

LAPORAN INDIVIDU

PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)

SMP N 1 PAKEM

Disusun dan diajukan guna memenuhi
persyaratan dalam menempuh
Mata Kuliah PPL



Disusun oleh:
Annas Fatkhurrohman
11601241098

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014

HALAMAN PENGESAHAN

Pengesahan laporan Kegiatan PPL di SMP N 1 Pakem.

Nama : Annas Fatkhurrohman
NIM : 11601241098
Prodi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan kegiatan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di SMP N 1 Pakem dari tanggal 02 Juli 2014 s/d 17 September 2014. Adapun hasil kegiatan tercakup dalam naskah laporan ini. Laporan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) ini telah disetujui dan disahkan oleh:

Yogyakarta, 17 September 2014

Mengetahui,

Dosen Pembimbing PPL

Guru Pembimbing

AM. Bandi Utama, M. Pd.

Totok Suhartono, S.Pd.

NIP.196004101989031002

NIP.19610122 198412002

Mengesahkan,

Kepala SMP N 1 Pakem

Koordinator KKN-PPL

Wakijo, S.Pd.

Dalidjan, S.Pd.

NIP. 19561010 198710 1003

NIP. 19560202 198003 1014

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan karunia dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan Praktik Pengalaman lapangan (PPL) di SMP Negeri 1 Pakem tahun 2014 dengan baik dan tepat waktu.

Penulisan laporan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) ini dimaksudkan untuk memberikan gambaran tentang program kegiatan yang telah dilaksanakan penulis di SMP Negeri 1 Pakem selama kurun waktu 2,5 bulan masa kerja terhitung dari tanggal 1 Juli 2014 sampai 22 September 2014. Penulis menyadari benar bahwa kesuksesan daripada program PPL yang telah dilaksanakan di SMP Negeri 1 Pakem tahun 2014, tidak lepas dari bantuan beberapa pihak. Maka dari itu, penulis perlu menyampaikan terima kasih kepada:

1. Allah SWT yang telah melimpahkan nikmat sehat dan nikmat kesempatan sehingga mampu menyelesaikan PPL dengan tepat waktu
2. Ayah dan Ibu yang telah memberikan doa restu, motivasi dan dukungan hang tiada henti
3. Pimpinan dan segenap staf LPPMP yang telah memberikan izin dan pengarahan dalam program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)
4. Bapak Totok Suhartono, S.Pd. Jas, selaku Guru Pembimbing mata pelajaran Penjasorkes SMP Negeri 1 Pakem yang telah membimbing penulis dari selama melaksanakan Praktik pengalaman Lapangan (PPL) sampai penulisan laporan ini dengan baik.
5. Bapak Dalidjan, S.Pd, selaku koordinator PPL di SMP Negeri 1 Pakem
6. Bapak Wakijo, S.Pd, selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Pakem yang telah memberikan iin kepada penulis untuk melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)
7. Ibu Anik Widiastuti....selaku Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan selama melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)
8. Siswa–siswi SMP Negeri 1 Pakem yang telah bekerjasama dengan baik selama Paktik Pengalaman Lapangan (PPL)
9. Rekan-rekan PPL UNY 2014 di SMP Negeri 1 Pakem yang telah bekerjasama dengan baik dan memberikan support yang luar biasa kepada penulis selama melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)
10. Semua pihak yang telah membantu penulis selama melaksanakan Praktik Pengalam Lapangan (PPL) yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan laporan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) ini masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan laporan ini.

Pakem, September 2014

Penulis

Annas Fatkhurrohman

Laporan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)
Universitas Negeri Yogyakarta
SMP Negeri 1 Pakem

Oleh : Annas Fatkhurrohman (11601241098)

ABSTRAK

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan suatu wadah untuk menerapkan/mengaplikasikan ilmu yang selama ini telah dipelajari dalam bidang keahlian maupun ilmu keguruan yang berkaitan dengan peserta didik dalam proses belajar mengajar. Program Praktek Lapangan (PPL) ini juga bertujuan untuk menyiapkan dan menghasilkan tenaga kependidikan (calon guru) yang memiliki nilai, sikap, pengetahuan, dan ketrampilan yang profesional, maka pelaksanaan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) ini sangat membantu mahasiswa dalam memasuki realita dunia kependidikan dan sebagai sarana untuk menerapkan ilmu yang diperoleh selama mengikuti perkuliahan. Praktek mengajar berperan dalam memberi bekal bagi penulis dalam dunia pendidikan pada umumnya dan sebagai guru pada khususnya. Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) atau praktik mengajar ini mulai dilaksanakan pada tanggal 1 Juli s.d. 22 September 2014 yang berlokasi di SMP Negeri 1 Pakem, yang beralamat di Jln. Kaliurang Km.17,

Dalam praktik mengajar, mahasiswa terlebih dahulu melaksanakan persiapan pembelajaran, yaitu membuat perencanaan pembelajaran dimulai dengan membuat rencana pelaksanaan pembelajaran sampai dengan evaluasi yang dilaksanakan. Kemudian melakukan koordinasi dan konsultasi kepada guru pembimbing di sekolah. Dalam bimbingan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), mahasiswa (penulis) mendapatkan kesempatan melaksanakan kegiatan belajar mengajar di kelas VII C, VII D, VIII A, VIII D, IX B, IX C. Kurikulum yang digunakan adalah untuk kelas VII dan VIII menggunakan Kurikulum 2013 sedangkan untuk kelas X menggunakan Kurikulum KTSP, maka untuk penulisan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) mengikuti kurikulum yang digunakan. Penggunaan metode pembelajaran yang diterapkan adalah metode diskusi, demonstrasi, praktik, dan latihan. Sedangkan media yang digunakan adalah gambar, video, power point, dan peralatan olahraga.

Kegiatan praktik mengajar dilaksanakan di ruang kelas masing-masing dan di lapangan. Dari waktu yang diberikan, mahasiswa (praktikan) dapat mengajar 5 sampai 6 kali pertemuan setiap kelas. Materi yang diajarkan untuk kelas VII adalah teknik dasar, sedangkan untuk kelas VIII dan IX adalah variasi dan kombinasi.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAM PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
ABSTRAK.....	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR LAMPIRAN.....	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Analisis Situasi.....	1
B. Perumusan Program dan Rencana Kegiatan PPL.....	9
BAB II PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN HASIL	12
A. Persiapan	
PPL.....	12
B. Pelaksanaan Program PPL.....	15
C. Analisis Hasil.....	18
BAB III PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	20
B. Saran.....	21
LAMPIRAN	

DAFTAR LAMPIRAN

1. RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)
2. MATRIKS PROGRAM KERJA
3. LAPORAN MINGGUAN
4. KARTU BIMBINGAN PPL

BAB I

PENDAHULUAN

Dalam rangka mempersiapkan tenaga kependidikan yang profesional, UNY sebagai instansi terkait bertugas memberikan pengetahuan dan ketrampilan kepada mahasiswa tentang proses pembelajaran dan kegiatan akademis lainnya. Salah satu bentuk kepedulian UNY dalam dunia pendidikan adalah diselenggarakannya Praktik Pengalaman Lapangan (PPL). Untuk itu mahasiswa diterjunkan ke sekolah-sekolah dalam jangka waktu kurang lebih dua setengah bulan agar dapat mengamati dan mempraktikkan semua kompetensi secara faktual tentang pelaksanaan proses pembelajaran dan kegiatan akademis lain yang diperlukan oleh guru atau tenaga kependidikan.

Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan salah satu upaya yang dilakukan oleh Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) sebagai suatu kegiatan latihan kependidikan yang bersifat intrakurikuler dan dilaksanakan oleh mahasiswa program studi kependidikan. Mahasiswa diharapkan dapat mengembangkan dan mengaplikasikan kemampuan yang dimiliki dalam kehidupan nyata di sekolah.

Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) ini diharapkan dapat menjadi bekal bagi mahasiswa sebagai wahana untuk membentuk tenaga kependidikan yang profesional dan siap untuk memasuki dunia pendidikan, serta mempersiapkan dan menghasilkan tenaga kependidikan atau calon guru yang memiliki kompetensi pedagogik, sikap, pengetahuan dan keterampilan yang profesional sebagai seorang tenaga kependidikan. Selain itu, tentunya peran mahasiswa dalam kegiatan ini adalah mampu memberikan kontribusi positif bagi sekolah dalam rangka peningkatan maupun pengembangan program – program sekolah dan mengadakan pembenahan serta perbaikan baik secara fisik maupun secara non fisik guna menunjang kegiatan belajar mengajar di sekolah.

A. Analisis Situasi

Sebelum pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) tahun 2014 di SMP Negeri 1 Pakem, semua mahasiswa tim PPL telah melaksanakan observasi lokasi PPL di SMP Negeri 1 Pakem di Jalan Kaliurang km 17, Pakem, Pakembinangun, Sleman, Yogyakarta. Obervasi

lokasi PPL ini bertujuan agar mahasiswa peserta PPL 2014 mengetahui gambaran fisik serta kondisi psikis yang menyangkut aturan dan tata tertib yang dilaksanakan di SMP Negeri 1 Pakem yang nantinya akan dijadikan acuan untuk pembuatan program kerja Praktik Pengalaman Lapangan (PPL). Adapun hasil observasi yang diperoleh akan dibahas kemudian.

SMP Negeri 1 Pakem adalah salah satu Sekolah Menengah Pertama yang ada di kecamatan Pakembinangun yang memiliki siswa sejumlah anak dengan bermacam-macam agama, suku dan ras serta kemampuan bidang akademik dan non akademik yang cukup membanggakan. Kondisi lingkungan belajar yang bersih dan tertib yang telah diciptakan oleh pihak sekolah adalah strategi yang dipersiapkan untuk membentuk siswa-siswa yang berprestasi baik dalam bidang akademik maupun bidang non akademik.

Sebagai upaya untuk peningkatan mutu pendidikan, SMP Negeri 1 Pakem memiliki struktur organisasi yang jelas. Struktur organisasi ini dimaksudkan agar pembagian tugas serta tanggung jawab semakin jelas. Adapun susunan organisasi di SMP Negeri 1 Pakem adalah:

- a. Kepala Sekolah : Wakijo, S.Pd
- b. Wakil Kepala Sekolah : Dalidjan, S.Pd
- c. Kepala Urusan Kurikulum : Rakyan Pamitkasih, S.Pd
- d. Kepala Urusan Kesiswaan : Nurhidayat I, S.Pd
- e. Kepala Urusan Sarana Prasarana : Yunias, S.Pd
- f. Kepala Tata Usaha : Rijanto

Saat ini SMP Negeri 1 Pakem memiliki tenaga pendidik sebanyak 21 Dan karyawan sebanyak 4 Dengan lebih dari 90% tenaga pendidik memiliki gelar S1, maka dapat dipastikan kualitas tenaga pendidik di SMP Negeri 1 Pakem tidak diragukan lagi. Hal ini tentunya sebagai penunjang mutu pendidikan di kecamatan Pakem umumnya dan SMP Negeri 1 Pakem khususnya. Selain tenaga pendidik yang berkualitas, SMP Negeri 1 Pakem juga didukung dengan karyawan yang bertanggung jawab di bagian Tata Usaha, Perpustakaan, Keamanan dan lain-lain. Adapun visi dan misi SMP 1 Pakem adalah sebagai berikut:

VISI
TAKWA, CERDAS, MANDIRI, DAN BERWAWASAN LINGKUNGAN

Indikator-indikator visi sekolah:

1. Menjalankan tuntunan agama sesuai dengan yang dianutnya
2. Mempunyai kompetensi dalam bidang akademik dan non akademik
3. Mampu menggunakan keterampilan dalam menghadapi masa depan
4. Mewujudkan sekolah peduli dan berbudaya lingkungan

MISI

1. Mewujudkan lingkungan sekolah yang kondusif sehingga dapat mewujudkan KBM yang menyenangkan, efektif dan efisien
2. Mengoptimalkan peranan sumber daya manusia yang ada secara professional sesuai dengan kemampuan masing-masing individu
3. Mengupayakan tersedianya sarana dan prasarana yang mendukung terlaksananya program dengan baik
4. Memberi dorongan dan bimbingan terhadap siswa untuk dapat mengembangkan bakat, kemampuan, dan keterampilan secara optimal.
5. Mewujudkan fasilitas sekolah yang relevan, mutakhir, dan berwawasan ke depan
6. Mewujudkan pendidik dan tenaga kependidikan yang berkompetensi tinggi
7. Mewujudkan manajemen berbasis sekolah yang tanggung dan sekolah sehat

Dalam hal peningkatan mutu siswa baik di bidang akademik maupun non akademik, pihak sekolah memiliki beberapa program. Adapun program sekolah itu adalah setiap pagi yaitu pukul 07.00 – 07.15 seluruh siswa mengikuti program pembinaan rohani menurut agama masing-masing siswa. Selain itu sekolah juga memiliki program yaitu setiap sabtu seluruh kelas pada jam ke 7 dan ke 8 mengikuti tes pelajaran.

1) Kondisi Fisik Sekolah

Sebagai penunjang aktifitas siswa selama berada di sekolah, SMP N 1 Pakem memiliki sarana, prasarana, serta fasilitas yang cukup memadai. Adapun rincianya dari masing-masing adalah sebagai berikut:

1. Ruang Pengajaran

SMP Negeri 1 Pakem memiliki 12 kelas , berikut rinciannya:

- a. Kelas VII A terdiri dari 31 siswa
- b. Kelas VII B terdiri dari 32 siswa
- c. Kelas VII C terdiri dari 32 siswa
- d. Kelas VII D terdiri dari 32 siswa
- e. Kelas VIII A terdiri dari 32 siswa
- f. Kelas VIII B terdiri dari 32 siswa
- g. Kelas VIII C terdiri dari 32 siswa
- h. Kelas VIII D terdiri dari 32 siswa
- i. Kelas IX A terdiri dari 24 siswa
- j. Kelas IX B terdiri dari 24 siswa
- k. Kelas IX C terdiri dari 24 siswa
- l. Kelas IX D terdiri dari 26 siswa

Setiap kelas di SMP Negeri 1 pakem menggunakan 1 buah whiteboard. 1 buah blackboard serta 1 buah LCD proyektor yang sangat berguna sebagai sarana pendukung proses berlangsungnya pembelajaran. ditambah akses Wi-fi ke tiap kelas membuat kegiatan belajar mengajar semakin bervariasi

2. Ruang Praktek

SMP N 1 Pakem memiliki 4 ruang praktek. Berikut rincian masing-masing ruangan:

a. Laboratorium IPA

Laboratoium IPA di SMP N 1 Pakem dijadikan satu tempat untuk mata pelajaran biologi, kimia maupun fisika. Terdapat alat-alat untuk praktek siswa seperti mikroskop, patung kerangka manusia, serta alat-alat peraga lainnya. Ditunjang dengan LCD proyektor dan akses Wi-fi, membuat Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) lebih menarik dan bervariasi

b. Laboratorium Bahasa

Di laboratorium bahasa ini terdapat fasilitas seperti komputer berjumlah siswa tiap kelas yang dilengkapi headset. Laboratorium bahasa ini digunakan keperluan belajar mengajar mata pelajaran bahasa, seperti listening, speaking, dan lain-lain. Laboratorium bahasa ini juga dilengkapi LCD proyektor dan akses Wi-fi.

c. Laboratorium Komputer

SMP N 1 Pakem memiliki 2 laboratorium komputer. Masing-masing memiliki komputer yang cukup untuk Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) siswa. Laboratorium komputer juga memiliki akses wi-fi dan LCD proyektor sebagai sarana untuk kegiatan belajar mengajar

d. Ruang Batik

Digunakan sebagai sarana Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) untuk mata pelajaran praktikum prakarya dengan dilengkapi fasilitas seperti kompor batik, canting, pewarna, malam, kain, dan lain-lain.

3. Ruang Kepala Sekolah

Letak ruang Kepala Sekolah adalah di antara ruang guru dan ruang TU. Memiliki meja kursi yang digunakan untuk menerima tamu kedinasan.

4. Ruang Guru

Ruang Guru di SMP Negeri 1 Pakem sudah memadai. Dilengkapi meja dan kursi pribadi masing-masing Guru. Ruang Guru dilengkapi dengan sistem Presensi Elektronik yang digunakan sebagai alat kehadiran bagi kepala sekolah dan guru.

5. Ruang Tata Usaha

Ruang TU di SMP Negeri 1 Pakem dilengkapi dengan komputer sebagai fasilitas bagi karyawan Tata Usaha.

6. Masjid

Digunakan sebagai sarana ibadah bagi seluruh warga sekolah yang beragama islam.

7. Perpustakaan

Ruang perpustakaan menyediakan macam-macam jenis buku bacaan, yang dapat digunakan oleh siswa dan seluruh warga sekolah

8. Ruang UKS

Ruang UKS berfungsi sebagai tempat penolongan pertama apabila ada siswa dan warga sekolah yang perlu mendapat pertolongan. Dalam ruang UKS ini terdapat tempat tidur dan peralatan P3K.

9. Dapur

Dapur digunakan untuk membuat minuman kepada guru dan karyawan

10. Kantin

Di SMP Negeri 1 Pakem terdapat dua kantin. Kantin ini menjual makanan yang disediakan untuk seluruh warga sekolah.

11. Gudang Olahraga

Tempat untuk penyimpanan peralatan olahraga yang digunakan sebagai media pembelajaran penjasorkes

12. Ruang Agama Kristen dan Katolik

Sebagai sarana ibadah dan Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) bagi siswa yang beragama Kristen dan Katolik

13. Tempat Parkir

Digunakan sebagai tempat parkir kendaraan bagi guru dan karyawan serta siswa.

14. Kamar Kecil

SMP Negeri 1 Pakem memiliki 3 (tiga) jenis kamar kecil, yaitu untuk guru dan karyawan, untuk siswa putra, dan siswa putri

Dengan sarana, prasarana serta fasilitas yang dimiliki, SMP Negeri 1 Pakem diharapkan dapat memaksimalkan potensi siswa baik di bidang akademik maupun non akademik serta mewujudkan tujuan pendidikan secara umum.

2) Kondisi Non Fisik Sekolah

Berikut merupakan rincian kondisi non fisik di SMP Negeri 1 pakem :

1. Agenda rutin di SMP Negeri 1 Pakem, yaitu:

- Penerimaan peserta didik baru
- Masa Orientasi Siswa (MOS)
- Upacara bendera setiap hari senin
- Pembinaan kerohanian setiap hari selama 15 menit
- Tes Pelajaran Mingguan setiap sabtu
- Perayaan HUT RI
- Kegiatan di bulan Ramdahan (Pesantren kilat, buka bersama dll)
- Menyambut siswa setiap pagi di pintu gerbang

2. Potensi Siswa

Dengan jumlah siswa sebanyak 353, SMP Negeri 1 Pakem memiliki potensi siswa yang sangat beragam. Maka dari itu untuk menanmpung potensi siswa baik di bidang akademik maupun non akademik, pihak sekolah mempunyai program esktrakurikuler dan organisasi. Berikut adalah rincianya:

a. Ektrakurikuler

- Sepakbola
- Basket
- Pramuka

- Music
- Conversation
- Tari
- Karya Ilmiah Remaja (KIR)
- Bela diri Tapak Suci

b. Organisasi

- OSIS

Struktur organisasi OSIS di SMP Negeri 1 Pakem cukup baik. Diamana semua anggota serta Pembina berjalan beriringan secara baik.

- Pleton Inti (Tonti)

Semua anggota pleton inti (tonti) adalah yang disiapkan untuk mengikuti lomba baris berbaris.

3. Potensi Guru

Siswa yang berkualitas didukung oleh para pendidik yang berkompeten dalam bidangnya. SMP N 1 Pakem memiliki tenaga pengajar atau guru berjumlah 24 orang dengan 21 orang sudah berstatus PNS, 99% sudah menempuh jenjang sampai S1 serta lebih dari 75% guru di SMP Negeri 1 Pakem sudah bersertifikasi. Guru di SMP Negeri 1 Pakem memiliki tingkat kedisiplinan dan loyalitas yang tinggi. Hal ini bisa dilihat dari hampir tidak ada guru yang terlambat masuk jam 07.00, serta minimnya kelas yang kosong.

4. Potensi Karyawan

Semua karyawan di SMP Negeri 1 Pakem merupakan karyawan yang bertanggungjawab kepada sekolah. Jam kerja semua karyawan sama dengan jam kerja guru.

3) Permasalahan Sekolah

Sebagai instansi di bidang pendidikan, sekolah mempunyai tugas untuk menghasilkan generasi yang berkualitas. Sekolah mengemban tugas untuk menciptakan anak-anak yang tidak hanya baik di akademiknya saja tapi juga bagaimana sekolah itu mampu membentuk akhlak, moral dan kepribadian peserta didik menjadi orang yang berpendidikan dan berbudi pekerti luhur.

Hal ini sangat penting mengingat peserta didik adalah generasi penerus bangsa yang memiliki tanggung jawab terhadap kemajuan suatu bangsa. Peserta didik di masa depan akan terjun ke dalam masyarakat, bersosialisasi dengan banyak orang sehingga mereka harus paham dengan kewajiban

mereka terhadap dirinya sendiri dan masyarakat disekelilingnya. Pendekatan, pengarahan dan pembinaan dari pihak pendidik sangat diperlukan agar peserta didik termotivasi untuk lebih kreatif dan mampu mengembangkan potensinya.

B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL

Berdasarkan analisis hasil observasi yang telah dilakukan, maka dapat dirumuskan beberapa program kerja yang dinilai relevan dan tepat untuk dilaksanakan pada SMP Negeri 1 Pakem. Berikut adalah rincianya:

a. Tahap Persiapan Di Kampus

Tahap persiapan di kampus diawali dengan kegiatan pengajaran mikro selama satu semester yaitu pada semester 6 (enam) sebagai awal kegiatan PPL dan pembekalan oleh pihak LPPMP dan pihak jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.

b. Observasi Fisik Sekolah

Tahap ini bertujuan agar mahasiswa memperoleh gambaran tentang sekolah terutama yang berkaitan dengan situasi dan kondisi sekolah sebagai tempat mahasiswa melaksanakan Praktek Pengalaman lapangan (PPL). Gambaran atau informasi ini nantinya akan dijadikan acuan dan pedoman dalam pembuatan proqram kerja serta agar mahasiswa dapat menyesuaikan diri di lingkungan PPL.

c. Observasi Proses Belajar Mengajar Di dalam Kelas

Dalam tahap ini mahasiswa peserta PPL akan memperoleh pengetahuan mengenai tugas menjadi seorang guru, khususnya tugas dalam mengajar. Observasi kegiatan proses belajar mengajar bertujuan untuk memperoleh pengetahuan belajar mengajar yang berlangsung, tugas guru, dan kepala sekolah, tugas instruktur dan lembaga, pemanfaatan media dalam proses belajar mengajar, hambatan atau kendala serta pemecahannya.

d. Persiapan Perangkat Pembelajaran

Persiapan ini merupakan praktek mengajar terbimbing. Mahasiswa mendapat arahan dari guru pembimbing untuk menyiapkan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) serta media seperti gambar dan video.

e. Praktek Mengajar

Praktek mengajar di kelas bertujuan untuk menerapkan, mempersiapkan dan mengembangkan kemampuan mahasiswa sebagai calon pendidik, Sebelum mahasiswa terjun langsung ke dunia pendidikan seutuhnya. Praktek mengajar minimal dilakukan sebanyak delapan kali pertemuan. Pada tahap ini mahasiswa diberi kesempatan untuk menggunakan seluruh kemampuan dan keterampilan mengajar yang diperoleh dari pembelajaran mikro.

f. Penyusunan dan pelaksanaan evaluasi

Evaluasi merupakan tolok ukur keberhasilan proses kegiatan belajarmengajar di kelas. Kegiatan evaluasi ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan siswa dalam menangkap atau memahami materi yang telah disampaikan oleh mahasiswa.

g. Penyusunan Laporan PPL

Kegiatan penyusunan laporan merupakan tugas akhir dari kegiatan PPL, yang berfungsi sebagai laporan pertanggungjawaban mahasiswa atas pelaksanaan PPL. Laporan ini bersifat individu. Laporan ini disusun secara tertulis yang nantinya diketahui oleh guru pembimbing, dosen pembimbing PPL, koordinator KKN-PPL SMP N 1 Pakem dan Kepala SMP N 1 Pakem.

h. Penarikan PPL

Kegiatan penarikan PPL dilakukan pada tanggal 17 September 2014 yang sekaligus menandai berakhirnya kegiatan PPL di SMP N 1 Pakem.

Demikian tahap-tahap dalam program dan rancangan praktek pengalaman lapangan yang dilaksanakan di SMP N 1 Pakem.

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL

1. Persiapan

Dalam rangka persiapan pelaksanaan PPL, maka diadakan beberapa kegiatan yaitu sebagai berikut:

A. Pengajaran Mikro

Pengajaran mikro dilaksanakan pada semester 6 (enam). Dalam pengajaran mikro ini, mahasiswa praktik mengajar teman sekelas dengan dibimbing oleh dosen. Diharapkan setelah mengikuti pengajaran mikro ini, mahasiswa benar-benar telah siap untuk terjun ke sekolah. Bagi mahasiswa yang dinyatakan lulus dengan nilai minimal B dapat mengikuti kegiatan PPL, dan bagi yang belum lulus maka tidak dapat mengikuti kegiatan PPL, namun boleh mengikuti kegiatan KKN.

B. Observasi

Sebelum praktek mengajar, mahasiswa diberi kesempatan untuk melakukan observasi pada pembelajaran yang diampu oleh guru pembimbing masing-masing. Dengan adanya observasi diharapkan mahasiswa dapat merancang pembelajaran yang disesuaikan dengan kondisi sekolah dan peserta didik.

Adapun hasil observasi yang berkaitan dengan program PPL adalah sebagai berikut:

Perangkat belajar mengajar

a. Kurikulum

Kurikulum yang digunakan adalah KTSP (Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan) untuk kelas IX dan Kurikulum 2013 digunakan untuk kelas VII dan VIII.

b. Silabus

Silabus sudah sesuai, kompetensi dasar, materi pembelajaran dan kegiatan pembelajaran sudah sesuai. Indikator sudah bisa digunakan untuk mengukur kompetensi dasar. Jenis penilaian beragam, dan penggunaan sumber belajar juga sudah jelas.

c. RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran)

RPP sudah sesuai standar proses. Metode yang digunakan guru adalah metode saintifik (untuk kurikulum 2013). Selain itu guru juga mengadakan evaluasi pada akhir pelajaran. Di dalam RPP menunjukkan tujuan pembelajaran sebelum dilakukan kegiatan pembelajaran, terdapat alokasi waktu, cara penilaian, dan metode pembelajaran.

Proses belajar-mengajar

a. Membuka Pelajaran

Guru sebelum memulai mengajar mengucapkan salam kepada para siswa, menginstruksikan siswa untuk berdoa sebelum pelajaran dimulai, kemudian mengecek kehadiran siswa. Guru sedikit mengulang materi sebelumnya sebelum masuk ke pelajaran.

b. Cara Pembelajaran

Satu jam pelajaran digunakan di dalam kelas yaitu untuk memenuhi komponen inti RPP yang di dalamnya terdapat 5M, yaitu mengamati, menanya, mencoba, mengasosiasi, mengkomunikasi. Mengamati dan menanya dilakukan di dalam ruangan. Guru menampilkan sebuah gambar/video pembelajaran sesuai materi pada layar dengan menggunakan proyektor yang telah tersedia di setiap kelas, kemudian guru menginstruksikan siswa untuk mengamati. Apabila siswa belum jelas, maka siswa dipersilahkan untuk bertanya. Kemudian guru melempar pertanyaan tersebut kepada siswa yang mungkin bisa menjawab pertanyaan siswa lain. Apabila siswa tidak bisa menjawab, maka guru yang menjawab pertanyaan siswa. Setelah itu siswa diajak untuk ke lapangan dan mempraktikkan (mencoba) apa yang mereka dapatkan saat teori di dalam kelas. Setelah itu guru mengasosiasi bersama-sama dengan siswa, yaitu guru mempraktikkan teknik-teknik yang benar. Yang terakhir adalah mengkomunikasi yaitu guru menginstruksikan siswa untuk melakukan kembali dengan aturan yang dimodifikasi

c. Penggunaan waktu

Penggunaan waktu yang digunakan guru sudah efektif, karena sesuai dengan jam pelajaran. Guru datang ke kelas sesaat setelah bel berbunyi.

d. Cara memotivasi siswa.

Guru sangat memotivasi siswa karena interaksi dengan siswa selalu dilakukan selama proses pembelajaran.

e. Teknik penguasaan kelas

Guru bisa mengatur semua siswa dengan baik selama proses pembelajaran, siswa memperhatikan dengan seksama meskipun sesekali terdapat beberapa siswa yang kurang konsentrasi saat pelajaran.

f. Bentuk dan cara evaluasi

Evaluasi dilakukan setelah pelajaran akan berakhir.

g. Menutup pelajaran

Sebelum menutup pelajaran guru menyimpulkan materi yang sudah dijelaskan tadi. Kemudian guru menutup pelajaran dengan berdoa dan mengucapkan salam.

Perilaku Siswa

- Perilaku siswa pada saat pembelajaran di dalam kelas

Pada kelas observasi, yakni VII A, berjalannya pembelajaran pada jam 1 jam pelajaran yang diadakan di ruang kelas dengan guru menayangkan sebuah gambar/video pembelajaran sehingga semua siswa konsen untuk melihat tayangan.

- Perilaku siswa di luar kelas

Pada saat observasi dilakukan, perilaku siswa saat praktik diluar kelas, masih banyak siswa yang bermain sendiri dengan temannya, terutama banyak dilakukan oleh siswa putra. Namun setelah diperingatkan mereka akan kembali fokus praktik.

C. Pembekalan

Sebelum mahasiswa terjun ke sekolah, terlebih dahulu diberikan pembekalan oleh LPPMP. Dalam pembekalan tersebut perwakilan mahasiswa KKN-PPL tahun 2014 dari tiap-tiap lokasi diberikan panduan apa dan bagaimana yang harus dilaksanakan oleh mahasiswa dalam KKN-PPL tersebut.

2. Pelaksanaan

a. Penyusunan Perangkat Persiapan Pembelajaran dan Alat Evaluasi

Penyusunan perangkat pembelajaran merupakan langkah awal kegiatan bagi seorang guru. Hal ini juga dilaksanakan oleh mahasiswa

praktikan sebelum memasuki materi yang akan disampaikan. Dengan persiapan yang matang, tujuan pokok pembelajaran atau kompetensi yang diharapkan dapat tercapai secara maksimal serta materi yang akan disampaikan lebih terstruktur dan sistematis dalam interaksinya dengan siswa (komunikatif). Mahasiswa tidak hanya dituntut untuk bisa mengajar dengan baik, namun selayaknya seorang guru harus membuat perangkat persiapan pembelajaran yaitu sebagai berikut:

1) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

RPP merupakan rencana pelaksanaan pembelajaran untuk setiap pertemuan. RPP berguna sebagai acuan bagi guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran di kelas. Dalam program PPL di SMP N 1 Pakem, praktikan membuat 8 RPP yang digunakan untuk pedoman 15 kali mengajar.

2) Media Pembelajaran

Pembuatan media pembelajaran ini merupakan tahap dimana mahasiswa sebagai praktikan menyiapkan bahan atau materi yang akan disampaikan di kelas. Tahapan ini memakan waktu yang cukup lama dikarenakan dalam pembuatan/penyusunan membutuhkan banyak referensi, baik dari buku bacaan, maupun dari media lain seperti internet. Media pembelajaran yang dibuat, selain berupa gambar dan video, juga menggunakan media *powerpoint* yang proses penyampaian menggunakan laptop dan LCD.

3) Agenda kegiatan belajar mengajar

Dalam agenda kegiatan belajar mengajar, dimuat jadwal mengajar di tiap-tiap kelas serta KD yang diajarkan. Disertai pula materi pokok yang diajarkan.

4) Daftar hadir

5) Daftar nilai

b. Praktek Mengajar

Praktek mengajar dilakukan mulai tanggal 16 Agustus 2014 sampai 6 September 2014 dengan guru pembimbing Bapak Totok Suhartono, S.Pd. Sesuai dengan teknis pelaksanaan PPL tahun 2014, untuk praktek mengajar oleh mahasiswa praktikan terbagi dua, yaitu praktek mengajar terbimbing dan praktek mengajar mandiri, akan tetapi semua tergantung kebijakan guru pembimbing sekolah masing-masing.

- 1) Pada praktek mengajar terbimbing mahasiswa praktikan didampingi oleh guru pembimbing. Kegiatan praktek mengajar terbimbing ini, berjalan pada minggu pertama.
- 2) Pada praktek mengajar mandiri mahasiswa praktikan sebagian besar dilepas dan harus menetapkan sendiri, tugas, pelaksanaan, dan cara penilaiannya, akan tetapi guru pembimbing dan dosen pembimbing tetap bertanggung jawab atas keseluruhan proses pelaksanaannya mulai dari membuka pelajaran, menyampaikan materi, memberi tugas, evaluasi dan menutup pelajaran.

Inti kegiatan praktikan pengalaman mengajar adalah keterlibatan mahasiswa PPL dalam kegiatan belajar mengajar. Dalam kegiatan mengajar guru pembimbing selalu mendampingi mahasiswa (praktikan) dan beliau selalu memberikan umpan balik berupa evaluasi dan saran. Hal ini dilakukan agar mahasiswa dapat meningkatkan kemampuan mengajar pada pertemuan selanjutnya.

Sebelum pelajaran dimulai praktikan mengkonsultasikan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Sesekali dosen pembimbing datang ke sekolah dan menanyakan permasalahan-permasalahan yang muncul saat mengajar.

Dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran, teknik yang digunakan adalah pembelajaran saintifik dan pendekatan komunikatif, yang diujicobakan dalam kegiatan yang berpusat kepada siswa. Evaluasi yang diberikan kepada siswa mengacu kepada Kompetensi Dasar yang harus dicapai.

Adapun kegiatan praktek mengajar meliputi hal-hal sebagai berikut:

- 1) Membuka pelajaran, terdiri dari:
 - Membuka pelajaran dengan salam dan berdoa
 - Menyampaikan tujuan pembelajaran
 - Memberikan motivasi untuk peserta didik
- 2) Kegiatan inti yang meliputi:
 - Mengamati
 - Menanya
 - Mencoba
 - Mengasosiasi
 - Mengkomunikasi

- 3) Menutup pembelajaran, yang meliputi:
 - Evaluasi materi
 - Menyimpulkan materi
 - Memberikan tugas/pesan-pesan untuk pertemuan berikutnya.
 - Menutup dengan salam dan berdoa

c. Umpan Balik Guru Pembimbing

1) Sebelum praktek mengajar

Guru pembimbing memberikan arahan dalam persiapan mengajar baik sikap maupun mental. Guru memberikan saran-saran kepada mahasiswa dalam hal pembuatan RPP yang disesuaikan dengan format dari sekolah, cara menyampaikan materi, cara mengajar yang ideal. Guru pembimbing dengan sabar membimbing mahasiswa dalam membuat perangkat pembelajaran. Bahkan guru selalu memberikan semangat dan motivasi kepada praktikan untuk mengajar dengan maksimal.

2) Selama proses mengajar

Guru pembimbing mendampingi dan memantau jalannya pembelajaran dikelas dan di lapangan. Disamping mendampingi, beliau sekaligus menilai praktikan dalam mengajar.

3) Setelah praktek mengajar

Setelah kegiatan pembelajaran selesai, maka guru akan memberikan saran-saran kepada praktikan. Jika praktikan dalam mengajar ada kekurangan baik dari segi sikap, teknik penyampaian, penguasaan materi dan lainnya, maka guru pembimbing akan memberikan masukan demi terwujudnya pembelajaran yang ideal. Masukan-masukan yang diberikan berupa format RPP dan teknik mengajar.

3. Analisis Hasil dan Refleksi

Pelaksanaan PPL di SMP N 1 Pakem pada umumnya berjalan dengan lancar. Praktikan dapat menyelesaikan jumlah mengajar yang telah ditentukan dengan baik. Mengajar di tiga kelas yang berbeda membuat praktikan termotivasi untuk menciptakan sebuah pembelajaran yang menarik dan menyenangkan. Bimbingan dari Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) dan guru pembimbing di sekolah sangat bermanfaat

terkait dengan pengembangan praktek mengajar yang dilakukan oleh praktikan.

Pelaksanaan PPL di SMP N 1 Pakem tidak lepas dari berbagai dukungan dan hambatan. Adapun hal –hal tersebut sebagai berikut:

a. Faktor Pendukung

- 1) Adanya bimbingan dari guru pembimbing yaitu Bapak Totok Suhartono, S.Pd. yang membimbing mahasiswa baik dalam membuat perangkat pembelajaran, memberikan pengarahan dan masukan saat mengajar.
- 2) Adanya bimbingan dari DPL-PPL yaitu Bapak AM. Bandi Utama, M. Pd.
- 3) Peserta didik dapat menghargai mahasiswa sebagaimana mereka menghargai guru mereka.
- 4) Tersedianya fasilitas belajar mengajar yang cukup di dalam kelas.
- 5) Adanya bantuan dan motivasi dari teman-teman KKN-PPL saat mahasiswa mengalami kesulitan dalam membuat perangkat pembelajaran maupun saat mengajar.

b. Faktor Penghambat

- 1) Peserta didik banyak yang masih susah di atur, terutama saat praktik di lapangan.
- 2) Sarana prasarana olahraga masih kurang untuk memenuhi banyaknya siswa.

Berdasarkan pelaksanaan praktek mengajar di kelas dapat disampaikan beberapa hal sebagai berikut :

1. Konsultasi secara berkesinambungan dengan guru pembimbing sangat diperlukan demi lancarnya pelaksanaan mengajar.
2. Metode yang disampaikan kepada peserta didik harus bervariasi sehingga siswa akan antusias dan berkonsentrasi saat pembelajaran berlangsung.
3. Memberikan evaluasi dapat menjadi umpan balik dari peserta didik untuk mengetahui seberapa banyak materi yang dapat diserap oleh peserta didik.

BAB III

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Kesimpulan dari praktek pengalaman lapangan (PPL) yang telah dilaksanakan oleh praktikan selama kurang lebih dua setengah bulan adalah sebagai berikut :

- a. Program Pengalaman lapangan sebagai salah satu program wajib bagi mahasiswa UNY program studi pendidikan merupakan program yang sangat tepat dan memiliki fungsi serta tujuan yang jelas sebagai sarana untuk memberikan bekal kemampuan menjadi tenaga kependidikan yang profesional. Hal ini bertujuan untuk mengembangkan pengetahuan dan keterampilan, serta profesionalitas mahasiswa sebagai seorang calon pendidik yang dituntut harus memiliki empat kompetensi guru yaitu kompetensi pedagogik, kompetensi profesional, kompetensi personal, dan kompetensi sosia. Dengan cara melakukan pengamatan dan sekaligus praktik secara langsung di lapangan, tentunya akan memberikan pengamalan nyata bagi mahasiswa sebagai seorang calon pendidik.
- b. Melalui Program Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) yang dilakukan, mahasiswa akan berusaha untuk menumbuhkembangkan sikap dan kepribadian sebagai seorang pendidik, memiliki sikap dewasa dalam bertindak dan berpikir serta disiplin dalam melaksanakan tugas dan kewajiban juga akan memiliki kemampuan untuk beradaptasi dengan lingkungan sekolah dan masyarakat di sekelilingnya.
- c. Koordinasi dengan guru pembimbing yang sangat baik akan menunjang pelaksanaan PPL, sehingga segala permasalahan yang menyangkut program pengajaran akan segera dapat terpecahkan dengan baik.
- d. Dengan program PPL, mahasiswa sebagai calon pendidik tentunya akan lebih menyadari tugas dan kewajibannya sebagai seorang individu yang berkompeten sehingga akan memiliki semangat dalam membantu mencerdaskan kehidupan bangsa sebagai salah satu peran serta dalam membangun bangsa. Untuk mencapai tujuan dari PPL seperti yang telah direncanakan, salah satu cara yang dapat ditempuh oleh praktikan berusaha sebaik-baiknya melakukan seluruh rangkaian

program PPL sesuai dengan pedoman pelaksanaannya dengan tidak lupa selalu berkonsultasi dengan guru pembimbing dan dosen pembimbing.

B. SARAN

a. Bagi Mahasiswa

- 1) Cara berpikir mahasiswa harus ditingkatkan sebagai upaya dalam melakukan penelaahan, perumusan dan pemecahan masalah pendidikan baik dalam lingkup kelas maupun sekolah.
- 2) Mahasiswa harus semakin memperdalam pengertian, pemahaman, dan penghayatan tentang tugas mendidik dan mengajar.
- 3) Mahasiswa harus lebih mampu memanfaatkan kesempatan untuk mempraktekkan bekal yang telah diperolehnya selama perkuliahan ke dalam proses pembelajaran langsung di lapangan dan program kependidikan lainnya.

b. Bagi Sekolah

- 1) Sebaiknya mampu menciptakan inovasi dalam program kependidikan.
- 2) Sebaiknya lebih meningkatkan pendidikan karakter bagi seluruh siswa SMP N 1 Pakem untuk membentuk individu yang lebih baik.
- 3) Sebaiknya sarana prasarana untuk praktik olahraga dilengkapi dan diperbanyak.

c. Bagi Universitas Negeri Yogyakarta

- 1) Sebaiknya memperluas dan meningkatkan jalinan kerjasama dengan pihak sekolah ataupun instansi lainnya.
- 2) Sebaiknya mempertimbangkan masukan tentang kasus kependidikan yang berharga yang dapat dipergunakan sebagai bahan pengembangan penelitian.
- 3) Sebaiknya mempertimbangkan masukan tentang perkembangan pelaksanaan praktek kependidikan sehingga kurikulum, metode, dan pengelolaan proses pembelajaran di kampus UNY agar dapat lebih disesuaikan dengan kenyataan di lapangan.

LAMPIRAN

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

SEKOLAH	: SMP N 1 Pakem
MATA PELAJARAN	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
KELAS / SEMESTER	: IX / Ganjil (satu)
STANDAR KOMPETENSI	: 1. Mempraktikkan berbagai teknik dasar ke dalam permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya
KOMPETENSI DASAR	: 1.1. Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar lanjutan dengan konsisten serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan
INDIKATOR	: 1. Dapat melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar passing/ lemparan (tolakan dada, pantul, atas dua tangan) dan jump shoot dengan konsisten 2. Dapat bermain bolabasket dengan peraturan yang dimodifikasi
ALOKASI WAKTU	: 2 x 45 menit (1 x pertemuan)

- I. Tujuan Pembelajaran
1. Peserta didik dapat melakukan variasi dan kombinasi lempar tagkap (chest pass, bounce pass, dan over head pass) dan jump shoot dengan benar.

2. Peserta didik dapat bermain bola basket dengan peraturan yang dimodifikasi

3. Peserta didik dapat bermain bola basket sebenarnya dan pada lapangan yang sebenarnya dengan varkomb passing dan jump shoot.
- II. Materi Pembelajaran
- Permainan bolabasket
1. Variasi dan kombinasi lempar tangkap (tolakan dada, pantul dan atas dua tangan) dan jump shoot dengan benar.

2. Bermain bola basket dengan peraturan yang dimodifikasi.

3. Bermain bola basket sebenarnya dan pada lapangan sebenarnya dengan varkomb passing dan jump shoot.
- III. Metode Pembelajaran
1. Komando

2. Demonstrasi
3. Part and whole (bagian dan keseluruhan)
4. Resiprocal (timbang-balik)

IV. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan 1

A. Pembukaan (20 menit):

Disiapkan/ dibariskan, berdoa, presensi, informasi materi, KD, tujuan pembelajaran, apersepsi dan pemanasan

B. Inti (60 menit): Motivasi pelaksanaan pembelajaran; presentasi dari peserta didik, demonstrasi/ penjelasan dari guru, dilanjutkan peserta didik melakukan sesuai penjelasan guru tentang :

1. Variasi dan kombinasi teknik dasar passing/ lemparan (tolakan dada, pantul, atas dua tangan) dan jump shoot dengan benar secara berpasangan/ kelompok untuk memupuk kedisiplinan, persahabatan/ komunikatif, tanggung jawab, toleransi, kejujuran, kemandirian dan kerja keras.
2. Bermain bolabasket dengan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok untuk memupuk kedisiplinan, persahabatan/ komunikatif, tanggung jawab, toleransi, kejujuran, kemandirian, kerja keras dan kreatifitas.

C. Penutup/ pendinginan (10 menit):

Peserta didik dibariskan, kemudian Guru melakukan koreksi dan mengevaluasi proses pembelajaran, guru member pesan/saran kepada peserta didik, guru member informasi, guru memberi tugas/materi yang akan diajarkan minggu yang akan datang, berdoa dan bubarkan barisan.

V. Sumber dan Alat Pembelajaran

1. Sumber Pembelajaran :

Buku teks : Jon Oliver. 2007. Dasar-Dasar Bola Basket. Bandung: Pakar Raya.

2. Alat Pembelajaran :

-Lapangan basket , bolabasket, cone, peluit, jam

VI. Penilaian

1. Teknik penilaian : Tes keterampilan (unjuk kerja), tes sikap, tes tertulis
2. Bentuk penilaian : Uji petik prosedur dan produk, observasi, tes isian/ uraian

Rubrik Penilaian
Unjuk Kerja Teknik Dasar Permainan Bolabasket

No	Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
		1	2	3	4
1.	Variasi dan Kombinasi teknik dasar lemparan chest pass a. teknik lemparan b. sasaran				
2.	Variasi dan Kombinasi teknik dasar lemparan bounce a. teknik lemparan b. sasaran				
3.	Variasi dan Kombinasi teknik dasar overhead pass a. teknik lemparan b. sasaran				
4.	Variasi dan Kombinasi teknik dasar jump shoot a. teknik jump shoot b. hasil shooting				
	Jumlah skor yang diperoleh :				
	Skor maksimal = 32				

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

Rubrik Penilaian
Perilaku/ Sikap Dalam Permainan Bolabasket

No	Perilaku yang diharapkan	Ceklist
1.	Kedisiplinan	
2.	Persahabatan/ komunikatif	
3.	Tanggung jawab	
4.	Toleransi	
5.	Kejujuran	
6.	Kemandirian	
7.	Kerja keras	
8.	Kreatifitas	
	Jumlah skor yang diperoleh :	
	Skor maksimal = 8	

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

Rubrik Penilaian

Pemahaman Konsep Dalam Permainan Bolabasket

No	Pertanyaan yang diajukan	Kualitas jawaban			
		1	2	3	4
1.	Sebutkan 3 konsep chest pass				
2.	Sebutkan 3 konsep bounce pass				
3.	Sebutkan 3 konsep overhead pass				
4.	Sebutkan 3 konsep jump shoot?				
5.	Bagaimanakah cara melakukan variasi dan kombinasi teknik chest pass, bounce pass, overhead pass dan jump shoot ?				
	Jumlah skor yang diperoleh :				
	Skor maksimal = 20				

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

NILAI AKHIR = Nilai tes unjuk kerja + Nilai perilaku + Nilai kognitif

Pakem, 7 Agustus 2014

Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran

Mahasiswa

Totok Suhartono, S. Pd. Jas
NIP. 19610122 198412 1 002

Annas Fatkhurrohman
NIM. 11601241098

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan

Satuan Pendidikan : SMP N 1 Pakem

Kelas/Semester : VII/1 (Ganjil)

Materi Pokok : Basket(Dribbling/Mendribel)

Pertemuan ke : Selasa, 12 Agustus 2014

Alokasi Waktu : 3 x 40 menit (1 X Pertemuan)

A. Kompetensi Inti

1. Menghargaidanmenghayatiajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargaidanmenghayatiperilakujujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotongroyong), santun, percayadiri,dalamberinteraksisecaraefektifdenganlingkungansocialdandalamjangkauan pergaulandankeberadaannya.
3. Memahamipengetahuan (faktual, konseptual, danprosedural) berdasarkan rasa ingintahunyitentangilmupengetahuan, teknologi, seni, budayaterkaitfenomenadankejadianampakmata.
4. Mencoba, mengolah, danmenyajidalamranahkonkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, danmembuat) danranahabstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, danmengarang) sesuaidengan yang dipelajari di sekolahdansumber lain yang samadalamsudutpandang/teori.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan:
 - a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran.
 - b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir.
 - c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan.
- 2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 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 Ketercapaian Kompetensi

1. Melaksanakan kegiatan Berdo'a sebelum dan sesudah pelajaran berlangsung.
2. Mampu bekerjasama saat pembelajaran berlangsung.
3. Berperilaku disiplin saat mengikuti pembelajaran.
4. Mampu memahami teknik dasar passing (chest past, bounce past, overhead past) dan dribbling dalam bola basket.
5. Mampu mempraktikkan teknik dasar passing (chest past, bounce past ,overhead past) dan dribbling dalam bola basket.

D. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa terbiasa melakukan kegiatan berdo'a sebelum dan sesudah pembelajaran berlangsung.
2. Mampu bekerjasama saat pembelajaran berlangsung.

3. Berperilaku disiplin saat mengikuti pembelajaran.
4. Siswa dapat menjelaskan teknik dasar passing (chest past, bounce past ,overhead past) dan dribbling dalam bola basket.
5. Siswa dapat mempraktikkan teknik dasar passing (chest past, bounce past ,overhead past) dandribbling dalam bola basket.

- E. Materi Pembelajaran**
- Teknik Dasar Passing dan Dribbling Dalam Bola Basket

- F. Metode Pembelajaran**
1. Pendekatan : Saintifik (*scientific*)
 2. Komando

- G. Media Pembelajaran**
1. Alat :
 - Peluit
 - Stopwatch/Jam
 - Bola Basket
 - Cone
 2. Sarana :
 - Lapangan Basket

H. Kegiatan Pembelajaran

KEGIATA N	DISKRIPSI	WAKT U
Pendahulu an	<ul style="list-style-type: none"> • Berbaris, berdoa, presensi • Apersepsi : “apakah kalian pernah bermain basket?” • Memberikanmotivasiandanmenjelaskantujuanpembe lajaran • Peserta didik dibariskan tiga bersyaf, kemudian lari keliling lapangan basket sebanyak 2 kali.Peserta didim dibagi kelompok sama rata. Kemudian melakukan pemanasan sangkar dan burung. 	20 menit

Inti	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengamati Guru menampilkan video pembelajaran tentang basket dan gambar tentang teknik dasar bola basket (passing dan dribble). Peserta didik di instruksikan untuk mengamati apa yang telah di tunjukkan oleh guru. 2. Menanya Siswa menanyakan tentang apa yang telah diamati mereka. Apabila tidak ada guru berbalik bertanya kepada siswa. 3. Mengeksplorasi Siswa diinstruksikan untuk mencoba apa yang mereka dapatkan setelah melihat contoh yang telah diberikan oleh guru. Siswa diberi kesempatan selama 10-15 menit untuk mencoba. 4. Mengasosiasi 	90 menit
-------------	---	-----------------

	<p>Guru memberi tahu teknik dasar passing dan dribbling pada bola basket. Yang harus dilakukan pertama pada passing adalah posisi tangan dan arah lemparan. Setiap gerakan passing ada gerakan follow throw(gerakan lanjutan).Sedangkan pada dribble yang pertama di perhatikan adalah perkenaan bola. Saat mendribel perkenaan bola pada telapak jemari setiap kali memantul. Jangan pernah mendribel bola dengan telapak tangan. Hal ini dilakukan agar menjaga agar bola tetap berada di telapak jemarimu akan memberikan kontrol yang lebih besar dan memperkecil kemungkinan melakukan pelanggaran dribel. Dribel bola yang baik setinggi pinggang. Pantulkan bola sedikit ke depan agar bola tidak tertinggal. Pandangan tetap kedepan.</p> <p>Siswa menemukan teknik dasar mendribel pada bola basket.</p> <p>5. Mengkomunikasikan</p> <p>Siswa dibagi kelompok. Kemudian diinstruksikan untuk berlomba. Perlombaannya yaitu saling berlawan antara tim A dan tim B. Permainannya dengan passing dan mendribel bola saja dan nanti sasaran adalah bola juga. Point didapatkan apabila tim yang passing dan mendribel bola dapat membenturkan bola yang di dribel ke bola sasaran. Yang kalah akan menerima hukuman.</p>	
Penutup	<ul style="list-style-type: none">• Pendinginan• Evaluasi• Penugasan• Berdoa• Pembubaran	10 menit

I. Sumber Belajar

Buku teks :Jon Oliver. 2007. Dasar-Dasar Bola Basket. Bandung:Pakar Raya.

J. Penilaian

RUBRIK PENILAIAN
PENGAMALAN NILAI-NILAI SPIRITUAL DALAM BOLA BASKET

PERILAKU/SIKAP YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
1. Berdo’a sebelum memulai pelajaran	
2. Berdo’a sesudah selesai pelajaran	

3. Berusaha maksimal dalam memperoleh hasil akhir yang baik	
4. Berperilaku baik dalam pelaksanaan pembelajaran	
Jumlah skor yang diperoleh:	
Jumlah skor maksimal: 4	

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai aspek spiritual = _____ X 15

Jumlah skor maksimal

RUBRIK PENILAIAN

UNJUK KERJA DALAM DALAM BASKET

Aspek yang dinilai	Kualita Gerak			
	1	2	3	4
Teknik dasar passing dan mendribel pada bola basket: 1. Perkenaan bola dengan tangan 2. Pandangan saat mendribel 3. Arah bola hasil dribble 4. Posisi tangan 5. Arah lemparan passing 6. Gerakan kaki				
Jumlah skor yang diperoleh:				
Jumlah skor maksimal: 24				

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai unjuk kerja = _____ X 40

Jumlah skor maksimal

RUBRIK PENILAIAN

SIKAP/PERILAKU DALAM BOLA BASKET

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
1. Kedisiplinan	
2. Persahabatan/komunikatif	
3. Tanggung jawab	
4. Toleransai	
5. Kejujuran	
6. Kemandirian	
7. Kerja keras	
Jumlah skor yang diperoleh:	
Jumlah skor maksimal: 7	

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai sikap = _____ X 25

Jumlah skor maksimal

RUBRIK PENILAIAN

KOGNITIF/PEMAHAMAN KONSEP DALAM BOLA BASKET

PERTANYAAN YANG DIAJUKAN	Kualita Gerak			
	1	2	3	4
1. Bagaimanakah konsep teknik dasar passing dan mendribel bola pada basket? 2. Bagaimana pandangan saat mendribel? 3. Bagaimana kaki saat melakukan passing?				
Jumlah skor yang diperoleh:				
Jumlah skor maksimal: 8				

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai kognitif = X 20

Jumlah skor maksimal

Nilai akhir :

Nilai pengamalan nilai-nilai spiritual + Nilai tes unjuk kerja (ketrampilan) + Nilai sikap + Nilai pemahaman (kognitif) =

Selasa, 12 Agustus 2014

Mengetahui,

Guru Mata Pelajaran

Mahasiswa

Totok Suhartono, S. Pd. Jas

Annas Fatkhurrohman

NIP: 19610122 198412 1 002

NIM: 11601241098

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
Satuan Pendidikan	: SMP N 1 Pakem/SMP N 3 Pakem
Kelas/Semester	: VIII/1 (Ganjil)
Materi Pokok	: Atletik (Lari Cepat/Sprint)
Pertemuan ke 1	: 1
Alokasi Waktu	: 6x40 menit (2 x Pertemuan)

K. Kompetensi Inti

- 5. Menghargaidanmenghayatiajaran agama yang dianutnya.
- 6. Menghargaidanmenghayatiperilakujujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotongroyong), santun, percayadiri, dalamberinteraksisecaraefektifdenganlingkungansocialdanalamdalamjangkauanpergau landankeberadaannya.
- 7. Memahamipengetahuan (faktual, konseptual, danprosedural) berdasarkan rasa ingintahunyatentangilmupengetahuan, teknologi, seni, budayaterkaitfenomenadankejadianampakmata.
- 8. Mencoba, mengolah, danmenyajidalamranahkonkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, danmembuat) danranahabstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, danmengarang) sesuaidengan yang dipelajari di sekolahdansumber lain yang samadalamsudutpandang/teori.

L. Kompetensi Dasar

- 1.2 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan:
 - d. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran.
 - e. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir.
 - f. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan.
- 2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.7 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 3.3 Memahami konsep variasi dan kombinasi keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar).
- 4.3 mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) dengan koordinasi yang baik.

M. Indikator Ketercapaian Kompetensi

- 6. Melaksanakan kegiatan Berdo’a sebelum dan sesudah pelajaran berlangsung.
- 7. Mampu bekerjasama saat pembelajaran berlangsung.
- 8. Berperilaku disiplin saat mengikuti pembelajaran.
- 9. Mampu memahami konsep variasi dan kombinasi
- 10. Mampu mempraktikkan teknik dasarlari cepat 50 m

N. Tujuan Pembelajaran

- 6. Siswa terbiasa melakukan kegiatan berdo’a sebelum dan sesudah pembelajaran berlangsung.
- 7. Mampu bekerjasama saat pembelajaran berlangsung.


- 8. Berperilaku disiplin saat mengikuti pembelajaran.
- 9. Siswa dapat menjelaskan teknik dasar lari cepat 50 m.
- 10. Siswa dapat mempraktikkan teknik dasar lari cepat 50 m.

- O. Materi Pembelajaran**
- Lari cepat 50 m

- P. Metode Pembelajaran**
- 3. Pendekatan : Saintifik (*scientific*)
 - 4. Demonstrasi

- Q. Media Pembelajaran**
- 3. Alat :
 - Peluit
 - Stopwatch/Jam
 - 4. Bahan :
 - Video Pembelajaran
 - 5. Sarana :
 - Lintasan lari

R. Kegiatan Pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none">• Berbaris, berdoa, presensi Gambar : <div></div> <ul style="list-style-type: none">• Apersepsi : “ kalian tahu cheetah?”• Memberikan motivasi• Menjelaskan tujuan pembelajaran	10 menit

	<p>Pemanasan menggunakan games</p> <p>6. Mengamati</p> <p>Guru memperlihatkan vidio pembelajaran tentang teknik dasar lari cepat. Kemudian guru menunjuk salah satu siswa untuk memberi contoh. Peserta didik lain bertugas memperhatikan contoh.</p> <p>7. Menanya</p> <p>Siswa menanyakan tentang apa yang telah diamati pada video dan contoh yang telah diberikan oleh</p>	
--	--	--

Inti	<p>temanya</p> <p>8. Mengeksplorasi Siswa diinstruksikan untuk mencoba apa yang mereka dapatkan setelah melihat video dan contoh yang telah diberikan oleh guru. Siswa diberi kesempatan 2 kali untuk mencoba.</p> <p>9. Mengasosiasi Guru memberi tahu teknik dasar lari cepat. Pertama diawali dengan start jongkok. Kemudian dilanjutkan lari sekencang-kencangnya. Siswa menemukan teknik dasar lari cepat</p> <p>10. Mengkomunikasikan Siswa diperintahkan untuk melakukan perlombaan. Siapa yang paling cepat lari sejauh 50 m dialah yang juara</p>	10 menit
Penutup	<ul style="list-style-type: none">• Pendinginan Streching ditempat statis dan dinamis• Kesimpulan Mendiskripsikan gerakan lari cepat yang benar• Evaluasi Siswa diberikan waktu untuk bertanya mengenai materi yang telah dipelajari tadi• Memberi tugas Guru memberi tugas pada siswa agar menonton dan mengamati video di youtube tentang teknik dasar dalam nomor lari cepat	10 menit

- S. Sumber Belajar
- Buku teks : Drs. Eddy Purnomo, M.Kes dan Drs. Dapan, M.Kes. 2011. Dasar-Dasar Gerak Atletik. Yogyakarta:Alfamedia.
- T. Penilaian

RUBRIK PENILAIAN

PENGAMALAN NILAI-NILAI SPIRITUAL DALAM LARI CEPAT

PERILAKU/SIKAP YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
5. Berdo’a sebelum memulai pelajaran	
6. Berdo’a sesudah selesai pelajaran	
7. Berusaha maksimal dalam memperoleh hasil akhir yang baik	
8. Berperilaku baik dalam pelaksanaan pembelajaran	
Jumlah skor yang diperoleh:	
Jumlah skor maksimal: 4	

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai aspek spiritual =

X
15

Jumlah skor maksimal

RUBRIK PENILAIAN

UNJUK KERJA DALAM LARI CEPAT

Aspek yang dinilai	Kualita Gerak			
	1	2	3	4
Teknik dasar Lari cepat.: 7. Start 8. Langkah kaki 9. Kecepatan (waktu)				
Jumlah skor yang diperoleh:				
Jumlah skor maksimal: 12				

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai unjuk kerja =

X
40

Jumlah skor maksimal

RUBRIK PENILAIAN

SIKAP/PERILAKU DALAM LARI CEPAT

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
8. Kedisiplinan	
9. Persahabatan/komunikatif	
10. Tanggung jawab	
11. Toleransai	
12. Kejujuran	
13. Kemandirian	
14. Kerja keras	
Jumlah skor yang diperoleh:	
Jumlah skor maksimal: 7	

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai sikap =

X
25

Jumlah skor maksimal

RUBRIK PENILAIAN

KOGNITIF/PEMAHAMAN KONSEP DALAM LARI CEPAT

PERTANYAAN YANG DIAJUKAN	Kualita Gerak			
	1	2	3	4
4. Bagaimanakah posisi lutut saat melakukan start pada start jongkok?				
5. Bagaimana bentuk langkah kaki agar diperoleh kecepatan lari yang maksimum?				
Jumlah skor yang diperoleh:				
Jumlah skor maksimal: 8				

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai kognitif = _____ X **20**

Jumlah skor maksimal

Nilai akhir :

Nilai pengamalan nilai-nilai spiritual + Nilai tes unjuk kerja (ketrampilan) + Nilai sikap + Nilai pemahaman (kognitif) =

Rabu, 20 Agustus 2014

Mengetahui,

Guru Mata Pelajaran

Mahasiswa

Totok Suhartono, S. Pd. Jas

NIP: 19610122 1984121002

Annas Fatkhurrohman

NIM: 11601241098

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

SMP	: SMP N 1 Pakem
MATA PELAJARAN	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
KELAS / SEMESTER	: IX (Sembilan) / 1 (Satu)
STANDAR KOMPETENSI	: 1. Mempraktikkan berbagai teknik dasar ke dalam permainan dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya
KOMPETENSI DASAR	: 1.3 Mempraktikkan teknik dasar atletik lanjutan serta nilai toleransi, percaya diri, keberanian, menjaga keselamatan diri dan orang lain, bersedia berbagi tempat dan peralatan
INDIKATOR	: 1. Dapat melakukan teknik dasar lari sambung (start, lari cepat, pergantian tongkat/ memberi dan menerima tongkat, finish) 2. Dapat melakukan lomba lari sambung dengan peraturan yang dimodifikasi
ALOKASI WAKTU	: 2 x 40 menit (1 x pertemuan)

- I. Tujuan Pembelajaran
 - 1. Peserta didik dapat melakukan teknik dasar lari sambung (start, lari cepat, pergantian tongkat/ memberi dan menerima tongkat, finish)
 - 2. Peserta didik dapat melakukan lomba lari sambung dengan peraturan yang dimodifikasi
- II. Materi Pembelajaran
Lari sambung
 - 1. Teknik dasar lari sambung (start, lari cepat, pergantian tongkat/ memberi dan menerima tongkat, finish)
 - 2. Lomba lari sambung dengan peraturan yang dimodifikasi
- III. Metode Pembelajaran
 - 1. Demonstrasi
 - 2. Part and whole (bagian dan keseluruhan)
 - 3. Resiprocal (timbal-balik)

Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran
- IV. A. Pendahuluan (15 menit) :
Disiapkan/ dibariskan, berdoa, presensi, informasi materi, KD, tujuan pembelajaran, apersepsi dan pemanasan
- B. Inti (55 menit) : Motivasi pelaksanaan pembelajaran; presentasi dari peserta didik, demonstrasi/ penjelasan dari guru, dilanjutkan peserta didik melakukan sesuai penjelasan guru tentang :
 - 1. Teknik dasar lari sambung : start, lari cepat, pergantian tongkat (memberi dan menerima tongkat) dan finish secara berpasangan/ kelompok untuk memupuk kedisiplinan, persahabatan/ komunikatif, tanggungjawab, toleransi, kejujuran, kemandirian dan kerja keras
 - 2. Lomba lari sambung dengan peraturan yang dimodifikasi secara berpasangan/ kelompok untuk memupuk kedisiplinan, persahabatan/ komunikatif, tanggung

jawab, toleransi, kejujuran, kemandirian dan kerja keras

C. Penutup/ pendinginan (10 menit) :

Dibariskan/ dikumpulkan, evaluasi/ koreksi proses pembelajaran, pesan/ saran, informasi tugas/ materi yang akan datang, berdo'a, bubarkan barisan

Sumber dan Alat Pembelajaran

- V. 1. Sumber Pebelajaran :
- Buku teks : Drs. Eddy Purnomo, M.Kes dan Drs. Dapan, M.Kes. 2011. Dasar-Dasar Gerak Atletik. Yogyakarta:Alfamedia.
2. Alat Pembelajaran :
- Lapangan, tongkat estafet, kapur gamping, bendera start, peluit, stopwatch

- VI. Penilaian
1. Teknik penilaian : Tes keterampilan (unjuk kerja), tes sikap, tes tertulis
2. Bentuk penilaian : Uji petik prosedur dan produk, observasi, tes isian/ uraian

Rubrik Penilaian

Unjuk Kerja Dalam Lari Sambung

No	Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
		1	2	3	4
1.	Teknik start jongkok				
2.	Teknik pergantian tongkat (non visual) a. tangan penerima lurus ke belakang bawah, tongkat diberikan dengan ayunan bawah ke atas b. lokasi pergantian tongkat di bagian akhir wessel zone c. pihak pemberi dan penerima lari cepat				
3.	Teknik memasuki/ melewati garis finish				
4.	Kecepatan/ waktu tempuh				
	Jumlah skor yang diperoleh :				
	Skor maksimal = 24				

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

Rubrik Penilaian

Nilai Perilaku Dalam Lari Sambung

No	Perilaku Yang Diharapkan	Ceklist
1. 2. 3. 4. 5. 6. 7.	Kedisiplinan Persahabatan/ komunikatif Tanggung jawab Toleransi Kejujuran Kemandirian Kerja keras	
	Jumlah skor yang diperoleh :	
	Skor maksimal = 7	

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

Rubrik Penilaian

Pemahaman Konsep Gerak Dalam Lari Sambung

No	Pertanyaan Yang Diajukan	Kualitas Jawaban			
		1	2	3	4
1.	Bagaimanakah konsep start jongkok ?				
2.	Apa yang dimaksud pergantian tongkat non visual ?				
3.	Bagaimanakah kaadaan pelari pada saat memberi dan menerima tongkat estafet ?				
4.	Pergantian tongkat estafet yang baik dilakukan pada bagian akhir wessel zone, mengapa demikian ?				
	Jumlah skor yang diperoleh :				
	Skor maksimal = 16				

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

$\text{NILAI AKHIR} = \text{Nilai tes unjuk kerja} + \text{Nilai perilaku} + \text{Nilai kognisi}$
--

Pakem, 18 Agustus 2014

Mengetahui,

Guru Mata Pelajaran

Mahasiswa

Totok Suhartono, S. Pd. Jas

NIP. 19610122 198412 1 002

Annas Fatkhurrohman

NIM. 11601241098

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

SMP	: SMP N 1 Pakem
MATA PELAJARAN	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
KELAS / SEMESTER	: IX (Sembilan) / 1 (satu)
STANDAR KOMPETENSI	: 1. Mempraktikkan berbagai teknik dasar ke dalam permainan dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya
KOMPETENSI DASAR	: Mempraktikkan teknik dasar atletik lanjutan serta nilai toleransi, percaya diri, keberanian, menjaga keselamatan diri dan orang lain, bersedia berbagi tempat dan peralatan
INDIKATOR	: 1. Dapat melakukan teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara (walan, tolakan/ tumpuan, sikap di udara dan pendaratan) 2. Dapat melakukan lomba lompat jauh gaya berjalan di udara dengan peraturan yang dimodifikasi
ALOKASI WAKTU	: 2 x 40 menit (1 x pertemuan)

- I. Tujuan Pembelajaran
 - 1. Peserta didik dapat melakukan teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan, tolakan/ tumpuan, sikap di udara dan pendaratan)
 - 2. Peserta didik dapat melakukan lomba lompat jauh gaya berjalan di udara dengan peraturan yang dimodifikasi
- II. Materi Pembelajaran
 - Lompat jauh gaya berjalan di udara
 - 1. Teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan, tolakan/ tumpuan, sikap di udara dan pendaratan)
 - 2. Lomba lompat jauh gaya berjalan di udara dengan peraturan yang dimodifikasi
- III. Metode Pembelajaran
 - 1. Demonstrasi
 - 2. Part and whole (bagian dan keseluruhan)
 - 3. Reciprocal (timbang – balik)
- IV. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran
 - Pertemuan 1
 - A. Pembukaan (15 menit)
 - Disiapkan/ dibariskan, berdoa, presensi, informasi materi/KD dan tujuan pembelajaran, apersepsi, pemanasan
 - B. Inti (55 menit): Motivasi pelaksanaan pembelajaran; presentasi dari peserta didik, demonstrasi/ penjelasan dari guru, dilanjutkan peserta didik melakukan sesuai penjelasan guru tentang :
 - Teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan, tolakan/ tumpuan, sikap melayang di udara dan pendaratan) secara berpasangan/ kelompok untuk memupuk kedisiplinan,

- persahabatan/ komunikatif, tanggung jawab, toleransi, kejujuran,kemandirian dan kerja keras
- C. Penutup/ pendinginan (10 menit)
- Dibariskan/ dikumpulkan, koreksi/evaluasi proses pembelajaran, kesan dan pesan, informasi tugas/ materi yang akan datang, berdo'a, bubarkan barisan

V. Sumber dan Alat Pembelajaran

1. Sumber Pembelajaran :
- Buku teks : Drs. Eddy Purnomo, M.Kes dan Drs. Dapan, M.Kes. 2011. Dasar-Dasar Gerak Atletik. Yogyakarta:Alfamedia.
2. Alat Belajar :
- Lapangan lompat jauh/ halaman, bak pasir, cangkul, roll meter, angkur, peluit,jam

VI. Penilaian

1. Teknik penilaian : Tes keterampilan (unjuk kerja), tes sikap, tes tertulis
2. Bentuk penilaian : Uji petik prosedur dan produk, observasi, tes isian/ uraian

Rubrik Penilaian

Unjuk Kerja Dalam Lompat Jauh Gaya Berjalan Di Udara

No	Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
		1	2	3	4
1.	Teknik dasar awalan				
2.	Teknik dasar tolakan/ tumpuan				
3.	Teknik dasar melayang di udara				
4.	Teknik dasar pendaratan				
5.	Hasil/ jauhnya lompatan, lihat tabel				
Jumlah skor yang diperoleh :					
Skor maksimal = 20					

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

Rubrik Penilaian

Perilaku Dalam Lompat Jauh Gaya Menggantung

No	Perilaku Yang Diharapkan	Ceklist
1.	Kedisiplinan	
2.	Persahabatan/ komunikatif	
3.	Tanggung jawab	
4.	Toleransi	
5.	Kejujuran	

6.	Kemandirian	
7.	Kerja keras	
	Jumlah skor yang diperoleh :	
	Skor maksimal = 7	

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

Rubrik Penilaian

Pemahaman Konsep Gerak Dalam Lompat Jauh Gaya Berjalan Di Udara

No	Pertanyaan Yang Diajukan	Kualitas Jawaban			
		1	2	3	4
1.	Sebutkan 3 konsep awalan lomba lompat jauh?				
2.	Sebutkan 3 konsep tolakan/ tumpuan lomba lompat jauh?				
3.	Konsep melayang di udara, saat kaki tumpu (kiri) menumpu maka kaki ayun (kanan) ..., setelah kaki kiri lepas dari balok tumpuan maka segera kaki kiri				
4.	Bagaimanakah konsep pendaratan lonpat jauh (sebutkan 3 macam)				
5.	Sebutkan 3 istilah/ nama lain lompat jauh gaya berjalan di udara				
	Jumlah skor yang diperoleh :				
	Skor maksimal : 20				

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

NILAI AKHIR = Nilai tes unjuk kerja + Nilai perilaku + Nilai kognitif

Pakem, 18 Agustus 2014

Mengetahui,

Guru Mata Pelajaran

Mahasiswa

Totok Suhartono, S. Pd. Jas

NIP. 19610122 198412 1 002

Annas Fatkhurrohman

NIM. 11601241066

Rencana Pelaksanaan pembelajaran
(RPP)

Mata pelajaran : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Satuan Pendidikan : SMP N 1 Pakem
Kelas / semester : VIII/Gasal
Materi pokok : Variasi dan Kombinasi Lempar Tangkap, Dribble dan Lay Up
Alokasi waktu : 3 x 45 Menit

A. Kompetensi Inti

- 1. Menghargaidanmenghayati ajaranagamayangdianutnya.
- 2. Menghargaidanmenghayati perilakujujur,disiplin, tanggungjawab,peduli (toleransi,gotongroyong), santun,percayadiri,dalam berinteraksisecaraefektif denganlingkungansosialdan alamdalamjangkauan pergaulandan keberadaannya.
- 3. Memahamipengetahuan (faktual,konseptual,dan prosedural)berdasarkanrasa ingintahunyatentangilmu pengetahuan,teknologi,seni, budayaterkait fenomenadan kejadiantampakmata.
- 4. Mencoba,mengolah,dan menyajidalamranahkonkret (menggunakan,mengurai, merangkai,memodifikasi, danmembuat)danranah abstrak(menulis,membaca, menghitung,menggambar, danmengarang)sesuai denganyangdipelajaridi sekolahdansumberlainyang samadalam sudut pandang/teorI.

B. Kompetensi Dasar

KI	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.	1.1.a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran. 1.1.c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan.	<ul style="list-style-type: none">Berdoa sebelum pelajaranBerdoa sesudah pelajaranMenggunakan pakaian olahraga secara tepat dan sopan.

2.	2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.	<ul style="list-style-type: none">• Mengembalikan alat-alat olahraga ke tempatnya setelah menggunakan.• Berhati-hati dalam melakukan gerakan olahraga.• Menjalankan peraturan keselamatan dalam permainan bola basket
3.	3.1 Memahami konsep variasi dan kombinasi keterampilan permainan bola besar.	<ul style="list-style-type: none">• Memahami variasi dan kombinasi lempar tangkap, dribble dan lay up pada permainan bola basket
4.	4.1 mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan berbagai permainan bola besar dengan koordinasi yang baik.	<ul style="list-style-type: none">• Menjelaskan rangkaian variasi dan kombinasi lempar tangkap, dribble dan lay up pada permainan bola basket• Melakukan rangkaian variasi dan kombinasi lempar tangkap, dribble dan lay up pada permainan bola basket

C. Tujuan Pembelajaran

- 1) Terbiasa memanjatkan doa sebelum dan sesudah pelajaran dengan khusuk.
- 2) Menunjukkan perilaku tanggungjawab pada keselamatan diri dan kelompok.
- 3) Menunjukkan perilaku disiplin menjalankan peraturan keselamatan diri dan kelompok.
- 4) Peserta didik dapat menjelaskan rangkaian variasi dan kombinasi lempar tangkap, dribble dan lay up pada permainan bola basket dengan benar.
- 5) Peserta didik dapat memasukan bola dengan lay up dengan diawali rangkaian variasi dan kombinasi lemparan dan dribble pada permainan bola basket sebanyak 3 kali
- 6) Peserta didik dapat bermain bola basket sesungguhnya dan cara memasukan bola dengan lay up

D. Materi pembelajaran

Permainan Bola Basket

Variasi dan Kombinasi Lempar Tangkap, Dribble dan lay Up Pada Permainan Bola Basket

E. Metode Pembelajaran

- a. Pendekatan : Pendekatan *Scientific*
- b. Metode : Komando

F. Media Pemnelajaran

- a. Alat:
 - 1. Bola basket
 - 2. Peluit
 - 3. Cone
- b. Fasilitas :
 - 1. Lapangan basket

G. Sumber Belajar

Buku teks : Jon Oliver. 2007. **Dasar-Dasar Bola Basket**. Bandung:Pakar Raya.

H. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi	Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none">Berbaris, berdoa, presensiApresepsi: “Apakah kalian pernah menyaksikan pertandingan basket sesungguhnya?”Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaranPemanasan Peserta didik dibariskan empat bersyaf. Peserta didik melakukan lari keliling lapangan basket sebanyak 2 kali. Kemudian dilanjutkan dengan streaching. Pesrta didik di buat lingkaran, kemudian melakukan permainan “ Bola Pertanyaan”	30 menit
	<ul style="list-style-type: none">Mengamati Guru memperlihatkan gambar tentang teknik	

Inti	<p>lempar tangkap, dribble, dan lay up yang benar kepada peserta didik. Peserta didik diinstruksikan untuk mengamati.</p> <ul style="list-style-type: none">• Menanya Peserta didik diberi kesempatan untuk bertanya mengenai materi. Jika tidak ada yang bertanya, guru akan mencoba memberikan pertanyaan yang berkaitan dengan apa yang guru telah demonstrasikan dan mengarah pada pembelajaran yang akan dilaksanakan.• Mengeksplorasi Peserta didik berbaris 4 berbanjar. Guru menginstruksikan kepada peserta didik untuk mencoba apa yang telah mereka lihat dari contoh yang dilakukan oleh Guru. Pada saat lay up, siswa di bariskan 2 berbanjar.• Mengasosiasi Guru memberikan teknik lempar tangkap, dribble, dan lay up yang benar. Peserta didik dibariskan dua bersyaf dan melakukan lempar tangkap, dribble dan lay up dengan benar.• Mengkomunikasikan Peserta didik melakukan permainan bola basket sesungguhnya dengan teknik yang benar, namun memasukan bola harus dengan lay up.	80 menit
Penutup	<ul style="list-style-type: none">• Pendinginan Peserta didik di bentuk lingkaran, kemudian bermain “Kelipatan Tiga”.• Evaluasi• Penugasan Guru menginstruksikan kepada peserta didik untuk mencari dan mengamati video tentang	25 menit

	lempar tangkap, dribble dan lay up. Minggu depan di praktikkan dengan benar. <ul style="list-style-type: none"> • Berdoa • Pembubaran 	
--	---	--

I. Penilaian

1. Teknik penilaian
: Tes sikap, tes unjuk kerja, tes tertulis
2. Bentuk penilaian
: Observasi, tes uraian

Rubrik Penilaian

Perilaku / Sikap Dalam Varkomb Lempar Tangkap, Dribble, dan Lay Up
Pada Bola Basket

Perilaku / Siakap Yang Diharapkan	Ceklist (√)
1. Komunikatif	
2. Tanggung jawab	
3. Toleransi	
4. Kerja keras	
5. Kejujuran	
6. Kemandirian	
Jumlah skor yang diperoleh :	
Jumlah skor maksimal : 6	

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai sikap =

Jumlah skor maksimal

x 15

Rubrik penilaian
Unjuk Kerja Varkomb Lempar Tangkap Pada Bola Basket

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
1. Posisi lengan				
2. Gerakan lecutan pergelangan tangan				
3. Posisi kaki saat melempar				
4. Hasil lemparan bola				
5. Gerakan follow up				
Jumlah skor yang diperoleh :				
Jumlah skor maksimal : 20				

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai teknik = $\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 15$

Rubrik penilaian
Unjuk Kerja Dribble Pada Bola Basket

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
1. Perkenaan telapak tangan pada bola				
2. Bentuk pantulan bola				
Jumlah skor yang diperoleh :				
Jumlah skor maksimal : 8				

Jumlah skor yang diperoleh

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

Rubrik penilaian

Unjuk Kerja lay up Pada Bola Basket

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
1. Langkah kaki				
2. Hasil lemparan				
Jumlah skor yang diperoleh :				
Jumlah skor maksimal : 8				

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai teknik = _____ x 30

Jumlah skor maksimal

Rubrik Penilaian

Kognitif / Pemahaman Konsep Varkomb Lempar Tangkap, Dribble, dan Lay Up Pada Bola Basket

Pertanyakan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
1. Bagaimana posisi tangan agar lemparan tepat pada tujuan?				
2. Bagaimana cara agar pantulan bola mudan di control?				
3. Apa penyebab bola tidak masuk saat melakukan lay up?				
Jumlah skor yang diperoleh :				
Jumlah skor maksimal : 12				

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai kognitif = _____ x 20

Jumlah skor maksimal

Nilai akhir = nilai sikap + nilai teknik + nilai kognitif

Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran

Rabu, 6 Agustus 201
Mahasiswa

Totok Suhartono, S.Pd. Jas
NIP. 19610122 198412 1 002

Annas Fatkhurrohman
NIM. 11601241098

Rencana Pelaksanaan pembelajaran
(RPP)

Mata pelajaran : Pendidikan Jasmani
Satuan Pendidikan : SMP N 1 Pakem
Kelas / semester : IX/Gasal
Materi pokok : Pola Hidup Sehat (Kebakaran)
Alokasi waktu : 2 x 35 menit

J. Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami dan menerapkan pengetahuan (konseptual, dan procedural) berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.

K. Kompetensi Dasar

K I	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
6	1.1.a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran.	<ul style="list-style-type: none">• Berdoa sebelum proses pembelajaran• Berdoa sesudah proses pembelajaran
7	2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam berbagai aktivitas fisik	<ul style="list-style-type: none">• Mampu bekerja sama dalam kegiatan diskusi
83.9	Memahami prinsip-prinsip pencegahan terhadap bahaya seks bebas, NAPZA	<ul style="list-style-type: none">• Memahami pengertian kebakaran• Memahami bahaya akibat kebakaran

	danobatberbahayalainyabagidirisen diri, keluargadan orang lain	• Memahami penyebab terjadinya kebakaran
9	4.6.Melakukantindakanpencegahanterhada pbahayaseksbebas, NAPZA, danobatberbahayalainyabagidiri sendiri, keluarga danmasyarakat	• Menjelaskan cara pencegahan dan menanggulangi kebakaran terhadap diri sendiri, keluarga, dan masyarakat.

L. TujuanPembelajaran

- 7) Terbiasa memanjatkan doa sebelum dan sesudah pelajaran dengan khusuk.
- 8) Menunjukkan perilaku tanggungjawab dan kerjasama dalam kelompok.
- 9) Siswa mampu memahami pengertian kebakaran, dan bahaya akibat kebakaran.
- 10) Siswa mampu menjelaskan cara pencegahan kebakaran terhadap diri sendiri, keluarga dan masyarakat.

M. MateriPembelajaran

Pola Hidup Sehat (Kebakaran)

N. MetodePembelajaran

- a. Pendekatan : Scientific
- b. Metode : Ceramah, Diskusi, Penugasan
- c. Model : Dicoverly Learning

O. Media, AlatdanSumberBelajar

Media

- Power Point

Alat

- LCD dan Computer

Bahan

- Slide Power Point

SumberBelajar

Buku teks : Mohammad Ali Mansyur dan Dwinarhayu.2010.
Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Jakarta: Data Bintang Perkasa.

P. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi	Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none">• Mengkondisikankelas, berdoa dipimpin oleh ketua kelas, presensi• Aprsepsi• Memberikanmotivasi danmenjelaskan tujuan dari pembelajaran tentang kebakaran.	15 menit
Inti	<ul style="list-style-type: none">• Mengamati Guru menunjukkan gambar-gambar tentang kebakaran pada pemukiman dan kebakaran hutan pada slide power point dan siswa diinstruksikan untuk mengamatinya.• Menanya Guru menginstruksikan siwa untuk mengajukan pertanyaan setelah tadi mengamati gambar yang telah di berikan. Jika tidak ada yang bertanya, guru mengajukan pertanyaan kepada siswa : “apa yang kalian ketahui tentang penyebab, mencegah, dan menanggulangi bahaya kebakaran?”• Mengeksplorasi<ul style="list-style-type: none">➢ Sebelum guru menjawab pertanyaan, guru melempar dahulu pertanyaan kepada siswa lain. “apakah ada yang bisa membantu bapak untuk menjawab pertanyaan? Silahkan yang bisa menjawab nanti dapat nilai tambahan”.➢ Guru memberikan perintah kepada siswa untuk mencari penyebab, cara pencegahan, dan cara menanggulangi kebakaran.• Mengasosiasi Siswa diinstruksikan untuk berkelompok dibagi sama rata dan setiap kelompok mencari tentang penyebab, cara pencegahan, dan cara menanggulangi kebakaran.• Mengkomunikasikan Setiap kelompok menuliskan hasil diskusinya disebuah kertas. Selanjutnya guru menginstruksikan setiap perwakilan kelompok	40 menit

	untuk menyampaikan hasil diskusi kelompoknya masing-masing.	
Penutup	<p>1. Guru dan peserta didik bersama-sama membuat kesimpulan tentang materi pelajaran yang telah dipelajari.</p> <p>2. Guru memberikan evaluasi kepada peserta didiknya selama mengikuti pembelajaran.</p> <p>3. Guru memberikan tugas kepada siswa untuk memahami lagi materi yang telah dipelajari.</p> <p>4. Guru menginstruksikan ketua kelas untuk memimpin berdoa setelah selesai kegiatan pembelajaran.</p> <p>5. Guru membubarkan peserta didik.</p>	15 menit

Q. Penilaian

Rubrik Penilaian

Pengamalan Nilai-Nilai Spiritual dalam Pembelajaran Kesehatan Lingkungan

Perilaku yang Diharapkan	CEK(√)
1. Berdo’a sebelum memulai pembelajaran	
2. Berdo’a sesudah selesai pembelajaran	
3. Berusaha maksimal dlm memperoleh hasil akhir yg baik	
4. Berperilaku baik dalam pelaksanaan pembelajaran	
Jumlah skor yang diperoleh:	
Jumlah skor maksimal: 4	

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai aspek spiritual = X 20
 Jumlah skor maksimal

Rubrik Penilaian

Kognitif/Pemahaman dalam Pembelajaran Kesehatn Lingkungan

No	Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
		1	2	3	4
1.	Apa yang dimaksud kebakaran?				

2.	Apa penyebab terjadinya kebakaran!				
3.	Bagaimana cara pencegahan kebakaran?				
	Jumlah skor yang diperoleh:				
	Skor Maksimal: 12				

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai kognitif

=

X 50

Jumlah skor maksimal

Rubrik Penilaian

Sikap/Perilaku dalam Pembelajaran Kesehatan Lingkungan

Perilaku yang Diharapkan	CEK(√)
1. Kedisiplinan	
2. Persahabatan/Komunikatif	
3. Tanggung Jawab	
4. Toleransi	
5. Kemandirian	
6. Rasa ingin tahu	
Jumlah skor yang diperoleh:	
Jumlah skor maksimal: 6	

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai sikap

=

X 30

Jumlah skor maksimal

Nilai Akhir :

Nilai aspek spiritual + Nilai kognitif + Nilai sikap =

Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran

Kamis, 17 Juli 2014
Mahasiswa

Totok Suhartono, S.Pd. Jas
NIP: 19610122 198412 1 002

Annas Fatkhurrohman
NIM. 11601241098

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
Satuan Pendidikan	: SMP N 1 Pakem
Kelas/Semester	: VII/1 (Ganjil)
Materi Pokok	: Lompat Jauh Gaya Jongkok
Alokasi Waktu	: 6x40 menit (2 x Pertemuan)

U. Kompetensi Inti

- 9. Menghargaidanmenghayatiajaran agama yang dianutnya.
- 10.Menghargaidanmenghayatiperilakujujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotongroyong), santun, percayadiri, dalamberinteraksisecaraefektifdenganlingkungansocialdanalamdalamjangkauanpergau landankeberadaannya.
- 11.Memahamipengetahuan (faktual, konseptual, danprosedural) berdasarkan rasa ingintahunyatentangilmupengetahuan, teknologi, seni, budayaterkaitfenomenadankejadianampakmata.
- 12.Mencoba, mengolah, danmenyajidalamranahkonkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, danmembuat) danranahabstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, danmengarang) sesuaidengan yang dipelajari di sekolahdansumber lain yang samadalamsudutpandang/teori.

V. Kompetensi Dasar

- 1.3 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan:
 - g. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran.
 - h. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir.
 - i. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan.
- 2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.8 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 3.3 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, dan lompat).
- 4.3 Mempraktikkan teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) menekankan gerak dasar fundamentalnya.

W. Indikator Ketercapaian Kompetensi

- 11. Melaksanakan kegiatan Berdo’a sebelum dan sesudah pelajaran berlangsung.
- 12. Mampu bekerjasama saat pembelajaran berlangsung.
- 13. Berperilaku disiplin saat mengikuti pembelajaran.
- 14. Mampu memahami teknik dasar lompat jauh gaya jongkok.
- 15. Mampu mempraktikkan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok.

X. Tujuan Pembelajaran

- 11. Siswa terbiasa melakukan kegiatan berdo’a sebelum dan sesudah pembelajaran berlangsung.
- 12. Mampu bekerjasama saat pembelajaran berlangsung.
- 13. Berperilaku disiplin saat mengikuti pembelajaran.
- 14. Siswa dapat menjelaskan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok.
- 15. Siswa dapat mempraktikkan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok.

Y. Materi Pembelajaran

- Lompat Jauh Gaya Jongkok


Z. Metode Pembelajaran

5. Pendekatan : Saintifik (*scientific*)
6. Demonstrasi

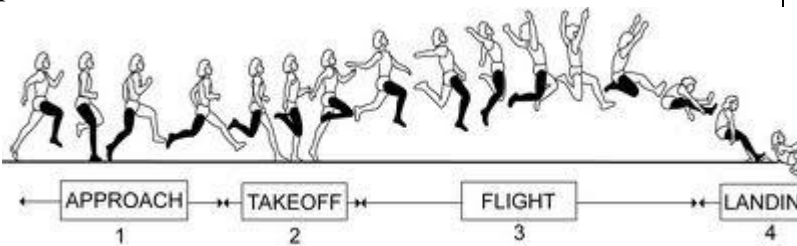
AA. Media Pembelajaran

6. Alat :
 - Peluit
 - Stopwatch/Jam
7. Bahan :
 - Video Pembelajaran
8. Sarana :
 - Bak Pasir (Lompat Jauh)

BB. Kegiatan Pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> Berbaris, berdoa, presensi <p>Gambar :</p> 	15 menit
Inti	<ul style="list-style-type: none"> Apersepsi Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran Pemanasan dengan game 	90 menit

--	--	--

Inti	<p>11. Mengamati Pendidik memperlihatkan vidio pembelajaran tentang teknik dasar lompat jauh gaya jongkok. Kemudian guru menunjuk salah satu siswa yang sudah bisa melakukan awalan dan peletakan kaki saat bertumpu. Peserta didik lain bertugas memperhatikan contoh.</p> <p>12. Menanya Siswa menanyakan tentang apa yang telah diamati pada video dan contoh yang telah diberikan oleh guru.</p> <p>13. Mengeksplorasi Siswa diinstruksikan untuk mencoba apa yang mereka dapatkan setelah melihat video dan contoh yang telah diberikan oleh guru. Siswa diberi kesempatan 2 kali untuk mencoba.</p> <p>14. Mengasosiasi Guru memberi tahu teknik dasar lompat jauh gaya jongkok yaitu dari mulai awalan(berlari), menolak di balok tumpu yang benar dan posisi badan saat melayang dan mendarat. Awalan (berlari) di lakukan secara gradual(sedikit demi sedikit) meningkat. Frekuensi langkah dan panjang langkah lari haru meningkat, sedangkan tubuh sedikit demi sedikit di tegakkan sampai tiba saatnya untuk menolak di balok tumpu. Saat menolak diusahakan menggunakan kuda-kuda kaki terkuat. Saat melayang, kaki bebas diayunkan jauh ke depan dan pelompat mengambil suatu posisi langkah yang harus di pertahankan selama mungkin. Dalam tahap pertama saat melayang, tubuh bagian atas dipertahankan agar tetap tegak dan gerakan lengan akan menggambarkan suatu semi sirkel dari depan atas terus ke bawah dan ke belakang. Dalam persiapan untuk mendarat, kaki tumpu dibawa ke depan, sendi lutut kaki ayun diluruskan dan badan dibungkukkan ke depan bersamaan dengan kedua lengan diayunkan cepat ke depan pada saat mendarat.</p>  <p>Siswa menemukan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok.</p> <p>15. Mengkomunikasikan Siswa diperintahkan untuk melakukan perlombaan. Yaitu secara bergantian siswa melakukan lompat jauh gaya jongkok. Yang lompatannya paling jauh di bak pasir maka siswa itu yang menjadi juaranya.</p>	
------	---	--

Penutup	<ul style="list-style-type: none">• Pendinginan• Kesimpulan Mendiskripsikan gerakan lompat gaya jongkok yang benar• Evaluasi Siswa diberikan waktu untuk bertanya mengenai materi yang telah dipelajari tadi• Memberi tugas Guru memberi tugas pada siswa agar menonton video di youtube tentang gerakan lompat jauh gaya jongkok dan mempraktikkannya lalu di video dan diburning di CD dan dikumpulkan (secara kelompok setiap kelompok ada 4 anak)	15 menit

CC. Sumber Belajar

Buku teks : Drs. Eddy Purnomo, M.Kes dan Drs. Dapan, M.Kes. 2011. Dasar-Dasar Gerak Atletik. Yogyakarta:Alfamedia.

DD. Penilaian

Rubrik penilaian

**RUBRIK PENILAIAN
PENGAMALAN NILAI-NILAI SPIRITUAL DLAM RENANG GAYA BEBAS**

PERILAKU/SIKAP YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
9. Berdo’a sebelum memulai pelajaran	
10. Berdo’a sesudah selesai pelajaran	
11. Berusaha maksimal dalam memperoleh hasil akhir yang baik	
12. Berperilaku baik dalam pelaksanaan pembelajaran	
Jumlah skor yang diperoleh:	
Jumlah skor maksimal: 4	

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai aspek spiritual = _____ X 15

Jumlah skor maksimal

RUBRIK PENILAIAN

UNJUK KERJA DALAM RENANG GAYA BEBAS

Aspek yang dinilai	Kualita Gerak			
	1	2	3	4
Teknik dasar lompat jauh gaya jongkok.: 10. Awalan 11. Bertumpu 12. Melayang dan mendarat				
Jumlah skor yang diperoleh:				
Jumlah skor maksimal: 12				

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai unjuk kerja = _____ X 40

Jumlah skor maksimal

RUBRIK PENILAIAN

SIKAP/PERILAKU DALAM RENANG GAYA BEBAS

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
15. Kedisiplinan	
16. Persahabatan/komunikatif	
17. Tanggung jawab	
18. Toleransai	
19. Kejujuran	
20. Kemandirian	
21. Kerja keras	
Jumlah skor yang diperoleh:	
Jumlah skor maksimal: 7	

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai sikap = _____ X 25

Jumlah skor maksimal

RUBRIK PENILAIAN

KOGNITIF/PEMAHAMAN KONSEP DALAM RENANG GAYA BEBAS

PERTANYAAN YANG DIAJUKAN	Kualita Gerak			
	1	2	3	4
6. Bagaimanakah konsep teknik dasar lompat jauh gaya jongkok?				
7. Bagaimana posisi badan saat melayang?				
Jumlah skor yang diperoleh:				
Jumlah skor maksimal: 8				

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai kognitif = _____ X 20

Jumlah skor maksimal

Nilai akhir :

Nilai pengamalan nilai-nilai spiritual + Nilai tes unjuk kerja (ketrampilan) + Nilai sikap + Nilai pemahaman (kognitif) =

Selasa, 19 Agustus 2014

Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran

Mahasiswa

Totok Suhartono, S. Pd. Jas
NIP: 19610122 1984121002

Annas Fatkhurrohman
NIM: 11601241098

**MATRIKS PROGRAM KERJA INDIVIDU PPL UNY
SMP N 1 PAKEM
TAHUN 2014**

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

NOMOR LOKASI : 66
 NAMA LEMBAGA / SEKOLAH : SMP N 1
 PAKEM
 ALAMAT SEKOLAH / LEMBAGA : TEGALSARI, PAKEMBINANGUN, PAKEM,
 SLEMAN

No.	Program / Kegiatan PPL	Jumlah Jam per Minggu												Jumlah Jam
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	
1	Pembuatan RPP													
	a. Persiapan		1	1		1	1	1						5
	b. Pelaksanaan		6	6		6	6	6						30
	c. Evaluasi & Tindak Lanjut		1	1		1	1	1						5
2	Pembuatan Media Pembelajaran													
	a. Persiapan						2	2		2				6
	b. Pelaksanaan						8	6		4				18
	c. Evaluasi & Tindak Lanjut						1	1		1				3
3	Penerimaan Peserta Didik Baru													
	a. Persiapan	1	1											2
	b. Pelaksanaan	18	12											30
	c. Evaluasi & Tindak Lanjut	2	2											4
4	Konsultasi dengan guru pembimbing													
	a. Persiapan	1	1							1	1			4
	b. Pelaksanaan	1	1							2	1			5



Mengetahui,
Kepala Sekolah

Wukirjo S. Pd.

NIP. 195610101987101003

Dosen Pembimbing Lapangan

A.M. Bandi Utama M. Pd.

NIP. 19600410 198903 1 002

Mahasiswa PPL

A handwritten signature in black ink.

Annas Fatkhurrohman

NIM. 11601241098



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
Tahun : 2014

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMP N 1 PAKEM

ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA : Tegalsari, Pakembinangun, Pakem, Sleman, YK

GURU PEMBIMBING : Totok Suhartono, S. Pd

NAMA MAHASISWA : Annas Fatkhurrohman

FAKULTAS/JURUSAN : FIK/PJKR

DOSEN PEMBIMBING : AM. Bandi Utama, M. Pd

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Rabu, 2 Juli 2014	Penerjunan	Menyerahkan mahasiswa PPL kepada sekolah dan perkenalan dengan pihak sekolah		
2.	Kamis, 3 Juli 2014	Penerimaan peserta didik baru (PPDB) hari pertama	Me mbantu penerimaan peserta didik baru SMPN 1 Pakem tahun ajaran 2014/2015		
3.	Jumat, 4 Juli 2014	PPDB hari kedua	Me mbantu penerimaan peserta didik baru SMPN 1 Pakem tahun ajaran 2014/2015		
4.	Sabtu, 5 Juli 2014	PPDB hari ketiga	Me mbantu penerimaan peserta didik baru SMPN 1 Pakem tahun ajaran 2014/2015		
5.	Kamis, 10 Juli 2014	Daftar ulang peserta didik	Verifikasi dokumen-dokumen peserta didik baru		

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
6.	Kamis, 17 Juli 2014	Mengajar di kelas IX B	Mengajar teori dengan materi kesehatan lingkungan (Kebakaran)	Masih pertemuan pertama, tahap pengenalan. Materi kurang maksimal	Memanfaatkan waktu sebaik mungkin
7.	Jum'at, 18 Juli 2014	Mengajar di kelas VIII D	Mengajar teori dengan materi kesehatan lingkungan (NAPZA)	Masih pertemuan pertama, tahap pengenalan. Materi kurang maksimal	Memanfaatkan waktu sebaik mungkin
8.	Sabtu, 19 Juli 2014	Mengajar di kelas IX C	Mengajar teori dengan materi kesehatan lingkungan (Kebakaran)	Masih pertemuan pertama, tahap pengenalan. Materi kurang maksimal	Memanfaatkan waktu sebaik mungkin
9.	Rabu, 6 Agustus 2014	Mengajar di kelas VIII B	Mengajar materi basket (varkomb lempar tangkap dan lay up)	Kurang lebih 50 % siswa belum mengenal sama sekali lay up	Melihatkan video, gambar dari media pembelajaran tentang lay up.
10.	Kamis, 7 Agustus 2014	Mengajar di kelas IX D	Mengajar materi basket (varkomb lempar tangkap dan jumpshoot)	Siswa masih sulit untuk membedakan antara shooting dengan jumpshoot	Menjelaskan perbedaan antara shooting dengan jumpshoot

11.	Jum'at, 8 Agustus 2014	Mengajar kelas VIII C	Mengajar materi basket (varkomb lempar tangkap dan lay up)	Kurang lebih 50 % siswa belum mengenal sama sekali lay up	Melihatkan video, gambar dari media pembelajaran tentang lay up.
12.	Sabtu, 9 Agustus 2014	Mengajar kelas IX A	Mengajar materi basket (varkomb lempar tangkap dan jumpshoot)	Siswa masih sulit untuk membedakan antara shooting dengan jumpshoot	Menjelaskan perbedaan antara shooting dengan jumpshoot
13.	Senin, 11 Agustus 2014	Mengajar kelas IX A	Materi masih tentang lempar tangkap dan jump shoot	-	-
14.	Selasa, 12 Agustus 2014	Mengajar kelas VII A	Mengajar materi basket (teknik dasar lempar tangkap dan dribble)	Masih banyak siswa yang baru pertama kali bermain basket	Memperkenalkan anak pada bola dan perbanyak drill
15.	Rabu, 13 Agustus 2014	Mengajar kelas VIII B	Materi masih tentang lempar tangkap dan jump shoot	-	-
16.	Kamis, 14 Agustus 2014	Mengajar kelas VIII C	Materi masih tentang lempar tangkap dan jump shoot	-	-
17.	Jum'at, 15 Agustus 2014	Mengikuti olahraga pagi (jalan sehat) Mengajar kelas IX D	Mengikuti jalan-jalan sehat bersama guru dan seluruh siswa Materi masih tentang basket (varkomb lempar tangkap dan jump shoot)	- -	- -
18.	Senin, 18 Agustus 2014	Mengajar kelas IX C	Mengajar materi atletik (teknik lari sambung non visual)	Belum semua siswa mengerti tentang teknik lari sambung non visual	Memperbanyak contoh dan drill tentang lari sambung non visual.

19.	Selasa, 19 Agustus 2014	Mengajar kelas VII A	Mengajar materi tentang lari cepat 50 meter	Siswa masih belum mengerti teknik yang benar tentang awalan (start jongkok) lari cepat	Guru menampilkan video tentang teknik lari cepat beserta awalannya (start jongkok)
20.	Rabu, 20 Agustus 2014	Mengajar kelas VIII B	Mengajar materi tentang lari cepat 60 meter	Siswa masih belum mengerti teknik yang benar tentang awalan (start jongkok) lari cepat	Guru menampilkan video tentang teknik lari cepat beserta awalannya (start jongkok)
21.	Kamis, 21 Agustus 2014	Mengajar kelas VIII C	Mengajar materi tentang lari cepat 60 meter	Siswa masih belum mengerti teknik yang benar tentang awalan (start jongkok) lari cepat	Guru menampilkan video tentang teknik lari cepat beserta awalannya (start jongkok)
22.	Sabtu, 23 Agustus 2014	Mengajar kelas VII B	Mengajar materi tentang lari cepat 50 meter	Siswa masih belum mengerti teknik yang benar tentang awalan (start jongkok) lari cepat	Guru menampilkan video tentang teknik lari cepat beserta awalannya (start jongkok)
23.	Senin, 25 Agustus 2014	Mengajar kelas IX A	Mengajar materi tentang lompat jauh (jalan di udara)	Siswa masih sulit saat melayang di udara (jalan di udara)	Guru menginstruksikan siswa untuk mencoba berulang-ulang
24.	Selasa, 26 Agustus 2014	Mengajar kelas VII A	Mengajar materi tentang lompat jauh (gaya jongkok)	Teknik lompatan masih banyak yang belum bisa	Guru menginstruksikan siswa untuk mencoba berulang-ulang
25.	Rabu, 27 Agustus 2014	Mengajar kelas VIII B	Mengajar materi tentang lompat jauh (gaya gantung)	Siswa masih sulit saat melakukan teknik menggantung	Guru menginstruksikan siswa untuk mencoba berulang-ulang
26.	Kamis, 28 Agustus	Mengajar kelas VIII C	Mengajar materi tentang lompat	Siswa masih sulit saat	Guru menginstruksikan

	2014		jauh (gaya gantung)	melakukan teknik menggantung	siswa untuk mencoba berulang-ulang
27.	Jum'at, 29 Agustus 2014	Mengajar kelas IX D	Mengajar materi sepak bola (passing, dribble, shooting)	Siswa kurang focus karena di lapangan sepak bola besar	Guru member hukuman ke siswa yang susah di atur
28.	Sabtu, 30 Agustus 2014	Mengajar kelas VII B	Mengajar materi tentang lompat jauh (gaya jongkok)	Teknik lompatan masih banyak yang belum bisa	Guru menginstruksikan siswa untuk mencoba berulang-ulang
29.	Senin, 1 September 2014	Mengajar kelas IX A	Pengambilan nilai lompat jauh (gaya berjalan di udara)	-	-
30.	Selasa, 2 September 2014	Mengajar kelas VII A	Pengambilan nilai lompat jauh (gaya jongkok)	-	-
31.	Rabu, 3 September 2014	Mengajar kelas VIII B	Pengambilan nilai lompat jauh (gaya gantung)	-	-
32.	Kamis, 4 September 2014	Mengajar kelas VIII C	Pengambilan nilai lompat jauh (gaya gantung)	-	-
33.	Jum'at, 5 September 2014	Mengajar kelas IX D	Pengambilan nilai lompat jauh (gaya berjalan di udara)	-	-

34.	Sabtu, 6 September 2014	Mengajar kelas VII B	Pengambilan nilai lompat jauh (gaya jongkok)	-	-
-----	-------------------------	----------------------	--	---	---



KARTU BIMBINGAN PPL

PUSAT PENGEMBANGAN PPL DAN PKL
LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN (LPPMP) UNY
TAHUN ...2019...

F04

UNTUK MAHASISWA

Nama Sekolah / Lembaga : SMP N 1 PAKEM
Alamat Sekolah : Jln. Kalirang KM. 17, Pakem, Pakem
Nama DPL PPL : A.M. Bandi Utama, M. Pa
Prodi / Fakultas DPL PPL : PGSR / FIK
Jumlah Mahasiswa PPL : 2

No	Tgl. Kehadiran	Jml Mhs	Materi Bimbingan	Keterangan	Tanda Tangan DPL PPL
1	8 Agustus 2014	2	bagian komputer		
2	13 Agustus 2014	2	definisi		
3	28 Agustus 2014	2	definisi kelas		
4	3 September 2014	2	bagian komputer		
5	29 September 2014	2	bagian komputer		

PERHATIAN :

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



Mengetahui,
Kepala Sekolah / Lembaga

W. Fakhri, S.Pa

Mengakhiri, 1 Oktober 2014
Mhs PPL Prodi ...PGSR

Aminas Fakharrizman