PPL.....	6
BAB II PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL	
A. PERSIAPAN	10
B. PELAKSANAAN PPL	12
C. ANALISIS HASIL PELAKSANAAN DAN REFLEKSI..	21
BAB III PENUTUP	
A. KESIMPULAN	25
B. SARAN	25
DAFTAR PUSTAKA	27
LAMPIRAN	

ABSTRAK

LAPORAN PRAKTEK PENGALAMAN LAPANGAN UNY 2014

LOKASI : SMA N 2 KLATEN

Oleh : Arief Surya Pradipta

Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah sebagai wahana pembentukan calon guru atau tenaga kependidikan yang profesional. PPL di sekolah bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk mempelajari, mengenal, dan menghayati permasalahan lembaga pendidikan baik yang terkait dengan proses pembelajaran maupun manajerial kelembagaan. Selain itu juga memacu pengembangan sekolah atau lembaga dengan cara menumbuhkan motivasi atas dasar kekuatan sendiri serta meningkatkan hubungan kemitraan antara UNY dan pihak sekolah.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMA N 2 Klaten dilaksanakan sejak tanggal 1 Juli sampai 17 September 2014. Pelaksanaan kegiatan PPL dilakukan secara bertahap yaitu dimulai dari observasi hingga pelaksanaan PPL yang terbagi atas beberapa tahapan yaitu persiapan, mengajar, pelaksanaan mengajar, dan evaluasi hasil mengajar. Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) bertujuan untuk melatih praktikan dalam menerapkan kemampuannya dan pengetahuannya. Dengan demikian, praktikan diharapkan mempunyai bekal dan pengalaman sebagai calon pendidik yang berkualitas.

Dalam kegiatan praktik mengajar di Sekolah, secara langsung praktikan dibimbing oleh guru pembimbing dan dosen pembimbing untuk mengatasi kesulitan dan permasalahan dalam pelaksanaan PPL dengan tahap konsultasi untuk menyamakan persepsi tentang materi yang diajarkan dan untuk mendapat masukan, saran dan bimbingan dalam pelaksanaan praktek mengajar untuk mendapatkan hasil yang sebaik-baiknya. Dengan adanya pengalaman tentang penyelenggaraan sekolah ini diharapkan praktikan mempunyai bekal untuk menjadi tenaga pendidik yang profesional.

BAB I

PENDAHULUAN

Praktek 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 praktek 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.

Sebelum dilaksanakan kegiatan PPL ini, mahasiswa sebagai praktikan telah menempuh kegiatan sosialisasi, yaitu pra-PPL melalui mata kuliah Pembelajaran Micro Teaching dan Observasi di SMA Negeri 2 Klaten. Dalam pelaksanaan PPL di SMA Negeri 2 Klaten terdiri dari 2 mahasiswa jurusan Pendidikan Bahasa Jerman, 2 mahasiswa jurusan Pendidikan Geografi, 2 mahasiswa jurusan Pendidikan Sosiologi, 2 mahasiswa Jurusan Pendidikan Biologi, 4 mahasiswa jurusan Pendidikan Bahasa Perancis, 2 mahasiswa jurusan PJKR dan 1 mahasiswa dari jurusan Pendidikan Seni Tari. Pengalaman-pengalaman yang diperoleh selama PPL diharapkan dapat digunakan sebagai bekal untuk membentuk calon guru tenaga kependidikan yang profesional.

Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan PPL merupakan kegiatan terpadu. Program kegiatannya saling terintegrasi dan saling mendukung satu dengan yang lainnya untuk mengembangkan kompetensi mahasiswa sebagai calon pendidik dan tenaga kependidikan lainnya. Kegiatan KKN utamanya adalah kegiatan manajerial di sekolah/lembaga pendidikan. Standar kompetensi KKN-PPL dirumuskan dengan mengacu pada tuntutan empat kompetensi guru baik dalam konteks pembelajaran maupun dalam konteks kehidupan guru sebagai anggota masyarakat yakni kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi professional, dan kompetensi sosial. Dengan kegiatan ini maka mahasiswa diharapkan dapat mendapatkan pengalaman, keterampilan, dan juga pengetahuan baru sehingga mahasiswa tidak merasa kesulitan ketika harus terjun dalam masyarakat maupun dalam dunia pendidikan sesuai dengan kemampuan dan bidang keilmuannya.

A. ANALISIS SITUASI

Alamat Lengkap Sekolah

Nama Sekolah : SMA Negeri 2 Klaten
Jalan : Jl. Angsana, Trunuh, Klaten Selatan
Desa/Kelurahan : Trunuh
Kecamatan : Klaten Selatan
Kabupaten/Kota : Klaten
Propinsi : Jawa Tengah
Nomor Telepon : (0272) 322340
Web : *smn2klaten.sch.id*

Dengan banyaknya SMA yang ada di Klaten ini maka SMA Negeri 2 Klaten melakukan berbagai pengembangan-pengembangan dan pembenahan-pembenahan sehingga memiliki kualitas yang tinggi dan dapat bersaing dengan SMA lain yang ada di wilayah Klaten maupun Nasional.

SMA Negeri 2 Klaten yang merupakan sekolah berstatus mandiri berlokasi di Jl. Angsana, Trunuh, Klaten Selatan. Letak SMA Negeri 2 Klaten cukup strategis dan kondusif untuk mendukung proses kegiatan belajar mengajar karena terletak 300 meter dari jalan raya Jogja-Solo. Adapun uraian dari kondisi fisik, potensi siswa, guru, dan karyawan, serta kegiatan ekstrakurikuler di SMA Negeri 2 Klaten adalah sebagai berikut :

1. Kondisi Fisik Sekolah

Secara umum, SMA Negeri 2 Klaten memiliki gedung sekolah permanen. Fasilitas yang dimiliki SMA Negeri 2 Klaten dapat dikatakan baik dan layak untuk mendukung proses kegiatan belajar mengajar. Adapun fasilitas atau sarana dan prasarana yang terdapat di SMA Negeri 2 Klaten adalah sebagai berikut :

a. Jumlah Kelas

Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 2 Klaten memiliki ruangan kelas untuk proses belajar mengajar, kelas X terdiri atas 10 terdiri dari 7 kelas IPA dan 3 kelas IPS, kelas XI terdiri dari 11 kelas 6 kelas IPA, 4 kelas IPS, dan 1 kelas Imersi. Kelas XII terdiri dari 11 kelas 5 Kelas IPA dan 4 kelas IPS, 1 Imersi dan 1 OSN.

b. Perpustakaan

Perpustakaan dilengkapi dengan koleksi buku seperti buku-buku pelajaran, buku cerita fiksi dan non fiksi, buku paket, majalah, dan koran serta dilengkapi dengan beberapa unit komputer sebagai tempat penyimpanan data dan *searching* data

serta fasilitas AC dan TV. Sehingga menumbuhkan minat siswa untuk selalu berkunjung ke perpustakaan.

c. Laboratorium IPA

Laboratorium IPA terdiri dari Laboratorium Kimia, Laboratorium Fisika, dan Laboratorium Biologi. Peralatan dari ketiga laboratorium tersebut termasuk lengkap. Akan tetapi kurang perawatan dan pemanfaatan terhadap peralatan laboratorium, sehingga tampak kurang tertata rapi.

d. Laboratorium Komputer

Terdapat dua laboratorium komputer yang letaknya di lantai 2 dan bersebelahan. Sebelah kiri digunakan untuk kelas X dan kelas XI, sementara sebelah kanan digunakan untuk kelas XII. Masing-masing Laboratorium mempunyai fasilitas yang sama, yaitu : 20 unit PC, *whiteboard*, AC, 4 buah kipas angin yang dipasang pada tiap sudut ruangan, dan koneksi internet. Laboratorium tersebut masing-masing digunakan untuk kegiatan pembelajaran TIK dan internet bagi siswa SMA Negeri 2 Klaten.

e. Laboratorium Bahasa

Laboratorium Bahasa sangat membantu siswa dalam belajar bahasa. Fasilitas di laboratorium bahasa sudah lengkap, seperti *head phone*, LCD, komputer, televisi, *tape recorder*, dan alat pengendali suara.

f. Masjid

Masjid yang dalam proses renovasi berdiri dengan megah dan dilengkapi fasilitas yang memadai.

g. Media dan Alat Pembelajaran

Media pembelajaran yang terdapat di SMA Negeri 2 Klaten antara lain : buku-buku paket dan penunjang, *white board*, *boardmarker*, alat peraga, LCD, Laptop dan peralatan laboratorium.

h. Ruang Kepala Sekolah

Kepala Sekolah mempunyai ruang sendiri yang letaknya bersebelahan dengan ruang wakil kepala sekolah.

i. Ruang Guru

Ruang guru berhadapan dengan ruang BK dan ruang TU.

j. Ruang BK

Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 2 Klaten sudah memiliki ruang khusus untuk Bimbingan dan Konseling dengan 6 guru pembimbing.

- k. Ruang TU
Ruang TU merupakan ruang tempat pengarsipan dan pengelolaan administrasi guru dan siswa.
- l. UKS
UKS sebagai miniatur Rumah Sakit di sekolah yang memiliki peranan penting dalam menjaga kesehatan siswa, terdiri dari 2 uks putra dan 2 uks putri, yang dilengkapi dengan 2 tempat tidur putri dan 2 tempat tidur putra, yang masing-masing dilengkapi dengan kotak obat dan bermacam-macam obat-obatan.
- m. Koperasi
Koperasi ini dalam menjalankan roda organisasinya, menjual barang-barang perlengkapan yang bersifat musiman seperti kain seragam, sepatu pada tahun ajaran baru, dan pada hari biasa menjual makanan, minuman, snack dan alat tulis untuk para siswa.
- n. Kamar Mandi
Sekolah mempunyai 17 kamar mandi, dengan persediaan air bersih yang cukup memadai
- o. Aula
Penggunaan Aula untuk tahun ajaran 2014/2014 sebagai tempat serba guna, baik untuk pertemuan maupun dapat digunakan untuk olahraga.
- p. Tempat Parkir
Terdapat 3 tempat parkir yaitu tempat parkir untuk siswa serta ruang parkir untuk Guru dan Karyawan yang terletak di belakang laboratorium biologi dan tempat parkir untuk siswa yang terletak di belakang ruang kelas IX dan di sebelah barat kantin sekolah..
- q. Kantin
Kantin SMA ada 2 tempat. Letaknya di ujung selatan dan di ujung utara.
- r. Lapangan sekolah
Lapangan sekolah terletak dibagian belakang kompleks gedung sekolah. Di lapangan tersebut terdapat sebuah tiang bendera dan dua buah gawang. Lapangan tersebut biasanya digunakan untuk upacara bendera dan kegiatan olahraga, misalnya sepak bola.

2. Kondisi Non Fisik Sekolah

a. Potensi Siswa

Potensi siswa dapat ditunjukkan melalui prestasi maupun organisasi. Potensi siswa SMA Negeri 2 Klaten sangat baik, dilihat dari minat belajar yang tinggi dan prestasi kejuaraan di berbagai bidang perlombaan serta status sekolah sekarang yang merupakan sekolah mandiri.

b. Potensi Guru

SMA Negeri 2 Klaten memiliki guru dan karyawan yang siap membantu kelancaran proses belajar mengajar di sekolah. Jumlah guru di SMA Negeri 2 Klaten adalah 51 orang. Mayoritas guru adalah berpendidikan S1-S2 . Setiap guru telah melaksanakan pembelajaran dengan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) Tahun Ajaran 2014/2014 untuk kelas XI dan XII, sedangkan kelas X diterapkan Kurikulum baru 2014 .

c. Potensi Karyawan

SMA Negeri 2 Klaten memiliki 21 karyawan yang cukup memadai dengan tugasnya masing-masing. Karyawan tersebut antara lain adalah karyawan tata usaha, laboran, penjaga perpustakaan, penjaga sekolah dan tukang kebun/kebersihan.

d. Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler yang ada di SMA Negeri 2 Klaten antara lain:

1. Bidang Keagamaan
 - a. Qiro'ah
2. Bidang Olahraga
 - a. Basket
 - b. Renang
 - c. Pencak Silat
 - d. Bulu tangkis
 - e. Sepak bola
3. Bidang Akademik
 - a. Karya Ilmiah Remaja (KIR)
4. Bidang Kesenian
 - a. Seni Musik
 - b. Seni Lukis
 - c. Seni Tari

- d. Seni Suara (kooor)
- 5. Bidang Sosial Kemanusiaan
 - a. Palang Merah Remaja (PMR)
- 6. Bidang Kepramukaan
- 7. PRAMUKA
- 8. Degapraya

Ekstrakurikuler unggulan SMA Negeri 2 Klaten adalah Olimpiade Karya Ilmiah Remaja, Degapraya dan Basket.

Pelaksanaan Ekstrakurikuler terjadwal, dan pembinanya merupakan guru SMA N 2 Klaten. Tempat Pelaksanaan di lingkungan SMA Negeri 2 Klaten, kecuali renang, yaitu di Depo.

Kegiatan ekstrakurikuler bersifat wajib, siswa datang 30 menit setelah kegiatan KBM berakhir. Sekolah tidak melayani siswa pindah ekstrakurikuler dalam satu semester dan hanya 1 ekstrakurikuler yang wajib diikuti, yang lainnya sukarela. Khusus untuk kelas X, ekstrakurikuler wajibnya PRAMUKA ditambah dengan satu ekstrakurikuler pilihan. Untuk kelas XI dan XII hanya mengikuti ekstrakurikuler pilihan.

Berdasarkan hasil analisis situasi dari observasi yang telah dilaksanakan, maka kelompok KKN-PPL SMA Negeri 2 Klaten berusaha memberikan stimulus awal untuk mengoptimalkan potensi dan mengembangkan fasilitas di SMA Negeri 2 Klaten yang diwujudkan dalam berbagai program yang telah direncanakan. Mengingat kontribusi yang diberikan oleh mahasiswa KKN-PPL bersifat sementara, maka diperlukan bantuan dan dukungan dari pihak sekolah untuk menindaklanjuti program yang direncanakan.

B. PERUMUSAN KEGIATAN DAN RANCANGAN KEGIATAN PPL

Kegiatan KKN-PPL UNY dilaksanakan selama lebih dari dua bulan terhitung mulai tanggal 2 Juli 2014 sampai 16 September 2014, adapun jadwal pelaksanaan kegiatan PPL UNY 2014 dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel. 6 Jadwal Pelaksanaan Kegiatan KKN – PPL UNY 2014

No	Nama Kegiatan	Waktu Pelaksanaan	Personalia
1.	Pendaftaran mahasiswa	12 - 24 Des 2014	PLPPL, Koord,

			Puskom
2.	Pembayaran KKN-PPL	12 - 24 Des 2014	Bank BPD Cab pembantu UNY
3.	Validasi pendaftaran	27 Des 2011-3 Januari 2014	PLPPL, Koord, Puskom
4.	Validasi penempatan mahasiswa dan DPL	04 – 10 Januari 2014	TIM KKN-PPL
5.	Pelatihan DPL KKN PPL baru	5-6 Januari 2014	TIM KKN-PPL
6.	Seleksi mahasiswa calon PPL di RSBI dan SBI	7-8 Januari 2014	P3B, PLPPL
7.	Pengumuman seleksi calon PPL di RSBI dan SBI	13 Januari 2014	P3B, PLPPL
8.	Pengumuman penempatan	9 Januari 2014	TIM KKN-PPL
9.	Observasi Pra KKN – PPL	2-14 Februari 2014	TIM KKN-PPL
10.	Pengajaran mikro	14 Feb-4 Juni 2014	DPL dan koord prodi
11.	Pembekalan KKN – PPL	19-22 Juni 2014	DPL, TIM
12.	Penerjunan Mahasiswa KKN – PPL	1 Juli 2014	DPL
13.	Praktik Mengajar	1 Juli-13 Sept 2014	TIM KKN-PPL
14.	Penyelesaian Laporan dan Ujian	2-15 Sept 2014	DPL, TIM
15.	Penarikan mahasiswa KKN – PPL	17 September 2014	DPL

Rangkaian kegiatan PPL dimulai sejak mahasiswa di kampus sampai di sekolah tempat praktik. Penyerahan mahasiswa di sekolah dilaksanakan pada tanggal 2 Juli 2014. Sebelum mahasiswa melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), mahasiswa diwajibkan mengikuti Mata Kuliah Micro Teaching sebanyak 2 SKS atau 1 semester, observasi proses PBM di dalam kelas, serta pembekalan KKN-PPL dari Jurusan dan DPL KKN.

Selain itu, juga harus dipersiapkan rancangan kegiatan PPL sehingga kegiatan PPL tersebut dapat dilaksanakan sesuai dengan tujuannya. Rancangan kegiatan PPL digunakan sebagai bahan acuan untuk pelaksanaan PPL di sekolah.

Universitas Negeri Yogyakarta merupakan pengembangan diri dari IKIP untuk menghasilkan guru yang kompeten dan tidak terlepas dari kegiatan PPL sebagai sarana mahasiswa untuk berlatih mengajar. Dengan adanya kegiatan PPL ini diharapkan bisa menjadi sarana bagi mahasiswa sebagai calon guru untuk mendapatkan gambaran secara mendetail kegiatan guru dan karyawan yang berhubungan dengan sekolah.

Adapun kegiatan pelaksanaan rancangan kegiatan PPL secara umum sebelum melakukan praktek mengajar di kelas sebagai berikut:

1. Konsultasi dengan guru pembimbing mengenai jadwal mengajar, pembagian materi, dan persiapan mengajar, yang dilaksanakan pada pertengahan bulan Juli 2014.
2. Membantu guru dalam mengajar serta mengisi kekosongan kelas apabila guru pembimbing tidak masuk.
3. Menyusun persiapan untuk praktik terbimbing, artinya bahwa materi atau tugas yang harus dikerjakan oleh mahasiswa ditentukan oleh guru.
4. Melaksanakan praktik mengajar terbimbing, artinya bahwa bimbingan dari guru masih relatif ketat yang dilaksanakan pada kelas dengan materi berbeda.
5. Menyusun persiapan untuk praktik mengajar secara mandiri, artinya materi yang diajarkan dipilih sendiri oleh mahasiswa dan diberi kesempatan untuk mengelola proses pembelajaran secara penuh, namun tetap ada bimbingan dan pemantauan dari guru.
6. Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang disahkan oleh guru pembimbing. RPP sebagai pedoman dan perencanaan dalam penyampaian materi yang akan diajarkan.
7. Menerapkan inovasi pembelajaran yang cocok dengan keadaan siswa dengan cara pemilihan media dan metode pembelajaran yang cocok dengan materi yang akan disampaikan.
8. Melakukan diskusi dan refleksi terhadap tugas yang telah dilakukan, baik yang terkait dengan kompetensi profesional, sosial, maupun interpersonal, yang dilakukan dengan teman sejawat, guru koordinator sekolah, dan dosen pembimbing.

Demikianlah rancangan kegiatan PPL yang pokok, sedangkan program lainnya bersifat insidental sesuai dengan keadaan yang terjadi selama pelaksanaan KKN-PPL.

C. Penyusunan Laporan PPL

Laporan PPL merupakan kegiatan akhir dari pelaksanaan PPL. Laporan ini disusun oleh masing-masing mahasiswa praktikan. Isi laporan PPL meliputi seluruh kegiatan PPL yang dilaksanakan mahasiswa sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Laporan tersebut sekaligus berfungsi sebagai pelengkap administrasi dari seluruh rangkaian kegiatan PPL.

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL

Pada bab ini akan diuraikan tentang persiapan PPL, pelaksanaan program dan analisis hasil program PPL yang telah dirumuskan yaitu pada program PPL yang tertuang dalam matriks program kerja. Pelaksanaan program kerja dimulai pada minggu pertama bulan Juli dan diakhiri pada minggu kedua bulan September 2014. Sebelum pelaksanaan program maka ada persiapan yang perlu dipersiapkan demi kelancaran program tersebut.

A. Persiapan PPL

Keberhasilan suatu kegiatan sangatlah tergantung dari persiapannya. Demikian pula untuk mencapai tujuan PPL, maka praktikan melakukan berbagai persiapan sebelum praktek mengajar. Persiapan-persiapan tersebut termasuk kegiatan yang diprogramkan dari lembaga UNY, maupun yang diprogramkan secara individu oleh praktikan. Persiapan-persiapan tersebut meliputi:

a. Pengajaran Mikro

Persiapan paling awal yang dilakukan oleh praktikan adalah mengikuti kuliah pengajaran mikro. Disini praktikan sekaligus melakukan praktek mengajar. Yang berperan sebagai guru adalah praktikan sendiri dan yang berperan sebagai siswa adalah teman satu kelompok PPL yang berjumlah 10 orang dan seorang dosen pembimbing.

Dosen pembimbing memberikan masukan, baik berupa kritik maupun saran setiap kali praktikan selesai praktek mengajar. Berbagai macam metode dan media pembelajaran dicobakan dalam kegiatan ini, sehingga praktikan memahami media yang sesuai untuk setiap materi. Dengan demikian, pengajaran mikro bertujuan untuk membekali mahasiswa agar lebih siap dalam melaksanakan PPL, baik segi materi maupun penyampaian/ metode pembelajaran. Pengajaran mikro juga sebagai syarat bagi mahasiswa untuk dapat mengikuti PPL.

b. Pembekalan

Kegiatan pembekalan merupakan salah satu persiapan yang diselenggarakan oleh lembaga UNY, dilaksanakan dalam bentuk pembekalan PPL. Pembekalan ini diberikan oleh dosen pembimbing lapangan PPL kelompok yaitu Bapak Amat Komari berlokasi di Gedung Dekanat, FIK, UNY. Dalam pembekalan, diberikan beberapa materi yang berkaitan dengan PPL yang akan dilaksanakan, antara lain:

- a. Menjaga nama baik individu, kelompok dan lembaga.
- b. Selalu berkomunikasi dengan pihak sekolah.
- c. Menjaga hubungan antar teman dalam kelompok.
- d. Mempersiapkan dan melaksanakan program kerja baik kelompok maupun individu dengan cermat, baik dan maksimal.
- e. Melakukan evaluasi setiap program kerja selesai.

Selain itu, dalam pembekalan PPL juga diberitahu tentang permasalahan-permasalahan yang sering timbul ketika di lapangan. Diharapkan dengan diberitahukannya permasalahan-permasalahan tersebut, mahasiswa peserta PPL dapat menghindari atau mengantisipasi jika timbul suatu permasalahan. Adapun hasil dari pembekalan ini adalah bertambahnya pemahaman mahasiswa PPL terhadap kegiatan yang dilaksanakan di lapangan.

c. Observasi

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

1. Observasi pra KKN-PPL (2-16 Februari 2014)

Dilakukan sebanyak tiga kali, meliputi:

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

2. Observasi kelas pra mengajar

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

- 1) Mengetahui materi yang akan diberikan
- 2) Mempelajari situasi kelas
- 3) Mempelajari kondisi siswa (aktif/ tidak aktif), dan
- 4) Memiliki rencana konkret untuk mengajar

d. Pembimbingan PPL

Pembimbingan untuk PPL dilakukan oleh DPL PPL dengan cara komunikasi jarak jauh dengan melalui alat komunikasi. Kegiatan ini memiliki tujuan untuk membantu kesulitan atau permasalahan dalam pelaksanaan program PPL.

e. Persiapan sebelum Mengajar

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

1. Pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang berisi rencana pembelajaran untuk setiap kali pertemuan.
2. Pembuatan media dan metode pembelajaran yang sesuai dengan materi pelajaran dan dapat membantu pemahaman siswa dalam menemukan konsep, yang dapat berupa objek sesungguhnya ataupun model.
3. Diskusi dengan sesama rekan praktikan, yang dilakukan baik sebelum maupun sesudah mengajar untuk saling bertukar pengalaman dan juga untuk bertukar saran dan solusi.
4. Diskusi dan konsultasi dengan guru pembimbing, yang dilakukan sebelum dan sesudah mengajar.

B. PELAKSANAAN PPL

1. Praktik Mengajar di kelas

Kegiatan praktik mengajar yang dilakukan diantaranya menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) yang disesuaikan dengan format dari sekolah. Pelaksanaan praktik mengajar dimulai pada tanggal 1 Juli 2014 - 17 September 2014.

Kegiatan yang dilakukan guru untuk mengawali proses kegiatan belajar mengajar yaitu : membariskan peserta didik, mengucapkan salam, menanyakan kabar, mengecek kehadiran siswa (presensi). Proses pembelajaran dilanjutkan dengan penyampaian apersepsi agar siswa mengingat kembali materi yang sudah dipelajari minggu yang lalu, kemudian dihubungkan dengan materi yang akan dipelajari hari ini supaya siswa termotivasi dan memperoleh gambaran tentang materi yang akan disampaikan oleh pengajar. Selain itu menanyakan kepada siswa kesulitan-kesulitan yang ditemui dengan materi sebelumnya.

Metode pembelajaran menggunakan pendekatan komunikatif. *Question-Reponds* antara guru dan siswa. Guru menjelaskan materi kemudian siswa memperhatikan, mendengarkan dan mencatat penjelasan guru dipapan tulis kemudian guru memberikan latihan soal yang akan dibahas bersama-sama.

Siswa diajak ke lapangan untuk mengawali kegiatan belajar mengajar, mengawali dengan berdoa, salam, apersepsi, penyampaian materi, praktek, Sebelum pelajaran diakhiri, mahasiswa menyampaikan kesimpulan dari materi tersebut (evaluasi) dan meminta siswa mempelajari lagi di rumah serta mempersiapkan materi untuk pertemuan selanjutnya.

Guru pembimbing tidak ikut mendampingi di dalam kegiatan belajar mengajar . Beliau mengizinkan saya untuk bereksplorasi menggunakan metode pembelajaran yang inovatif, kreatif dan menyenangkan supaya para siswa tertarik belajar olahraga. Kegiatan praktek mengajar olahraga di SMA N 2 Klaten hanya meliputi kelas XI dan XII. Untuk mempermudah dalam proses pelaksanaannya maka perlu diadakan pembagian kelas yaitu untuk Arief Surya Pradipta di kelas XI terdiri dari kelas (XI IPA 1 , XI IPA 2, XI IPA 3) dan seluruh kelas XII (XII IPA 1,2,3,4,5 dan XII IPS 1,2,3,4) kecuali XII IPA 6 dan XII Imersi.

Praktik yang dilakukan meliputi praktik mengajar mandiri maupun Team Teaching. Praktik mengajar dilakukan oleh praktikan selama 60 kali pertemuan dengan total waktu 130 jam pelajaran, dengan rincian sebagai berikut :

No	Hari, Tanggal	Kelas	Jam	Materi	Kegiatan
1.	Selasa, 5 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • XII IPA 2 • XI IPA 2 	1-2	<p>Perkenalan Awal</p> <p>Perkenalan Awal</p>	<p>Perkenalan terhadap peserta didik, menjelaskan tentang apa itu pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan, serta pengenalan materi tentang senam lantai (roll depan)</p> <p>Perkenalan terhadap peserta didik, menjelaskan tentang salah satu nomor atletik lari jarak pendek (start jongkok)</p>

2.	Rabu, 6 Agustus 2014	• XII IPA 3	1-2	Perkenalan Awal	Perkenalan terhadap peserta didik, menjelaskan tentang apa itu pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan, serta pengenalan materi tentang senam lantai (roll depan)
		• XI IPA 3	3-5	Perkenalan Awal	Perkenalan terhadap peserta didik, menjelaskan tentang salah satu nomor atletik lari jarak pendek (start jongkok)
3.	Kamis, 7 Agustus 2014	• XII IPA 4	1-2	Perkenalan Awal	Perkenalan terhadap peserta didik, menjelaskan tentang apa itu pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan, serta pengenalan materi tentang senam lantai (roll depan)
		• XI IPA 1	3-5	Perkenalan Awal	Perkenalan terhadap peserta didik, menjelaskan tentang salah satu nomor atletik lari jarak pendek (start jongkok)
4.	Jumat, 8 Agustus 2014	• XII IPA 5	1-2	Perkenalan Awal	Perkenalan terhadap peserta didik, menjelaskan tentang apa itu pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan, serta pengenalan materi tentang senam lantai (roll depan)
		• XII IPS 2	3-4	Perkenalan Awal	Perkenalan terhadap peserta didik, menjelaskan tentang apa itu pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan, serta pengenalan materi tentang senam lantai (roll depan)

5.	Sabtu, 9 Agustus 2014	• XII IPS 1	1-2	Perkenalan Awal	Perkenalan terhadap peserta didik, menjelaskan tentang apa itu pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan, serta pengenalan materi tentang senam lantai (roll depan)
		• XII IPS 3	3-4	Perkenalan Awal	Perkenalan terhadap peserta didik, menjelaskan tentang apa itu pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan, serta pengenalan materi tentang senam lantai (roll depan)
6.	Senin, 11 Agustus 2014	• XII IPA 1	1-2	Senam lantai-Roll depan	Mempraktekkan materi senam lantai roll depan / guling depan
		• XII IPS 4	3-4	Senam lantai-Roll depan	Mempraktekkan materi senam lantai roll depan / guling depan
7.	Selasa, 12 Agustus 2014	• XII IPA 2	1-2	Senam lantai-Roll depan	Mempraktekkan materi senam lantai roll depan / guling depan
		• XI IPA 2	4-6	Permainan bola voli	Mempraktekkan teknik dasar passing bawah bola voli
8.	Rabu, 13 Agustus 2014	• XII IPA 3	1-2	Senam lantai-Roll depan	Mempraktekkan materi senam lantai roll depan / guling depan
		• XI IPA 3	3-5	Permainan bola voli	Mempraktekkan teknik dasar passing bawah bola voli
9.	Kamis, 14 Agustus 2014	• XII IPA 4	1-2	Senam lantai-Roll depan	Mempraktekkan materi senam lantai roll depan / guling depan
		• XI IPA 1	3-5	Permainan bola voli	Mempraktekkan teknik dasar passing bawah bola voli

10.	Jumat, 15 Agustus 2014	• XII IPA 5	1-2	Senam lantai-Roll depan	Mempraktekkan materi senam lantai roll depan / guling depan
		• XII IPS 2	3-4	Senam lantai-Roll depan	Mempraktekkan materi senam lantai roll depan / guling depan
11.	Sabtu, 16 Agustus 2014	• XII IPS 1	1-2	Senam lantai-Roll depan	Mempraktekkan materi senam lantai roll depan / guling depan
		• XII IPS 3	3-4	Senam lantai-Roll depan	Mempraktekkan materi senam lantai roll depan / guling depan
12.	Senin, 18 Agustus 2014	• XII IPA 1	1-2	Atletik nomor lari estafet	Mempraktekkan teknik memberikan tongkat dan menerima tongkat estafet
		• XII IPA 1	4-6	Permainan bola voli teknik servis	Mempraktekkan teknik servis atas dan bawah
13.	Selasa, 19 Agustus 2014	• XII IPA 2	1-2	Atletik nomor lari estafet	Mempraktekkan teknik memberikan tongkat dan menerima tongkat estafet
		• XI IPA 2	4-6	Permainan bola voli teknik servis	Mempraktekkan teknik servis atas dan bawah
14.	Rabu, 20 Agustus 2014	• XII IPA 3	1-2	Atletik nomor lari estafet	Mempraktekkan teknik memberikan tongkat dan menerima tongkat estafet
		• XI IPA 3	3-5	Permainan bola voli teknik servis	Mempraktekkan teknik servis atas dan bawah

15.	Kamis, 21 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • XII IPA 4 • XII IPS 4 	1-2 3-4	<p>Atletik nomor lari estafet</p> <p>Atletik nomor lari estafet</p>	<p>Mempraktekkan teknik memberikan tongkat dan menerima tongkat estafet</p> <p>Mempraktekkan teknik memberikan tongkat dan menerima tongkat estafet</p>
16.	Jumat, 22 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • XII IPA 5 • XII IPS 2 	1-2 3-4	<p>Atletik nomor lari estafet</p> <p>Atletik nomor lari estafet</p>	<p>Mempraktekkan teknik memberikan tongkat dan menerima tongkat estafet</p> <p>Mempraktekkan teknik memberikan tongkat dan menerima tongkat estafet</p>
17.	Sabtu, 23 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • XII IPS 1 • XII IPS 3 	1-2 3-4	<p>Atletik nomor lari estafet</p> <p>Atletik nomor lari estafet</p>	<p>Mempraktekkan teknik memberikan tongkat dan menerima tongkat estafet</p> <p>Mempraktekkan teknik memberikan tongkat dan menerima tongkat estafet</p>
18.	Senin, 25 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • XII IPA 1 • XI IPA 1 	1-2 4-6	<p>Ujian lari estafet</p> <p>Tolak peluru</p>	<p>Pengambilan nilai lari estafet</p> <p>Mempraktekkan teknik menolak peluru</p>
19.	Selasa, 26 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • XII IPA 2 • XI IPA 2 	1-2 4-6	<p>Ujian lari estafet</p> <p>Tolak peluru</p>	<p>Pengambilan nilai lari estafet</p> <p>Mempraktekkan teknik menolak peluru</p>
20.	Rabu, 27 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • XII IPA 3 • XI IPA 3 	1-3 3-5	<p>Ujian lari estafet</p> <p>Tolak peluru</p>	<p>Pengambilan nilai lari estafet</p> <p>Mempraktekkan teknik menolak peluru</p>
21.	Kamis, 28 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • XII IPA 4 	1-2	Ujian lari estafet	Pengambilan nilai lari estafet

		• XII IPS 4	3-4	Ujian lari estafet	Pengambilan nilai lari estafet
22.	Jumat, 29 Agustus 2014	• XII IPA 5 • XII IPS 2	1-2 3-4	Praktek pengulangan lari estafet Praktek pengulangan lari estafet	Pengulangan teknik memberi, menerima, menangkap, (game permainan) Pengulangan teknik memberi, menerima, menangkap, (game permainan)
23.	Sabtu, 30 Agustus 2014	• XII IPS 1 • XII IPS 3	1-2 3-4	Praktek pengulangan lari estafet Ujian lari estafet	Pengulangan teknik memberi, menerima, menangkap, (game permainan) Pengambilan nilai lari estafet
24.	Senin, 1 September 2014	• XII IPA 1 • XI IPA 1	1-2 4-6	Sepak bola, teknik passing Renang gaya dada	Mempraktekkan passing, permainan small side game TGFU Pengenalan air, teknik gaya dada, permainan didalam air
25.	Selasa, 2 September 2014	• XII IPA 2 • XI IPA 2	1-2 4-6	Sepak bola, teknik passing Renang gaya dada	Mempraktekkan passing, permainan small side game TGFU Pengenalan air, teknik gaya dada, permainan didalam air
26.	Rabu, 3 September 2014	• XII IPA 3 • XI IPA 3	1-2 3-5	Sepak bola, teknik passing Renang gaya dada	Mempraktekkan passing, permainan small side game TGFU Pengenalan air, teknik gaya dada, permainan didalam air
27.	Kamis, 4 September 2014	• XII IPA 4 • XII IPS 4	1-2 3-4	Sepak bola, teknik passing Sepak bola, teknik	Mempraktekkan passing, permainan small side game TGFU Mempraktekkan passing, permainan small side game

				passing	TGFU
28.	Jumat, 5 September 2014	<ul style="list-style-type: none"> • XII IPA 5 • XII IPS 2 	1-2 3-4	Sepak bola, teknik passing Sepak bola, teknik passing	Mempraktekkan passing, permainan small side game TGFU Mempraktekkan passing, permainan small side game TGFU
29.	Sabtu, 6 September 2014	<ul style="list-style-type: none"> • XII IPS 1 • XII IPS 3 	1-2 3-4	Sepak bola, teknik passing Sepak bola, teknik passing	Mempraktekkan passing, permainan small side game TGFU Mempraktekkan passing, permainan small side game TGFU

Semua kegiatan praktek mengajar tersebut mencakup penerapan dan pengalaman yang ada di lapangan. Hal-hal yang harus diterapkan dalam proses pembelajaran meliputi beberapa aspek yang antara lain adalah :

- a. Sikap mengajar
- b. Pengelolaan kelas
- c. Teknik penyampaian
- d. Metode mengajar
- e. Alokasi waktu
- f. Penggunaan media
- g. Evaluasi pembelajaran

Selama kegiatan PPL berlangsung, mahasiswa mendapat bimbingan dari :

- 1) Guru pembimbing dari SMA N 2 Klaten

Guru pembimbing dari pihak sekolah dipilih oleh pihak sekolah sesuai dengan jurusan masing-masing. Untuk jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi oleh Bapak Drs. Nur Cahyo dan Bapak Agus Suranto S,Pd.

2) Dosen pembimbing PPL dari jurusan masing- masing

Bimbingan yang dilakukan oleh dosen pembimbing dari tiap jurusan dilakukan 4 kali di SMA. Untuk jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, bimbingan dilakukan oleh Yudanto, M.Pd.

Guru pembimbing dari tiap jurusan memberikan pengarahan berupa :

- a) Memberikan petunjuk penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), daftar presensi, daftar nilai, analisis hasil ulangan dan sumber buku yang dipergunakan serta media pembelajaran yang sebaiknya dibuat dan dipergunakan untuk mempermudah siswa dalam memahami materi yang akan disampaikan.
- b) Memberikan petunjuk tentang cara penyampaian materi yang tepat, pengelolaan kelas, dan cara menciptakan suasana yang kondusif, menyenangkan agar proses pembelajaran berjalan lancar. Guru pembimbing juga memberikan petunjuk cara menyampaikan materi sebagaimana sosok seorang guru yang sebenarnya.
- c) Memberikan saran dan kritik yang membangun serta dukungan semangat kepada mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam proses pembelajaran di kelas.

2. Praktik Kegiatan Belajar Mengajar Insidental

Praktik Pengalaman Lapangan atau PPL di sekolah merupakan ajang untuk menimba pengalaman mengajar di dalam kelas dan manajerial lembaga sekolah secara keseluruhan, baik ditinjau dari lingkungan sosialnya maupun kegiatan-kegiatan portofolio masing-masing guru. Kegiatan belajar mengajar (KBM) di luar perencanaan kegiatan mahasiswa praktikan dapat disebut juga sebagai kegiatan Insidental. Kegiatan KBM insidental terlaksana karena adanya perubahan normal manajerial sekolah yang fleksibel dan dinamis, sehingga mahasiswa praktikan tidak dapat menganalisis kegiatan tersebut pada saat observasi sekolah dan kelas sebelum diterjunkan di lembaga sekolah tersebut. Adapun kegiatan belajar mengajar (KBM) antara lain :

a. Piket KBM

Piket KBM biasanya bertempat di lobby sekolah. Piket dilaksanakan bersama guru sesuai dengan jadwal masing-masing yang sudah ditentukan

oleh sekolah. Persiapan yang dilakukan yaitu menyiapkan buku rekapitulasi kehadiran untuk siswa, surat ijin siswa, blangko untuk ijin masuk dan meninggalkan pelajaran, buku tamu dan buku ijin guru.

b. Piket Kelas

Piket kelas dilaksanakan pada saat guru mata pelajaran tidak dapat hadir namun meninggalkan meninggalkan tugas bagi siswa, praktikan bertugas memasuki kelas untuk mengkondisikan siswa dan menyampaikan tugas yang diberikan oleh guru.

c. Mengisi Jam Kosong

Dalam kegiatan ini praktikan menggantikan guru yang tidak dapat mengajar di kelas karena suatu urusan maupun tugas dari sekolah atau dinas yang tidak bisa ditinggalkan. Disini praktikan bertugas memberikan soal-soal latihan baik dari buku maupun lembar kerja siswa (LKS) untuk dikerjakan agar siswa tidak meninggalkan kelas dan mengganggu proses KBM kelas yang lain.

d. Menjadi Team Teaching

Pelaksanaan tim teaching menyesuaikan jadwal guru pembimbing. Adapun tugas tim teaching adalah sebagai berikut:

- a) Menggantikan guru jika berhalangan hadir
- b) Mngkondisikan siswa saat proses KBM berlangsung
- c) Monitoring atau pengawasan siswa dalam mengerjakan tugas

3. Penyusunan Laporan

Tindak lanjut dari program PPL adalah penyusunan laporan sebagai pertanggungjawaban atas kegiatan PPL yang telah dilaksanakan. Laporan PPL berisi kegiatan yang dilakukan selama PPL. Laporan ini disusun secara individu dengan persetujuan guru pembimbing, dan DPL-PPL Jurusan Pendidikan jasmani. Dan divalidasi pada tanggal yang tercantum dalam halaman pengesahan.

4. Penarikan

Penarikan mahasiswa PPL dilakukan pada tanggal 17 September 2014 oleh pihak UPPL yang diwakilkan pada DPL-KKN masing-masing.

C. ANALISIS HASIL KEGIATAN

Secara garis besar, siswa-siswi SMA N 2 Klaten menerima dengan baik mahasiswa yang sedang melaksanakan PPL. Selama mengajar dilapangan maupun

dikelas, praktikan tidak mengalami hambatan yang berarti, hanya saja pada saat awal pertemuan dengan siswa praktikan kurang dalam mengatasi kelas XII dan XI, karena perlunya proses pendalaman dan pemahaman karakter peserta didik. Setelah berkonsultasi dengan guru pembimbing, praktikan mendapatkan arahan mengenai metode yang biasa digunakan untuk penanganan atau penguasaan kelas. Sehingga pada pertemuan selanjutnya praktikan dapat tampil lebih baik dalam proses KBM.

Manfaat yang dapat diperoleh dari pelaksanaan mengajar diantaranya praktikan mendapatkan pengalaman kerja dalam bidang pembelajaran dan manajerial sekolah. Selain itu, praktikan dapat lebih mempelajari, mengenal dan memahami permasalahan-permasalahan yang terjadi di lingkungan sekolah. Adapun hasil analisis pelaksanaan PPL sebagai berikut :

1. Analisis Hasil PPL Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Kegiatan PPL yang dilaksanakan mulai tanggal 1 Juli - 17 September 2014 berjalan dengan baik dan lancar. Kegiatan PPL difokuskan pada penyusunan RPP dan Praktik mengajar.

1. Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

a. Tujuan

Sebagai pedoman bagi guru bidang studi dalam melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani untuk kelas X dan XI.

b. Sasaran

Siswa kelas X dan XI SMA Negeri 2 Klaten.

c. Hasil

1) Kualitatif

Memberikan pedoman program pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi kelas X dan XI untuk satu bulan pengajaran Tahun Ajaran 2014/2014.

2) Kuantitatif

Telah dibuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran bidang studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi untuk kelas X dan XI Tahun Ajaran 2014/2014.

d. Hambatan

Bertepatan dengan Hari Raya Idul Fitri sehingga kegiatan belajar mengajar kurang kondusif.

e. Solusi

Memaksimalkan waktu yang ada, mengejar materi yang sempat tertinggal.

2. Praktik Mengajar di Kelas

a. Tujuan

Memberikan pengalaman kepada calon tenaga didik bagaimana cara mengajar dan mendidik siswa dengan baik dan benar.

b. Sasaran

Siswa kelas X dan XI SMA Negeri 2 Klaten.

c. Hasil

1) Kualitatif

Calon tenaga didik mendapat pengalaman yang sangat berharga ketika mentransfer ilmu kepada peserta didik.

2) Kuantitatif

Praktikan telah melakukan praktik mengajar selama 65 kali pertemuan.

d. Hambatan

1) Ada beberapa Siswa sulit dikendalikan

2) Bertepatan dengan Hari Raya Idul Fitri sehingga kegiatan belajar mengajar kurang kondusif

e. Solusi

1) Membagi materi dengan kegiatan belajar memenuhi 2x45 menit, meminta siswa untuk aktif di dalam kegiatan belajar di dalam kelas dan segera melaksanakan instruksi yang diminta.

2) Menggunakan media gambar yang besar untuk menarik perhatian para siswa dan IT. Menggunakan permainan dan bekerja kelompok agar siswa tidak bosan dan antusias mengikuti pembelajaran ini serta pengadaan media yang menarik siswa.

f. Evaluasi

1) Tujuan

Mengetahui keberhasilan siswa menyerap materi yang diajarkan.

2) Sasaran

Siswa kelas XI dan XII SMA Negeri 2 Klaten

3) Hasil

Kualitatif

Siswa dapat mengukur kemampuannya melalui evaluasi secara tertulis dalam bentuk tugas yang diberikan praktikan. Setiap kelas 100% siswa mengumpulkan tugas. Selain itu siswa dapat mengukur kemampuannya dengan melakukan tes keterampilan sesuai materi yang diajarkan.

Kuantitatif

Praktikan telah melakukan praktik mengajar selama 58 kali pertemuan.

2. Analisis Hasil Pelaksanaan KBM Insidental

Pelaksanaan KBM Insidental berjalan lancar dan sukses walaupun masih terdapat beberapa kekurangan dalam pelaksanaannya misalnya kurang dikuasainya strategi yang tepat oleh para praktikan. Hal ini disebabkan karena selama ini pelaksanaan kegiatan KBM di kelas selalu diawali dengan perancangan program dan persiapan awal yang matang seperti observasi situasi, analisis bidang keilmuan dan bahan ajar yang disesuaikan dengan disiplin ilmu yang sudah dimiliki oleh praktikan.

BAB III

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan pengalaman yang telah diperoleh selama melaksanakan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) baik secara langsung maupun tidak langsung, maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Pelaksanaan PPL pada tahun ini yang menggunakan kurikulum KTSP dan Kurikulum 2013 menjadi ajang yang tepat bagi mahasiswa untuk lebih mendalami sekaligus menerapkan amanat kurikulum dalam kegiatan belajar mengajar. Praktikan sebagai mahasiswa merasa sangat beruntung karena UNY telah memberikan bekal yang lumayan cukup.
2. Dengan mengikuti kegiatan PPL mahasiswa memiliki kesempatan untuk menemukan permasalahan-permasalahan aktual seputar kegiatan belajar mengajar dan berusaha memecahkan permasalahan tersebut dengan menerapkan ilmu atau teori-teori yang telah dipelajari di kampus terutama yang berkaitan dengan pelaksanaan Kurikulum 2013. Pada kenyataannya, praktikan masih sering mendapat kesulitan karena minimnya pengalaman.
3. Di dalam kegiatan PPL, mahasiswa bisa mengembangkan kreativitasnya, misalnya dengan menciptakan media pembelajaran, menyusun materi sendiri berdasarkan kompetensi yang ingin dicapai. Praktikan juga mempelajari bagaimana menjalin hubungan yang harmonis dengan semua komponen sekolah untuk menjamin kelancaran kegiatan belajar mengajar.
4. PPL memperluas wawasan mahasiswa tentang tugas tenaga pendidik, kegiatan persekolahan dan kegiatan lain yang menunjang kelancaran proses belajar mengajar di sekolah.

B. Saran

Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan oleh pihak yang bersangkutan berdasarkan hasil pengalaman praktikan selama melaksanakan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL), antara lain:

1. Untuk SMA Negeri 2 Klaten

- a. Perlunya peningkatan kedisiplinan dan ketertiban terutama bagi siswa-siswi karena masih banyak siswa yang tidak mematuhi tata tertib sekolah.

- b. Penggunaan media penunjang belajar, LCD, OHP, gambar dan alat peraga lainnya agar lebih dimaksimalkan lagi dan tidak hanya terbatas pada pelajaran tertentu saja, sehingga siswa maupun guru bisa mencapai kompetensi yang ditentukan dengan cara yang lebih menarik dan lebih efektif.
- c. Hendaknya pihak sekolah melakukan monitoring secara lebih intensif terhadap proses kegiatan PPL yang berada dibawah bimbingan guru yang bersangkutan.
- d. Pihak sekolah hendaknya memberikan masukan yang membangun bagi mahasiswa PPL mengenai segala permasalahan berkaitan dengan proses pengajaran.

2. Untuk Mahasiswa PPL yang akan datang

- a. Praktikan sebaiknya mempersiapkan diri sedini mungkin dengan mempelajari lebih mendalam teori-teori yang telah dipelajari dan mengikuti pengajaran mikro dengan maksimal.
- b. Praktikan harus belajar lebih keras, menimba pengalaman sebanyak-banyaknya, dan memanfaatkan kesempatan PPL sebaik-baiknya.
- c. Rasa kesetiakawanan, solidaritas, dan kekompakan dalam satu tim hendaknya selalu dijaga sampai kegiatan PPL berakhir.
- d. Praktikan sebaiknya menjalin hubungan baik dengan siapa saja, pandai menempatkan diri dan berperan sebagaimana mestinya.
- e. Mahasiswa PPL harus mempersiapkan kegiatan mengajar dengan baik meliputi persiapan materi, perangkat pembelajaran dan juga dari diri pribadi mahasiswa.
- f. Hendaknya mahasiswa sering berkonsultasi pada guru dan dosen pembimbing sebelum dan sesudah mengajar, supaya bisa diketahui kelebihan, kekurangan dan permasalahan selama mengajar. Dengan demikian proses pembelajaran akan mengalami peningkatan kualitas secara terus menerus.
- g. Hendaknya mahasiswa selalu menjaga sikap dan tingkah laku selama berada di dalam kelas maupun di dalam lingkungan sekolah, agar dapat terjalin interaksi dan kerjasama yang baik dengan pihak yang bersangkutan.
- h. Hendaknya mahasiswa PPL memanfaatkan waktu dengan seefektif dan seefisien mungkin untuk mendapatkan pengetahuan dan pengalaman mengajar, serta manajemen sekolah dan manajemen pribadi secara baik dan bertanggung jawab.
- i. Praktikan harus menjaga nama almamter UNY, disiplin, dan bertanggung jawab.

DAFTAR PUSTAKA

Tim Penyusun LPPMP UNY. 2014. *Panduan KKN-PPL*. Yogyakarta : LPPMP, Universitas Negeri Yogyakarta.

Tim Penyusun LPPMP UNY. 2014. *Panduan Pengajaran Mikro*. Yogyakarta: LPPMP, Universitas Negeri Yogyakarta.

LAMPIRAN



Universitas Negeri Yogyakarta

MATRIKS PROGRAM KERJA PPL UNY TAHUN 2014

F01

Untuk maha
siswa

	a. Persiapan												
	b. Pelaksanaan		10	10	10	10	10						
	c. Evaluasi & Tindak Lanjut		2	2	2	2	2						
3	Pembuatan Media Pembelajaran												30
	a. Persiapan												
	b. Pelaksanaan		6	6	6	6	6						
	c. Evaluasi												
4	Praktek Mengajar												
	a. Persiapan			3	3	3	3	3					145
	b. Pelaksanaan			22	27	27	27	27					
	c. Evaluasi & Tindak Lanjut												
5	Pembuatan Daftar Nilai Siswa												15
	a. Pelaksanaan			3	3	3	3	3					
	b. Evaluasi & Tindak Lanjut												
6	Konsultasi Guru		3	3	3	3	3	3					18



Universitas Negeri Yogyakarta

MATRIKS PROGRAM KERJA PPL UNY TAHUN 2014

F01

Untuk maha
siswa



MATRIKS PROGRAM KERJA PPL UNY TAHUN 2014

F01

Untuk
mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

7	Konsultasi DPL PPL	1		1		1		1				4
9	Piket Guru			3	3	3	3	3				15
10	Penyusunan Laporan PPL								3	7		10
Jumlah Jam												303

Klaten, 13 September 2014

Mengetahui,

Kepala Sekolah
SMA N 2 Klaten



Drs. Andrian Setiadi, M.Pd
NIP. 19570403 198603 1 009

Dosen Pembimbing

Nurhadi Santoso, M. Pd.
NIP. 19740317 200812 1 003

Mahasiswa

Arief Surya Pradipta
NIM. 11601241084

**JADWAL DAN JAM MENGAJAR PPL
SMA N 2 KLATEN
TAHUN AJARAN 2014/2015**

Nama : Arief Surya Pradipta
NIM : 11601241084
Prodi : PJKR

NO	Hari / tanggal	Kelas	Jam ke-
1.	Senin	XII IPA 1 XI IPA 1	1-2 4-6
2.	Selasa	XII IPA 2 XI IPA 2	1-2 4-6
3.	Rabu	XII IPA 3 XI IPA 3	1-2 3-5
4.	Kamis	XII IPA 4 XII IPS 4	1-2 3-4
5.	Jumat	XII IPA 5 XII IPS 2	1-2 3-4
6.	Sabtu	XII IPS 1 XII IPS 3	1-2 3-4

Klaten, 13 September 2014

Guru Pembimbing

Mahasiswa

**Agus Suranto, S. Pd
NIP. 19570806 198303 1 013**

**Arief Surya Pradipta
NIM. 11601241084**



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
TAHUN 2014**

Universitas Negeri Yogyakarta

F02
Untuk Mahasiswa

MINGGU KE-1

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMA N 2 KLATEN
ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA : Jl. Angsana Trunuh
GURU PEMBIMBING : Agus Suranto, S.Pd

NAMA MAHASISWA : Arief Surya Pradipta
NO. MAHASISWA : 11601241084
FAK/JUR : FIK/PJKR
DOSEN PEMBIMBING : Nurhadi Santoso, M.Pd.

No.	Hari / Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Selasa, 1 Juli 2014	Pertemuan dengan guru pembimbing berkonsultasi mengenai PPL	Memohon ijin terkait pelaksanaan PPL dan membahas mengenai proses belajar-mengajar yang berlangsung di SMA N 2 Klaten terkait materi, silabus dan RPP. Sekaligus meminta kesediaan membimbing selama 2,5 bulan	Tidak ada	Tidak ada

Klaten , 13 September 2014

Mengetahui:

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Nurhadi Santoso, M. Pd.

NIP. 19740317 200812 1 003

Agus Suranto, S.Pd

NIP. 19570806 198303 1 013

Arief Surya Pradipta

NIM. 11601241084



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
TAHUN 2014**

F02
Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

MINGGU KE-2

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMA N 2 KLATEN
ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA : Jl. Angsana Trunuh
GURU PEMBIMBING : Agus Suranto, S.Pd

NAMA MAHASISWA : Arief Surya Pradipta
NO. MAHASISWA : 11601241084
FAK/JUR : FIK/PJKR
DOSEN PEMBIMBING : Nurhadi Santoso, M. Pd.

NO	Hari / Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin, 21 Juli 2014	Konsultasi dengan guru pembimbing penjas mengenai rencana pelaksanaan pembelajaran, silabus, dan jadwal mengajar	Memperoleh informasi mengenai kurikulum yang diterapkan bagi kelas XII dan kelas XI. Dan membuat dua RPP setiap minggunya yakni (KTSP dan K13)	Sekolah belum mengeluarkan jadwal pelajaran yang baru	Menunggu jadwal pelajaran terbaru dari pihak sekolah

2.	Rabu, 23 Juli 2014	Penyusunan perencanaan pelaksanaan pembelajaran kelas XII dan penyesuaian silabus KTSP	Menentukan materi dan bahan ajar bagi kelas XII sesuai dengan silabus dan ketersediaan sarpras	Kesulitan menentukan materi yang akan diberikan kepada kelas XII dan penyusunan RPP	Meninjau ketersediaan sarpras dan konsultasi
3.	Kamis, 24 Juli 2014	Penyusunan perencanaan pelaksanaan pembelajaran kelas XI dan penyesuaian materi yang akan diberikan	Menentukan indikator pencapaian dan tujuan pembelajaran	Kesulitan rencana peralatan yang akan digunakan saat pembelajaran	Memodifikasi alat pembelajaran (bola plastik, tongkat estafet pipa)

Klaten , 13 September 2014

Mengetahui:

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Nurhadi Santoso, M. Pd.

NIP. 19740317 200812 1 003

Agus Suranto, S.Pd

NIP. 19570806 198303 1 013

Arief Surya Pradipta

NIM. 11601241084



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
TAHUN 2014

F02
Untuk Mahasiswa

MINGGU KE-3

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMA N 2 KLATEN

ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA : Jl. Angsana Trunuh

GURU PEMBIMBING : Agus Suranto, S.Pd

NAMA MAHASISWA : Arief Surya Pradipta

NO. MAHASISWA : 11601241084

FAK/JUR : FIK/PJKR

DOSEN PEMBIMBING : Nurhadi Santoso, M. Pd.

NO	Hari / Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin, 4 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none">• Konsultasi pra PPL dengan guru pembimbing sebelum aktif terjun pembelajaran terkait RPP	<ul style="list-style-type: none">• Penyerahan RPP (pertama) sejumlah 2 format yaitu KTSP dan K13 bagi kelas XII dan XI dengan materi berbeda	Tidak Ada	Tidak Ada
2.	Selasa, 5 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none">• Jam ke 1-2 pengenalan dan pemahaman karakter kelas XII IPA 2 serta pengenalan materi tentang senam lantai (roll depan)• Jam ke 4-6 pengenalan dan pemahaman karakter kelas	<ul style="list-style-type: none">• KBM belum sepenuhnya berjalan, diisi mengenai materi yang akan dipelajari yaitu guling depan dengan proses tanya jawab• KBM berjalan sesuai dengan rencana dengan	Tidak Ada <ul style="list-style-type: none">• Terjadi kejenuhan bagi peserta didik pasca	Tidak Ada <ul style="list-style-type: none">• Memasukkan bentuk permainan sederhana secara

		XI IPA 2 serta pengenalan materi atletik nomor lari jarak pendek sprint menggunakan start jongkok kemudian mempraktekkan dilapangan	materi praktek salah satu nomor atletik lari jarak pendek (start jongkok)	pendalaman materi atletik	berkelompok dan bersifat kompetisi
3.	Rabu, 6 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 1-2 pengenalan dan pemahaman karakter kelas XII IPA 3 serta pengenalan materi tentang senam lantai (roll depan) • Jam ke 3-5 pengenalan dan pemahaman karakter kelas XI IPA 3 serta pengenalan materi atletik nomor lari jarak pendek sprint menggunakan start jongkok kemudian mempraktekkan dilapangan 	<ul style="list-style-type: none"> • KBM belum sepenuhnya berjalan, diisi mengenai materi yang akan dipelajari yaitu guling depan dengan proses tanya jawab • KBM berjalan sesuai dengan rencana dengan materi praktek salah satu nomor atletik lari jarak pendek (start jongkok) 	<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik kurang antusias terhadap materi yang diberikan dan sulit dikendalikan • Peserta didik laki-laki kurang tertarik terhadap proses pembelajaran 	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan pendekatan dan skenario pembelajaran untuk mengatasi tingkah laku peserta didik • Memberikan bentuk permainan sederhana dalam model bermain

4.	Kamis, 7 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 1-2 pengenalan dan pemahaman karakter kelas XII IPA 4 serta pengenalan materi tentang senam lantai (roll depan) • Jam ke 3-5 pengenalan dan pemahaman karakter kelas XI IPA 1 serta pengenalan materi atletik nomor lari jarak pendek sprint menggunakan start jongkok kemudian mempraktekkan dilapangan 	<ul style="list-style-type: none"> • KBM belum sepenuhnya berjalan, diisi mengenai materi yang akan dipelajari yaitu guling depan dengan proses tanya jawab • KBM berjalan sesuai dengan rencana dengan materi praktek salah satu nomor atletik lari jarak pendek (start jongkok) 	<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik kurang antusias terhadap materi yang diberikan dan sulit dikendalikan <p style="text-align: center;">Tidak Ada</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan pendekatan dan skenario pembelajaran untuk mengatasi tingkah laku peserta didik <p style="text-align: center;">Tidak Ada</p>
5.	Jumat, 8 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 1-2 pengenalan dan pemahaman karakter kelas XII IPA 5 serta pengenalan materi tentang senam lantai (roll depan) • Jam ke 3-4 pengenalan dan pemahaman karakter kelas 	<ul style="list-style-type: none"> • KBM berjalan hanya 75% dengan pengenalan materi guling depan dan proses tanya jawab • KBM belum sepenuhnya berjalan diisi mengenai 	<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik kurang antusias dalam KBM • Peserta didik kurang antusias dalam KBM 	<ul style="list-style-type: none"> • Memberikan bentuk permainan sederhana yang menyenangkan • Melakukan pendekatan dan skenario pembelajaran

		XII IPS 2 serta pengenalan materi tentang senam lantai (roll depan)	materi yang akan dipelajari yaitu guling depan dengan proses tanya jawab	dan sulit dikendalikan	untuk mengatasi tingkah laku peserta didik
6.	Sabtu, 9 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 1-2 pengenalan dan pemahaman karakter kelas XII IPS 1 serta pengenalan materi tentang senam lantai (roll depan) • Jam ke 3-4 pengenalan dan pemahaman karakter kelas XII IPS 3 serta pengenalan materi tentang senam lantai (roll depan) 	<ul style="list-style-type: none"> • KBM belum sepenuhnya berjalan diisi mengenai materi yang akan dipelajari yaitu guling depan dengan proses tanya jawab • KBM belum sepenuhnya berjalan diisi mengenai materi yang akan dipelajari yaitu guling depan dengan proses tanya jawab 	<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik pasif dan minat terhadap mata pelajaran olahraga rendah <p>Tidak Ada</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan pendekatan dan skenario pembelajaran untuk mengatasi tingkah laku peserta didik <p>Tidak Ada</p>

Klaten , 13 September 2014

Mengetahui:

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Nurhadi Santoso, M. Pd.

NIP. 19740317 200812 1 003

Agus Suranto, S.Pd

NIP. 19570806 198303 1 013

Arief Surya Pradipta

NIM. 11601241084



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
TAHUN 2014

F02
Untuk Mahasiswa

MINGGU KE-4

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMA N 2 KLATEN

ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA : Jl. Angsana Trunuh

GURU PEMBIMBING : Agus Suranto, S.Pd

NAMA MAHASISWA : Arief Surya Pradipta

NO. MAHASISWA : 11601241084

FAK/JUR : FIK/PJKR

DOSEN PEMBIMBING : Nurhadi Santoso, M. Pd.

NO	Hari / Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin, 11 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none">Jam ke 1-2 kelas XII IPA 1, praktek senam lantai (guling depan)Jam ke 3-4 kelas XII IPS 4 praktek senam lantai (guling depan)	<ul style="list-style-type: none">Siswa mempraktekkan materi yang sudah diberikan minggu sebelumnya yaitu senam lantai roll depan / guling depanSiswa mempraktekkan materi minggu sebelumnya senam lantai roll depan / guling depan	<ul style="list-style-type: none">Siswi perempuan takut mempraktekkan guling depanBanyaknya siswa yang malas dalam mengikuti proses pembelajaran	<ul style="list-style-type: none">Memberikan arahan dan pendampingan siswi dalam melakukan gerakanMemberikan arahan dan selingan permainan sederhana
2.	Selasa, 12 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none">Jam ke 1-2 kelas XII IPA 2, praktek senam lantai (guling depan)	<ul style="list-style-type: none">Siswa mempraktekkan materi minggu sebelumnya senam lantai roll depan /	Tidak Ada	Tidak Ada

		<ul style="list-style-type: none"> Jam ke 4-6 kelas XI IPA 2, praktek permainan bola besar voli 	<p>guling depan</p> <ul style="list-style-type: none"> Siswa mempraktekkan teknik dasar passing bawah bola voli 	<ul style="list-style-type: none"> Siswi perempuan takut dalam memainkan bola 	<ul style="list-style-type: none"> Memodifikasi menggunakan bola plastik
3.	Rabu, 13 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> Jam ke 1-2 kelas XII IPA 3, praktek senam lantai (guling depan) Jam ke 3-5 kelas XI IPA 3, praktek permainan bola besar voli 	<ul style="list-style-type: none"> Siswa mempraktekkan materi minggu sebelumnya senam lantai roll depan / guling depan Siswa mempraktekkan teknik dasar passing bawah bola voli 	<ul style="list-style-type: none"> Siswa takut mempraktekkan gerakan mengguling <p>Tidak Ada</p>	<ul style="list-style-type: none"> Memberikan pengarahan dan pengawasan <p>Tidak Ada</p>
4.	Kamis, 14 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> Jam ke 1-2 kelas XII IPA 4, praktek senam lantai (guling depan) Jam ke 3-5 kelas XI IPA 1, praktek permainan bola besar voli 	<ul style="list-style-type: none"> Siswa mempraktekkan materi minggu sebelumnya senam lantai roll depan / guling depan Siswa mempraktekkan teknik dasar passing bawah bola voli 	<p>Tidak Ada</p> <ul style="list-style-type: none"> Siswa masih kesulitan mengenai perkenaan bola 	<p>Tidak Ada</p> <ul style="list-style-type: none"> Memberikan contoh gerakan dan evaluasi gerakan
5.	Jumat, 15 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> Jam ke 1-2 kelas XII IPA 5, praktek senam lantai (guling depan) 	<ul style="list-style-type: none"> Siswa mempraktekkan materi minggu sebelumnya senam lantai roll depan / 	<ul style="list-style-type: none"> Siswa kurang antusias mengikuti proses pembelajaran 	<ul style="list-style-type: none"> Memberikan bentuk permainan sederhana

		<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 1-2 kelas XII IPS 2, praktek senam lantai (guling depan) 	<p>guling depan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Siswa mempraktekkan materi minggu sebelumnya senam lantai roll depan / guling depan 	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa takut mempraktekkan gerakan mengguling 	<ul style="list-style-type: none"> • Memberikan arahan dan pengawasan gerakan
6.	Sabtu, 16 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 1-2 kelas XII IPS 1, praktek senam lantai (guling depan) • Jam ke 1-2 kelas XII IPS 3, praktek senam lantai (guling depan) 	<ul style="list-style-type: none"> • Proses KBM mengalami kendala dengan tidak maunya siswa terhadap materi yang akan diajarkan 	<ul style="list-style-type: none"> • Banyaknya siswa yang malas dalam proses pembelajaran 	<ul style="list-style-type: none"> • Memberikan arahan dan selingan permainan sederhana

Klaten , 13 September 2014

Mengetahui:

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Nurhadi Santoso, M. Pd.

NIP. 19740317 200812 1 003

Agus Suranto, S.Pd

NIP. 19570806 198303 1 013

Arief Surya Pradipta

NIM. 11601241084



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
TAHUN 2014

F02
Untuk Mahasiswa

MINGGU KE- 5

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMA N 2 KLATEN

ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA : Jl. Angsana Trunuh

GURU PEMBIMBING : Agus Suranto, S.Pd

NAMA MAHASISWA : Arief Surya Pradipta

NO. MAHASISWA : 11601241084

FAK/JUR : FIK/PJKR

DOSEN PEMBIMBING : Nurhadi Santoso, M. Pd.

NO	Hari / Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin, 18 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none">• Konsultasi dengan guru pembimbing mengenai RPP• Jam ke 1-2 kelas XII IPA 1, praktek atletik nomor lari estafet• Jam ke 4-6 kelas XI IPA 1, praktek bola voli teknik servis	<ul style="list-style-type: none">• Mengumpulkan RPP (kedua), bagi kelas XII dan XI dengan materi yang berbeda dari minggu sebelumnya• Siswa mempraktekkan teknik memberikan tongkat dan menerima tongkat estafet• Mempraktekkan masing-masing siswa teknik servis atas dan bawah	<p>Tidak Ada</p> <p>Tidak Ada</p> <ul style="list-style-type: none">• Siswa kesulitan dalam perkenaan bola saat servis	<p>Tidak Ada</p> <p>Tidak Ada</p> <ul style="list-style-type: none">• Memberikan arahan dan contoh gerakan yang benar

2.	Selasa, 19 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 1-2 kelas XII IPA 2, praktek atletik nomor lari estafet • Jam ke 4-6 kelas XI IPA 2, praktek bola voli teknik servis 	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa mempraktekkan teknik memberikan tongkat dan menerima tongkat estafet • Mempraktekkan masing-masing siswa teknik servis atas dan bawah 	<p>Tidak Ada</p> <ul style="list-style-type: none"> • Siswi perempuan takut dalam servis bola 	<p>Tidak Ada</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memodifikasi menggunakan bola plastik
3.	Rabu, 20 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 1-2 kelas XII IPA 3, praktek atletik nomor lari estafet • Jam ke 3-5 kelas XI IPA 3, praktek bola voli teknik servis 	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa mempraktekkan teknik memberikan tongkat dan menerima tongkat estafet • Mempraktekkan masing-masing siswa teknik servis atas dan bawah 	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa takut mempraktekkan gerakan mengguling <p>Tidak Ada</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Memberikan pengarahan dan pengawasan <p>Tidak Ada</p>
4.	Kamis, 21 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 1-2 kelas XII IPA 4, praktek atletik nomor lari estafet • Jam ke 3-4 kelas XII IPS 4, praktek atletik nomor lari estafet 	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa mempraktekkan teknik memberikan tongkat dan menerima tongkat estafet • Siswa mempraktekkan teknik memberikan tongkat dan menerima tongkat 	<p>Tidak Ada</p> <p>Tidak Ada</p>	<p>Tidak Ada</p> <p>Tidak Ada</p>

			estafet		
5.	Jumat, 22 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 1-2 kelas XII IPA 5, praktek atletik nomor lari estafet • Jam ke 3-4 kelas XII IPS 2, praktek atletik nomor lari estafet 	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa mempraktekkan teknik memberikan tongkat dan menerima tongkat estafet • Siswa mempraktekkan teknik memberikan tongkat dan menerima tongkat 	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa kurang antusias • Siswa malas dalam berlari 	<ul style="list-style-type: none"> • Memberikan bentuk permainan sederhana kelompok • Memberikan arahan dan hukuman melalui game kekompakan
6.	Sabtu, 23 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 1-2 kelas XII IPS 1, praktek atletik nomor lari estafet • Jam ke 1-2 kelas XII IPS 3, praktek atletik nomor lari estafet 	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa mempraktekkan teknik memberikan tongkat dan menerima tongkat • Siswa mempraktekkan teknik memberikan tongkat dan menerima tongkat 	<ul style="list-style-type: none"> • Banyaknya siswa yang malas dalam proses pembelajaran <p style="text-align: center;">Tidak Ada</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Memberikan arahan dan selingan permainan sederhana <p style="text-align: center;">Tidak Ada</p>

Klaten , 13 September 2014

Mengetahui:

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Nurhadi Santoso, M. Pd.

NIP. 19740317 200812 1 003

Agus Suranto, S.Pd

NIP. 19570806 198303 1 013

Arief Surya Pradipta

NIM. 11601241084



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
TAHUN 2014

F02
Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

MINGGU KE- 6

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMA N 2 KLATEN
ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA : Jl. Angsana Trunuh
GURU PEMBIMBING : Agus Suranto, S.Pd

NAMA MAHASISWA : Arief Surya Pradipta
NO. MAHASISWA : 11601241084
FAK/JUR : FIK/PJKR
DOSEN PEMBIMBING : Nurhadi Santoso, M. Pd.

NO	Hari / Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin, 25 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none">• Konsultasi dengan guru pembimbing mengenai RPP• Jam ke 1-2 kelas XII IPA 1, pengambilan nilai lari estafet	<ul style="list-style-type: none">• Mengumpulkan RPP (ketiga), bagi kelas XI dengan materi yang berbeda dari minggu sebelumnya• Proses pengambilan nilai lari estafet	Tidak Ada Tidak Ada	Tidak Ada Tidak Ada

		<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 4-6 kelas XI IPA 1, praktek atletik tolak peluru 	<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktekkan teknik menolak peluru 	<ul style="list-style-type: none"> • Tingkat atusias yang menurun setelah proses percobaan 	<ul style="list-style-type: none"> • Memberikan selingan permainan yang menyenangkan
2.	Selasa, 26 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 1-2 kelas XII IPA 2, pengambilan nilai lari estafet • Jam ke 4-6 kelas XI IPA 2, praktek atletik tolak peluru 	<ul style="list-style-type: none"> • Proses pengambilan nilai lari estafet • Mempraktekkan teknik menolak peluru 	<p>Tidak Ada</p> <p>Tidak Ada</p>	<p>Tidak Ada</p> <p>Tidak Ada</p>
3.	Rabu, 27 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 1-2 kelas XII IPA 3, pengambilan nilai lari estafet • Jam ke 3-5 kelas XI IPA 3, praktek atletik tolak peluru 	<ul style="list-style-type: none"> • Proses pengambilan nilai lari estafet • Mempraktekkan teknik menolak peluru 	<p>Tidak Ada</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kesulitan dalam menolak peluru yang sebenarnya 	<p>Tidak Ada</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memberikan bola modifikasi dengan bola berisi pasir
4.	Kamis, 28 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 1-2 kelas XII IPA 4, pengambilan nilai lari estafet • Jam ke 3-4 kelas XII IPS 4, pengambilan nilai lari estafet 	<ul style="list-style-type: none"> • Proses pengambilan nilai lari estafet • Proses pengambilan nilai lari estafet 	<p>Tidak Ada</p> <p>Tidak Ada</p>	<p>Tidak Ada</p> <p>Tidak Ada</p>

5.	Jumat, 29 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 1-2 kelas XII IPA 5, pengulangan materi lari estafet • Jam ke 3-4 kelas XII IPS 2, pengulangan materi lari estafet 	<ul style="list-style-type: none"> • Praktek pengulangan lari estafet • Praktek pengulangan lari estafet 	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa malas dalam mencoba gerakan • Siswa mudah bosan 	<ul style="list-style-type: none"> • Memberikan arahan dan contoh gerakan yang benar • Memberikan game kekompakan sambung estafet
6.	Sabtu, 30 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 1-2 kelas XII IPS 1, pengulangan materi lari estafet • Jam ke 1-2 kelas XII IPS 3, praktek atletik nomor lari estafet 	<ul style="list-style-type: none"> • Praktek pengulangan lari estafet • Proses pengambilan nilai lari estafet 	<ul style="list-style-type: none"> • Banyaknya siswa yang malas dalam proses pembelajaran <p style="text-align: center;">Tidak Ada</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Memberikan arahan dan selingan permainan sederhana <p style="text-align: center;">Tidak Ada</p>

Klaten , 13 September 2014

Mengetahui:

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Nurhadi Santoso, M. Pd.

NIP. 19740317 200812 1 003

Agus Suranto, S.Pd

NIP. 19570806 198303 1 013

Arief Surya Pradipta

NIM. 11601241084



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
TAHUN 2014**

F02
UntukMahasi swa

UniversitasNegeri Yogyakarta

MINGGU KE-7

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMA N 2 KLATEN
ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA : Jl. AngsanaTrunuh
GURU PEMBIMBING : AgusSuranto, S.Pd

NAMA MAHASISWA : Arief Surya Pradipta
NO. MAHASISWA : 11601241084
FAK/JUR : FIK/PJKR
DOSEN PEMBIMBING : Nurhadi Santoso, M. Pd.

NO	Hari / Tanggal	MateriKegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin, 1 September2014	<ul style="list-style-type: none">• Konsultasi dengan guru pembimbing mengenai RPP• Jam ke 1-2 kelas XII IPA 1, materi sepak bola	<ul style="list-style-type: none">• Mengumpulkan RPP (ketiga), bagi kelas XII dan XI dengan materi yang berbeda• KBM berjalan kondusif dengan pendekatan TGFU sesuai dengan kegemaran siswa	Tidak Ada Tidak Ada	Tidak Ada Tidak Ada

		<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 4-6 kelas XI IPA 1, materi renang 	<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktekkan teknik renang gaya dada dan pbenaran sikap tubuh didalam air 	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak bisa berenang dan takut masuk kedalam air 	<ul style="list-style-type: none"> • Memberikan arahan dan pengawasan siswa
2.	Selasa, 2 September 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 1-2 kelas XII IPA 2, materi sepak bola • Jam ke 4-6 kelas XI IPA 2, materi renang 	<ul style="list-style-type: none"> • KBM berjalan kondusif dengan pendekatan TGFU sesuai dengan kegemaran siswa • Mempraktekkan teknik renang gaya dada dan pbenaran sikap tubuh didalam air 	<p>Tidak Ada</p> <p>Tidak Ada</p>	<p>Tidak Ada</p> <p>Tidak Ada</p>
3.	Rabu, 3 September 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 1-2 kelas XII IPA 3, materi sepak bola • Jam ke 3-5 kelas XI IPA 3, materi renang 	<ul style="list-style-type: none"> • KBM berjalan kondusif dengan pendekatan TGFU sesuai dengan kegemaran siswa • Mempraktekkan teknik renang gaya dada dan pbenaran sikap tubuh didalam air 	<p>Tidak Ada</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kesulitan dalam meluncur dan menggerakan koordinasi kaki dan tangan 	<p>Tidak Ada</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memberikan bantuan dari teman sejawat dalam mengatasi kesulitan

4.	Kamis, 4 September 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 1-2 kelas XII IPA 4, materi sepak bola • Jam ke 3-4 kelas XII IPS 4, materi sepak bola 	<ul style="list-style-type: none"> • KBM berjalan kondusif dengan pendekatan TGFU sesuai dengan kegemaran siswa • KBM berjalan kondusif dengan pendekatan TGFU sesuai dengan kegemaran siswa 	<p>Tidak Ada</p> <p>Tidak Ada</p>	<p>Tidak Ada</p> <p>Tidak Ada</p>
5.	Jumat,5 September 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 1-2 kelas XII IPA 5, materi sepak bola • Jam ke 3-4 kelas XII IPS 2, materi sepak bola 	<ul style="list-style-type: none"> • KBM berjalan kondusif dengan pendekatan TGFU sesuai dengan kegemaran siswa • KBM berjalan kondusif dengan pendekatan TGFU sesuai dengan kegemaran siswa 	<p>Tidak Ada</p> <ul style="list-style-type: none"> • Siswi perempuan yang kurang antusias 	<p>Tidak Ada</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memberikan porsi bermain yang menyenangkan agar siswa aktif bergerak
6.	Sabtu, 6 September 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 1-2 kelas XII IPS 1, materi sepak bola 	<ul style="list-style-type: none"> • KBM berjalan kondusif dengan pendekatan TGFU sesuai dengan kegemaran siswa 	<ul style="list-style-type: none"> • Banyaknya siswa yang malas dalam proses pembelajaran 	<ul style="list-style-type: none"> • Memberikan arahan dan selingan permainan sederhana

		<ul style="list-style-type: none"> • Jam ke 1-2 kelas XII IPS 3, materi sepak bola 	<ul style="list-style-type: none"> • KBM berjalan kondusif dengan pendekatan TGFU sesuai dengan kegemaran siswa 	Tidak Ada	Tidak Ada
--	--	---	--	-----------	-----------

Klaten , 13 September 2014

Mengetahui:

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Nurhadi Santoso, M. Pd.

NIP. 19740317 200812 1 003

Agus Suranto, S.Pd

NIP. 195708061983031013

Arief Surya Pradipta

NIM. 11601241084

PROGRAM TAHUNAN

Satuan Pendidikan : SMA Negeri 2 Klaten
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan
 Kelas / Smt : X (Sepuluh) / I

SMT	No	Kompetensi Dasar	Alokasi Waktu
I	1.1	Mempraktikan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri	12 Jampel
	1.2	Mempraktikan keterampilan salah satu permainan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri	6 Jampel
	1.3	Mempraktikan keterampilan atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri	6 Jampel
		Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) dengan koordinasi gerak yang baik	
	2.1	Mempraktikan latihan ,power, kecepatan, daya tahan untuk kebugran jasmani dalam bentuk sederhana serta nilai tanggung jawab, disiplin dan percaya diri	3 jampel
	2.2	Mempraktikan tes kebugaran jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin dan percaya diri	3 Jampel
	3.1	Mempraktikan rangkaian senam lantai dengan menggunakan bantuan serta nilai percaya diri, kerjasama ,tanggung jawab dan menghargai teman	3 Jampel
	3.2	Mempraktikan rangkaian senam lantai tanpa alat serta nilai percaya diri, kerjasama dan tanggung jawab	3 Jampel
	4.1	Mempraktikan keterampilan gerak dasar langkah dan lompat pada aktivitas ritmik tanpa alat serta nilai kedisiplinan, konsentrasi dan keluwesan	3 jampel
	4.2	Mempraktikan keterampilan dasar ayunan lengan pada aktivitas ritmik tanpa alat dengan koordinasi gerak yang benar serta nilai disiplin, toleransi, dan estetika	3 jampel
	5.1	Mempraktikan keterampilan dasar salah satu gaya renang serta nilai disiplin, keberanian, tanggung jawab dan kerja keras	3 jampel
	5.2	Mempraktikan keterampilan teknik dasar loncat indah dari samping kolam, dengan teknik serta nilai disiplin, keberanian, tanggung jawab dan kerja keras	3 jampel
	6.1	Memahami bahaya HIV / AIDS	3 jambel
	6.2	Memahami cara penularan HIV / AIDS	
	6.3	Memahami cara menghindari HIV /AIDS	

II	1.1	Mempraktikan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri	12 Jampel
	1.2	Mempraktikan keterampilan salah satu permainan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri	6 Jampel
	1.3	Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) dengan koordinasi gerak yang baik	6 Jampel -
	2.1	Mempraktikan latihan ,power, kecepatan, daya tahan untuk kebugran jasmani dalam bentuk sederhana serta nilai tanggung jawab, disiplin dan percaya diri	3 jampel
	2.2	Mempraktikan tes kebugaran jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin dan percaya d	3 Jampel
	3.1	Mempraktikan rangkaian senam lantai dengan menggunakan bantuan serta nilai percaya diri, kerjasama ,tanggung jawab dan menghargai teman	3 Jampel
	3.2	Mempraktikan rangkaian senam lantai tanpa alat serta nilai percaya diri, kerjasama dan tanggung jawab	3 Jampel
	4.1	Mempraktikan keterampilan gerak dasar langkah dan lompat pada aktivitas ritmik tanpa alat serta nilai kedisiplinan, konsentrasi dan keluwesan	3 jampel
	4.2	Mempraktikan keterampilan dasar ayunan lengan pada aktivitas ritmik tanpa alat dengan koordinasi gerak yang benar serta nilai disiplin, toleransi, dan estetika	3 jampel
	5.1	Mempraktikan keterampilan dasar salah satu gaya renang serta nilai disiplin, keberanian, tanggung jawab dan kerja keras	3 jampel
	5.2	Mempraktikan keterampilan teknik dasar loncat indah dari samping kolam, dengan teknik serta nilai disiplin, keberanian, tanggung jawab dan kerja keras	3 jampel
	6.1	Menganalisis berbagai jenis makanan dan minuman yang bermanfaat terhadap kesehatan, pertumbuhan dan perkembangan tubuh	3 jampel
	7.1	Mempraktikan ketrampilan salah satu cabang olahraga bela diri serta nilai disiplin, keberanian, tanggung jawab dan kerja keras	3 jampel

Mengetahui,
Kepala SMA N 2 Klaten

Klaten, 13 September 2014
Mahasiswa PPL

Drs. Andrean Setiadi, M.Pd
NIP. 19570403 198603 1 009

Arief Surya Pradipta
NIM. 11601241084

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan Pendidikan : SMA NEGERI 2 KLATEN
Mata Pelajaran : PenjasOrKes
Kelas / Semester : XI / 1
Materi Pokok : Atletik (lari jarak Pendek 100 m)
Alokasi Waktu : 3 JP (3 x 45 menit)

A. KOMPETENSI DASAR DAN INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

Kompetensi dasar – KI.2

- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.
- 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan

Kompetensi dasar – KI. 3

- 3.1 Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan salah satu nomor atletik lari jarak pendek untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.

Indikator :

1. mengidentifikasi teknik pada aba – aba bersedia
2. mengidentifikasi tehnik pada aba – aba siap

3. mengidentifikasi tehnik pada aba – aba ya
4. mengidentifikasi tehnik gerakan lari
5. mengidentifikasi tehnik gerakan melewati garis finish

Kompetensi dasar – KI.4

4.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan salah satu nomor atletik lari jarak pendek dengan koordinasi gerak yang baik.

Indikator :

1. melakukan tehnik pada aba – aba bersedia
2. melakukan tehnik pada aba – aba siap
3. melakukan tehnik pada aba – aba ya
4. melakukan tehnik gerakan lari
5. melakukan tehnik gerakan melewati garis finish

B. Tujuan Pembelajaran :

Melalui proses resiprokal (saling menilai sesama teman), diharapkan peserta didik dapat:

1. Menunjukkan sikap sportif , disiplin, bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, menjaga dan memelihara dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran, menunjukkan sikap perbedaan karakteristik individual, bekerjasama, toleransi dan menerima kekalahan dan kemenangan dalam suatu permainan.
2. Mengidentifikasi keterampilan tehnik pada aba – aba bersedia
3. Melakukan tehnik pada aba-aba bersedia
4. Mengidentifikasi keterampilan pada aba-aba siap
5. Melakukan tehnik pada aba –aba siap
6. Mengidentifikasi keterampilan pada aba-aba ya
7. Melakukan tehnik pada aba – aba ya
8. Mengidentifikasi tehnik gerakan lari
9. Melakukan tehnik gerakan lari

10. Mengidentifikasi gerakan melewati garis finish
11. Melakukan teknik gerakan melewati garis finish

C. Materi Pembelajaran

Lari jarak Pendek (100 m)

D. Metode Pembelajaran

Pendekatan : scintifik (scientific)
Metode : Resiprokal (saling menilai sesama teman)

E. Media / alat Pembelajaran :

- Lapangan/Jalan
- Garis start
- Peluit
- Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas X
- Video

F. Kegiatan Pembelajaran :

a. Pendahuluan (20 menit)

- Mengucap salam dan mengajak peserta didik untuk berdoa
- Mengecek kehadiran peserta didik, apersepsi, dan memotivasi peserta didik.
- Menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini.
- Melakukan pemanasan yang mengarah pada tujuan pembelajaran, dalam bentuk permainan maupun statis dinamis. Dengan bentuk permainan sederhana dengan nama (hitam-hijau), yang memacu siswa untuk bergerak dan meningkatkan suhu tubuh sehingga siswa siap untuk memasuki materi inti yang akan dipelajari.

b. Kegiatan Inti (100 menit)

1. Mengamati :

- Mengarahkan perhatian peserta didik dengan kegiatan demonstrasi / dalam bentuk media yaitu gambar seorang atlet lari jarak pendek 100 m

- Memberi stimulan agar siswa bertanya dengan “ setelah demonstrasi / dalam bentuk gambar tadi,

2. Menanya :

- Peserta didik secara bergantian bertanya tentang tahap-tahap gerakan lari jarak pendek (sprint) atletik jarak pendek 100 m.

3. Eksplorasi

- mendemonstrasikan tehnik pada aba-aba bersedia
- peserta didik melakukan ketrampilan tehnik pada aba – aba bersedia
- mendemonstrasikan tehnik pada aba – aba siap
- peserta didik melakukan ketrampilan tehnik pada aba - aba siap
- mendemonstrasikan tehnik pada aba-aba ya
- peserta didik melakukan ketrampilan tehnik pada aba – aba ya
- mendemonstrasikan tehnik gerakan lari
- peserta didik melakukan ketrampilan tehnik gerakan lari
- mendemonstrasikan ketrampilan gerakan melewati garis finish
- peserta didik melakukan ketrampilan tehnik gerakan melewati garis finish

4. Mengasosiasi

- Menemukan hubungan antara tehnik dasar start dengan kecepatan gerakan lari
- Menemukan hubungan perubahan posisi badan dengan kecepatan lari
- Menemukan hubungan dalam tehnik gerakan melewati garis finish
- Mengkomunikasikan
- Melakukan perlombaan lari jarak pendek , serta menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, dan toleransi selama berlomba.
- Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan perlombaan

5. Mengkomunikasikan

Semua peserta didik berkumpul kemudian melakukan diskusi tentang pengalaman belajar yang telah dia dapatkan kepada seluruh teman dan guru.

Peserta didik menunjukkan sikap respek pada orang lain dengan mendengarkan secara seksama setiap ada orang lain yang berpendapat.

Keterangan :

No.	Aspek yang dinilai	Observasi
1.	Menunjukkan rasa ingin tahu	<p>3 : menunjukkan rasa ingin tahu yang besar, antusias, terlibat aktif dalam kegiatan kelompok</p> <p>2 : menunjukkan rasa ingin tahu, namun tidak terlalu antusias, dan baru terlibat aktif dalam kegiatan kelompok ketika disuruh</p> <p>1 : tidak menunjukkan antusias dalam pengamatan, sulit terlibat aktif dalam kegiatan kelompok walaupun telah didorong untuk terlibat</p>
2.	Menunjukkan rasa tanggungjawab dalam belajar dan bekerja baik secara individu maupun berkelompok	<p>3 : tekun dalam menyelesaikan tugas dengan hasil terbaik yang bisa dilakukan, berupaya tepat waktu.</p> <p>2 : berupaya tepat waktu dalam menyelesaikan tugas, namun belum menunjukkan upaya terbaiknya</p> <p>1 : tidak berupaya sungguh-sungguh dalam menyelesaikan tugas, dan tugasnya tidak selesai</p>
4.	Menunjukkan Sikap Komunikatif	<p>3 : dapat mempresentasikan hasil kerja/karya, dengan bahasa yang sopan dan lancar, tidak mendominasi</p> <p>2 : dapat mempresentasikan hasil kerja/karya, dengan bahasa yang sopan namun belum lancar, tidak mendominasi</p> <p>1 : dapat mempresentasikan hasil kerja/karya, dengan bahasa yang sopan namun belum lancar, dan terlalu mendominasi</p>

No.	Aspek yang dinilai	Observasi
3.	Menunjukkan Sikap Kerja Sama	<p>3 : mengerjakan tugas bersama dalam kelompok, saling berbagi masalah dan pengetahuan, kompak dalam kelompoknya</p> <p>2 : mengerjakan tugas bersama dalam kelompok, tidak saling berbagi masalah dan pengetahuan, kompak dalam kelompoknya</p> <p>1 : mengerjakan tugas bersama dalam kelompok, tidak saling berbagi masalah dan pengetahuan, tidak kompak dalam kelompoknya</p>

RUBRIK PENILAIAN

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
A.Sportif	
1.Menghargai teman dan lawan	
2.Membantu kawan yang belum menguasai gerakan	
3.Mentaati peraturan permainan	
B.Kerja sama	
1.Membantu teman yang belum menguasai	
2.Bergantian menilai teman	
C. Tanggung Jawab.	
1. Menjalankan tugas yang diterima	
D. Disiplin	
1.Mengikuti kegiatan sesuai waktu yang ditentukan	
2.Mengikuti semua proses pembelajaran	
JUMLAH	
JUMLAH MAKSIMAL : 10	

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = _____ X 100%

Jumlah skor maksimal

NILAI	KRITERIA
90 - 100	Amat Baik (AB)
78 - 89	Baik (B)
66 - 77	Cukup (C)
≤65	Kurang (K)

➤ Pengetahuan (kognitif)

Pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep teknik dasar lari jarak pendek 100 meter.

Pemahaman tehnik dasar lari jarak 100 meter

No	Pertanyaan	Pensekoran
1	Start adalah kegiatan pertama kali dilakukan sebelum melakukan lari pada perlombaan lari. Dalam lari jarak pendek, kita juga menggunakan start yaitu start jongkok. Sebutkan macam-macam start jongkok itu !	
2	Sebutkan tehnik dasar pada lari jarak pendek !	
3	Start jongkok pendek / Bunch start merupakan salah satu bentuk start pada lari jarak pendek. Jelaskan cara melakukan tehnik start jongkok pendek dengan benar !	
4	Dalam pembelajaran lari jarak pendek, kita mengenal tiga macam start. Jelaskan perbedaan ketiga macam start jongkok itu !	

Keterangan:

Skor 4 : Jika peserta didik mampu menjelaskan tiga indikator

Skor 3 : Jika peserta didik mampu menjelaskan dua indikator.

Skor 2 : Jika peserta didik mampu menjelaskan salah satu indikator.

Skor 1 : Jika peserta didik tidak satupun pertanyaan di atas mampu dijelaskan

Keterangan:

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

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

2. Tes unjuk kerja (keterampilan):

1). Lakukan teknik dasar lari jarak 100 meter

Keterangan:

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

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

RUBRIK PENILAIAN LARI JARAK 100 m

No	Dimensi	Indikator	Deskripsi Gerak	Nilai			
				4	3	2	1
1	Start	Aba-aba “BERSEDIA”	· Tangan dibelakang garis start.				
			· Tangan membentuk huruf V.				
			· Jarak tangan selebar bahu.				
			· Jarak antara kaki satu dengan lainnya yaitu satu kepala.				
			· Ujung kaki belakang sejajar dengan tumit kaki belakang.				
			· Posisi badan Jongkok				
		Aba-aba “SIAP dan YAK”	· Panggul dinaikkan melebihi kepala.				
			· Pandangan wajar hanya 1 meter atau kurang.				
		· Kaki depan membentuk sudut 90 derajat.					
		· Kaki belakang membentuk sudut 120 derajat.					

			<ul style="list-style-type: none"> · Panggul dinaikkan melebihi kepala. · Kaki belakang diayunkan kedepan bersamaan dengan tangan ayun. 	
2	Tehnik Lari		<ul style="list-style-type: none"> · Sikap badan condong kedepan. · Langkah kaki panjang dan menapak dengan ujung kaki. · Siku tangan membentuk sudut 90 derajat. · Ayunan tangan sampai titik mata. · Pandangan kedepan. 	
3	Tehnik memasuki garis finish		<ul style="list-style-type: none"> · Mencondongkan badan / togok. · Langkah kaki cepat / panjang. · Lari terus tanpa merubah kecepatan. 	

Keterangan :

Skor 4, jika seluruh uraian gerak dilakukan dengan benar

Skor 3, jika satu uraian gerak dilakukan dengan tidak benar

Skor 2, jika dua uraian gerak dilakukan dengan tidak benar

Skor 1, jika lebih dari dua uraian gerak dilakukan dengan tidak benar

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

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Agus Suranto, S.Pd
NIP. 19740317 200812 003

Klaten, 05 Agustus 2014

Mahasiswa PPL

Arief Surya Pradipta

NIM.11601241084

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan Pendidikan : SMA NEGERI 2 KLATEN
Mata Pelajaran : PenjasOrKes
Kelas / Semester : XI / 1
Materi Pokok : Permainan Bola Besar (Bola Voli)
Alokasi Waktu : 3 JP (3 x 45 menit)

A. Kompetensi Inti

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metode sesuai kaidah keilmuan.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.

2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.

3.1 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola besar.

4.1 Mempraktikkan teknik dasar permainan bola besar dengan menekankan gerak dasar fundamental.

C. Indikator

1. Melakukan doa sebelum dan sesudah memulai pembelajaran.
2. Menunjukkan sikap tanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.
3. Menunjukkan sikap toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.
4. Menjelaskan konsep keterampilan gerak bola gerak dasar fundamental (*passing* atas) permainan bola voli dengan benar.
5. Mempraktikkan teknik dasar bola gerak dasar fundamental (*passing* atas) permainan bola voli dengan koordinasi yang baik.

D. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta didik dapat melafalkan doa menurut agama dan kepercayaan masing-masing.
2. Peserta didik dapat menunjukkan sikap tanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.
3. Peserta didik dapat menunjukkan sikap toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.
4. Siswa mampu menjelaskan konsep gerak *passing* atas dengan baik dan benar.
5. Siswa mampu melakukan rangkaian gerak teknik dasar *passing* atas melewati net dan mengarah kearah bidang permainan lawan dengan koordinasi yang benar.

E. Materi Ajar/ Pembelajaran

1. Permainan Bola Voli (*passing* atas)

F. Metode, Model, Pendekatan

1. Metode : Komando, dan Drill
2. Model : Direct Instruction
3. Pendekatan : Scientific

G. Media, Alat, dan Sumber Belajar

Media : Gambar/ Foto

Alat : Peluit, jam tangan, bola voli, net voli, lapangan bola voli.

Sumber Belajar : Sodikin Chandra dkk. 2010. Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. Jakart. Pusbuk Kemdiknas

H. Kegiatan Pembelajaran

1. Pendahuluan

- a. Berbaris, memberikan salam, mengondisikan kelas dan pembiasaan berdoa, mengajak dan memimpin berdoa, menanyakan kondisi siswa dan mempresensi.
- b. Memberikan motivasi pada siswa.
- c. Melakukan apersepsi.
- d. Menyampaikan kompetensi dasar, tujuan pembelajaran, metode, dan penilaian.
- e. Pemanasan

2. Inti

- **Mengamati**

Pas atas



Peserta didik mengamati media pembelajaran berupa gambar cara melakukan *passing* atas. Selain itu, peserta didik juga mengamati demonstrasi yang dilakukan guru.

- **Menanya**

Dalam kelompok peserta didik mempertanyakan hal-hal yang berkaitan dengan teknik passing atas, misalnya :

- a. Mengapa saat melakukan passing atas arah bola sering melenceng?
- b. Mengapa lutut harus sedikit agak ditekuk?

- **Mencoba/mengeksplorasi**

Peserta didik melakukan gerak fundamental passing atas bola voli secara individual yaitu dengan melakukan passing atas ke tembok, kemudian melakukan dengan berpasangan atau berkelompok dengan menunjukkan nilai kerja sama, disiplin, dan toleransi.

- **Mengasosiasi**

Peserta didik melakukan permainan bola voli yang telah dimodifikasi.

- Peserta didik dibagi menjadi 2 kelompok
- Servis di mulai dengan melakukan lemparan dari atas seperti saat melakukan lemparan ke dalam pada permainan sepakbola
- Peserta didik yang menerima bola hanya boleh menggunakan *passing* atas
- Kemudian orang kedua menerima bola dengan cara di tangkap. Setelah itu di lemparkan dari bawah ke teman satu tim dan melakukan *passing* atas lagi untuk menyeberangkan bola ke area lawan
- Apabila bola masuk atau keluar, maka permainan dimulai lagi dari servis untuk tim yang mendapat poin
- Harus 3 kali sentuhan

Dari pengalaman belajar yang telah dilakukan, peserta didik mampu menguasai konsep rangkaian gerak teknik dasar *passing* atas pada bola voli dengan benar.

- **Mengkomunikasikan**

Semua peserta didik berkumpul kemudian melakukan diskusi tentang pengalaman belajar yang telah dia dapatkan kepada seluruh teman dan guru.

Peserta didik menunjukkan sikap respek pada orang lain dengan mendengarkan secara seksama setiap ada orang lain yang berpendapat.

3. Penutup

Pendinginan

- a. Siswa dibentuk dalam formasi dua bersaf.
- b. Guru memberikan penjelasan dan arahan.
- c. Melakukan pendinginan dengan 2 bentuk permainan sederhana.

Nama Permainan :

1. DOMIKADO

- Siswa dikondisikan dalam bentuk formasi lingkaran.
- Siswa saling berpegangan tangan. Telapak tangan kiri dibawah telapak tangan temannya, sedangkan telapak tangan kanan masing-masing anak selalu berada diatas telapak tangan.
- Siswa secara bersama-sama menyanyikan lagu *domikado*
- Sambil bernyanyi, siswa saling menepukkan telapak tangan kanan temannya searah jarum jam.
- Dalam memegang hanya saling bertumpuk, tidak boleh digengam.
- Dalam setiap akhir bait lagu (hip-hip, one, two, three, *FOUR*), pada saat *four* siswa secara cepat harus menepuk telapak tangan temannya sesuai dengan habisnya lagu.
- Apabila terkena tepukan dari lawan, siswa mendapat hukuman ringan, misalnya : menirukan suara binatang, gerakan binatang, atau berjoget ditengah-tengah lingkaran.

2. TEPUK DAN TANGAN

- Siswa masih dikondisikan dalam bentuk formasi lingkaran.
- Guru akan memberikan 2 aba-aba kepada siswa, yaitu : *Tepuk* dan *Tangan*.
- Pada saat aba-aba tepuk siswa menepuk 1 kali, dan aba-aba tangan siswa merapatkan kedua telapak tangan namun tidak boleh bersuara.
- Guru dapat memainkan tempo dari biasa kemudian cepat dalam memberikan aba-aba, dan juga dapat memadukan dua aba-aba antara tepuk dan tangan secara cepat dan bebas.
- Setiap anak yang melakukan kesalahan antara dua aba-aba tersebut, akan mendapatkan hukuman ringan dari siswa.

d. Melakukan peregangan kembali

- Siswa dibentuk dalam formasi lingkaran.

- Melakukan pelepasan, difokuskan pada bahu, lengan dan tangan.
- e. Guru dan peserta didik bersama-sama membuat kesimpulan tentang pembelajaran yang telah dilakukan.*
- f. Guru memberikan evaluasi kepada peserta didiknya selama mengikuti pembelajaran.*
- g. Guru memberikan tugas, yaitu melihat video dari youtube atau yang lain, kemudian dirumah melatih passing atas ke tembok sebanyak mungkin.*
- h. Guru menginstruksikan peserta didiknya untuk berdoa setelah selesai kegiatan pembelajaran dan saling membantu mengembalikan alat-alat.*

I. Penilaian

Rubik penilaian

1. Afektif

a. Spiritual

1. Berdoa saat pembelajaran akan dimulai
2. Berdoa saat pembelajaran ditutup

b. Sikap

Beri tanda cek (√) pada aspek yang terpenuhi

Rubrik	Cek (√)
1. Disiplin dalam pembelajaran	
2. Bertanggung jawab terhadap diri sendiri, orang lain, peralatan dan lingkungan	
3. Bersikap sportif atau tidak bermain curang	
4. Bekerjasama dengan teman satu tim saat pembelajaran atau permainan	
5. Sopan dan santun dalam berperilaku dan berbicara	
6. Tekun dan bersungguh-sungguh dalam pembelajaran	

Penilaian : $100 \times \text{jumlah skor} / 8 = \text{hasil}$

2. Psikomotor

- a. Posisi kaki salah satunya agak maju ke depan
- b. Posisi lutut agak ditekuk
- c. Posisi jari telunjuk dan ibu jari kedua tangan membentuk segitiga
- d. Posisi tangan lurus saat melepas bola
- e. Mampu menyeberangkan bola melewati net dan masuk ke daerah permainan lawan

Penilaian : $20 \times \text{jumlah skor} = \text{hasil}$

3. Kognitif

- a. Bagaimana posisi tangan saat akan menerima bola pada passing atas ?
Jari-jari tangan terbuka membentuk mangkok seperti setengah lingkaran ibu jari dan telunjuk membentuk segitiga.
- b. Bagaimana posisi kaki yang baik ketika akan melakukan passing atas?
Posisi salah satu kaki agak maju ke depan dan posisi lutut agak ditekuk.

Setiap butir pertanyaan bernilai 5. Penilaian : $10 \times \text{jumlah skor} = \text{hasil}$

Penilaian total

Nilai afektif + Nilai psikomotor + Nilai Kognitif /3 = nilai total

Mengetahui,

Klaten, 05 Agustus 2014

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL

Agus Suranto, S.Pd
NIP. 19740317 200812 003

Arief Surya Pradipta
NIM. 11601241084

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Nama Sekolah : SMA NEGERI 2 KLATEN
Mata Pelajaran : PenjasOrkes
Tema/ Topik : Passing bawah bola voli
Kelas/ Semester : XI/ I (ganjil)
Pertemuan ke- : 1 (pertama)
Alokasi Waktu : 3 JP (3 x 45 menit)

A. Kompetensi Inti

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

KI	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.	1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.	<ul style="list-style-type: none">• Melakukan do'a sebelum dan sesudah pembelajaran.
2.	2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama	<ul style="list-style-type: none">• Menunjukkan sikap sportif dalam bermain

	dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.	<ul style="list-style-type: none"> • Menunjukkan sikap bekerjasama dengan teman • Menunjukkan sikap disiplin selama mengikuti pembelajaran
3.	3.3 Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan teknik dasar passing bawah dan passing atas bola voli. • Memahami teknik passing bawah dan passing atas bola voli.
4.	4.3 Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan dalam memainkan salah satu permainan bola besar dengan koordinasi gerak yang baik.	<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan teknik passing bawah dan passing atas dalam permainan yang dimodifikasi

C. Tujuan Pembelajaran

Setelah melakukan pembelajaran ini, diharapkan peserta didik mampu :

1. Melafalkan do'a sebelum dan sesudah pembelajaran
2. Menunjukkan sikap sportif dan bekerjasama dalam melakukan permainan
3. Menunjukkan sikap disiplin selama pembelajaran
4. Melakukan teknik passing bawah dengan benar
5. Menjelaskan teknik passing bawah dengan benar
6. Melakukan permainan bola voli modifikasi

D. Materi Pembelajaran

Passing Bawah Bola Voli

E. Metode Pembelajaran

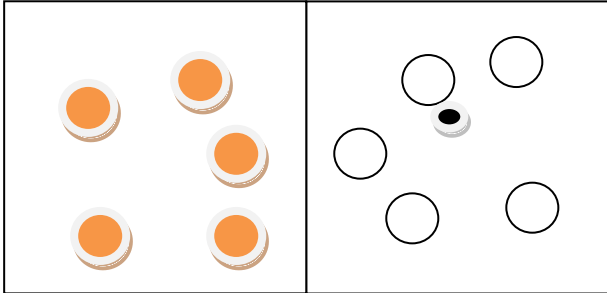
TGfU

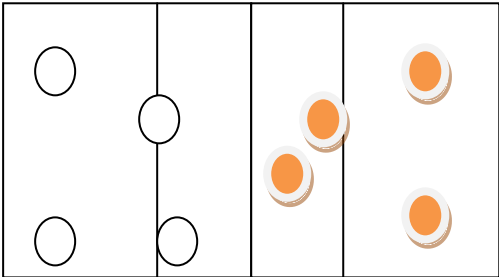
F. Media , Alat dan Sumber Belajar

1. Lapangan Bola Voli
2. Bola voli
3. Peluit
4. Stopwatch
5. Marker/ Cone

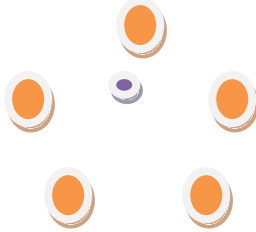
H. Langkah – langkah pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa dibariskan dipimpin berdo'a dan presensi 2. Memberi motivasi pada siswa 3. Melakukan apersepsi terkait materi yang akan diajarkan <p>PEMANASAN</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bagi siswa menjadi 2 kelompok, menempati masing –masing sisi lapangan untuk bermain bola tebak. 2. Dilakukan undian untuk menentukan sebagai tim serang. 	20 menit

	<ol style="list-style-type: none"> 3. Tim serang melakukan lemparan ke lapangan lawan dengan sasaran lawan pada bagian lutut kebawah. 4. Apabila bola memantul tanah terlebih dahulu dan mengenai pemain lawan, pemain tersebut tidak mati dan tim tersebut berhak melakukan serangan. 5. Pemain yang terkena bola dari lawan, berdiri di belakang garis lapangan lawan. Pemain tersebut dapat mematikan lawan dari lapangan belakang. <div style="text-align: center;">  </div>	
--	---	--

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Inti	<p>Game I Bagi siswa dalam 2 kelompok, bermain bola voli dengan peraturan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak boleh melakukan smash 2. Menggunakan teknik passing bawah 3. Lapangan dimodifikasi dengan net dipasang rendah 4. Posisi pemain duduk dilantai sesuai posisi masing-masing 5. Service dilakukan dengan cara melempar bola ke lapangan lawan. 6. Saat memainkan bola dilapangan sendiri, setiap pemain harus mendapat giliran passing. <div style="text-align: center;">  </div> <p>Menanya</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa diberi kesempatan untuk bertanya mengenai kesulitan saat melakukan passing. 2. Guru mendemonstrasikan gerakan passing bawah. <p>Practice (Drill)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa diberi kesempatan untuk mencoba melakukan passing bawah. 	

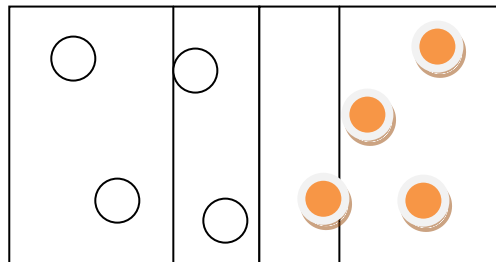
2. Membentuk lingkaran dan saling mengumpan bola dengan teknik passing bawah.
3. Siswa berdiri disamping net menimang – nimang bola dengan teknik passing bawah, usahakan bola melambung melebihi net, kemudian bergantian.



Game II

Aturan dan cara bermain masih sama seperti game I.

1. Setiap tim mempunyai kesempatan melakukan passing 3 kali, tidak boleh lebih dan tidak boleh kurang.
2. Memulai permainan dengan service atas.
3. Apabila tidak menggunakan teknik passing bawah, maka poin untuk lawan.
4. Tim yang kalah menggondong tim yang menjadi pemenang.



<p>Penutup</p>	<p>1. Melakukan Cooling Down dalam bentuk permainan dengan nama “Sambung cerita”</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tujuan dari permainan ini untuk melatih konsentrasi peserta didik • Peserta didik diminta membuat formasi melingkar.. • Guru memberikan sebuah kalimat cerita atau dongeng kepada siswa sebagai awalan pembuka cerita saat permainan dimulai. • Tugas siswa adalah melakukan atau menyambung cerita yang guru telah berikan. Misal guru menceritakan “Pada zaman dahulu hiduplah raja yang bernama Sanjaya, ia hidup disebuah kerajaan megah dengan(siswa menyambung), dengan guru menunjuk salah satu dari peserta, dan semua mendapat bagian untuk saling menyambung kalimat cerita tersebut. <p>2. Guru memimpin pendinginan pasif.</p> <p>3. Melakukan evaluasi terhadap kegiatan pembelajaran dan tanya jawab.</p> <p>4. Mengarahkan siswa untuk berdo’a dan mengakhiri pembelajaran</p>	
----------------	---	--

F. Penilaian

1. Tes Keterampilan (Psikomotorik)

Jumlah skor yang diperoleh

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

Jumlah skor maksimal

2. Tes Sikap (Afektif)

Jumlah skor yang diperoleh

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

Jumlah skor maksimal

3. Tes Pengetahuan (kognitif)

Jumlah skor yang diperoleh

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

Jumlah skor maksimal

Jumlah skor yang diperoleh

NILAI AKHIR = -----

Jumlah tiga aspek penilaian

**RUBRIK PENILAIAN
UNJUK KERJA TEKNIK DASAR PERMAINAN BOLAVOLI**

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
1. Posisi kedua lutut saat akan melakukan pasing bawah direndahkan				
2. Bentuk gerakan lengan saat melakukan pasing bawah mendorong bola ke depan atas				
3. Posisi badan yang benar saat akan melakukan pasing bawah dalam permainan bolavoli				
4. Bentuk arah bola hasil pasing bawah dalam permainan bolavoli berbentuk parabola				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 16				

**RUBRIK PENILAIAN
SIKAP/PERILAKU DALAM PERMAINAN BOLAVOLI**

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

**RUBRIK PENILAIAN
PEMAHAMAN KONSEP GERAK DALAM PERMAINAN BOLAVOLI**

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4

1. Bagaimana posisi kedua lengan saat kamu pasing bawah dalam permainan bolavoli ? 2. Bagaimana posisi kedua telapak tangan saat kamu pasing bawah dalam permainan bolavoli ?				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 8				

Mengetahui,

Klaten, 05 Agustus 2014

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL

Agus Suranto, S.Pd

Arief Surya Pradipta

NIP. 19740317 200812 003

NIM. 11601241084

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan Pendidikan : SMA NEGERI 2 KLATEN
Mata Pelajaran : PenjasOrKes
Kelas / Semester : XI / 1
Materi Pokok : Renang (gaya dada)
Alokasi Waktu : 3 JP (3 x 45 menit)

A. KOMPETENSI INTI

- 1 Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
- 2 Mengembangkan perilaku (jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli, santun, ramah lingkungan, gotong royong, kerjasama, cinta damai, responsif, dan proaktif) dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan bangsa dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia
- 3 Memahami dan menerapkan pengetahuan faktual, konseptual, prosedural dalam ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
- 4 Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan yang dipelajarinya di sekolah.

B. KOMPETENSI DASAR

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugerah TUHAN yang tidak ternilai
- 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur pada sang pencipta
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran

- 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktifitas fisik
- 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik
- 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik
- 2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan
- 3.9 Menganalisis gerak dasar salah satu gaya renang untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik
- 3.10 Mengidentifikasi metode dan peralatan yang digunakan untuk tindakan penyelamatan di air
- 4.8 mempraktikkan keterampilan salah satu gaya renang dengan koordinasi gerak yang baik
- 4.9 mempraktikkan teknik penyelamatan di air dengan menggunakan peralatan yang ada(tali, pelampung, galah, skoco, dan lain sebagainya)

C. INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

1. Menunjukkan perilaku sportivitas, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama berlomba, menerapkan sikap sportif.
2. Menjelaskan cara melakukan teknik meluncurpada renang gaya dada(gerakan kaki, gerakan tangan) dengan benar
3. Menjelaskan cara melakukan teknik gerakan kaki dalam renang gaya dada(tekukan kaki, dorongan kaki) dengan benar
4. Menjelaskan cara melakukan gerakan tangan dalam renang gaya dada dengan benar
5. Menjelaskan cara melakukan gerakan pernafasan dalam renang gaya dada dengan benar
6. Menjelaskan cara melakukan perlombaan renang gaya dada dengan menempuh jarak (50 m atau 100 m)dalam bentuk perlombaan dengan menunjukkan sikap kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin,dan toleransi.
7. Mempraktikkan teknik meluncurpada renang gaya dada(gerakan kaki, gerakan tangan) dengan koordinasi yang baik
8. Mempraktikkan teknik gerakan kaki dalam renang gaya dada(tekukan kaki, dorongan kaki) dengan koordinasi yang baik
9. Mempraktikkan teknikgerakan tangan dalam renang gaya dada dengan koordinasi yang baik
10. Mempraktikkan gerakan pernafasan dalam renang gaya dada dengan koordinasi yang baik

11. Melakukan perlombaan renang gaya dada dengan menempuh jarak (50 m atau 100 m)dalam bentuk perlombaan dengan menunjukkan sikap kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin,dan toleransi

D. TUJUAN PEMBELAJARAN

Setelah mengikuti pembelajaran ini, diharapkan peserta didik dapat:

1. Menunjukkan perilaku sportivitas, kerja sama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama berlomba
2. Memahami cara melakukan teknik meluncurpada renang gaya dada(gerakan kaki, gerakan tangan) dengan benar
3. Memahami cara melakukan teknik gerakan kaki dalam renang gaya dada(tekukan kaki, dorongan kaki) dengan benar
4. Memahami cara melakukan gerakan tangan dalam renang gaya dada dengan benar
5. Memahami cara melakukan gerakan pernafasan dalam renang gaya dada dengan benar
6. Memahami cara melakukan perlombaan renang gaya dada dengan menempuh jarak (50 m atau 100 m)dalam bentuk perlombaan dengan menunjukkan sikap kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin,dan toleransi.
7. Melakukan teknik meluncurpada renang gaya dada(gerakan kaki, gerakan tangan) dengan koordinasi yang baik
8. Melakukan teknik gerakan kaki dalam renang gaya dada(tekukan kaki, dorongan kaki) dengan koordinasi yang baik
9. Melakukan teknikgerakan tangan dalam renang gaya dada dengan koordinasi yang baik
10. Melakukan gerakan pernafasan dalam renang gaya dada dengan koordinasi yang baik
11. Melakukan perlombaan renang gaya dada dengan menempuh jarak (50 m atau 100 m)dalam bentuk perlombaan dengan menunjukkan sikap kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin,dan toleransi

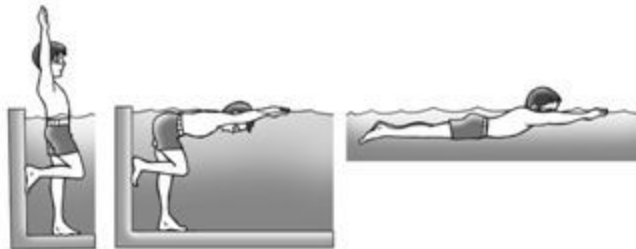
E. MATERI PEMBELAJARAN

a. Pengertian Renang gaya dada

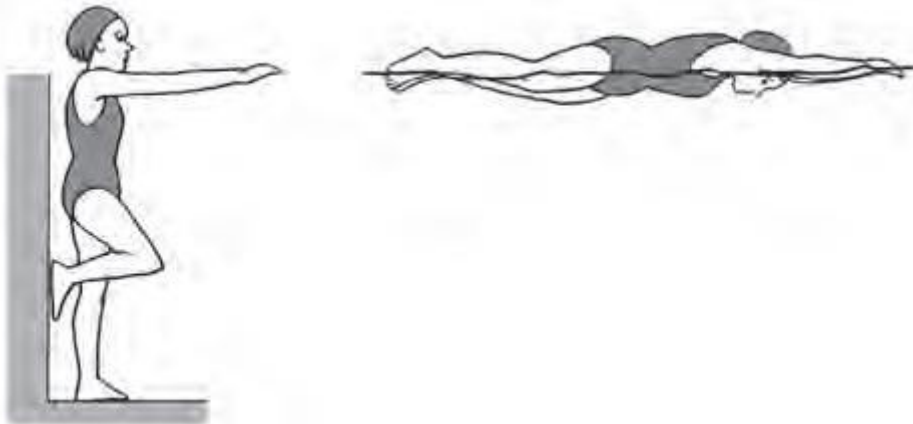
Renang gaya dada adalah berenang dengan posisi dada menghadap ke permukaan air, batang tubuh selalu dalam keadaan tetap, kedua belah kaki menendang kearah luar sementara kedua tangan diluruskan kedepan. Kedua tangan dibuka ke samping seperti gerakan membelah air agar badan maju lebih cepat ke depan. Gerakan tubuh meniru gerakan katak sedang berenang.

b. Materi teknik dasar

- *Meluncur*

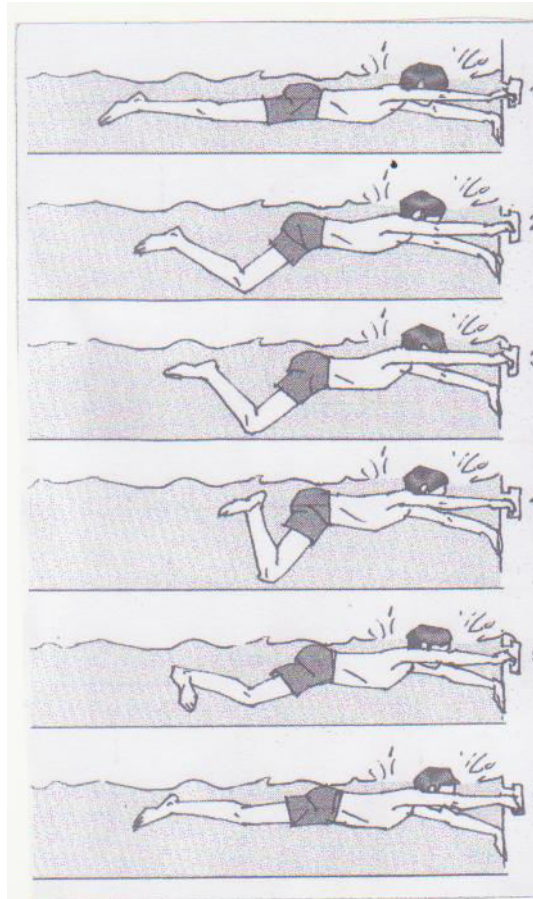


Gambar 1. Gerakan teknik dasar meluncur

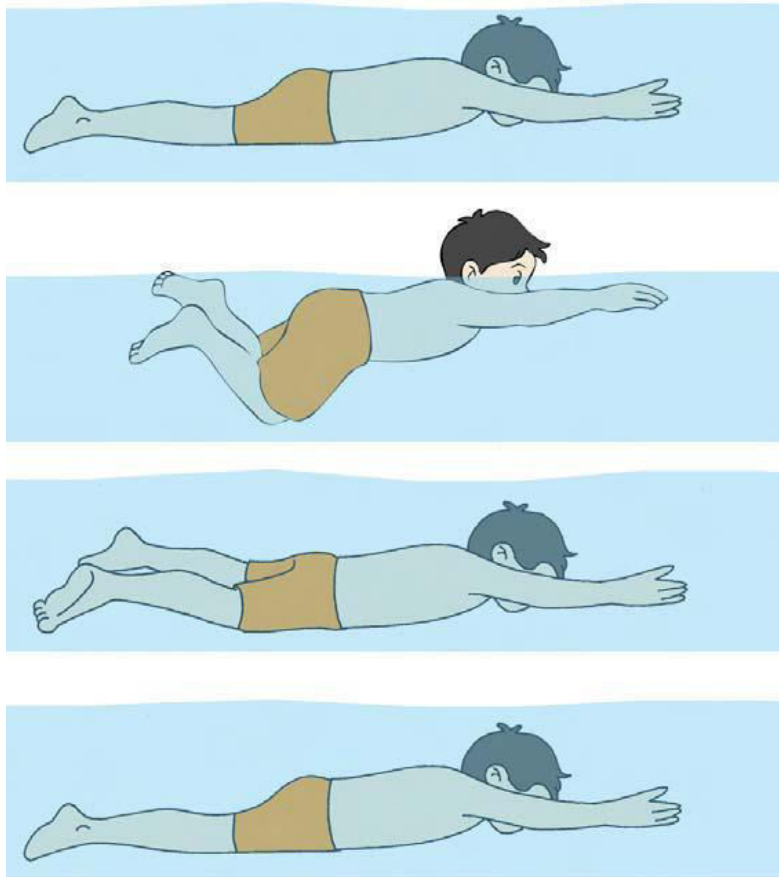


Gambar 1.2 gerakan teknik dasar meluncur

- Gerakan kaki



Gambar 2.1 Gerakan kaki



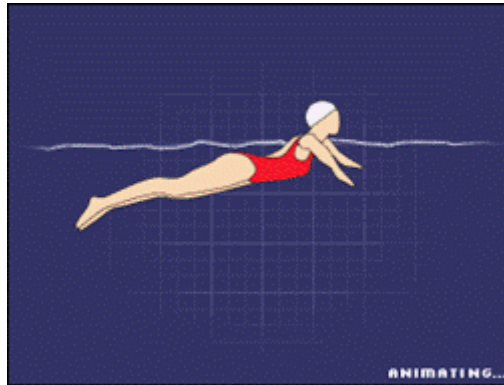
Gambar 2.2 gerakan kaki

- Gerakan tangan

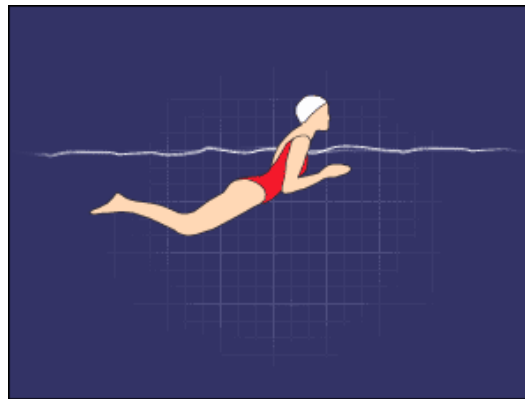


Gambar3gerakan tangan

- Teknik pernafasan



Gambar 4.1 teknik pernafasan



Gambar 4.2 teknik pernafasan

- Gerak kombinasi



Gambar 5 kombinasi

F. METODE PEMBELAJARAN

1. Pendekatan : Saintifik (*scientific*)
2. Metode :
 - a. Latihan
 - b. Komando
 - c. Inklusi

G. LANGKAH - LANGKAH PEMBELAJARAN

KEGIATAN	DESKRIPSI	ALOKASI WAKTU
Pertemuan ke-1		
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none">- Berdoa, dan presensi.- Pemanasan statis, dinamis dan dengan menggunakan model permainan didalam air- Apersepsi, membangun peminatan, motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran.	25 menit
Inti	<p>Mengamati:</p> <ul style="list-style-type: none">• Membaca informasi tentang teknik dasar renang gaya dada (teknik meluncur, teknik gerakan kaki, teknik gerakan tangan, pernafasan, kombinasi)• Mencari informasi tentang teknik dasar renang gaya dada (teknik meluncur, teknik gerakan kaki, teknik gerakan tangan, pernafasan, kombinasi) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik• Mencermati sekilas perlombaan renang secara langsung dan atau di (TV/Video) dan membuat catatan tentang teknik dasar renang gaya dada (teknik meluncur, teknik gerakan kaki, teknik gerakan tangan, pernafasan, kombinasi) dan membuat catatan hasil pengamatan. <p>Menanya:</p> <ul style="list-style-type: none">• Mengarahkan agar peserta didik aktif menanya tentang berbagai teknik dasar renang gaya dada (teknik meluncur, teknik gerakan kaki, teknik gerakan tangan, pernafasan, kombinasi) misalnya : Bagaimana teknik meluncur yang benar?, bagaimana teknik	95 menit

	<p>gerakan kaki yang benar?, bagaimana teknik gerakan tangan yang benar?, bagaimana melakukan pernafasan pada renang gaya dada yang benar?, bagaimana melakukan kombinasi gerakan gaya dada dengan benar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengarahkan agar peserta didik aktif menanya tentang manfaat dari renang gaya dada terhadap kesehatan dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam perlombaan renang gaya dada. <p>Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memberikan tantangan agar peserta didik memperagakan teknik dasar renang gaya dada. • Memberi kebebasan pada para siswa untuk mempraktikkan teknik meluncur mulai dari posisi kaki, tangan, posisi badan, kepala. • Memberi kebebasan peserta didik untuk mempraktikkan teknik dasar gerakan kaki mulai dari posisi kaki, tekukan kaki, dorongan kaki. • Memberi kebebasan peserta didik untuk mempraktikkan teknik dasar gerakan tangan mulai dari posisi tangan, gerakan lengan. • Memberi kebebasan peserta didik untuk mempraktikkan teknik dasar pernafasan • Memberi kebebasan peserta didik untuk mempraktikkan kombinasi teknik dasar renang gaya dada mulai dari meluncur, gerakan kaki, gerakan lengan, pernafasan • Mendiskusikan setiap teknik dasar renang gaya dada (teknik meluncur, teknik gerakan kaki, teknik gerakan tangan, pernafasan, kombinasi) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerakan teknik dasar renang gaya dada (teknik meluncur, teknik gerakan kaki, teknik gerakan tangan, pernafasan, kombinasi) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan teknik dasar renang gaya dada (teknik meluncur, teknik gerakan kaki, teknik gerakan tangan, pernafasan, kombinasi) dengan benar dan membuat kesimpulannya. <p>Mengasosiasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menemukan gerakan teknik dasar renang gaya dada (teknik meluncur, teknik gerakan kaki, teknik gerakan tangan, pernafasan, kombinasi) yang paling sesuai untuk kebutuhan 	
--	---	--

	<p>sendiri dengan menunjukkan disiplin dan percaya diri.</p> <p>Mengkomunikasikan :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan perlombaan renang gaya dada dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan teknik dasar renang gaya dada (teknik meluncur, teknik gerakan kaki, teknik gerakan tangan, pernafasan, kombinasi) serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama perlombaan. • Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan. • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebihan. • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama permainan. • Mendiskusikan setiap gerak teknik dasar renang gaya dada (teknik meluncur, teknik gerakan kaki, teknik gerakan tangan, pernafasan, kombinasi) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan teknik dasar renang gaya dada (teknik meluncur, teknik gerakan kaki, teknik gerakan tangan, pernafasan, kombinasi) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan keterampilan gerak teknik dasar renang gaya dada (teknik meluncur, teknik gerakan kaki, teknik gerakan tangan, pernafasan, kombinasi) dengan menunjukkan kerjasama. 	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> - Evaluasi dan simpulan - Pendinginan dengan peregangan statis dan dinamis - Melakukan refleksi - tanya-jawab, pemberian tugas, berdoa dan dibubarkan 	15 menit

H. MEDIA PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Media Pembelajaran :

- Kolam renang
- Peluit
- LCD , Laptop
- Formulir penilaian

2. Sumber Belajar :

Media cetak

- Buku siswa kemendikbud 2013 hal 112 -120
- Buku referensi

I. PENILAIAN

a. Tes Perilaku/Sikap (*Afektif*)

Petunjuk penilaian

Penilaian aspek kecakapan hidup (sikap/afektif) yang terkait dengan nilai – nilai disiplin, percaya diri, keberanian, dan santun dilakukan pada saat peserta didik melakukan pembelajaran teknik dasar renang gaya dada.

Aspek-aspek penilaian perilaku/sikap (*Affective behaviors*)

Aspek Sikap yang dinilai	Berikan tanda cek (√)		
	Baik	sedang	kurang
kerjasama			
Percaya diri			
Keberanian			
toleransi			
santun			
Rata-rata skor = Jumlah skor yang diperoleh dibagi skor maksimal			

Keterangan:

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Setiap perilaku yang di cek (√) dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 3. (baik=3, sedang=2, dan kurang=1)

b. Tes Pengetahuan (*Kognitif*)

Tugas Perorangan

Petunjuk penilaian

Jawablah pertanyaan berikut ini dengan singkat dan tepat! Penilaian kognitif ini dapat diberikan dalam dua bentuk, yaitu: tes lisan dan tes tulisan. Tes lisan diberikan guru pada saat pelaksanaan pembelajaran berlangsung. Tujuannya ingin mengetahui sejauh

mana pemahaman peserta didik dalam mengikuti materi pembelajaran yang telah diberikan. Sedangkan tes tulisan diberikan oleh guru pada waktu khusus, dimana peserta didik diharuskan menjawab pertanyaan – pertanyaan dalam bentuk tulisan. Pertanyaan - pertanyaan tersebut diberikan dalam tugas pengayaan yang mengharuskan peserta didik mengerjakannya dalam buku tugas dirumah dan dikumpulkan pada pertemuan berikutnya

Butir soal pengetahuan:

No	Butir Pertanyaan	Kriteria Penilaian					Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	
1.	Jelaskan caramelakukan teknik meluncur pada gerakan renang gaya dada!						
2.	Jelaskan caramelakukan teknik gerakan kaki pada renang gaya dada!						
3.	Jelaskan caramelakukan teknik gerakan lengan pada renang gaya dada!						
4.	Jelaskan caramelakukan teknik pernafasan pada renang gaya dada!						
5.	Jelaskan caramelakukan kombinasi gerakan renang gaya dada!						

Keterangan :

Kriteria Skor :

- Teknik meluncur:
 1. Kedua telapak tangan disatukan, ibu jari saling mengkait, kedua lengan lurus kedepan
 2. Badan membukuk sejajar dengan air
 3. Salah satu kaki ditekuk dan menumpu pada dinding kolam, kemudian mendorong badan agar melaju kedepan
 4. Tidak ada gerakan apapun saat melakukan gerakan meluncur

Skor 4 : jika 4 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 3 : jika hanya 3 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 2 : jika hanya 2 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 1 : jika hanya 1 kriteria yang dijelaskan secara benar

- Teknikgerakan kaki
 1. Lutut ditekuk kedalam
 2. Regangkan kaki kesamping dan beri dorongan atau tendangkan kaki ke belakang
 3. Kaki tetap lurus kemudian rapatkan menjadi berjajar

Skor 4 : jika 3 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 3 : jika hanya 2 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 2 : jika hanya 1 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 1 : jika tidak ada kriteria yang dijelaskan secara benar

- Teknikgerakan tangan
 1. Kedua tangan disatukan, ibu jari dikaitkan lurus diatas kepala
 2. Tarik tangan kesamping selebar bahu dan selebihnya ditarik kebawah
 3. Tangan diluruskan kembali kedepan

Skor 4 : jika 3 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 3 : jika hanya 2 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 2 : jika hanya 1 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 1 : jika tidak ada kriteria yang dijelaskan secara benar

- teknik pernafasan dan kombinasi
 1. gerakan tangan dan kaki dilakukan secara bergantian,
 2. kepala diangkat ke depan atas
 3. udara dikeluarkan ketika kepala berada didalam air

Skor 4 : jika 3 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 3 : jika hanya 2 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 2 : jika hanya 1 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 1 : jika tidak ada kriteria yang dijelaskan secara benar

c. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Petunjuk penilaian

Penilaian aspek psikomotor diberikan dalam bentuk penilaian proses (diberikan terhadap keterampilan cara melakukan suatu gerakan)

Butir soal keterampilan (unjuk kerja)

- 1). Praktekkan perlombaan renang gaya dada dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi menggunakan teknik meluncur, gerakan kaki, gerakan tangan, pernafasan dan kombinasi dengan koordinasi yang baik.

Penilaian Keterampilan Gerak					Nilai Akhir	Ket
Penilaian Proses				Penilaian Produk (tes renang 50 m) (skor 4)		
Teknik dasar meluncur (skor 4)	Teknik dasar gerakan kaki (skor 4)	Teknik dasar gerakan tangan (skor 4)	Teknik pernafasan dan kombinasi (skor 4)			

Keterangan :

Kriteria Penilaian Proses

Kriteria Skor :

- Teknik meluncur:
 1. Kedua telapak tangan disatukan, ibu jari saling mengkait, kedua lengan lurus kedepan
 2. Badan membukuk sejajar dengan air
 3. Salah satu kaki ditekuk dan menumpu pada dinding kolam, kemudian mendorong badan agar melaju kedepan
 4. Tidak ada gerakan apapun saat melakukan gerakan meluncur

Skor 4 : jika 4 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 3 : jika hanya 3 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 2 : jika hanya 2 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 1 : jika hanya 1 kriteria yang dijelaskan secara benar

- Teknikgerakan kaki
 1. Lutut ditekuk kedalam
 2. Regangkan kaki kesamping dan beri dorongan atau tendangkan kaki ke belakang
 3. Kaki tetap lurus kemudian rapatkan menjadi berjajar

Skor 4 : jika 3 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 3 : jika hanya 2 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 2 : jika hanya 1 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 1 : jika tidak ada kriteria yang dijelaskan secara benar

- Teknikgerakan tangan
 1. Kedua tangan disatukan, ibu jari dikaitkan lurus diatas kepala
 2. Tarik tangan kesamping selebar bahu dan selebihnya ditarik kebawah
 3. Tangan diluruskan kembali kedepan

Skor 4 : jika 3 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 3 : jika hanya 2 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 2 : jika hanya 1 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 1 : jika tidak ada kriteria yang dijelaskan secara benar

- teknik pernafasan dan kombinasi
 1. gerakan tangan dan kaki dilakukan secara bergantian,
 2. kepala diangkat ke depan atas
 3. udara dikeluarkan ketika kepala berada didalam air

Skor 4 : jika 3 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 3 : jika hanya 2 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 2 : jika hanya 1 kriteria yang dijelaskan secara benar

Skor 1 : jika tidak ada kriteria yang dijelaskan secara benar

Contoh Penilaian produk/prestasi renang (renang jarak 50 meter)

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
Putra	Putri		
.....<40detik<50detik	A	Sangat Baik
41.00 – 50.00 detik	51.00 – 1 menit	B	Baik
51.00 – 1 menit	1.01 – 1.10 menit	C	Cukup
1.01 – 1.10 menit	1.11 – 1.20 menit	D	Kurang
.....>1.11menit>1.21	E	Kurang Sekali

Mengetahui,

Klaten, 05 Agustus 2014

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL

Agus Suranto, S.Pd
NIP. 19740317 200812 003

Arief Surya Pradipta
NIM. 11601241084

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Nama Sekolah : SMA NEGERI 2 KLATEN
Mata Pelajaran : PenjasOrkes
Tema/ Topik : Atletik nomor (tolak peluru)
Kelas/ Semester : XI/ I (ganjil)
Pertemuan ke- : 1 (pertama)
Alokasi Waktu : 3 JP (3 x 45 menit)

A. Kompetensi Inti

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metode sesuai kaidah keilmuan.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.
- 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.
- 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik..
- 2.4 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.
- 2.5 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 3.3 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) serta menyusun rencana perbaikan.
- 4.3 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) sesuai hasil analisis dan kategorisasi.

C. Indikator

1. Melakukan doa sebelum dan sesudah memulai pembelajaran.
2. Menunjukkan sikap tanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.
3. Menunjukkan sikap toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.
4. Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak dasar nomor atletik lempar/tolak peluru sesuai hasil analisis dan kategorisasi.
5. Mempraktikkan keterampilan gerak dasar nomor atletik lempar/tolak peluru sesuai hasil analisis dan kategorisasi.

D. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta didik dapat melafalkan doa menurut agama dan kepercayaan masing-masing.
2. Peserta didik dapat menunjukkan sikap tanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.

3. Peserta didik dapat menunjukkan sikap toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.
4. Peserta didik dapat menganalisis dan mengkategorikan keterampilan dasar nomor atletik lempar/tolak peluru.
5. Peserta didik dapat mempraktikkan keterampilan dasar nomor atletik lempar/tolak peluru.
dengan koordinasi yang baik.

E. Materi Ajar/ Pembelajaran

1. Tolak Peluru

F. Pendekatan/ Strategi/ Metode Pembelajaran

1. Pendekatan: Scientific
2. Metode pembelajaran menggunakan gaya komando, anatomi gaya komando untuk pra pembelajaran terpusat pada guru, pembelajaran terpusat pada guru, dan pasca pembelajaran terpusat pada guru.

G. Media, Alat, dan Sumber Belajar

Media : Gambar/ Foto

Alat : Peluit, jam tangan, peluru, bola, cone.

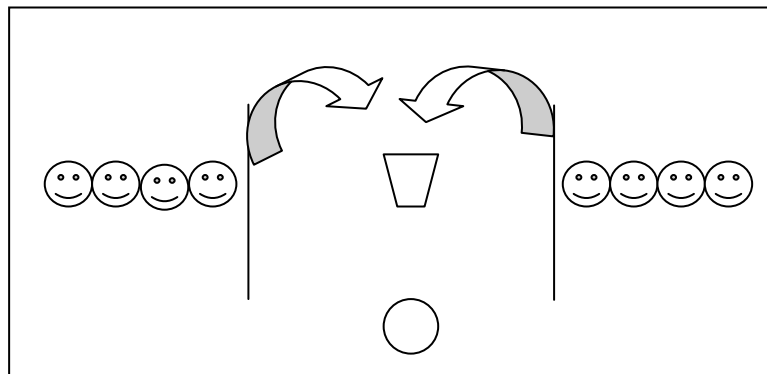
Sumber Belajar : Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud.

H. Kegiatan Pembelajaran




Kegiatan	Deskripsi	Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none">• Memberikan salam, mengondisikan kelas dan pembiasaan berdoa, mengajak dan memimpin berdoa, menanyakan kondisi siswa dan mempresensi.• Menimbulkan motivasi pada siswa• Memberikan apersepsi.• Menyampaikan kompetensi dasar, tujuan pembelajaran, metode, dan penilaian.• Memimpin pemanasan, statis dan dinamis dilanjutkan dengan pemanasan yang dikemas dalam bentuk permainan sederhana guna membuat siswa bergerak dan aktif dalam mengikuti pembelajaran serta meningkatkan suhu tubuh siswa agar siap saat pelajaran olahraga.	3 menit

Inti	<ul style="list-style-type: none"> • Mengamati <ul style="list-style-type: none"> a. Peserta didik dibagi menjadi 2 bersaf. b. Siswa mengamati media pembelajaran berupa gambar teknik menolak dalam tolak peluru. • Menanya <ul style="list-style-type: none"> a. Peserta didik mengajukan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik gerakan menolak peluru. b. Jika peserta didik tidak ada yang bertanya maka guru memberikan pancingan agar peserta didik mau bertanya. • Mencoba / mengumpulkan informasi <ul style="list-style-type: none"> a. Siswa dibariskan 1 berbanjar. b. Setiap siswa melakukan menolak peluru belum dengan teknik sesungguhnya, feeling (merasakan) berat peluru terlebih dahulu. c. Setiap siswa melakukan menolak peluru secara bergantian. tidak ada batasan jauh dan tidaknya tolakan. • Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> a. Siswa berfikir bagaimanakah cara/teknik memegang peluru yang benar ? b. Siswa menganalisis bagaimanakah cara menolak peluru yang benar ? • Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> a. Siswa menyampaikan hasil dari menolak peluru dari sikap awalan, saat mengguling, dan akhiran. b. Saling bertukar pendapat mengenai bagaimana cara memegang peluru dan menolak peluru ? 	10 menit
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> • Pendinginan <ul style="list-style-type: none"> a. Siswa dibariskan 2 bersaf. 	2 menit

- b.** Guru memberikan penjelasan dan arahan.
- c.** Melakukan pendinginan dengan permainan :
- Siswa dibagi menjadi 2 kelompok.
 - Setiap kelompok difasilitasi bola, setiap anak memegang 1 bola.
 - Setiap kelompok berusaha memasukkan bola pada sasaran yang disediakan oleh guru.
 - Saling bergantian, setiap anggota kelompok harus bergantian. (wajib melakukan).
 - Aturan permainan, saling berusaha memasukkan bola sebanyak-banyaknya. Dan saat melempar hanya boleh dengan gaya menolak seperti menolak peluru.



Keterangan :

- Siswa 
- Guru 
- Sasaran 

d. Melakukan peregangan kembali

- Siswa dibentuk dalam formasi lingkaran.
 - Melakukan pelepasan, difokuskan pada bahu, lengan dan tangan.
 - Siswa duduk, posisi melingkar, dan saling memijat punggung temannya.
- Guru dan peserta didik bersama-sama membuat

	<p>kesimpulan tentang pembelajaran yang telah dilakukan.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru memberikan evaluasi kepada peserta didiknya selama mengikuti pembelajaran. • Guru memberikan tugas, yaitu melihat video dari youtube atau yang lain, menganalisis gerakan seseorang atlit tolak peluru, dan membuat deskripsi dari video yang dilihatnya. • Guru menginstruksikan peserta didiknya untuk berdoa setelah selesai kegiatan pembelajaran. 	
--	--	--

I. PENILAIAN

Rubik penilaian

- **Aspek Psikomotor**

NO	Aspek yang dinilai	Kualitas Gerak				
		1	2	3	4	5
1.	Posisi tangan saat memegang peluru					
2.	Posisi tangan saat menolak					
3.	Posisi badan saat menolak					
4.	Sikap akhir					
	Jumlahskormaksimal = 20					

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

- **Aspek Afektif**

NO	Aspek yang dinilai	✓ Ceklist
1.	Keberanian	
2.	Tanggung Jawab	
3.	Antusias dan bersungguh-sungguh	
4.	Percaya diri dan membantu teman	

Jumlahskormaksimal = 4	
------------------------	--

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

• **Aspek Kognitif**

NO	Aspek yang dinilai	Kualitas Jawab				
		1	2	3	4	5
1.	Bagaimana posisi tangan saat memegang peluru?					
2.	Bagaimana posisi tangan saat menolak ?					
3.	Bagaimana sikap badan setelah menolak ?					
4.	Bagaimana gerakan akhiran setelah menolak ?					
	Jumlah skor maksimal = 20					

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

Nilaiakhir = Nilai aspek psikomotorik + aspek afektif + aspek kognitif

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Mengetahui,

Klaten, 25 Agustus 2014

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL

Agus Suranto, S.Pd

Arief Surya Pradipta

NIP. 19740317 200812 003

NIM. 11601241084

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Madrasah : SMA NEGERI 2 KLATEN
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan
Kelas/Semester : XII / 1
Materi Pokok : Senam Lantai (guling depan,guling belakang)
Pertemuan : 1 kali pertemuan
Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

Standar Kompetensi

3. Mempraktikkan rangkaian gerak senam ketangkasan dengan konsep yang benar dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar

- 3.1. Mempraktikkan keterampilan gerakan kombinasi rangkaian senam lantai serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.
- 3.2. Mempraktikkan keterampilan gerakan kombinasi rangkaian senam ketangkasan serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.

Indikator

1. Melakukan rangkaian latihan teknik dasar senam lantai (guling depan, guling belakang) dengan koordinasi yang baik.
2. Melakukan perlombaan senam lantai (guling depan dan guling belakang) dengan koordinasi yang baik untuk menumbuhkan dan memupuk nilai-nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan rangkaian latihan teknik dasar senam lantai (gulingdepan, guling belakang, guling lenting dan meroda) dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat melakukan perlombaan senam lantai (guling depan, giling belakang) dengan koordinasi yang baik untuk menumbuhkan dan memupuk nilai-nilai percaya diri, kerjasama, tanggung jawab dan menghargai teman.

B. Materi Pembelajaran

Aktivitas Uji Diri/Senam

1. Latihan rangkaian teknik dasar senam lantai (guling depan, guling belakang)

C. Metode Pembelajaran

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

D. Langkah-langkah Pembelajaran

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran.
- Pemanasan secara umum *statis dinamis*
- Berlari mengelilingi lapangan atau halaman sekolah
- Pemanasan dalam bentuk permainan yang bertujuan untuk meningkatkan suhu tubuh siswa dan mempersiapkan diri secara jasmani dan rohani siswa dengan macam permainan (*Hitam-Hijau, Cepat bergerombol*) yang membuat siswa aktif dan bergerak sehingga antusias mengikuti pembelajaran.

2. Kegiatan Inti (60 menit)

- Penjelasan cara melakukan rangkaian latihan teknik dasar senam lantai (guling depan, guling belakang,) dengan koordinasi yang baik.
- Melakukan rangkaian latihan teknik dasar senam lantai (guling depan, guling belakang) dengan koordinasi yang baik.
- Melakukan perlombaan senam lantai (guling depan, guling belakang) dengan koordinasi yang baik untuk menumbuhkan dan memupuk nilai-nilai percaya diri, kerjasama, tanggung jawab dan menghargai teman.

3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- Pendinginan (*colling down*)

- Pendinginan dalam bentuk permainan sederhana yang bertujuan agar siswa kembali senang setelah mengikuti proses pembelajaran dengan bentuk permainan yang bernama (*Komuni Gaya*), dengan membagi siswa dalam bentuk formasi 2 berbanjar, dan ketika guru memberikan kata kunci yang akan diperagakan oleh setiap kelompok dan siswa paling ujung bertugas menebak gaya apakah yang disampaikan melalui gerakan yang telah tersusun.
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari
- Berbaris dan berdoa

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Lapangan atau halaman
- Matras senam
- Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

- Media cetak
 - Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XII, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 - Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
- Media elektronik
 - Audio/video visual latihan senam lantai
 - Rekaman/cuplikan latihan senam lantai

F. Penilaian : KOGNITIF, AFEKTIF dan PSIKOMOTOR

Rubik penilaian

- **Aspek Psikomotor**

NO	Aspek yang dinilai	Kualitas Gerak				
		1	2	3	4	5
1.	Posisi tangan saat menumpu					

2.	Posisi kaki saat menolak					
3.	Posisi badan saat mengguling					
4.	Sikap akhir					
	Jumlah skor maksimal = 20					

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

- **Aspek Afektif**

NO	Aspek yang dinilai	✓ Ceklist
1.	Keberanian	
2.	Tanggung Jawab	
3.	Antusias dan bersungguh-sungguh	
4.	Percaya diri dan membantu teman	
	Jumlah skor maksimal = 4	

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

- **Aspek Kognitif**

NO	Aspek yang dinilai	KualitasJawab				
		1	2	3	4	5
1.	Apa prinsip teknik dalam gerakan roll depan ?					
2.	Bagaimana posisi tangan saat menolak ?					
3.	Bagaimana posisi kepala saat akan mengguling ?					

4.	Bagaimana posisi tangan dan kaki saat mendarat					
	Jumlah skor maksimal = 20					

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

Nilai akhir = Nilai aspek psikomotorik + aspek afektif + aspek kognitif

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Agus Suranto, S.Pd
NIP. 19740317 200812 003

Klaten, 05 Agustus 2014
Mahasiswa PPL

Arief Surya Pradipta
NIM.11601241084

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : SMA NEGERI 2 KLATEN
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan
Kelas/Semester : XII / 1
Materi Pokok : Atletik nomor lari estafet 4 x 100 m dan 4 x 400 m
Pertemuan : 1 kali pertemuan
Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

Standar Kompetensi :

1. Mempraktikkan keterampilan permainan olahraga dengan peraturan yang sebenarnya dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar

- 1.3 Mempraktikkan teknik atletik dengan menggunakan peraturan yang sesungguhnya serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri **)

Indikator Pencapaian Kompetensi

- Melakukan rangkaian latihan visual dan non visual dalam lari estafet (menyambung) dengan koordinasi yang baik.
- Melakukan rangkaian teknik memberikan dan menerima tongkat dengan teknik (meminta, menangkap, ayunan dari bawah)
- Melakukan keterampilan lari estafet 4 x 100 m dan 4 x 400 m

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan rangkaian latihan teknik secara visual dan non visual dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat mempraktikkan teknik memberikan dan menerima tongkat dengan teknik (meminta, menangkap, ayunan dari bawah) dengan benar.
3. Siswa dapat mempraktikkan ketrampilan lari estafet 4 x 100 m dan 4 x 400 m secara beregu dengan bentuk perlombaan sederhana.

B. Materi Pembelajaran

- Lari estafet 4 x 100 m dan 4 x 400 m secara beregu dengan bentuk perlombaan sederhana

C. Metode Pembelajaran

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

D. Langkah-langkah Pembelajaran

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran.
- Pemanasan secara umum *statis dan dinamis*
- Berlari mengelilingi lapangan kemudian dibentuk dalam formasi barisan dua bersaf, dan siswa dibuat berpasangan depan dan belakang. Melakukan salah satu bentuk permainan sederhana (hitam dan hijau), yang bersifat pemanasan untuk menaikkan suhu tubuh peserta didik dan mempersiapkan diri peserta didik secara jasmani dan rohani untuk mengikuti proses pembelajaran.

2. Kegiatan Inti (60 menit)

- Penjelasan cara melakukan pemberian tongkat secara visual dan non visual dengan koordinasi yang baik.
- Melakukan rangkaian latihan teknik dasar meminta, menangkap, dan ayunan dari bawah dengan koordinasi yang baik.
- Melakukan perlombaan lari estafet menyambung dengan membuat siswa beregu atau berkelompok saling beradu kecepatan dalam menyambungkan tongkat dengan koordinasi yang baik untuk menumbuhkan dan memupuk nilai-nilai percaya diri, kerja sama, tanggung jawab dan menghargai teman.

3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- Pendinginan (colling down) dengan peregangan kembali terhadap otot-otot yang digunakan. Ditambah dengan sedikit bentuk permainan sederhana. Siswa dibentuk dengan formasi melingkar dan guru sesuai dengan instruksi memberikan permainan bernama “*Sambung cerita* “. Bertujuan agar peserta didik menjadi relaks dan senang kembali setelah mengikuti pembelajaran materi lari estafet.
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari
- Berbaris dan berdoa

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Lapangan atau halaman
- Tongkat estafet
- Peluit
- Stopwatch atau jam tangan

2. Sumber Pembelajaran :

- Media cetak
 - Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XII, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 - Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
- Media elektronik
 - Media gambar lari estafet
 - Rekaman/cuplikan pertandingan lari estafet

F. Penilaian : KOGNITIF, AFEKTIF dan PSIKOMOTOR

Rubik penilaian

- **Aspek Psikomotor**

NO	Aspek yang dinilai	Kualitas Gerak
----	--------------------	----------------

		1	2	3	4	5
1.	Posisi tangan saat menerima tongkat estafet					
2.	Posisi kaki saat menerima tongkat estafet					
3.	Posisi badan saat menerima tongkat estafet					
4.	Sikap akhir					
	Jumlah skor maksimal = 20					

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

- **Aspek Afektif**

NO	Aspek yang dinilai	✓ Ceklist
1.	Keberanian	
2.	Tanggung Jawab	
3.	Antusias dan bersungguh-sungguh	
4.	Percaya diri dan membantu teman	
	Jumlah skor maksimal = 4	

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

- **Aspek Kognitif**

NO	Aspek yang dinilai	Kualitas Jawaban				
		1	2	3	4	5

1.	Apa prinsip lari estafet ?					
2.	Bagaimana posisi tangan saat menerima tongkat estafet ?					
3.	Bagaimana posisi kaki saat akan menerima tongkat estafet ?					
4.	Bagaimana posisi atau sikap tubuh saat menerima visual dan non visual ?					
	Jumlah skor maksimal = 20					

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

<p>Nilai akhir = Nilai aspek psikomotorik + aspek afektif + aspek kognitif</p>
--

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Agus Suranto, S.Pd
NIP. 19740317 200812 003

Klaten, 05 Agustus 2014
Mahasiswa PPL

Arief Surya Pradipta
NIM.11601241084

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : SMA NEGERI 2 KLATEN
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan
Kelas/Semester : XII / 1
Materi Pokok : Permainan Bola Besar / Sepak Bola
Pertemuan : 1 kali pertemuan
Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan keterampilan permainan olahraga dengan peraturan yang sebenarnya dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar

- 1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain *salah satu* permainan olahraga bola besar lanjutan serta dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri**).

Indikator Pencapaian Kompetensi

1. Melakukan latihan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, mengontrol, menggiring dan menembak) berkelompok menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dalam bentuk formasi permainan dengan koordinasi yang baik.
2. Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan latihan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, mengontrol, menggiring dan menembak) berkelompok

menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dalam bentuk formasi permainan dengan koordinasi yang baik.

2. Siswa dapat bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri.

B. Materi Pembelajaran

Permainan Sepakbola

1. Variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, mengontrol, menggiring dan menembak) berkelompok menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dalam bentuk formasi permainan dengan koordinasi yang baik.
2. Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan kerjasama tim dengan baik dalam bentuk pertandingan.

C. Metode Pembelajaran

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

D. Langkah-langkah Pembelajaran

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran.
- Pemanasan secara umum *statis dan dinamis*
- Berlari mengelilingi lapangan sepakbola
- Pemanasan khusus sepakbola dalam bentuk permainan yang bertujuan untuk meningkatkan suhu tubuh siswa dan mempersiapkan diri secara jasmani dan rohani siswa dengan macam permainan (*Hitam-Hijau, Cepat bergerombol, dan*

kucing-kucingan) yang membuat siswa aktif dan bergerak sehingga antusias mengikuti pembelajaran.

2. Kegiatan Inti (60 menit)

Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi :

- Penjelasan cara melakukan latihan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, mengontrol, menggiring dan menembak) berkelompok menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dalam bentuk formasi permainan dengan koordinasi yang baik.

Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi,

- Melakukan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, mengontrol, menggiring dan menembak) berkelompok menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dalam bentuk formasi permainan dengan koordinasi yang baik.
- Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan kerjasama tim yang baik dalam bentuk pertandingan (jumlah pemain, lapangan permainan, dan peraturan permainan dimodifikasi).

Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, Siswa:

- Menyimpulkan tentang hal-hal yang belum diketahui (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air*);
- Menjelaskan tentang hal-hal yang belum diketahui. (*nilai yang ditanamkan: Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);

3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- Pendinginan (colling down) (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta*

Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab);

- Berbaris dan berdoa. (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab);*

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Bola sepak atau sejenisnya
- Lapangan permainan sepakbola atau lapangan sejenisnya
- Tiang gawang
- Tiang pancang atau sejenisnya
- Peluit

2. Sumber Pembelajaran

- Media cetak
 - Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XII, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 - Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 - Buku permainan sepakbola
- Media elektronik
 - Audio/video visual teknik dasar permainan sepakbola
 - Rekaman/cuplikan pertandingan sepakbola (liga sepakbola)

F. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar menendang, menahan/mengontrol, menggiring dan menembak bola sepak, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan

(penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar permainan sepakbola (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	Mengumpan					Mengontrol					Menggiring					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		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																				

Jumlah skor yang diperoleh

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

Jumlah skor maksimal

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Menendang dan menahan bola ke sasaran tembok) selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 30 kali > 25 kali	100%	Sangat Baik
25 – 29 kali	20 – 24 kali	90%	Baik
20 – 24 kali	15 – 19 kali	80%	Cukup
15 – 19 kali	10 – 14 kali	70%	Kurang

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Jelaskan yang dimaksud dengan formasi permainan sepakbola!
2.	Sebutkan macam-macam formasi dalam permainan sepakbola!
3.	Jelaskan cara bermain sepakbola dengan formasi 4-2-4!
4.	Jelaskan cara bermain sepakbola dengan formasi 4-3-3!
5.	Jelaskan cara bermain sepakbola dengan formasi 4-4-2!

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							

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai Akhir (NA) =

Tiga Aspek Penilaian

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Agus Suranto, S.Pd
NIP. 19740317 200812 003

Klaten, 05 Agustus 2014
Mahasiswa PPL

Arief Surya Pradipta
NIM.11601241084

26	RENDYTA WIDYA P.							80	
27	RIDWAN WIBISONO							80	
28	RYAN FAHREZA MUNIR							82	
29	SETYANA CAHYA PUTRI							80	
30	SHAFIRA LINTANG R.							82	
31	TIMOTHY DICKY H.							79	
32	UMMU KHAIRIYAH M.							79	
33	WIGATI LISTYANINGSIH							80	
34	WILDAN TAUFIK BIMO A.							79	

26	RISQI SULISTYAPUTRA							82	
27	RONALDA VICKO P.							80	
28	SHAFIRA BRILIANI HUDAYA							80	
29	SOFA SEFTIANA							80	
30	VINCENCIA BELA A.D.A							80	
31	VINCENTIUS FAJAR S.							80	
32	YOHANES EVAN PRATAMA P							79	
33	YULIANA DWI ASTUTI							79	
34	YULIANA SINTA A.							82	

26	PUTRI PUJI ASTUTI							82	
27	RAKA AULIYA NUR F.							80	
28	RUY ROSTA GOVINDAN							80	
29	VERSY MARSILA PUTRI							82	
30	WIDIA SARI DEWI							80	
31	WIDYA GIGIH NURPRAKOSO							82	
32	YAN ADI PRAMANA							82	
33	YOSI PRAYOGA							80	
34	YUNITA ANANDA PRI U.							82	

26	RENY ROMADHONI							81	
27	RIHAM DZAKA AZARI							82	
28	SUSI HANDAYANI							79	
29	SUSILA BAGAS SUBIYANTO							80	
30	TSANIYAH LEBDA A							80	
31	ULFA AYU FATIKA S.							80	
32	VERA OCTAVIANY							79	
33	WAHYU GILANG ABDILAH							79	
34	ZESAR YULI NUGROHO							80	

26	WIDYAWATI							79	
27	YANUAR Satria W.							80	
28	YUDISTIRA AJI PRANAJAYA							80	

26	SYARAGIH AVIP BHASWARA							79	
27	TULUS BROTO LELONO S.							79	
28	WISN ADITYA NUGRAHA							80	
29	YULIANA WAHYU SURYANI							79	

Foto Kegiatan Belajar Mengajar di kelas



Foto Kegiatan Belajar Mengajar di Lapangan
Materi Sepak Bola



Foto Kegiatan Belajar Mengajar
Materi Renang



Foto Kegiatan Belajar Mengajar di Lapangan

Materi Lari Estafet



Foto Kegiatan Belajar Mengajar di Lapangan

Materi Tolak Peluru

