

LAPORAN INDIVIDU
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)

SMA NEGERI 1 KALASAN

(Bogem Tamanmartani Kalasan Sleman. D.I. Yogyakarta)

1 Juli s/d 17 September 2014

Disusun dan diajukan guna memenuhi persyaratan dalam menempuh

Mata Kuliah PPL

Dosen Pembimbing Lapangan (DPL – PPL) :

Erwin Setyo Kriswanto, S.Pd.,M.Kes.



Disusun Oleh:

Rahmat Tohir Bintoro

11601241090

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2014

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa mahasiswa :

Nama : Rahmat Tohir Bintoro
NIM : 11601241090
Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan kegiatan PPL di SMA N 1 Kalasan dari tanggal 1 Juli sampai dengan tanggal 17 September 2014.

Rincian hasil kegiatan PPL tercakup dalam naskah laporan ini.

Yogyakarta, 17 September 2014

Dosen Pembimbing PPL

Guru Pembimbing

Erwin Setyo Kriswanto, S.Pd.,M.Kes.

Muhamad Marjuki, S.Pd

NIP : 19751018 200501 1002

Mengetahui,

Kepala Sekolah

Koordinator PPL

SMA N 1 Kalasan

SMA N 1 Kalasan

Drs. H. Tri Sugiarto

Imam Pusjadi, S.Pd

NIP : 19570707 198103 1 024

NIP: 19640317 198601 1 003

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan karunia-Nya sehingga kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) yang berjalan dari tanggal 1 Juli sampai dengan tanggal 17 September 2014 dapat terselesaikan dengan baik. Penyusunan laporan individu kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) ini dimaksudkan untuk memenuhi salah satu syarat dalam menempuh mata kuliah Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), laporan ini sekaligus sebagai bukti bahwa telah melaksanakan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMA Negeri 1 Kalasan.

Kami menyadari bahwa masih sangat banyak yang perlu digali lagi mengenai hal-hal baru yang kami jumpai ketika berada di sekolah, walaupun kegiatan PPL ini telah berakhir. Berbekal pengalaman yang kami peroleh, kami akan terus tingkatkan sehingga nantinya benar-benar dirasakan ketika kami terjun sebagai seorang pendidik di sekolah kelak.

Berbagai bimbingan, dorongan, serta semangat telah kami dapatkan dari segenap pihak yang sangat membantu kami dalam melaksanakan kegiatan PPL ini. Pada kesempatan ini, kami menyampaikan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Prof. Rochmad Wahab, Ph. D selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin kepada kami untuk melaksanakan PPL tahun 2014.
2. Pusat Layanan Praktik Pengalaman Lapangan dan Praktik Kerja Lapangan (PL PPL dan PKL) LPPMP UNY yang telah menyelenggarakan kegiatan PPL UNY 2014.
3. Erwin Setyo Kriswanto, S.Pd.,M.Kes. selaku Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) PPL yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan selama kegiatan PPL berlangsung, sekaligus dosen pembimbing mata kuliah pengajaran mikro atas bimbingan dan motivasinya.
4. Drs. H. Tri Sugiarto selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Kalasan yang sangat kami hormati, yang telah membimbing kami selama melaksanakan kegiatan PPL UNY tahun 2014.
5. Imam Puspadi, S.Pd selaku koordinator PPL SMA Negeri 1 Kalasan yang telah membimbing kami selama melaksanakan kegiatan PPL di SMA Negeri 1 Kalasan.

6. Muh Marjuki selaku Guru Pembimbing Penjas Orkes SMA N 1 Kalasan yang telah memberikan bimbingan selama melaksanakan kegiatan PPL.
7. Bapak dan Ibu Guru serta karyawan SMA Negeri 1 Kalasan atas kerjasamanya selama ini.
8. Keluarga atas segala doa dan bantuannya selama ini, baik moral maupun materiil.
9. Teman-teman seperjuangan PPL UNY 2014 yang telah memberi semangat dan berbagi suka duka selama kegiatan PPL berlangsung dan atas kebersamaan yang telah terjalin selama ini.
10. Teman-teman seangkatan program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah sama-sama berjuang dan saling memberi semangat dan dorongan.
11. Seluruh warga SMA Negeri 1 Kalasan yang telah mendukung pelaksanaan PPL UNY 2014.
12. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu-persatu yang telah membantu pelaksanaan kegiatan PPL UNY 2014.

Penyusun menyampaikan banyak terima kasih dan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu sehingga kegiatan PPL ini bisa terlaksana dengan baik. Dengan segala kerendahan hati, kami memohon maaf yang sebesar-besarnya atas segala tingkah laku ataupun tindakan kami yang kurang berkenan.

Selanjutnya, semoga laporan ini dapat dimanfaatkan sebagaimana mestinya.

Kalasan, 17 September 2014

Penyusun,

Rahmat Tohir Bintoro

NIM. 11601241090

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
ABSTRAK	vi
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Analisis Situasi.....	1
BAB II. PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL	
A. Persiapan.....	11
B. Pelaksanaan PPL.....	15
C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi.....	24
BAB III. PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	27
B. Saran.....	27
DAFTAR PUSTAKA	29
LAMPIRAN-LAMPIRAN	30

ABSTRAK

LAPORAN

PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)

DI SMA NEGERI 1 KALASAN

Rahmat Tohir Bintoro NIM.11601241090

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi / FIK

Mata kuliah wajib yang harus ditempuh oleh setiap mahasiswa kependidikan di Universitas Negeri Yogyakarta yaitu Praktik Pengalaman Lapangan (PPL). Dalam hal ini, penyusun melaksanakan praktik pengalaman lapangan ini bertujuan untuk memperoleh pengalaman tentang proses pembelajaran dan kegiatan persekolahan lainnya yang digunakan sebagai bekal untuk menjadi calon tenaga pendidik. Penyusun diharapkan memiliki nilai, sikap, pengetahuan dan keterampilan yang dibutuhkan sebagai seorang pendidik.

Pelaksanaan kegiatan PPL dimulai dari observasi hingga pelaksanaan PPL yang terbagi menjadi beberapa tahap yaitu persiapan mengajar, pelaksanaan mengajar, dan evaluasi hasil mengajar. Kegiatan mengajar dilaksanakan setelah konsultasi Rencana Pelaksanaan Pembelajaran kepada Guru Pembimbing terlebih dahulu. Pelaksanaan PPL di kelas XI MIA 1, kelas XI MIA 2, kelas XII MIA 3, kelas XI MIA 4, kelas XI MIA 5, kelas XI IIS 1, kelas XI IIS 2, dan kelas XI IIS 3.

Hasil dari pelaksanaan PPL selama kurang lebih dua bulan di SMA Negeri 1 Kalasan ini dapat diperoleh hasilnya yaitu berupa penerapan ilmu pengetahuan dan praktik mengajar di bidang Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang didapatkan selama di bangku perkuliahan. Meskipun demikian, tetap masih ada hambatan dalam pelaksanaan PPL ini. Penyusun berharap supaya hubungan kerjasama antara pihak sekolah dan PL PPL tetap terjaga dengan baik.

BAB I

PENDAHULUAN

Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan salah satu upaya yang dilakukan oleh Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) untuk mengembangkan dan menerapkan ilmu yang telah diperoleh selama kuliah, untuk diterapkan dalam kehidupan nyata khususnya di lembaga pendidikan formal. Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) diharapkan dapat menjadi bekal bagi mahasiswa sebagai wahana untuk membentuk tenaga kependidikan yang profesional serta 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.

Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) yang dilaksanakan di SMA Negeri 1 Kalasan bertujuan untuk mempersiapkan dan menghasilkan tenaga kependidikan yang memiliki kompetensi sesuai dengan disiplin ilmu yang dimiliki oleh mahasiswa tersebut.

Sebelum kegiatan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) dilaksanakan, mahasiswa terlebih dahulu menempuh kegiatan yaitu pra PPL melalui pembelajaran mikro dan kegiatan observasi di sekolah. Kegiatan pembelajaran mikro dilakukan dengan teman sesama mahasiswa dan dibimbing oleh dosen pembimbing. Kegiatan observasi di sekolah bertujuan agar mahasiswa memperoleh gambaran mengenai proses pembelajaran yang dilakukan di sekolah beserta kelengkapan sarana dan prasarana yang menunjang proses pembelajaran.

A. Analisis Situasi

Kegiatan observasi lingkungan sekolah yang telah dilakukan pada pra-PPL yang bertujuan memperoleh gambaran tentang situasi dan kondisi lapangan sekolah, terutama berkaitan dengan situasi lapangan tempat mahasiswa melaksanakan PPL. Berdasarkan observasi, mahasiswa PPL telah melakukan pengamatan sebagai berikut:

a. Sejarah

SMA Negeri 1 Kalasan berdiri sejak 1 Agustus 1965 sebagai SMA 5 Yogyakarta Filial Kalasan dengan SK No.B 3259/B.3a/K/65, dengan pimpinan sementara Suharman,BA. Selanjutnya kepala sekolah pertama adalah Suwardhi,BA (1966-1981). Sejak 19 Juli 1977 dilepas secara resmi dari SMA 5 Yogyakarta dengan SK No.0179/O/1977 tertanggal 3 Juni 1977 terhitung sejak 1 April 1977. Sejak tanggal 21 Agustus 1981 kepala sekolah digantikan oleh Drs.Abdullah Purwodarsono.

Sebagai penyemangat seluruh warga sekolah, maka diciptakan Mars Praba Ambara yang diciptakan oleh H.Suhadi dan MP. Siagian dan syair oleh E.

Mulharso, sedangkan lambang beserta sesanti "Wulang Gung Anggotro Negoro" diciptakan Drs.CH. Singgih Waluyo, Soegino,BA, dan E.Mulharso.

Mulai tanggal 8 Oktober 1988 kepala sekolah diganti Drs.RB. Soepangkat dan tahun 1992 dijabat oleh J.Surono Wukir hingga tahun 1995. Selama 1995-1996 jabatan kepala sekolah diampu oleh Drs.CH. Singgih Waluyo (kepala SMAN Prambanan). Bulan April 1996 kepala sekolah dijabat oleh Suratidjo,BA hingga pertengahan April 1998. Bulan April 1998 hingga 7 Desember 1998 jabatan diampu lagi oleh Drs.CD.Singgih Waluyo. Dan sejak 7 Desember 1998 hingga 25 Januari 2001 kepala sekolah dijabat oleh Drs.Tolchah Mansur.

Sejak itu (25 Januari 2001) kepala sekolah dijabat oleh Sukisno, S.Pd. hingga sekarang. Sesuai dengan kebijakan pemerintah, maka program Manajemen Peningkatan Mutu Berbasis Sekolah (MPMBS) semakin ditingkatkan dengan berbagai program/kegiatan yang dilaksanakan dari tahun ke tahun. Dengan pemberdayaan seluruh warga sekolah beserta lingkungannya, SMA Negeri 1 Kalasan semakin memacu diri untuk sejajar atau bahkan lebih berkualitas dari sekolah-sekolah lain di Kabupaten Sleman dan Propinsi D.I. Yogyakarta. Dengan berbagai rencana strategis, visi, misi, dan terjadinya "School Reform" serta pembentukan kultur sekolah yang baik, maka SMA Negeri 1 Kalasan telah berhasil meningkatkan kualitas baik fisik pergedungan, sarana prasarana, fasilitas dan media pembelajaran yang semakin maju.

Mulai tahun 2002 SMA Negeri 1 Kalasan ditunjuk sebagai sekolah piloting Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK) oleh Depdiknas, Jakarta. Di samping itu, sejak tahun 2003 juga ditunjuk oleh Pemerintah Kabupaten Sleman sebagai "Sekolah Andalan" yang diharapkan mampu menjadi sekolah model di Sleman. Dan sejak tahun pelajaran 2007/2008 ditunjuk oleh Direktorat Pembinaan SMA sebagai rintisan Sekolah Kategori Mandiri (SKM).

Dengan berbagai fasilitas yang semakin memadai, SMA Negeri 1 Kalasan berobsesi menjadi sekolah berwawasan Teknologi Informasi dan Komunikasi (*Information and Communication Technology*) guna meningkatkan kualitas serta prestasi akademik, non-akademik, dan pembinaan akhlak mulia.

b. Profil SMA N 1 Kalasan

1. Visi SMA N 1 Kalasan :

Berprestasi tinggi, tangguh dalam kompetisi dan berakhlak mulia.

2. Misi SMA N 1 Kalasan :

- Melaksanakan kurikulum secara optimal, sehingga peserta didik mampu mencapai kompetensi yang diinginkan.

- Melaksanakan proses pembelajaran secara efektif dengan memanfaatkan segala sumber daya yang ada.
- Melaksanakan upaya-upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia secara terus-menerus dan berkesinambungan.
- Memantapkan penghayatan dan pengamalan terhadap ajaran agama yang dianut peserta didik, sehingga dapat menjadi sumber terbentuknya akhlak mulia.
- Menumbuhkan semangat kemandirian, sehingga peserta didik mampu menghadapi kehidupan di masa mendatang.
- Menerapkan manajemen partisipatif dalam peningkatan dan pengembangan mutu sekolah.

3. Tujuan SMA N 1 Kalasan :

- a. Mempersiapkan peserta didik yang bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berakhlak mulia.
- b. Menciptakan peserta didik untuk mencapai prestasi akademik tinggi.
- c. Mempersiapkan peserta didik agar menjadi manusia yang berkepribadian, cerdas, berkualitas, dan berprestasi dalam bidang olah raga dan seni.
- d. Membekali peserta didik agar memiliki keterampilan teknologi informatika dan komunikasi serta mampu mengembangkan diri secara mandiri.
- e. Menanamkan peserta didik sikap ulet dan gigih dalam berkompetensi, beradaptasi dengan lingkungan, dan mengembangkan sikap sportivitas.
- f. Membekali peserta didik dengan ilmu pengetahuan dan teknologi agar mampu bersaing dan melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi.

4. Kondisi Sekolah SMA N 1 Kalasan

SMA Negeri 1 Kalasam merupakan salah satu SMA unggulan yang keberadaannya sudah cukup lama dan terbukti mampu memberikan sumbangsih dalam mencerdaskan kehidupan bangsa. SMA Kalasan yang beralamat Bogem, Tamanmartani, Kalasan, Sleman, D.I. Yogyakarta juga sudah mempunyai banyak prestasi baik dalam bidang akademik maupun non-akademik.

Kondisi atau keadaan sekolah cukup strategis dan kondusif sebagai tempat belajar. Suasana yang tidak terlalu ramai sehingga memungkinkan pelaksanaan belajar mengajar berjalan dengan lancar dan tenang. SMA negeri 1 Kalasan merupakan SMA yang sudah dilengkapi dengan beberapa sarana prasarana penunjang KBM. Adapun sarana prasarana yang dimiliki oleh SMA Negeri 1 Kalasan diantaranya adalah gedung sekolah yang terdiri

dari ruang kelas/ruang belajar, ruang kantor, lapangan futsal, lapangan basket, aula, ruang penunjang dan lapangan yang biasa digunakan untuk kegiatan upacara, olah raga dan untuk pelaksanaan ekstrakurikuler. Adapun fasilitas-fasilitas yang dimiliki oleh sekolah ini selengkapnya adalah:

Fasilitas fisik yang mendukung proses pembelajaran di SMA Negeri 1 Kalasan meliputi :

No.	Jenis fasilitas	Jumlah
1.	Ruang Kelas	24
2.	Laboratorium Fisika	1
3.	Laboratorium Kimia	1
4.	Laboratorium Biologi	1
5	Laboratorium Bahasa	1
6.	Laboratorium Komputer	1
7.	Perpustakaan	1
8.	UKS	2
9.	Ruang Bimbingan dan konseling	1
10.	Ruang Guru	1
11.	Kantor TU	1
12.	Kantor Kepala Sekolah	1
13.	Koperasi	1
14.	Aula	1
15.	Ruang Olahraga	1
16.	Ruang Penggandaan Arsip	1
17.	Mushola	2
19.	Kamar mandi WC	20
20.	Dapur	1

21.	Ruang Keterampilan	1
22.	Tempat Parkir Sepeda Motor Siswa	2
23.	Lapangan Upacara	1
24.	Tempat parkir motor guru	1
25.	Kantin Sekolah	2
26.	Lapangan futsal	1
27.	Lapangan basket	1

1) Kondisi Fisik Sekolah

a. Ruang Kelas

Ruang kelas sebanyak 24 kelas, masing-masing sebagai berikut:

- i. Kelas X terdiri dari 8 ruang kelas (5 kelas IPA dan 3 kelas IPS)
- ii. Kelas XI terdiri dari 8 ruang kelas (5 kelas IPA dan 3 kelas IPS)
- iii. Kelas XII terdiri dari 8 ruang kelas (4 kelas IPA dan 4 kelas IPS).

Masing-masing kelas telah memiliki kelengkapan fasilitas yang menunjang proses kegiatan belajar mengajar. Fasilitas yang tersedia di setiap kelas diantaranya papan tulis, meja, kursi, speaker, LCD, layar LCD, jam dinding, lambang pancasila, foto presiden dan wakil presiden, alat kebersihan, papan absensi, papan pengumuman, dan kipas angin. Fasilitas yang ada dalam kondisi baik.

b. Ruang Perpustakaan

Perpustakaan terletak di samping Laboratorium Kimia. Perpustakaan SMA Negeri 1 Kalasan sudah cukup baik. Perpustakaan sudah menggunakan sistem digital, jumlah buku ada sekitar 2000 buku, minat siswa untuk membaca tinggi dan paling ramai ketika hari senin dan sabtu, dalam perpustakaan ini terdapat 1 pustakawan yang mengelola. Rak-rak sudah tertata rapi sesuai dengan klasifikasi buku dan klasifikasi buku di rak berdasarkan judul mata pelajaran. Didalam perpustakaan juga disediakan komputer dan juga mesin print dimana siswa bisa mengeprint disitu dengan administrasi Rp 300,00.

c. Ruang Tata Usaha (TU)

Semua urusan administrasi yang meliputi kesiswaan, kepegawaian, tata laksana kantor dan perlengkapan sekolah, dilaksanakan oleh petugas Tata Usaha, diawasi oleh Kepala Sekolah dan dikoordinasikan dengan Wakil Kepala Sekolah urusan sarana dan

prasarana. Pendataan dan administrasi guru, karyawan, keadaan sekolah dan kesiswaan juga dilaksanakan oleh petugas Tata Usaha.

d. Ruang Bimbingan Konseling (BK)

Secara umum kondisi fisik dan struktur organisasi sudah cukup baik. Guru BK di SMA ini ada tiga orang, dalam menangani kasus siswa yaitu dengan cara menanggapi kasus yang masuk diproses dan kemudian ditindak lanjuti. Bimbingan Konseling ini membantu siswa dalam menangani masalahnya seperti masalah pribadi maupun kelompok, konsultasi ke perguruan tinggi.

e. Ruang Kepala Sekolah

Ruang Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Kalasan terdiri dari dua bagian, yaitu ruang tamu dan ruang kerja. Ruang tamu berfungsi untuk menerima tamu dari pihak luar sekolah, sedangkan ruang kerja berfungsi untuk menyelesaikan pekerjaan Kepala Sekolah. Selain itu ruang kerja Kepala Sekolah juga digunakan untuk konsultasi antara Kepala Sekolah dengan seluruh pegawai sekolah.

f. Ruang Wakil Kepala Sekolah

Ruang Wakil Kepala Sekolah dimanfaatkan untuk mengadakan pertemuan/rapat dengan antar WaKa, yaitu WaKa Kurikulum, WaKa Kesiswaan dan WaKa Sarpras (Sarana dan Prasarana).

g. Ruang Guru

Ruang guru digunakan sebagai ruang transit ketika guru akan pindah jam mengajar maupun pada waktu istirahat. Di ruang guru terdapat sarana dan prasarana seperti meja, kursi, almari, white board yang digunakan sebagai papan pengumuman, papan jadwal mata pelajaran, tugas mengajar guru, dll. Ukuran ruang guru di SMA N 1 Kalasan cukup luas, sehingga para guru dapat menyelesaikan pekerjaannya diruangan dengan nyaman.

h. Ruang OSIS

Ruang OSIS SMA Negeri 1 Kalasam berdampingan dengan ruang wakil kepala sekolah. Ruang OSIS yang terdapat di SMA Negeri 1 Kalasan dimanfaatkan secara optimal, karena bukan hanya untuk menyimpan barang-barang saja, tetapi juga untuk mengadakan pertemuan rutin para anggota OSIS. Dengan demikian, kegiatan OSIS secara umum berjalan baik, organisasi di sekolah cukup aktif dalam berbagai kegiatan seperti MOPDB, perekrutan anggota baru, baksos, tonti, dll.

i. Ruang Unit Kesehatan Siswa (UKS)

UKS disekolah ini terdapat dua ruangan yang satu untuk putra dan yang satu untuk putri. Kepeguruan UKS ini dipegang oleh siswa, dalam berjalannya ketika siswa ada yang sakit maka akan ditangani di UKS ini dan apabila tidak bisa ditangani maka akan dirujuk kerumah sakit. Kelengkapan di ruang UKS ini sudah lengkap seperti obat-obatannya.

j. Laboratorium

Terdapat lima laboratorium dengan fasilitas baik dan mencukupi. Laboratorium tersebut antara lain Laboratorium Fisika, Laboratorium Biologi, Laboratorium Kimia, Laboratorium Sosial dan Laboratorium Komputer.

k. Koperasi

Koperasi bersebelahan dengan kantin sebelah timur. Pemanfaatan koperasi cukup optimal. Koperasi buka setiap hari dan pelayanan terhadap peserta didik cukup baik. Dalam koperasi terdapat perlengkapan alat tulis, perlengkapan atribut seragam (OSIS, identitas SMA, pramuka), dan juga terdapat mesin foto kopi untuk kerpuan siswa dan guru.

l. Tempat Ibadah

Tempat ibadah di sekolah ini yaitu sebuah mushola. Mushola disini terdapat 2 mushola yang tempatnya disebelah depan dan satunya disebelah depan. Mushola ini terjaga dan tertata dengan rapi baik tempat wudhu yang banyak dan bersih serta alat ibadah yang mencukupi sehingga tidak mengganggu siswa saat beribadah.

m. Kamar Mandi untuk Guru dan Siswa

SMA Negeri 1 Kalasan memiliki 10 lokasi kamar mandi yang lokasinya tersebar di tiap sudut deretan kelas. Masing-masing 1 lokasi kamar mandi terdapat kamar mandi wanita dan kamar mandi pria.

n. Gudang olahraga

Gudang digunakan untuk menyimpan sarana olahraga seperti bola, cone, matras, net, dll. Gudang olahraga ini cukup tertata dengan rapi sehingga sarana yang ada tidak mudah rusak.

o. Tempat Parkir

Tempat parkir di SMA Negeri 1 Kalasan digunakan untuk parkir sepeda motor. SMA N 1 Kalasan memiliki 3 lokasi parkir. Parkiran paling depan adalah tempat parkir guru dan karyawan, disamping kelas

XI MIA 1,2,3,dan 4 adalah tempat parkir peserta didik, satu lagi tempat parkir siswa yaitu disamping lapangan futsal.

p. Kantin

SMA Negeri 1 Kalasan memiliki 2 kantin. Kantin ini menyediakan berbagai jenis makanan yang cukup murah bagi peserta didik.

q. Lapangan Upacara dan Olahraga

SMA Negeri 1 Kalasan memiliki halaman tengah yang cukup luas. Halaman tengah ini sering dimanfaatkan untuk upacara, olahraga seperti voli, rounders, senam lantai dan juga bulutangkis. Kondisinya cukup baik.

r. Aula

Aula terdapat di samping lapangan basket. Dalam aula tersebut biasanya dipergunakan untuk acara-acara pertemuan sekolah ataupun rapat, latihan nari dan juga untuk kegiatan bulutangkis.

2) Potensi Sekolah

a. Keadaan Peserta Didik

Peserta Didik SMA Negeri 1 Kalasan terdiri dari:

- i. Peserta Didik kelas X yang berjumlah 208 peserta didik yang kesemuanya dibagi ke dalam 8 kelas yang masing-masing kelas berjumlah 26 peserta didik.
- ii. Peserta Didik kelas XI yang berjumlah 221 yang kesemuanya dibagi ke dalam 8 kelas yaitu 5 kelas IPA dan 3 kelas IPS. Kelas XI IPA 1 berjumlah 26 peserta didik, XI IPA 2 berjumlah 26 peserta didik, XI IPA 3 berjumlah 26 peserta didik, XI IPA 4 berjumlah 26 peserta didik, XI IPA 5 berjumlah 25 peserta didik, XI IPS 1 berjumlah 22 peserta didik dan XI IPS 2 berjumlah 22 peserta didik, XI IPS 3 berjumlah 24 peserta didik
- iii. Peserta Didik kelas XII yang berjumlah 200 peserta didik yang kesemuanya dibagi ke dalam 8 kelas yaitu 4 kelas IPA dan 4 kelas IPS. Kelas XII IPA 1 berjumlah 30 peserta didik, XII IPA 2 berjumlah 30 peserta didik, XII IPA 3 berjumlah 30 peserta didik, XII IPA 4 berjumlah 30 peserta didik, XII IPS 1 berjumlah 20 peserta didik, XII IPS 2 berjumlah 20 peserta didik dan XII IPS 3 berjumlah 20 peserta didik, dan XII IPS 4 berjumlah 20 peserta didik.

b. Tenaga Pengajar

SMA Negeri 1 Kalasan memiliki tenaga pengajar sebanyak 37 orang yang sebagian besar berkualifikasi S1 (Sarjana) dan beberapa guru berkualifikasi S2. Sebagian besar guru sudah berstatus sebagai PNS dan beberapa guru masih berstatus non PNS. Masing-masing guru mengajar sesuai dengan bidang keahliannya. Selain itu, juga terdapat beberapa guru yang melakukan pembinaan terhadap siswa.

c. Karyawan Sekolah

Karyawan di SMA Negeri 1 Kalasan berjumlah 15 orang yaitu Tata Usaha sebanyak 7 orang, bagian perpustakaan 2 orang, pembantu umum (petugas kebersihan, parkir, dapur sekolah) sebanyak 4 orang dan penjaga malam 2 orang.

d. Ektrakurikuler

Terdapat banyak kegiatan ekstrakurikuler yang dikelola oleh pihak sekolah dan OSIS yang sifatnya wajib, semi wajib, dan pilihan bagi kelas X dan XI. Ekstrakurikuler tersebut meliputi:

- a. Pramuka
- b. Pendalaman Materi
- c. Peleton Inti
- d. Seni Vokal
- e. Seni Instrumentalia
- f. Seni Budaya Jawa
- g. Jurnalistik
- h. Karya Ilmiah Remaja (KIR)
- i. Agrobisnis
- j. Kewirausahaan/Koperasi Siswa
- k. Olimpiade
- l. Seni Tari
- m. Debat
- n. Seni Desain Grafis
- o. Menjahit
- p. Futsal
- q. Volli
- r. Taekwondo
- s. Karate

- t. Sepakbola
- u. Palang Merah Remaja (PMR)
- v. Basket
- w. Fotografi

Kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan pada hari Senin-Sabtu setelah kegiatan belajar mengajar berakhir. Melalui ekstrakurikuler inilah potensi peserta didik dapat disalurkan dan dikembangkan, hal ini dibuktikan melalui berbagai macam kejuaraan yang berhasil diraih oleh para siswa. Kejuaraan tersebut berasal dari berbagai macam bidang lomba yang aktif diikuti oleh SMA N 1 Kalasan seperti lomba keagamaan (MTQ, kaligrafi), seni suara, lomba tontol, pramuka, basket, dan debat Bahasa Inggris. Kegiatan OSIS secara umum berjalan dengan baik, organisasi OSIS aktif dalam kegiatan rutin sekolah seperti MOPDB, perekrutan anggota baru, bakti sosial dan pensi sekolah. Anggota OSIS mengadakan pertemuan rutin di ruang OSIS setelah pulang sekolah.

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL

Kegiatan Pelaksanaan PPL

1. Persiapan

Salah satu kegiatan mahasiswa dalam mengaplikasikan ilmu yang didapat dari proses pembelajaran diperguruan tinggi negeri adalah melalui Praktik Pengalaman Lapangan(PPL). Kegiatan ini adalah suatu hal yang wajib ditempuh oleh mahasiswa progam studi kependidikan karena orientasinya adalah dalam bidang kependidikan. Dalam kegiatan ini akan dinilai bagaimana mahasiswa mengaplikasikan ilmu yang didapat dari perguruan tinggi kedalam kehidupan sekolah. Banyak hal yang harus dilakukan dan dipersiapkan untuk kegiatan PPL ini. Syarat akademis yang harus dipenuhi mahasiswa adalah telah lulus mata kuliah pengajaran mikro serta mengikuti pembekalan PPL sebelum mahasiswa terjun di lokasi praktik. Sedangkan syarat non akademis atau syarat personal adalah syarat kesiapan mental dan kemampuan berinteraksi dengan murid maupun dengan warga sekolah yang lain. Keterpaduan syarat tersebut akan mendukung kelancaran proses Praktik Pengalaman Lapangan (PPL).

Sebelum mahasiswa terjun dalam praktik lapangan, mahasiswa perlu melakukan observasi pra PPL yang bertujuan untuk mengetahui kondisi sekolah dan proses pembelajaran yang berlangsung di sekolah dengan sesungguhnya. Hal ini penting dilakukan untuk memperlancar proses praktik di lapangan. Kegiatan yang dilakukan sehubungan dengan PPL ini baik sebelum maupun sesudah pelaksanaan PPL melalui berbagai tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Pra-PPL

a. Pembekalan PPL

Pembekalan PPL dilakukan dengan tujuan agar mahasiswa memiliki bekal pengetahuan dan keterampilan praktis demi pelaksanaan program dan tugas-tugasnya di sekolah. Kegiatan ini sangat bermanfaat bagi praktikan karena dapat memberikan sedikit gambaran tentang pelaksanaan pendidikan yang relevan dengan kebijakan-kebijakan baru di bidang pendidikan dan materi yang terkait dengan program PPL di lapangan.

Kegiatan ini dilakukan sebelum mahasiswa benar-benar terjun ke lapangan, pembekalan yang dilakukan banyak melibatkan komponen-komponen terkait. Selain adanya persiapan yang dilaksanakan di kampus yang berupa pembekalan, sebelum terjun ke lokasi PPL praktikan (mahasiswa) diberikan latihan mengajar bersama dengan rekan-rekan praktikan lainnya pada mata kuliah *Micro Teaching*, oleh dosen pembimbing.

Pembekalan PPL ini berlangsung selama 1 hari, pembekalan bersifat umum dengan tujuan membekali mahasiswa dalam pelaksanaan PPL agar dalam pelaksanaannya mahasiswa dapat menyelesaikan program dengan baik.

b. Kegiatan Observasi

Observasi Pembelajaran di kelas / lapangan (observasi pra-PPL) merupakan kegiatan pengamatan yang dilaksanakan oleh mahasiswa praktikan, sebelum pelaksanaan PPL. Kegiatan ini bertujuan agar mahasiswa dapat mengetahui situasi dan kondisi lingkungan sekolah yang nantinya akan digunakan untuk praktik dan memperoleh gambaran persiapan mengajar, cara menciptakan suasana belajar di kelas serta bagaimana memahami tingkah laku peserta didik dan penanganannya. Hal itu juga bertujuan untuk mendapatkan metode dan cara yang tepat dalam proses belajar mengajar praktis di dalam kelas. Dalam observasi pembelajaran di kelas / lapangan diharapkan mahasiswa memperoleh pengetahuan dan pengalaman pendahuluan mengenai tugas-tugas seorang guru. Mahasiswa dapat melakukan kegiatan observasi yang meliputi :

2. Perangkat belajar mengajar

a. Kurikulum

Guru penjasorkes di SMA Negeri 1 Kalasan menggunakan pedoman yang terdapat dalam Kurikulum 2013 yang dikembangkan sendiri oleh sekolah sebagai pedoman dalam mengajar untuk kelas X – XI.

b. Silabus

Silabus sudah sesuai dengan prinsip ilmiah, relevan, sistematis, konsisten, memadai, aktual, kontekstual, fleksibel, dan menyeluruh.

c. RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran)

Mencakup kompetensi inti yang dijabarkan kompetensi dasar, dijabarkan lagi menjadi indikator pencapaian. Di dalam RPP menunjukkan tujuan pembelajaran setelah dilakukan kegiatan pembelajaran, terdapat alokasi waktu, cara penilaian, dan metode pembelajaran.

3. Proses belajar mengajar

a. Membuka Pelajaran

Guru sebelum memulai mengajar membariskan siswa, menghitung jumlah siswa, mengucapkan salam, berdoa, presensi siswa, guru menyampaikan apersepsi serta tujuan pembelajaran dan selanjutnya mulai mengajar.

b. Penyajian materi

Penyajian materi yang disampaikan oleh guru cukup baik, materi yang disajikan sudah sistematis. Pada saat observasi materi yang diajarkan guru penjasorkes yaitu tentang permainan bola besar yaitu basket. Guru memberikan contoh gerakan kemudian siswa melakukan. Setelah itu guru mengkoreksi gerakan siswa dan membetulkan gerakan yang masih kurang benar.

c. Metode pembelajaran

Dalam pembelajaran guru menggunakan metode komando dan demonstrasi. Guru memberikan instruksi kepada siswa untuk melakukan gerakan dan guru memberikan contoh gerakan terlebih dahulu.

d. Penggunaan bahasa

Menggunakan Bahasa Indonesia sehingga materi lebih mudah dipahami oleh siswa, intonasi bervariasi, vokalnya jelas. Guru terlihat humoris sehingga siswa merasa senang .

e. Penggunaan waktu

Guru datang tepat waktu. Guru menggunakan waktu yang seefektif mungkin dalam menjelaskan materi pelajaran dan mencontohkan gerakan sesuai dengan alokasi yang ditetapkan.

f. Gerak

Gerak guru aktif, guru selalu memantau siswa yang sedang melakukan gerakan. Guru juga membetulkan gerakan siswa yang masih kurang benar dan langsung memberikan contoh gerakan yang benar.

g. Cara memotivasi siswa.

Guru memberi nilai plus bagi siswa yang aktif, disiplin, jujur, dan kerjasama. Guru memberikan pujian pada siswa yang gerakannya baik supaya ada penguatan didalamnya.

h. Teknik penguasaan kelas

Guru mampu mengkondisikan kelas dengan baik. Guru tidak diam saja di satu tempat tetapi berkeliling mengkoreksi gerakan siswa dan membetulkan gerakan yang masih kurang benar.

i. Penggunaan media

Bola basket, peluit, cone dan lapangan bola basket.

j. Bentuk dan cara evaluasi

Bentuk dan cara evaluasi yang dilakukan guru adalah guru menyampaikan hasil pengamatan selama kegiatan pembelajaran dan menyampaikan contoh gerakan teknik chest pass dan lay up yang benar dalam permainan bola basket.

k. Menutup pelajaran

Sebelum menutup pelajaran guru menyimpulkan materi yang sudah dijelaskan tadi. Guru menjelaskan materi yang akan dibahas pada pertemuan selanjutnya. Kemudian guru menutup pelajaran dengan doa penutup dan mengucapkan salam.

4. Perilaku Siswa

a. Perilaku siswa di dalam jam belajar

Perilaku siswa didalam jam belajar cukup perhatian terhadap pelajaran yang disampaikan oleh guru. Mayoritas perilaku siswa didalam jam belajar aktif. Siswa tidak diam saja ketika jam belajar berlangsung, mereka aktif dalam melakukan gerakan – gerakan permainan bola basket.

b. Perilaku siswa di luar jam belajar

Perilaku siswa diluar kelas cukup sopan dan cukup ramah.

Observasi pembelajaran tersebut telah dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 25 Juni 2014 di kelas XI IPS 3 pukul 07.00 – 09.00. Materi ajar adalah teknik dasar chest pass dan lay up dalam permainan bola basket. Selain observasi pembelajaran , praktikan juga melakukan observasi fisik/lingkungan sekolah yang dilaksanakan secara individu bagi tiap-tiap mahasiswa peserta PPL. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui sarana dan prasarana, situasi dan kondisi pendukung kegiatan belajar mengajar, serta perangkat pembelajaran.

c. Pengajaran Mikro

Pemberian bekal kepada mahasiswa PPL adalah berupa latihan mengajar dalam bentuk pengajaran mikro dan pemberian strategi belajar mengajar yang dirasa perlu bagi mahasiswa calon guru yang akan melaksanakan PPL. Pembelajaran *mikro teaching* dilaksanakan pada semester VI, dalam pengajaran mikro mahasiswa calon guru diarahkan pada pembentukan kompetensi guru sebagai agen pembelajaran seperti yang termuat dalam Undang Undang No 14 tahun 2005 tentang Guru dan Dosen.

Pengajaran mikro merupakan salah satu syarat yang harus dipenuhi oleh mahasiswa untuk mengambil mata kuliah PPL. Pengajaran mikro merupakan kegiatan praktik mengajar dalam kelompok kecil dengan mahasiswa-mahasiswa lain sebagai siswanya. Kelompok kecil dalam pengajaran mikro terdiri dari 10 mahasiswa, dimana seorang mahasiswa praktikan harus mengajar seperti guru di hadapan teman-temannya.

Bahan materi yang diberikan oleh dosen pembimbing disarankan untuk mengajar di sekolah.

Praktik pembelajaran mikro meliputi :

- 1) Praktik membuka dan menutup pelajaran.
- 2) Praktik mengajar.
- 3) Teknik bertanya.
- 4) Teknik menguasai dan mengelola kelas.
- 5) Pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran
- 6) Sistem Penilaian.

2. Pelaksanaan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL)

1. Persiapan mengajar

Persiapan mengajar sangat diperlukan sebelum dan sesudah mengajar. Melalui persiapan yang matang PPL diharapkan dapat memenuhi target yang ingin dicapai. Persiapan yang dilakukan untuk mengajar antara lain:

1) Konsultasi dengan guru pembimbing.

Konsultasi guru pembimbing dilakukan sebelum dan setelah mengajar. Sebelum mengajar guru memberikan materi yang harus disampaikan pada waktu mengajar. Bimbingan setelah mengajar dimaksudkan untuk memberikan evaluasi cara mengajar mahasiswa PPL.

2) Penguasaan materi

Materi yang akan disampaikan pada siswa harus sesuai dengan kurikulum yang digunakan. Selain menggunakan buku paket, buku referensi yang lain juga digunakan agar proses belajar mengajar berjalan lancar, mahasiswa PPL juga harus menguasai materi. Yang dilakukan adalah menyusun materi dari berbagai sumber bacaan kemudian mahasiswa mempelajari materi itu dengan baik.

3) Penyusunan Rencana Pembelajaran dan Silabus.

Penyusunan rencana pembelajaran dan silabus ini sangat diperlukan. Hal ini dilakukan guna persiapan atau skenario apa yang akan dikukan pada saat mengajar dikelas. Selain itu pembuatan RRP ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui seberapa jauh materi yang akan kita ajarkan. Dalam artian bahwa pembuatan RPP ini merupakan pedoman guru dalam mengajar.

4) Pembuatan media pembelajaran

Media pembelajaran merupakan faktor pendukung yang penting untuk keberhasilan proses pengajaran. Media pembelajaran adalah suatu alat yang digunakan

sebagai media dalam menyampaikan materi kepada siswa agar mudah dipahami oleh siswa. Media ini selalu dibuat sebelum mahasiswa mengajar agar penyampaian materi tidak membosankan.

5) Pembuatan alat evaluasi

Alat evaluasi ini berfungsi untuk mengukur seberapa jauh siswa dapat memahami materi yang disampaikan. Alat evaluasi berupa pengambilan nilai gerakan dan penugasan.

2. Tahap PPL

Pada tahap ini ada empat hal yang harus dilakukan oleh mahasiswa, yaitu :

a. Program Mengajar

Mahasiswa melakukan praktik mengajar mandiri dengan menentukan sendiri tugas, pelaksanaan dan metode yang akan digunakan dalam proses belajar mengajar. Namun guru pendamping tetap bertanggung jawab atas semua pelaksanaan kegiatan belajar mengajar.

b. Pembimbingan dan monitoring

Pembimbingan dan monitoring dilaksanakan oleh DPL dan guru pembimbing. Pembimbing ini bersifat supervise klinis, artinya pembimbingan memberikan balikan yang berupa bantuan klinis (perbaikan atau penyelesaian)

c. Penyusunan laporan

Penyusunan laporan dikerjakan secara individu

d. Evaluasi

Evaluasi dibutuhkan dalam bimbingan konseling untuk peningkatan layanan bimbingan. Evaluasi ditujukan pada program kerja praktikan yang melaksanakan PPL oleh guru pembimbing. Evaluasi bertujuan untuk mengukur kemampuan mahasiswa dan aspek penguasaan kemampuan professional, personal dan interpersonal. Format penilaian meliputi penilaian proses pembelajaran, satuan layanan.

3. Program PPL

a. Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

Sebelum melaksanakan praktik mengajar, mahasiswa diharuskan membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP). Di mana dalam pembuatan RPP mahasiswa harus mengikuti silabus yang digunakan sebagai pedoman pengajaran oleh guru setiap kali tatap muka selama satu semester.

b. Praktik mengajar

Praktik mengajar bertujuan untuk menerapkan, mempersiapkan dan mengembangkan kemampuan mahasiswa sebagai calon pendidik, sebelum mahasiswa terjun langsung ke dunia pendidikan seutuhnya. Praktik mengajar minimal dilakukan sebanyak delapan kali pertemuan dengan indikator pembelajaran yang berbeda-beda untuk setiap pertemuan, sesuai dengan pembagian jadwal mengajar oleh guru pembimbing yang bersangkutan. Maka mahasiswa melaksanakan praktik mengajar di kelas XI IPA 1, kelas XI IPA 2, kelas XI IPA 3, kelas XI IPA 4, kelas XI IPA 5, kelas XI IPS I, kelas XI IPS 2, dan kelas XI IPS 3.

Selama proses pelaksanaan praktik mengajar, terdapat 3 proses kegiatan yang dilakukan, yaitu:

a. Kegiatan awal

Kegiatan ini bertujuan untuk mempersiapkan siswa dalam mengikuti pelajaran yang akan dilaksanakan, meliputi: membuka pelajaran dengan membariskan siswa, menghitung jumlah siswa, salam, berdoa, presensi siswa, apersepsi dan pemanasan.

b. Kegiatan inti

Kegiatan ini merupakan penyajian. Hal-hal yang harus diperhatikan dalam hal ini adalah:

1) Penguasaan materi; mahasiswa harus benar-benar menguasai materi yang akan disampaikan, agar proses KBM dapat berjalan dengan lancar.

c. Kegiatan Akhir

Kegiatan ini dilakukan setelah materi pengajaran disampaikan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) Membariskan atau mengumpulkan siswa
- 2) Mengadakan evaluasi siswa setelah materi disampaikan
- 3) Menyampaikan kesimpulan materi yang telah disampaikan
- 4) Memberi pesan untuk materi berikutnya
- 5) Berdoa
- 6) Menutup pelajaran dengan salam

Dalam praktek mengajar, praktikan didampingi guru pembimbing untuk melakukan penilaian, melakukan evaluasi, dan memberikan masukan dalam praktik mengajar selanjutnya. Dalam praktik mengajar mandiri mahasiswa harus benar – benar mampu:

- 1) Mengelola dan menguasai kelas
- 2) Menguasai materi dan tepat dalam memilih metode mengajar
- 3) Mengatur waktu yang tersedia
- 4) Memberi penguatan kepada siswa.

c. Pembuatan media pembelajaran dan bahan ajar penjasorkes

Selain menyusun RPP dan praktik mengajar mahasiswa juga memiliki program PPL membuat CD pembelajaran mata pelajaran penjasorkes (powerpoint dan bahan ajar) dan membuat desain gambar tentang materi yang akan diajarkan yang bertujuan untuk menciptakan proses pembelajaran yang menarik sehingga peserta didik lebih aktif dan termotivasi dalam proses pembelajaran. Sasaran dari pelaksanaan program ini ialah peserta didik SMA Negeri 1 Kalasan.

Jadwal Mengajar Penjasorkes

No	Hari / tanggal	Kelas	Jam ke	Materi pembelajaran	Keterangan
1.	Kamis, 7 Agustus 2014	XI MIA 3	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> • Perkenalan profil ajar guru dalam kurikulum 2013. • Permainan bola voli (passing bawah dan passing atas) 	
2.	Senin, 11 Agustus 2014	XI IIS 3	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> • Perkenalan profil ajar guru dalam kurikulum 2013. • Permainan bola voli (passing bawah dan passing atas) 	
3.	Selasa, 12 Agustus 2014	XI IIS 2	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> • Perkenalan profil ajar guru dalam kurikulum 2013. • Permainan bola voli (passing bawah dan passing atas) 	
		XI MIA 4	4,5,6	<ul style="list-style-type: none"> • Perkenalan profil ajar guru dalam kurikulum 2013. • Permainan bola voli (passing bawah dan passing atas) 	
4.	Rabu, 13 Agustus 2014	XI MIA 5	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> • Perkenalan profil ajar guru dalam kurikulum 2013. 	

				<ul style="list-style-type: none"> • Permainan bola voli (passing bawah dan passing atas) 	
5.	Kamis, 14 Agustus 2014	XI MIA 3	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> • Mencari informasi tentang senam ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat harimau). • Mempraktekan senam ketangkasan (roll depan, roll belakang, sikap lilin dan loncat harimau). 	
6.	Jumat, 15 Agustus 2014	XI MIA 1	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> • Perkenalan profil ajar guru dalam kurikulum 2013. • Permainan bola voli (passing bawah dan passing atas) 	
7.	Sabtu, 16 Agustus 2014	XI MIA 2	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> • Perkenalan profil ajar guru dalam kurikulum 2013. • Permainan bola voli (passing bawah dan passing atas) 	
		XI IIS 2	4,5,6	<ul style="list-style-type: none"> • Perkenalan profil ajar guru dalam kurikulum 2013. • Permainan bola voli (passing bawah dan passing atas) 	
8.	Senin, 18 Agustus 2014	XI IIS 3	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> • Mencari informasi tentang senam ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat 	

				<p>harimau.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mempraktekan senam ketangkasan (roll depan, roll belakang, sikap lilin dan loncat harimau). 	
9.	Selasa, 19 Agustus 2014	XI IIS 2	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> • Mencari informasi tentang senam ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat harimau). • Mempraktekan senam ketangkasan (roll depan, roll belakang, sikap lilin dan loncat harimau). 	
		XI MIA 4	4,5,6	<ul style="list-style-type: none"> • Mencari informasi tentang senam ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat harimau). • Mempraktekan senam ketangkasan (roll depan, roll belakang, sikap lilin dan loncat harimau). 	
10.	Rabu, 20 Agustus 2014	XI MIA 5	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> • Mencari informasi tentang senam ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat harimau). • Mempraktekan senam ketangkasan (roll depan, roll belakang, 	

				sikap lilin dan loncat harimau).	
11.	Kamis, 21 Agustus 2014	XI MIA 3	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> • Mencari informasi tentang olahraga atletik lari estafet. • Mempraktekan olahraga atletik lari estafet. 	
11.	Jumat, 22 Agustus 2014	XI MIA 1	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> • Mencari informasi tentang senam ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat harimau). • Mempraktekan senam ketangkasan (roll depan, roll belakang, sikap lilin dan loncat harimau). 	
12.	Sabtu, 23 Agustus 2014	XI MIA 2	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> • Mencari informasi tentang senam ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat harimau). • Mempraktekan senam ketangkasan (roll depan, roll belakang, sikap lilin dan loncat harimau). 	
		XI IIS 2	4,5,6	<ul style="list-style-type: none"> • Mencari informasi tentang senam ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat harimau). • Mempraktekan senam 	

				ketangkasan (roll depan, roll belakang, sikap lilin dan loncat harimau).	
13.	Senin, 25 Agustus 2014	XI IIS 3	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> • Mencari informasi tentang olahraga atletik lari estafet. • Mempraktekan olahraga atletik lari estafet. 	
14.	Selasa, 26 Agustus 2014	XI IIS 2	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> • Mencari informasi tentang olahraga atletik lari estafet. • Mempraktekan olahraga atletik lari estafet. 	
		XI MIA 4	4,5,6	<ul style="list-style-type: none"> • Mencari informasi tentang olahraga atletik lari estafet. • Mempraktekan olahraga atletik lari estafet. 	
15.	Rabu, 27 Agustus 2014	XI MIA 5	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> • Mencari informasi tentang olahraga atletik lari estafet. • Mempraktekan olahraga atletik lari estafet. 	
16.	Kamis, 28 Agustus 2014	XI MIA 3	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> • Mencari informasi tentang permainan bola basket. • Mempraktekan permainan bola basket (chest pass). 	
17.	Jumat, 29 Agustus 2014	XI MIA 1	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> • Mencari informasi tentang permainan bola basket. 	

				<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktekan permainan bola basket (chest pass). 	
18.	Sabtu, 30 Agustus 2014	XI MIA 2	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> • Mencari informasi tentang permainan bola basket. • Mempraktekan permainan bola basket (chest pass). 	
		XI IIS 2	4,5,6	<ul style="list-style-type: none"> • Mencari informasi tentang permainan bola basket. • Mempraktekan permainan bola basket (chest pass). 	

a. Evaluasi dan Bimbingan

Sebagai mahasiswa yang sedang berlatih mengajar, tentunya praktikan masih banyak kekurangan dan mengalami beberapa kesulitan dalam melaksanakan Kegiatan Belajar Mengajar di kelas. Dalam hal ini praktikan membutuhkan arahan dan bimbingan dari guru Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi selaku guru pembimbing.

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, guru pembimbing sangat berperan bagi praktikan karena selalu memberikan bimbingan dan arahan kepada mahasiswa praktikan. Baik mengenai administrasi guru maupun dalam praktik mengajar. Seperti misalnya ketika selesai mengajar dan praktikan mengalami kesulitan dalam mengajar maka praktikan akan berkonsultasi kepada guru pembimbing. Kebanyakan praktikan mengkonsultasikan bagaimana cara menguasai kelas dan menangani atau menghadapi siswa yang kurang memperhatikan pelajaran sehingga siswa dapat mengikuti pelajaran dengan baik. Kemudian guru pembimbing akan memberikan arahan dan masukan dari masalah yang dihadapi praktikan.

b. Kegiatan piket di TU, Perpustakaan dan Piket Meja Tamu

Piket dilakukan oleh semua mahasiswa praktikan secara bergiliran. Piket dilakukan dibagian Perpustakaan dan piket meja tamu. Disini bagian piket meja tamu sangat memegang peranan penting. Tugas piket meja tamu antara lain :

- a. Sebagai penerima tamu jika ada tamu yang ingin bertemu dengan Kepala Sekolah maupun dengan guru.

- b. Memencet bel saat pergantian pelajaran dan istirahat.
- c. Melakukan absen keliling ke semua kelas dan mengecek kehadiran guru serta mengecek lancar atau tidaknya proses belajar mengajar di semua kelas.
- d. Sebagai pusat informasi pemberian tugas untuk siswa saat pelajaran kosong karena guru yang mengajar berhalangan atau tidak hadir.
- e. Sebagai penerima surat bila ada surat yang masuk, untuk selanjutnya diserahkan ke bagian TU.
- f. Memberi pengumuman jika ada informasi penting.

3. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi

Kegiatan PPL dilaksanakan selama kurang lebih 2 bulan yaitu dari tanggal 1 Juli – 17 September 2014. Dalam rentang waktu tersebut praktikan aktif mengajar selama 4 minggu. Praktikan mengajar di kelas XI IPA 1, kelas XI IPA 2, kelas XI IPA 3, kelas XI IPA 4, kelas XI IPA 5, kelas XI IPS 1, kelas XI IPS 2 dan kelas XII IPS 3 yang terdiri dari 24 jam pelajaran tiap minggunya.

Secara garis besar, pelaksanaan praktik mengajar di SMA Negeri 1 Kalasan ini dapat berjalan dengan cukup baik. Pihak sekolah dan praktikan dapat bekerja sama dengan baik sehingga dapat tercapai suasana yang kondusif dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar. Selama praktik mengajar, banyak pengetahuan dan pengalaman yang diperoleh praktikan terutama masalah kegiatan belajar mengajar di kelas. Hal-hal yang diperoleh praktikan selama praktik mengajar antara lain adalah sebagai berikut:

- 1) Praktikan dapat berlatih menyusun perangkat pengajaran (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran, Prota dan Prosem).
- 2) Praktikan dapat berlatih memilih dan mengembangkan materi, media, dan sumber bahan pelajaran serta metode yang dipakai dalam pembelajaran.
- 3) Praktikan dapat belajar menyesuaikan materi dengan jam efektif yang tersedia.
- 4) Dapat berlatih melaksanakan kegiatan belajar mengajar di kelas dan mengelola kelas dan menghadapi kenakalan siswa di kelas.
- 5) Berlatih melaksanakan penilaian hasil belajar siswa dan mengukur kemampuan siswa dalam menerima materi yang diberikan.
- 6) Dapat mengetahui tugas-tugas guru selain mengajar di kelas sehingga dapat menjadi bekal untuk menjadi seorang guru yang professional.

a. Refleksi Kegiatan PPL

Dari pelaksanaan PPL yang kegiatan-kegiatannya telah direncanakan maka hasilnya dapat dianalisis dan kemudian direfleksikan untuk kemajuan. Berdasarkan

perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi yang dilakukan praktikan, dapatlah dianalisis dan diambil beberapa hal sebagai acuan kegiatan di masa mendatang sebagai berikut.

Ada beberapa hambatan yang dihadapi praktikan dalam praktik mengajar, antara lain:

- a. Mahasiswa merasa kesulitan ketika sarana (alat – alat olahraga) penjasorkes minimalis atau bahkan tidak ada.
- b. Mahasiswa merasa kesulitan ketika prasarana (lapangan olahraga) penjasorkes minimalis, jauh dari sekolah, atau bahkan tidak ada.
- c. Mahasiswa merasa kesulitan ketika menghadapi kelas yang olahraga di jam ke 4, 5, 6, siswa banyak yang mengeluh panas.
- d. Mahasiswa merasa kesulitan ketika menghadapi kelas yang olahraga di jam ke 1, 2, 3 pada hari senin. Karena di hari senin ada upacara bendera yang biasanya molor dan memakan waktu olahraga sehingga jam untuk penjasorkes berkurang. Karena berkurangnya jam, kelas yang olahraga di hari senin ketinggalan beberapa materi karena kurang maksimal dalam pemberian materi ajar.

Ada beberapa usaha untuk mengatasi hambatan-hambatan di atas, antara lain:

- a. Jika merasa kesulitan dengan sarana (alat –alat) penjasorkes yang minimalis atau bahkan tidak ada kita harus dituntut kreatif. Kita bisa membuat sendiri alat- alat olahraga dengan cara memodifikasi alat.

Contoh:

Tongkat estafet bisa kita buat dari paralon

- b. Jika merasa kesulitan dengan prasarana (lapangan olahraga) penjasorkes yang minimalis, jauh atau bahkan tidak ada kita harus dituntut kreatif. Kita bisa membuat sendiri lapangan olahraga dengan cara memodifikasi halaman sekolah, aula, atau tempat parkir menjadi lapangan olahraga. Tetapi dengan peraturan – peraturan yang telah dimodifikasi, tidak sesuai dengan ketentuan yang berlaku.
- c. Jika merasa kesulitan ketika menghadapi kelas yang olahraga di jam ke 4, 5, 6, banyak siswa yang mengeluh panas kita harus bisa bersikap bijak kepada siswa. Kita harus banyak memotivasi siswa agar tetap semangat dan memberikan waktu istirahat yang cukup ketika siswa benar – benar kelelahan. Dan kita juga meminta siswa untuk membawa air minum dan dibawa ketika jam penjasorkes.
- d. Jika merasa kesulitan ketika menghadapi kelas yang olahraga di jam ke 1, 2, 3 pada hari senin. Karena di hari senin ada upacara bendera yang biasanya molor dan memakan waktu olahraga sehingga jam untuk penjasorkes berkurang. Sebagai guru penjasorkes kita harus pintar dalam mensiasati materi ajar yang akan kita sampaikan. Ketika materi yang akan kita sampaikan ternyata banyak dan waktunya

sedikit, tidak sesuai dengan rencana maka kita harus tetap menyampaikan materi tersebut tetapi tidak semua materi disampaikan hanya setengah dari materi tersebut dengan resiko bahwa kelas tersebut akan tertinggal materi. Untuk mengatasi tertinggalnya materi kita bisa memberikan materi ajar dalam bentuk *hard file*, *soft file* atau *vidio*

Dari pengalaman-pengalaman yang di dapat oleh praktikan di atas tentunya akan sangat berguna sebagai bekal untuk membentuk ketrampilan bagi seorang calon guru sehingga diharapkan kelak akan menjadi guru yang professional dan berdedikasi tinggi. Secara umum praktik mengajar ini berjalan dengan lancar. Hal ini tidak terlepas dari persiapan yang dilakukan oleh praktikan. Selain itu keberhasilan dan kelancaran tersebut juga tak lepas dari bimbingan dan arahan Bapak Marjuki selaku guru pembimbing, Bapak Erwin Setyo Kriswanto, S.Pd.,M.Kes. selaku dosen pembimbing lapangan PPL serta rekan-rekan sesama praktikan yang juga banyak membantu keberhasilan pelaksanaan praktik mengajar ini.

BAB III

PENUTUP

A. Kesimpulan

Pada dasarnya PPL merupakan wahana bagi mahasiswa untuk mempraktikkan ilmu yang selama ini dipelajari di bangku kuliah, yang kemudian diterapkan dalam kehidupan yang nyata, yaitu dalam kehidupan sekolah. Selain itu, PPL juga diharapkan dapat memberi pengalaman belajar bagi mahasiswa dan semua komponen sasaran PPL untuk dapat mengembangkan dan meningkatkan kualitas sekolah. Semua ini akan terasa jika kemudian hari praktikan menjadi seorang guru, dimana seorang guru merupakan pendidik harapan bangsa untuk menjadi generasi yang lebih berkualitas, baik jasmani maupun rohani.

Kegiatan PPL yang telah dilaksanakan selama kurang lebih dua bulan dapat disimpulkan bahwa:

1. Dengan mengikuti kegiatan PPL mahasiswa memiliki kesempatan untuk menemukan permasalahan-permasalahan aktual seputar kegiatan belajar mengajar dan berusaha memecahkan permasalahan tersebut dengan menerapkan ilmu atau teori-teori yang telah dipelajari di kampus. Pada kenyataannya, praktikan masih sering mendapat kesulitan karena minimnya pengalaman.
2. Di dalam kegiatan PPL, mahasiswa bisa mengembangkan kreativitasnya, misalnya menyusun materi sendiri berdasarkan kompetensi yang ingin dicapai. Praktikan juga mempelajari bagaimana menjalin hubungan yang harmonis dengan semua komponen sekolah untuk menjamin kelancaran kegiatan belajar mengajar.
3. PPL memperluas wawasan mahasiswa tentang tugas tenaga pendidik, kegiatan persekolahan dan kegiatan lain yang menunjang kelancaran proses belajar mengajar di sekolah.
4. Seorang guru harus memiliki kesiapan mengajar. Modal utama sebagai seorang guru adalah ilmu yang telah dikuasainya, modal yang tidak kalah pentingnya adalah materi, mental, kepribadian, dan penampilan.
5. Kelancaran dan keberhasilan program PPL sangat tergantung kepada semua pihak, baik mahasiswa, sekolah dan UNY juga.

B. Saran

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

1. Untuk Guru Pembimbing

- a. Guru pembimbing seperti teman sendiri, cara memberi arahan, masukan, motivasi dan evaluasi tidak menjatuhkan praktikan, sehingga praktikan tetap semangat.
- b. Cara penyampaian materi sangat menarik. Perlu ditingkatkan lagi agar kegiatan pembelajaran lebih bervariasi.

2. Untuk SMA Negeri 1 Kalasan

- a. Koordinasi yang baik perlu ditingkatkan lagi antara mahasiswa, koordinator PPL, dan guru pembimbing.
- b. Tetap terbinanya hubungan yang baik antara mahasiswa dengan seluruh keluarga besar SMA Negeri 1 Kalasan, meskipun KKN-PPL sudah berakhir.
- c. Sekolah diharapkan dapat menambah, memperbaiki dan menjaga prasarana penjasorkes agar prestasi olahraga di SMA Negeri 1 Kalasan meningkat.
- d. Membuat ruang peralatan olahraga yang benar – benar khusus untuk alat – alat olahraga yang lebih luas untuk memudahkan merawat , menjaga dan menginventaris alat –alat olahraga agar tidak mudah rusak atau hilang dan supaya lebih mudah untuk mencari alat olahraga yang akan digunakan untuk pembelajaran.

3. Untuk LPPMP

- a. Pelaksanaan pembekalan hendaknya disampaikan jauh-jauh hari sehingga mahasiswa bisa lebih matang dalam persiapan untuk pelaksanaan PPL
- b. Dapat mengadakan suatu pengawasan baik langsung maupun tidak langsung.

4. Untuk Mahasiswa PPL yang akan datang

- a. Praktikan sebaiknya mempersiapkan diri sedini mungkin dengan mempelajari lebih mendalam teori-teori yang telah dipelajari dan mengikuti pengajaran mikro dengan maksimal.
- b. Praktikan harus belajar lebih keras, menimba pengalaman sebanyak-banyaknya, dan memanfaatkan kesempatan PPL sebaik-baiknya.
- c. Rasa kesetiakawanan, solidaritas, dan kekompakan dalam satu tim hendaknya selalu dijaga sampai kegiatan PPL berakhir.
- d. Praktikan sebaiknya menjalin hubungan baik dengan siapa saja, pandai menempatkan diri dan berperan sebagaimana mestinya.
- e. Praktikan berkewajiban menjaga nama baik almamater, bersikap disiplin dan bertanggungjawab.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad Chabib. 2013. *Laporan PPL Individu di SMA N 1 Pakem. Yogyakarta*

Tim KKN – PPL UNY. 2014. *Materi Pembekalan KKN – PPL UNY Tahun 2014.*

Yogyakarta. Yogyakarta : Universitas Negeri Yogyakarta.

Tim KKN – PPL UNY. 2014. *Panduan KKN-PPL 2014 Universitas Neger Yogyakarta.*
Yogyakarta : Universitas Negeri Yogyakarta.

LAMPIRAN

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SMA N 1 Kalasan
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/semester	: XI / Satu
Materi Pokok	: Teknik Dasar Permainan Bola Voli
Alokasi Waktu	: 135 Menit (3 JP)

A. Kompetensi Inti

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

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Ketercapaian Kompetensi

No	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian
1.	1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai	❖ Memanjatkan doa sebelum memulai pembelajaran supaya diberikan keselamatan. ❖ Melakukan doa syukur ketika selesai kegiatan pembelajaran.
2.	2.1 Berperilaku sportif dalam bermain 2.5 Toleransi dan mau berbagi	❖ Melakukan aktivitas dasar permainan bola voli dengan sportif

	dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan	❖ Bersedia berbagi kesempatan ataupun peralatan dalam melaksanakan pembelajaran permainan bola voli
3.	3.1 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan	❖ Peserta didik dapat memahami dan mengerti tentang teknik-teknik dalam olahraga permainan bola voli
4.	4.1 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu permainan bola besar sesuai hasil analisis dan kategorisasi	❖ Peserta didik mampu mempraktekan teknik <i>passing</i> bawah dan <i>passing</i> atas dalam permainan bola voli

C. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti pembelajaran ini,

- ✓ Para peserta didik diharapkan terbiasa melakukan doa sebelum dan sesudah kegiatan pembelajaran.
- ✓ Peserta didik mampu bersyukur dengan segala hal yang telah diterimanya selama ataupun setelah mengikuti kegiatan pembelajaran.
- ✓ Para peserta didik mampu bersikap sportif dalam mengikuti pembelajaran.
- ✓ Peserta didik bersedia berbagi peralatan dan kesempatan yang diberikan demi kelancaran kegiatan pembelajaran.
- ✓ Peserta didik mengetahui tentang teknik dasar dalam permainan bola voli.
- ✓ Peserta didik dapat melakukan teknik dasar *passing* bawah dan *passing* atas dalam permainan bola voli dengan benar.

D. Materi Pembelajaran

Teknik dasar *passing* bawah dan *passing* atas dalam permainan bola voli

E. Metode Pembelajaran

1. Pendekatan Saintifik
2. Model TGFU

F. Sumber Belajar

Drs. Muhajir, M. Ed. 2007. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMA Kelas XI*. Jakarta: Erlangga.

G. Media Pembelajaran

1. Media : gambar tentang teknik *passing* bawah dan *passing* atas dalam permainan bola voli
2. Alat :
 - Bola voli : 5 buah
 - Cone : 10 buah
 - Peluit : 1 buah
 - Lapangan : 1 buah

H. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

a) Pendahuluan (30 menit)

- Peserta didik dibariskan ditempat yang teduh.
- Melakukan doa pembuka bersama-sama.
- Mempresensi peserta didik dan menanyakan keadaan ada yang sedang sakit atau tidak.
- Menjelaskan tujuan kegiatan pembelajaran yang akan dilaksanakan.
- Melakukan apersepsi tentang olahraga permainan bola voli.
- Melakukan pemanasan yang dipimpin oleh pembimbing.

Pemanasan : bermain bentengan, dimana siswa dibagi menjadi 2 kelompok sama rata. Masing-masing kelompok bertugas menjaga bentangnya sendiri dan berusaha merebut benteng dari lawan. Jika kelompok yang bentengnya terebut maka kelompok tersebut dinyatakan kalah dan mendapatkan hukuman yaitu menggendong tim yang menang.

b) Kegiatan Inti (80 menit)

Passing Bawah

Mengamati :

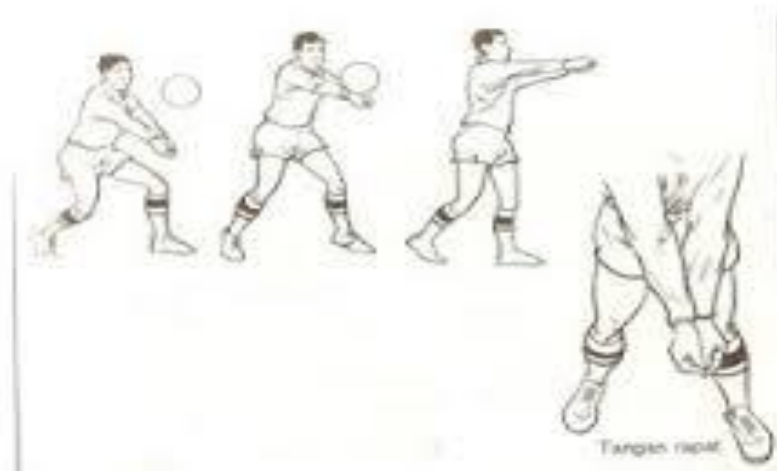
1. Peserta didik mengamati gambar yang diberikan oleh pembimbing.
2. Peserta didik mengamati contoh peragaan passing bawah yang dilakukan oleh pembimbing.
3. Peserta didik dibagi menjadi beberapa kelompok sama rata, dimana satu kelompok beranggotakan 6-8 siswa. Dalam kelompok kecil tersebut mereka membentuk formasi lingkaran dan melakukan teknik dasar passing bawah dengan cara umpan-umpanan dengan teknik passing bawah.

Menanyakan :

Peserta didik menanyakan hal-hal yang kurang jelas dari gambar dan dari peragaan yang dilakukan oleh pembimbing serta dari permainan diatas yang berkaitan dengan teknik *passing* bawah dalam permainan bola voli.

Mengeksplorasi :

Peserta didik melakukan teknik passing bawah secara berkelompok dan berbaris berbanjar namun antar kelompok saling berhadapan, dengan variasi siswa yang sudah melakukan passing bawah langsung pindah kebarisan paling belakang.



Passing Atas

Mengamati :

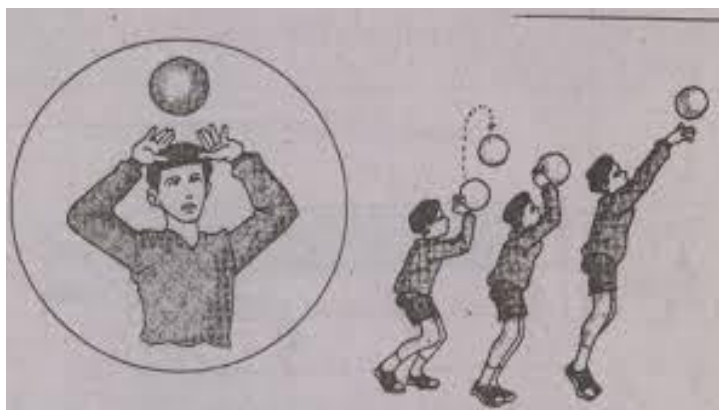
- Peserta didik mengamati gambar yang diberikan oleh pembimbing.
- Peserta didik mengamati contoh peragaan passing atas yang dilakukan oleh pembimbing.
- Peserta didik dibagi menjadi beberapa kelompok sama rata, dimana satu kelompok beranggotakan 6-8 siswa. Dalam kelompok kecil tersebut mereka membentuk formasi lingkaran dan melakukan teknik dasar passing atas dengan cara umpan-umpanan dengan teknik passing bawah.

Menanyakan :

Peserta didik menanyakan hal-hal yang kurang jelas dari gambar dan dari peragaan yang dilakukan oleh pembimbing serta dari permainan diatas yang berkaitan dengan teknik *passing* atas dalam permainan bola voli.

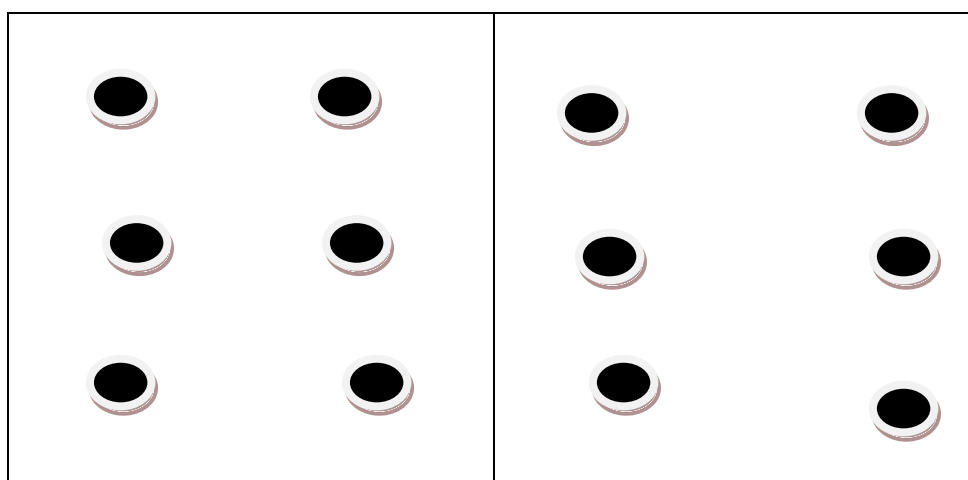
Mengeksplorasi :

Peserta didik melakukan teknik passing bawah secara berkelompok dan berbaris berbanjar namun antar kelompok saling berhadapan, dengan variasi siswa yang sudah melakukan passing atas langsung pindah kebarisan paling belakang kelompok lawan.



Mengasosiasi :

Melalui lapangan permainan voli sederhana para siswa melakukan permainan bola voli nanum hanya menggunakan pasing bawah ataupun pasang atas. Permainan dilakukan oleh dua kelompok yang satu kelompoknya beranggotakan 6 siswa. Dalam permainan ini satu kelompok harus melakukan 3 kali pasing namun dilakukan oleh bukan satu orang saja melainkan dengan cara saling mengumpan antar anggota kelompok.



Mengkomunikasikan :

1. Semua siswa dikumpulkan, kemudian diberikan kesempatan untuk berdiskusi baik sesama siswa, ataupun dengan guru.
2. Peserta didik menunjukkan sikap respek pada orang lain dengan mendengarkan secara seksama setiap ada orang lain yang berpendapat.

c) Penutup (25 menit)

- Peserta didik melakukan pendinginan secara bersama-sama
- Pemberian tugas dari pembimbing untuk siswanya
- Melakukan doa penutup yang dipimpin oleh pembimbing
- Salam penutup

I. Penilaian

1. Penilaian Sikap Sosial dan Spiritual

- a. Teknik penilaian : Observasi
- b. Bentuk instrument : Lembar observasi
- c. Pedoman penskoran :

Berikan nilai 1, 2, 3, atau 4 pada kolom penilaian pengamatan!

No	Perilaku yang diharapkan	Nilai Pengamatan (skor)
1	Berdoa sebelum dan sesudah pelajaran	
2	Menunjukkan sikap sportif dan mentaati peraturan permainan	
3	Menunjukkan kemauan bekerja sama dengan teman satu tim/kelompok.	
4	Menunjukkan sikap disiplin dan bersungguh-sungguh saat pembelajaran	
	Jumlah skor maksimal : 16	

$$\text{Nilai sikap sosial spiritual} = \frac{\text{Jumlah skor perolehan} \times 100}{\text{Jumlah skor maksimal}}$$

Petunjuk Penilaian Sikap Spiritual dan Sosial :

SKOR	NILAI KUALITATIF	KRITERIA
4	Sangat Baik	Selalu menunjukkan
3	Baik	Sering menunjukkan
2	Cukup	Kadang-kadang menunjukkan
1	Kurang	Jarang menunjukkan

Rubrik Penilaian Sikap Spiritual dan Sosial

RENTANG NILAI	NILAI	NILAI KUALITATIF
76 – 100	SB	Sangat Baik
51 – 75	B	Baik

26 – 50	C	Cukup
≥ 25	K	Kurang

2. Penilaian Keterampilan

- a. Teknik penilaian : Observasi
- b. Butiran instrument : Lembar observasi
- c. Kisi-kisi :

Penilaian aspek keterampilan diperoleh dengan melakukan tes melakukan pasing bawah dan pasing atas bola voli masing-masing melakukan selama 30 detik.

Berikan nilai 1, 2, 3, atau 4 pada kolom penilaian pengamatan

No	Keterampilan	Penilaian Pengamatan
1	Melakukan tes praktek pasing bawah selama 30 detik	
2	Melakukan tes praktek pasing atas selama 30 detik	

Skor maksimal adalah 8

$$\text{Nilai keterampilan} = \frac{\text{Jumlah skor perolehan}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

Criteria penilaian pasing bawah :

- Skor 1 apabila siswa mampu melakukan pasing bawah selama 30 detik
- Skor 2 apabila siswa mampu melakukan pasing bawah dengan kedua kaki membentuk kuda-kuda
- Skor 3 apabila siswa mampu melakukan pasing bawah dengan kedua siku lurus saat bola mengenai kedua tangan
- Skor 4 apabila siswa mampu melakukan semua criteria 1, 2, dan 3

Criteria penilaian pasing atas :

- Skor 1 apabila siswa mampu melakukan pasing atas selama 30 detik
- Skor 2 apabila siswa mampu melakukan pasing atas dengan kedua kaki membentuk kuda-kuda

- Skor 3 apabila siswa mampu melakukan passing atas dengan kedua telapak tangan siap dan terbuka keatas saat bola mengenai kedua tangan telapak tangan
- Skor 4 apabila siswa mampu melakukan semua kriteria 1 ,2, dan 3

Rubrik Penilaian Keterampilan

RENTANG NILAI	NILAI	NILAI KUALITATIF
76 – 100	SB	Sangat Baik
51 – 75	B	Baik
26 – 50	C	Cukup
≥ 25	K	Kurang

3. Penilaian Pengetahuan

- Teknik penilaian : Portofolio
- Bentuk instrument : Butir soal pertanyaan
- Kisi-kisi :

Berikan nilai 0,1, 2, atau 3 pada kolom penilaian pengamatan sesuai kriteria

No	Pertanyaan	Kriteria penskoran				Jumlah skor	Nilai akhir
		0	1	2	3		
1	Jelaskan tahapan gerakan teknik passing bawah dalam bola voli!						
2	Jelaskan tahapan gerakan teknik passing atas dalam bola voli!						
	Skor maksimal = 6						

$$\text{Nilai Pengetahuan} = \frac{\text{Jumlah skor perolehan}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

Rubrik Penilaian Pengetahuan

RENTANG NILAI	NILAI	NILAI KUALITATIF
76 – 100	SB	Sangat Baik
51 – 75	B	Baik
26 – 50	C	Cukup
≥ 25	K	Kurang

Menyetujui,

Guru Pembimbing

Muhamad Marjuki, S.Pd

Yogyakarta, 7 Agustus 2014

Mahasiswa PPL UNY

Rahmat Tohir Bintoro

NIM. 11601241090

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SMA N 1 Kalasan

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Kelas/semester : XI / Satu

Materi Pokok : Senam Ketangkasan

Alokasi Waktu : 135 Menit

A. Kompetensi Inti

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

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Ketercapaian Kompetensi

No	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian
1.	1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai	<ul style="list-style-type: none">❖ Memanjatkan doa sebelum memulai pembelajaran supaya diberikan keselamatan❖ Melakukan doa syukur ketika selesai kegiatan pembelajaran
2.	2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri,	<ul style="list-style-type: none">❖ Melakukan aktivitas dengan berhati-hati atau tidak ceroboh dalam kegiatan pembelajaran

	orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas.	❖ Melakukan kegiatan pembelajaran senam ketangkasan loncat harimau dengan disiplin dan mematuhi aturan
3.	3.5 Menganalisis dan mengategorikan keterampilan gerak senam ketangkasan serta menyusun rencana perbaikan	❖ Peserta didik dapat memahami dan mengerti tentang rol depan, rol belakang, loncat harimau, sikap lilin dan hand stand dalam olahraga senam ketangkasan
4.	4.5 Mempraktikkan perbaikan keterampilan dua jenis gerak dasar senam ketangkasan menggunakan meja lompat sesuai hasil analisis dan kategorisasi	❖ Peserta didik mampu mempraktikkan teknik rol depan, rol belakang, loncat harimau, sikap lilin dan hand stand dalam olahraga senam ketangkasan

C. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti pembelajaran ini,

Para peserta didik diharapkan terbiasa melakukan doa sebelum dan sesudah kegiatan pembelajaran.

- ✓ Peserta didik mampu bersyukur dengan segala hal yang telah diterimanya selama ataupun setelah mengikuti kegiatan pembelajaran.
- ✓ Para peserta didik mampu bertanggung jawab dalam melakukan kegiatan pembelajaran demi keselamatan bersama.
- ✓ Para peserta didik disiplin mengikuti aturan kegiatan pembelajaran.
- ✓ Para peserta didik mengetahui teknik melakukan rol depan, rol belakang, loncat harimau, sikap lilin dan hand stand dalam senam ketangkasan.
- ✓ Para peserta didik mampu melakukan teknik rol depan, rol belakang, loncat harimau, sikap lilin dan hand stand dengan benar.

D. Materi Pembelajaran

Teknik rol depan, rol belakang, loncat harimau, sikap lilin dan hand stand dalam senam ketangkasan

E. Metode Pembelajaran

- ✓ Pendekatan Sainifik
- ✓ Metode Ceramah

- ✓ Metode Komando

F. Sumber Belajar

Drs. Muhajir, M. Ed. 2014. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMA Kelas XI*. Bandung: Erlangga.

G. Media Pembelajaran

- Media : gambar tentang teknik rol depan, rol belakang, loncat harimau, sikap lilin dan hand stand dalam senam ketangkasan
- Alat :
 - Matras : 1 buah
 - Peluit : 1 buah

H. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

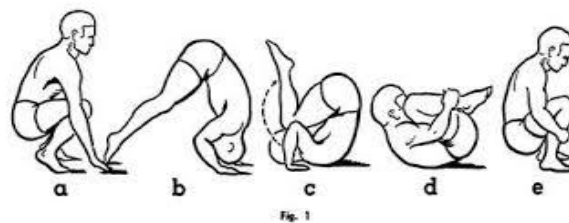
Pendahuluan (30 menit)

- Peserta didik dibariskan.
- Melakukan doa pembuka bersama-sama.
- Mempresensi peserta didik dan menanyakan keadaan ada yang sedang sakit atau tidak.
- Menjelaskan tujuan kegiatan pembelajaran yang akan dilaksanakan.
- Melakukan apersepsi tentang olahraga senam ketangkasan loncat harimau.
- Melakukan pemanasan yang dipimpin oleh pembimbing.
Pemanasan : pemanasan statis – dinamis

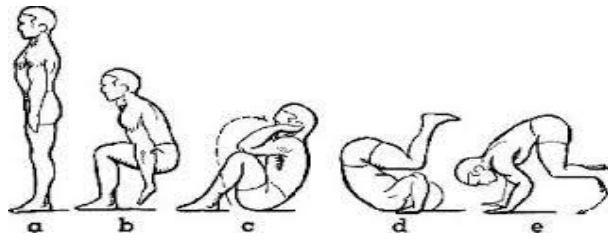
Kegiatan Inti (80 menit)

Mengamati :

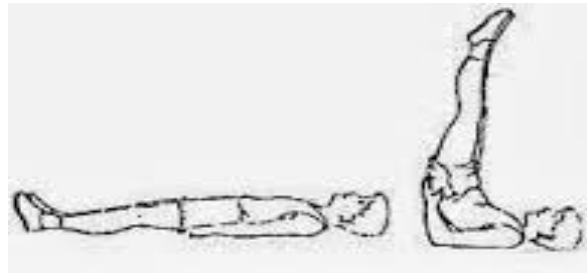
Peserta didik mengamati gambar teknik melakukan rol depan, rol belakang, loncat harimau, sikap lilin dan hand stand dalam olahraga senam ketangkasan yang diberikan pembimbing.



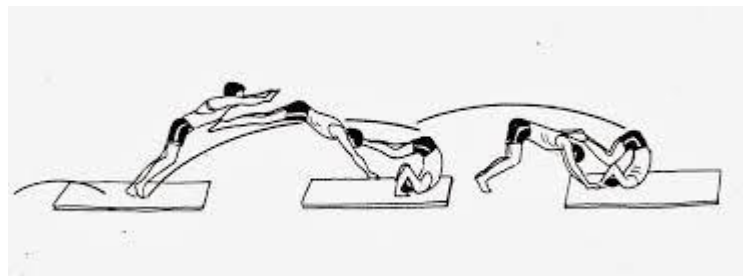
a. Roll depan



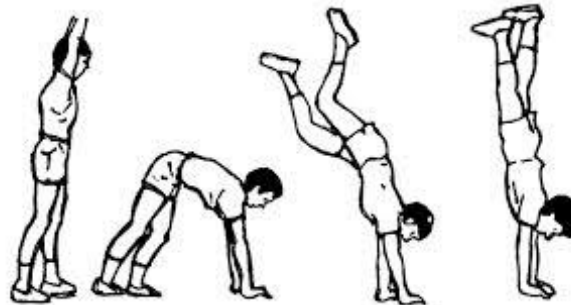
b. Roll belakang



c. Sikap lilin



d. Loncat harimau



e. Hand stand

Menanyakan :

Peserta didik menanyakan hal-hal yang kurang jelas dari gambar teknik melakukan rol depan, rol belakang, loncat harimau, sikap lilin dan hand stand.

Mengeksplorasi :

Peserta didik melakukan teknik rol depan, rol belakang, loncat harimau, sikap lilin dan hand stand secara bergantian.

Mengasosiasikan :

Dalam praktek tersebut peserta didik mencari kekurangan dan mencoba mencari solusi supaya teknik yang diperagakan menjadi benar dan sesuai dengan gambar dan contoh yang diberikan oleh guru.

Mengkomunikasikan :

3. Semua siswa dikumpulkan, kemudian diberikan kesempatan untuk berdiskusi baik sesama siswa, ataupun dengan guru.
4. Peserta didik menunjukkan sikap respek pada orang lain dengan mendengarkan secara seksama setiap ada orang lain yang berpendapat.

Penutup (25 menit)

- Peserta didik melakukan pendinginan secara bersama-sama
- Pemberian tugas dari pembimbing untuk siswanya
- Melakukan doa penutup yang dipimpin oleh pembimbing
- Salam penutup

I. Penilaian

Penilaian sikap sosial dan spiritual

- ✓ Teknik penilaian : observasi
- ✓ Bentuk instrument : daftar cek (✓)
- ✓ Pedoman penskoran :

No	Aspek yang diobservasi	Pengamatan	
		Muncul	Tidak muncul
1	Berdoa sebelum dan sesudah pelajaran		
2	Menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dalam pembelajaran		
3	Bersedia berbagi peralatan dan kesempatan dalam melakukan kegiatan pembelajaran		
4	Mematuhi aturan dalam kegiatan pembelajaran		

Instrument : Lihat lampiran 1

Penilaian pengetahuan

- ✓ Teknik penilaian : portofolio
- ✓ Bentuk instrument : daftar cek
- ✓ Kisi-kisi :

No	Indikator	Butir Instrumen
1	Menjelaskan urutan teknik melakukan rol depan.	1

2	Menjelaskan urutan teknik melakukan rol belakang.	2
3	Menjelaskan urutan teknik melakukan loncat harimau.	3
4	Menjelaskan urutan teknik melakukan sikap lilin.	4
5	Menjelaskan urutan teknik melakukan hand stand.	5
6	Menjelaskan macam-macam olahraga dalam senam ketangkasan	6

Instrument : Lihat lampiran 2

Penilaian keterampilan

- a. Teknik penilaian : observasi
- b. Butiran instrument : daftar cek
- c. Kisi-kisi :

No	Keterampilan	Butiran instrument
1	Melakukan tes praktik rol depan	1
2	Melakukan tes praktik rol belakang	2
3	Melakukan tes praktik loncat harimau	3
4	Melakukan tes praktik sikap lilin	4
5	Melakukan tes praktik hand stand	5

Instrument : Lihat lampiran 3

Yogyakarta, 14 Agustus 2014

Menyetujui,

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL UNY

Muhamad Marjuki, S.Pd

Rahmat Tohir Bintoro

NIM. 11601241090

Lampiran 1

Rubrik penilaian pengamatan sikap sosial dan spiritual

No	Aspek yang diobservasi	Pengamatan	
		Muncul	Tidak muncul
1	Berdoa sebelum dan sesudah pelajaran		
2	Menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dalam pembelajaran		
3	Bersedia berbagi peralatan dan kesempatan dalam melakukan kegiatan pembelajaran		
4	Mematuhi aturan dalam kegiatan pembelajaran		

Kriteria penilaian sikap social dan spiritual :

- b. Skor 1 apabila muncul salah satu dari 4 pengamatan diatas.
- c. Skor 2 apabila muncul 2 aspek yang dilakukan oleh siswa dari 4 pengamatan diatas.
- d. Skor 3 apabila muncul 3 aspek yang dilakukan oleh siswa dari 4 pengamatan diatas.
- e. Skor 4 apabila keempat aspek diatas terpenuhi.

Kualifikasi nilai akhir (N A) penilaian sikap sosial dan spiritual

Skor	Kualifikasi
1,00 – 1,99	Sikap kurang (K)
2,00 – 2,99	Sikap cukup (C)
3,00 – 3,99	Sikap baik (B)
4,00	Sikap sangat baik (SB)

Lampiran 2

Rubrik penilaian pengamatan pengetahuan

No	Pertanyaan	Kualitas jawaban			
		1	2	3	4
1	Jelaskan urutan teknik melakukan rol depan?				
2	Jelaskan urutan teknik melakukan rol belakang?				
3	Jelaskan urutan teknik melakukan rol loncat harimau?				
4	Jelaskan urutan teknik melakukan rol sikap lilin?				
5	Jelaskan urutan teknik melakukan rol hand stand?				
6	Menyebutkan macam-macam senam ketangkasan?				

$$N A = \sum \text{skor} : 6$$

Kualifikasi nilai akhir (N A) penilaian pengetahuan

Skor	Kualifikasi
1,00 – 1,99	Sikap kurang (K)
2,00 – 2,99	Sikap cukup (C)
3,00 – 3,99	Sikap baik (B)
4,00	Sikap sangat baik (SB)

Lampiran 3

Lembar Pengamatan Keterampilan

No	Aspek yang dinilai	Kualitas jawaban			
		1	2	3	4
1	Melakukan tes praktik rol depan				
2	Melakukan tes praktik rol belakang				
3	Melakukan tes praktik loncat harimau				
4	Melakukan tes praktik sikap lilin				
5	Melakukan tes praktik hand stand				

$$N A = \sum \text{ skor} : 5$$

Kualifikasi nilai akhir (N A) penilaian pengetahuan

Skor	Kualifikasi
1,00 – 1,99	Sikap kurang (K)
2,00 – 2,99	Sikap cukup (C)
3,00 – 3,99	Sikap baik (B)
4,00	Sikap sangat baik (SB)

Kriteria penilain teknik roll depan :

1. Skor 1 jika melakukan awalan dengan benar, yaitu Mengambil posisi jongkok bertumpu dengan kedua telapak kaki dan kaki rapat, badan condong kedepan, kedua lengan lurus kedepan, telapak tangan menghadap ke depan. Konsentrasikan diri pada latihan.
2. Skor 2 jika melakukan gerakan mengguling dengan benar, yaitu Letakkan tumpuan kedua telapak tangan pada lantai atau matras, tangan lurus selebar bahu, badan condong kedepan, kedua tungkai lurus, dan pantat lebih tinggi dari bahu. Masukkan kepala diantara kedua lengan hingga dagu merapat didada dan bersamaan dengan itu dorongkan pinggul hingga pundak menyentuh lantai bersamaan dengan melihat siku, kemudian dilanjutkan berguling menggulat kedepan secara berurutan dengan pundak punggung dan tungkai ditekuk ke depan mengikuti arah gerakan.
3. Skor 3 jika melakukan sikap akhir dengan baik yaitu Kembali ke sikap jongkok. Badan condong kedepan bertumpu dengan ujung telapak kaki, kaki rapat, lutut ditekuk, dan ke dua tangan lurus kedepan.
4. Skor 4 jika kriteria pada bagian nomer 1,2 dan 3 terpenuhi semua.

Kriteria penilain teknik roll belakang :

1. Skor 1 jika siswa melakukan sikap permulaan dengan benar, yaitu Jongkok dengan kedua ujung telapak kaki, badan condong ke depan, kedua tangan lurus sejajar bahu, dan posisi tubuh membelakangi arah sasaran.
2. Skor 2 jika siswa melakukan gerakan mengguling kebelakang dengan benar, yaitu Dengan menjatuhkan badan kebelakang, kedua lengan dibengkokkan dan dagu dirapatkan kedada

serta telapak tangan mengarah ke atas. Ibu jari berada didekat telinga, kemudian badan mengguling ke belakang bulat. Mendarat pada matras secara berurutan dimulai dari pantat, punggung, tengkuk, kepala bagian belakang, kedua tungkai dalam posisi ditekuk mengikuti gerakan badan pada saat berguling, kemudian dengan cepat kedua tangan dibulatkan hingga lurus pada saat pinggul mencapai titik tertinggi.

3. Skor 3 jika siswa melakukan sikap akhir dengan benar, yaitu Sewaktu badan mengguling mendarat pada kaki, kedua tangan cepat dilepas hinggakembali dalam posisi jongkok dan kedua tangan lurus ke depan.
4. Skor 4 jika kriteria pada bagian nomer 1,2 dan 3 terpenuhi semua.

Kriteria penilaian teknik loncat harimau :

1. Skor 1 jika siswa melakukan sikap awalan dengan benar, yaitu Berdiri tegak, kedua lengan lurus disamping, pandangan lurus kedepan.
2. Skor 2 jika siswa melakukan gerakan loncat harimau dengan benar, yaitu Dengan gerakan awalan jongkok melakukan gerakan meloncat kedepan atas dengan tolakan dua kaki, saat melayang kedua lengan lurus kedepan. Pada saat kedua tangan menyentuh, kepala menunduk kedada antara kedua tangan, sehingga bahu dan tengkuk menyentuh matras, lipat kedua kaki, selanjutnya mengguling ke depan dengan tangan lurus.
3. Skor 3 jika siswa melakukan sikap akhir dengan benar, yaitu Sikap akhir jongkok kemudian berdiri.
4. Skor 4 jika kriteria pada bagian nomer 1,2 dan 3 terpenuhi semua.

Kriteria penilaian teknik sikap lilin :

1. Skor 1 jika siswa melakukan awalan dengan benar, yaitu Tidur terlentang, kedua tangan di saping badan, pandangan ke atas.
2. Skor 2 jika siswa melakukan gerakan sikap lilin dengan benar, yaitu Angkat kedua kaki lurus ke atas dan rapat. Yang menjadi landasan adalah seluruh pundak dibantu kedua tangan menopang pada pinggang.
3. Skor 3 jika siswa melakukan sikap akhir dengan benar, yaitu pertahankan sikap ini beberapa saat. Setelah itu kembali ke posisi tidur terlentang.
4. Skor 4 jika kriteria pada bagian nomer 1,2 dan 3 terpenuhi semua.

Kriteria penilaian teknik hand stand :

1. Skor 1 jika siswa melakukan sikap awalan dengan benar, yaitu sikap jongkok, kedua tangan diletakkan di atas matras, posisi telapak tangan dan jari-jari terbuka.
2. Skor 2 jika siswa melakukan gerakan hand stand dengan benar, yaitu kedua tangan lurus menahan sisi kanan dan kiri untuk menopang berat badan dan kedua lutut menempel pada matras dan ujung kaki menghadap ke bawah. Perlahan-lahan angkat kedua kaki ke atas dan luruskan, pandangan ke bawah.
3. Skor 3 jika siswa melakukan sikap akhir dengan benar yaitu Pertahankan keadaan hand

stand beberapa saat. Kemudian melakukan guling kedepan dengan sikap akhir jongkok.

4. Skor 4 jika kriteria pada bagian nomer 1,2 dan 3 terpenuhi semua.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SMA N 1 Kalasan

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Kelas/semester : XI / Satu

Materi Pokok : Atletik Lari Estafet

Alokasi Waktu : 135 Menit

A. Kompetensi Inti

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

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.
- 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.
- 3.3 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) serta menyusun rencana perbaikan.
- 4.3 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) sesuai hasil analisis dan kategorisasi.

C. Indikator Pencapaian Kompetensi

- a. Dengan kesadaran melakukan kegiatan olahraga untuk memelihara kebugaran jasmani sebagai bentuk syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa.
- b. Mampu menjelaskan teknik pertukaran tongkat dalam lari estafet .
- c. Menunjukkan sikap sportif, disiplin, tanggung jawab, menghargai teman, kerjasama, dan mau bergagi dengan teman dalam penggunaan alat dan sarana dalam melakukan aktifitas fisik
- d. Mampu melakukan variasi dan kombinasi cabang atletik dengan koordinasi gerak yang baik
- e. Mampu melakukan lari estafet sesuai dengan teknik yang dikuasai

D. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti pembelajaran ini,

- Para peserta didik diharapkan terbiasa melakukan doa sebelum dan sesudah kegiatan pembelajaran.
- Peserta didik mampu bersyukur dengan segala hal yang telah diterimanya selama ataupun setelah mengikuti kegiatan pembelajaran.
- Para peserta didik mampu bertanggung jawab dalam melakukan kegiatan pembelajaran demi keselamatan bersama.
- Para peserta didik disiplin mengikuti aturan kegiatan pembelajaran.
- Para peserta didik mengetahui teknik-teknik lari estafet dalam olahraga atletik.
- Para peserta didik mampu melakukan teknik-teknik lari estafet dalam olahraga atletik dengan benar.

E. Materi Pembelajaran

- Teknik start
 - Start jongkok
- Teknik lari dan pertukaran tongkat
- Memasuki garis finish

F. Strategi/Metode/Pendekatan Pembelajaran

- a. Model Pembelajaran Problem Base Learning, Problem Discovery Learning
- b. Metode: reciprocal (salingmenilai)
- c. Pendekatan Saintifik

G. Kegiatan Pembelajaran

KEGIATAN	DESKRIPSI KEGIATAN	ALOKASI WAKTU
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa merespons salam dan pertanyaan dari guru berhubungan dengan kondisi dan pembelajaran sebelumnya. 2. Siswa menerima informasi tentang keterkaitan pembelajaran sebelumnya dengan pembelajaran yang akan dilaksanakan. 3. Peserta didik menerima informasi kompetensi, materi, tujuan, dan langkah pembelajaran yang akan dilaksanakan. 	20 menit
Inti	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik mendapatkan contoh gerakan teknik start jongkok dari guru. 2. Peserta didik mencermati dan mengamati contoh gerakan yang diberikan oleh guru 3. Peserta didik mencoba mempraktikkan teknik gerakan yang dicontohkan oleh guru 4. Peserta didik mendapatkan contoh gerakan teknik lari dan teknik non visual dari guru. 5. Peserta didik mencermati dan mengamati contoh gerakan lari dan teknik non visual yang diberikan oleh guru 6. Peserta didik mencoba mempraktikkan teknik gerakan lari dan teknik non visual yang dicontohkan oleh guru 7. Peserta didik melakukan lomba estafet sesuai dengan teknik yang dikuasai dan peraturan permainan yang berlaku 8. Peserta didik memperbaiki gerakan yang salah sesuai dengan saran dari 	90 menit

	<p>kelompok lain sesuai dengan rubrik yang diberikan oleh guru.</p> <p>9. Bersama guru, peserta didik mengidentifikasi hambatan yang dialami saat mempraktikkan lari estafet dengan teknik non visual</p> <p>10. Pesertadidik mempraktikkan kembali lari estafet dengan teknik non visual umpan balik dari kelompok lain dan guru.</p> <p>11. Guru memberikan penghargaan terhadap kelompok peserta didik yang melakukan lari estafet dengan teknik non visual yang terbaik dari kelompok.</p>	
Kegiatan Penutup	<p>1. Peserta didik bersama guru menyimpulkan pembelajaran</p> <p>2. Peserta didik melakukan refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilakukan.</p> <p>3. Peserta didik dan guru merencanakan tindak lanjut pembelajaran untuk pertemuan selanjutnya.</p>	15 enit

H. SUMBER/MEDIA PEMBELAJARAN

Drs. Muhajir, M. Ed. 2014. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMA Kelas XI*. Bandung: Erlangga.

I. Penilaian Proses dan Hasil Belajar

Indikator Pencapaian Kompetensi	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen
a. Dengan kesadaran melakukan kegiatan olahraga untuk memelihara kebugaran jasmani sebagai bentuk syukur kepada tuhan Yang Maha Esa	Penilaian Observasi	Lembar penilaian sikap
b. Menunjukkan sikap sportif, disiplin, tanggung jawab, menghargai teman, kerjasama, dan mau bergagi	Penilaian Observasi.	1. Lembar penilaian sikap 2. Lembar penilaian

dengan teman dalam penggunaan alat dan sarana dalam melakukan aktifitas fisik		teknik
c. Mampu melakukan variasi dan kombinasi teknik lari estafet dengan koordinasi gerak yang baik		
d. Mampu melakukan lari estafet dengan teknik non visual sesuai dengan teknik yang dikuasai	Penilaian Observasi.	1. Lembar penilaian sikap 2. Lembar penilaian teknik

LEMBAR PENGAMATAN SIKAP

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/Semester : XI / 1

Tahun Ajaran : 2014 /2015

Waktu Pengamatan : Selama KBM berlangsung

Bubuhkan tanda V pada kolom-kolom sesuai hasil pengamatan.

No.	Nama Peserta didik	Disiplin				Kerjasama				Toleransi			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.													
2.													
3													
4													
5													

Keterangan

1 = kurang

2 = sedang

3 = baik

4 = sangat baik

LEMBAR PENGAMATAN KETRAMPILAN GERAK

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/Semester : XI / 1

Tahun Ajaran : 2014 /2015

Waktu Pengamatan : Saat KBM berlangsung

Bubuhkan tanda V pada kolom-kolom sesuai hasil pengamatan.

No.	Nama Peserta didik	Start jongkok				Tekniklari				Teknik Non visual			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.													
2.													
3													
4													
5													

Keterangan

1 = kurang

2 = sedang

3 = baik

4 = sangat baik

Nilaimaksimal = 12

Nilai= Nilai yang diraih

_____ X 100%

Nilaimaksimal

LEMBAR PENGAMATAN PERKEMBANGAN AKHLAK DAN KEPERIBADIAN

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/Semester : XI / 1

Tahun Ajaran : 2014 /2015

Waktu Pengamatan : Awal dan akhir Pembelajaran

Karakter yang diintegrasikan dan dikembangkan adalah kerja keras dan tanggung jawab.

Indikator perkembangan karakter kreatif, komunikatif, dan kerja keras

1. BT (belum tampak) *jika* sama sekali tidak menunjukkan usaha sungguh-sungguh dalam menyelesaikan tugas
2. MT (mulai tampak) *jika* menunjukkan sudah ada usaha sungguh-sungguh dalam menyelesaikan tugas tetapi masih sedikit dan belum ajeg/konsisten
3. MB (mulai berkembang) *jika* menunjukkan ada usaha sungguh-sungguh dalam menyelesaikan tugas yang cukup sering dan mulai ajeg/konsisten
4. MK (membudaya) *jika* menunjukkan adanya usaha sungguh-sungguh dalam menyelesaikan tugas secara terus-menerus dan ajeg/konsisten

Bubuhkan tanda V pada kolom-kolom sesuai hasil pengamatan.

No.	Nama Peserta didik	Kreatif				Komunikatif				Kerja keras			
		BT	MT	MB	MK	BT	MT	MB	MK	BT	MT	MB	MK
1.													
2.													
3.													

Pedoman Penskoran

Aspek	Skor
Peserta didik menjawab pernyataan benar dengan alasan benar	3
Peserta didik menjawab pernyataan benar tapi tidak didukung oleh alasan benar	2
Peserta didik menjawab pernyataan salah	1
SKOR MAKSIMAL	6

Soal Nomor 2 dan 3

Rubrik penilaian

No.	Kriteria Penilaian	Skor	Bobot
1.	Pilihan kata		5
	a. tepat dan sesuai	3	
	b. kurang tepat dan sesuai	2	
	c. tidak tepat dan sesuai	1	
2.	Kalimat		3
	a. mudah dipahami	2	
	b. sedikit sulit dipahami	1	
	c. sulit dipahami	0	
3.	Ejaan dan tanda baca		2
	a. tidak ada yang salah	2	
	b. sedikit yang salah	1	
	c. banyak yang salah	0	

Yogyakarta, 24 Agustus 2014

Mengetahui,

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL UNY

Muhamad Marjuki, S.Pd

Rahmat Tohir Bintoro
NIM. 11601241090

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Nama Sekolah	: SMAN 1 Kalasan
Kelas/Semester	: XI / 1
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Materi Pokok	: Teknik Dasar Sepak Bola
Waktu	: 3 x 45 menit

A. Kompetensi Inti :

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

B. Kompetensi Dasar dan Indikator:

KI	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.	1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga	<ul style="list-style-type: none">• Memanjatkan doa sebelum dan sesudah memulai pembelajaran agar diberikan keselamatan
2.	2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan	<ul style="list-style-type: none">• Mengembalikan alat-alat olahraga ke tempatnya setelah menggunakan. Berhati-hati dalam melakukan gerakan olahraga.

	<p>lingkungan sekitar.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Bekerjasama dengan teman satu tim dalam bermain sepak bola • Bergantian dalam penggunaan peralatan (bola, lapangan) • Menjalankan peraturan keselamatan dalam sepak bola (menyadari ruang gerak, menjaga teman yang sedang melakukan). • Menerima kekalahan dengan hati senang dan tidak berlebihan ketika menang
3.	3.5 Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan salah satu permainan bola besar untuk peningkatan keterampilan	<ul style="list-style-type: none"> • Menjelaskan cara/ teknik dasar mengumpan/mengoper bola dengan menggunakan kaki bagian dalam, luar, dan punggung kaki • Menjelaskan cara/teknik dasar mengontrol bola dengan menggunakan kaki dan dada.
4.	4.1 mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan dalam memainkan salah satu permainan bola besar dengan koordinasi gerak yang baik	<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan teknik mengumpan bola dengan menggunakan kaki bagian dalam, luar, dan punggung kaki • Mempraktikkan teknik mengontrol/ menahan bola dengan menggunakan kaki dan dada • Bermain sepak bola dengan peraturan yang dimodifikasi

C. Tujuan Pembelajaran

Setelah melalui proses pembelajaran:

1. peserta didik terbiasa memanjatkan doa sebelum dan sesudah pelajaran dengan khusuk.

2. peserta didik mampu menunjukkan perilaku tanggungjawab pada keselamatan diri dan kelompok.
3. peserta didik mampu menunjukkan perilaku disiplin menjalankan peraturan keselamatan diri dan kelompok.
4. Peserta didik mampu menunjukan perilaku bekerjasama dengan teman satu tim/kelompok.
5. Peserta didik mampu menunjukan sikap menerima kekalahan atau kemenangan dalam permainan
6. Peserta didik mampu menunjukan perilaku toleransi dalam penggunaan sarana dan prasarana olahraga pada teman yang lain
7. Peserta didik mampu menjelaskan teknik dasar mengumpan bola dengan kaki bagian dalam, luar, dan punggung kaki pada sepak bola
8. Peserta didik mampu menjelaskan teknik menahan/mengontrol bola dengan menggunakan kaki dan dada
9. Peserta didik mampu mempraktikan dasar mengumpan bola dengan kaki bagian dalam, luar, dan punggung kaki pada sepak bola.
10. Peserta didik mampu mempraktikan teknik menahan/mengontrol bola dengan menggunakan kaki dan dada.
11. Peserta didik mempraktikan permainan sepak bola dengan peraturan yang dimodifikasi.

D. Materi Pembelajaran :

1. Latihan dasar menendang
 1. Menendang bola dengan kaki bagian dalam
 - a. Kaki tumpu berada di samping bola
 - b. Lutut ditekuk sedikit
 - c. Kaki diputar ke luar pada pangkal paha membentuk sudut 90 derajat
 - d. Pergelangan kaki yang akan menendang dikencangkan
 - e. Bagian dalam kaki tepat mengenai pertengahan bola lalu kaki tendang
 - f. Bergerak lurus searah bola.



2. Menendang bola dengan kaki bagian luar

- a. Badan lurus dengan bola
- b. Kaki tumpu berada di samping bola
- c. Pergelangan Kaki diputar ke dalam, selanjutnya bola ditendang dengan kaki bagian luar.



3. Menendang bola dengan punggung kaki

- a. Badan lurus dengan bola
- b. Kaki tumpu berada di samping bola
- c. Pergelangan Kaki dikuatkan, punggung kaki menghadap ke depan, ujung kaki lebih rendah dari tumit selanjutnya bola ditendang dengan kaki bagian atas atau bagian punggung kaki.



4. Latihan dasar menahan bola

Mengontrol bola dengan kaki bagian dalam

- a. Badan tegak, kaki kanan di depan, lutut sedikit ditekuk
- b. Pergelangan kaki dikunci dengan mata kaki menghadap ke depan
- c. Kaki kiri digunakan sebagai tumpuan dan menopang berat badan dikaki kiri
- d. Tangan rileks untuk menjaga keseimbangan badan

5. Latihan dasar menahan bola

Mengontrol bola dengan kaki bagian luar

- a. kaki kanan di depan,
- b. Pergelangan kaki diputar, ujung kaki menghadap kebawah, lutut ditekuk
- c. Kaki kiri digunakan sebagai tumpuan, lutut ditekuk hingga berat badan ada di kaki kiri.
- d. Badan sedikit condong
- e. Tangan rileks untuk menjaga keseimbangan badan

E. Metode Pembelajaran.

1. Pendekatan: saintifik (*scientific*)
2. Model Pembelajaran : Resiprokal, TGFU

F. Sumber Belajar.

Drs. Muhajir, M. Ed (2007). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMA KELAS XI JILID II*. Jakarta: ERLANGGA

Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Kurikulum 2013. Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemdikbud.

G. Media Pembelajaran

1. Media

Gambar : gambar teknik dasar sepak bola

2. Peralatan

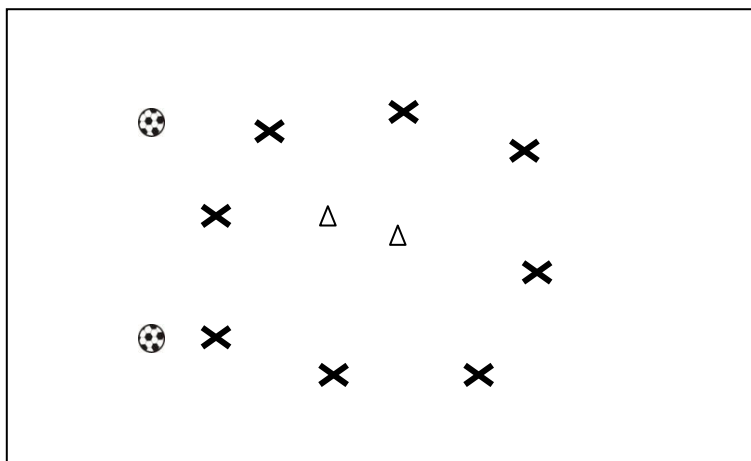
1. Peluit : 1 buah

2. Stopwatch : 1 buah
3. Bola : 4 buah
4. Cones : 10 buah
5. Lap. Sepak bola : Lapangan Sepak Bola SMA N 1 Kalasan

H. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran.

a. Pendahuluan (20 menit)

1. Menyiapkan peserta didik dalam barisan dua bersyaf.
2. Dipimpin berdoa untuk keselamatan dalam pembelajaran dan kebermanfaatannya.
3. Mengecek kehadiran semua peserta didik dan menanyakan kesehatan mereka secara umum.
4. Menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dicapai pada hari itu.
5. Melakukan apersepsi dengan menyampaikan sedikit cerita tentang pemain sepak bola internasional yang pandai dalam melakukan passing, kontrol, dan dribbling, kemudian menyampaikan gambaran materi yang akan dilakukan.
6. Melakukan Pemanasan dalam bentuk permainan “kucing-kucingan”
Siswa dibariskan melingkar, kemudian 2 siswa dijadikan sebagai kucing untuk merebut bola. Jika bola tersebut oleh salah satu siswa, maka bergantian.



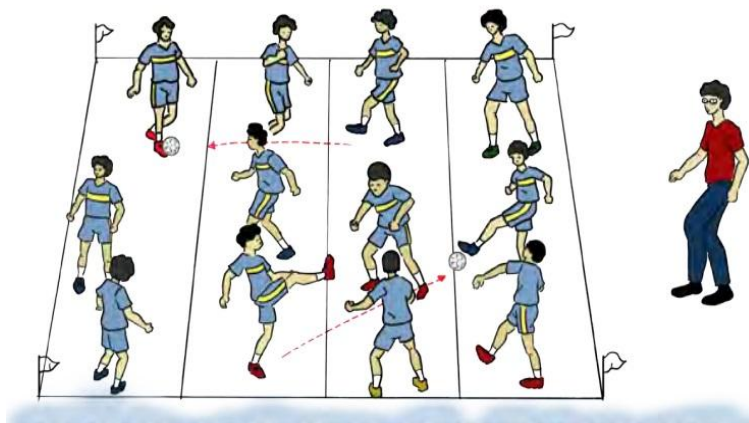
- X : Siswa
 Δ : siswa (kucing)
 ⚽ : Bola

b. Inti (90 menit)

• Mengamati

1. Siswa melakukan permainan sambil mengamati gerakan temannya terkait passing dan kontrol bola. Permainan ini disebut “Gobak Sodor Bola”

- Siswa bebas melakukan gerakan menendang dan menahan bola sesuai pengetahuan mereka terlebih dahulu
- Tempatkan 3 pemain pada setiap bidang (4 bidang)
 - a. Tim A 3 Pemain pada bidang 1
 - b. Tim B 3 pemain pada bidang 2
 - c. Tim C 3 pemain pada bidang 3
 - d. Tim D 3 pemain pada bidang 4
- Setiap tim harus mengumpan melewati satu bidang tanpa direbut oleh musuh di depan bidangnya.
- Tim yang diumpani melakukan kontrol bola
- Setiap tim diberi 1 bola
- Setiap siswa tidak boleh keluar dari bidangnya masing-masing
- Ketika bola bisa melewati musuh mendapat point 1
- Permainan dilakukan selama 10-15 menit



2. Siswa dikumpulkan dan mengamati media pembelajaran berupa teknik dasar sepak bola (mengumpan dan menahan bola)

- **Menanya (Question)**

1. Peserta didik secara aktif mempertanyakan hal-hal yang berkaitan dengan teknik mengumpan dan menahan bola
2. Guru mengajukan beberapa pertanyaan untug memancing siswa berkaitan dengan permainan yang sudah dilakukan. (misalnya: bagaimana cara kalian mengumpan kepada rekan 1 tim kalian?, apakah yang ada di media gambar

sudah kalian lakukan semua?, bagaimana caranya mengumpan jarak dekat?
Kenapa kalian sering kehilangan bola saat mengontrol? Dll)

- **Mengeksplorasi (Practice)**

1. Siswa melakukan gerakan mengumpan dan menahan bola secara baik dan benar sesuai dengan apa yang ada di media gambar secara berpasangan (menyesuaikan jumlah bola)
2. Siswa saling mengoreksi satu sama lain
3. Latihan ini dilakukan secara berulang-ulang

- **Mengasosiasi**

1. Siswa sudah mulai mampu menguasai teknik dasar menendang dan menahan bola pada permainan sepak bola
2. Siswa melakukan permainan ke-2, sebagai implementasi pengalaman belajar yang telah terbangun.

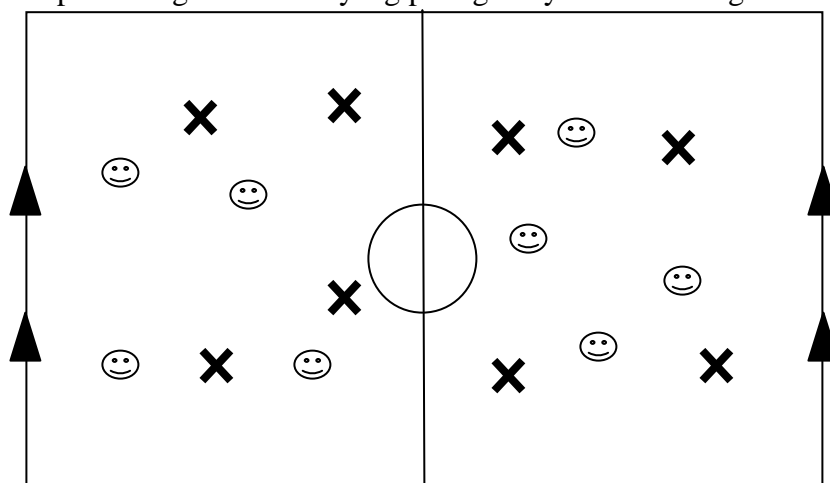
- Siswa dibagi menjadi 2 tim, Tim A dan Tim B

- Permainan sama seperti sepak bola pada umumnya

- Pada permainan ini tidak menggunakan penjaga gawang

- Tiap siswa mempunyai 3 kali kesempatan sentuhan pada bola (sentuhan pertama untuk mengontrol, dan sentuhan ke dua dan ketiga untuk mengumpan atau mencetak angka, peraturan tersebut dibuat agar siswa tidak bermain secara individu dan mengabaikan materi utama)

- Tim pemenang adalah tim yang paling banyak mencetak gol.



- **Mengkomunikasikan**

1. Peserta didik dikumpulkan, kemudian diberi kesempatan untuk berdiskusi baik sesama siswa maupun dengan guru, kemudian melakukan refleksi
2. Peserta didik menunjukkan sikap respek pada orang lain dengan mendengarkan secara seksama setiap ada orang lain yang berpendapat.

c. Penutup (25 menit)

1. Peserta didik melakukan pelepasan/pendinginan.
2. Peserta didik bersama guru, melakukan refleksi.
Ajukan kepada peserta didik pertanyaan:
 - 1) Apa yang telah kalian pelajari hari ini?
 - 2) Bagaimana perasaan kalian sebelum dan setelah melakukan gerakan?
 - 3) Apa yang harus diperhatikan ketika akan mengumpan ke rekan satu tim agar rekannya menerima bola dengan enak?
3. Peserta didik bersama guru menyimpulkan tentang teknik dasar mengumpan dan menahan bola pada permainan sepak bola.
4. Guru menyampaikan tugas untuk minggu depan
5. Peserta didik bersama-sama guru berdoa
6. Salam penutup

I. Penilaian

1. Penilaian sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan aktivitas di dalam kelas. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu bertanggung jawab, sportif, dan disiplin.

Keterangan:

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

Aspek yang Diukur	Deskripsi Sikap yang Diukur	BT	MT	TN
1. Disiplin	Hadir tepat waktu			
	Menggunakan seragam OR			
	Mengikuti seluruh proses pembelajaran			
	Selesai tepat waktu			

2. Kerja sama	Bersama-sama menyiapkan peralatan			
	Saling memberikan umpan secara bergantian			
	Menjaga bola secara bergantian			
3. Tanggung jawab	Menyelesaikan tugas yang diterima			
	Menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain			
	Tidak mencari cari kesalahan teman			
	Saling menghargai			
	Mau mengakui kesalahan yang dilakukan			

Keterangan:

- a. BT : Belum Tampak
- b. MT : Mulai Tampak
- c. TN : Tampak Nyata

2. Penilain pengetahuan

Jawab secara lisan atau tulisan, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak mengumpan dan menghentikan bola dalam permainan sepak bola.

Butir pertanyaan penilain pengetahuan :

1. Sebutkan bagian kaki mana saja yang dapat digunakan untuk menendang bola.
2. Sebutkan bagian kaki mana saja yang dapat digunakan untuk mengontrol/menghentikan bola.
3. Jelaskan bagian kaki mana yang dapat dengan efektif untuk menontrol bola yang datangnya menyusur tanah.
4. Bagian kaki mana yang paling efektif untuk menendang bola jarak jauh.
5. Jelaskan keuntungan menghentikan bola dengan bagian dada.

3. Penilaian keterampilan

Lakukan teknik dasar mengumpan dan mengontrol bola dalam bermain sepakbola, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses), kecepatan dan ketepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

Penilaian proses teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan dan mengontrol bola)

No	Nama Siswa	Mengumpan					Mengontrol					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.															
2.															
Dsb															
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 8															

Skor yang diperoleh

Penilaian Proses = ----- X 100%

Jumlah skor maksimal

Penilaian produk/prestasi teknik dasar (mengumpan ke arah sasaran) selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri		
..... > 20 kali > 16 kali	100%	Sangat Baik
16 – 19 kali	13 – 15 kali	90%	Baik
12 – 15 kali	9 – 12 kali	80%	Cukup
8 – 11 kali	6 – 8 kali	70%	Kurang
..... < 8 kali < 6 kali	60%	Kurang Sekali

Yogyakarta, 10 Juli 2014

Mengetahui

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL

Muhamad Marjuki, S.Pd

Rahmat Tohir Bintoro

NIM. 11601241090

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SMA N 1 Kalasan

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Kelas/semester : XI / Satu

Materi Pokok : Atletik Lompat Jauh

Alokasi Waktu : 135 Menit

A. Kompetensi Inti

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

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta	1.1.1 Berdoa sebelum dan sesudah pelajaran
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri	2.4.1 Menunjukkan kerja sama dalam pembelajaran 2.5.1 Menunjukkan sikap toleransi

<p>sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktifitas fisik</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>	<p>dalam pembelajaran</p> <p>2.6.1 Menampilkan sikap disiplin dalam pembelajaran</p> <p>2.4.1 Bersedia bekerjasama dalam melakukan permainan.</p>
<p>3.3 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) serta menyusun rencana perbaikan</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjelaskan cara menolak yang baik 2. menjelaskan saat melayang di udara supaya kaki berayun depan belakang 3. Menjelaskan cara pendaratan yang tepat dan dapat meminimalisir cedera
<p>4.3 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) sesuai hasil analisis dan kategorisasi.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan berbagai teknik dasar atletik (Awalan, Melayang, Mendarat) 2. Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar atletik 3. Mempraktekkan variasi dan kombinasi teknik dasar atletik dalam permainan sederhana

C. Tujuan Pembelajaran

Setelah melalui proses pembelajaran peserta didik dapat:

1. Terbiasa memanjatkan doa sebelum dan sesudah pelajaran dengan khusuk.
2. Menunjukkan perilaku kerjasama dalam kelompok
3. Menunjukkan perilaku disiplin dalam pembelajaran secara berkelompok
4. Menunjukkan sikap toleran dalam pembelajaran secara kelompok

5. Menyebutkan jenis-jenis teknik dasar yang dapat divariasikan dan dikombinasikan antara awalan, melayang dengan jalan di udara, dan mendarat.
6. Menjelaskan cara melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar atletik
7. Menjelaskan berbagai kegunaan variasi dan kombinasi teknik dasar atletik
8. Melakukan berbagai teknik dasar atletik (Awalan, tumpuan, melayang, mendarat, Lompat jauh gaya jalan di udara)
9. Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar atletik (Awalan, tumpuan, melayang, mendarat, Lompat jauh gaya jalan di udara)
10. Mempraktekkan variasi dan kombinasi teknik dasar atletik lompat jauh gaya jalan di udara dalam perlombaan sederhana

D. Materi Pembelajaran

1. Atletik Lompat jauh gaya jalan di udara

Lompat jauh gaya jalan di udara dalam atletik adalah usaha atau upaya seorang atlet melompat sejauh jauhnya dengan cara menggunakan awalan yang semakin cepat, dan melayang dalam keadaan melayang mengayunkan kaki kedepan dan kebelakang yang dilanjutkan dengan mendarat dua kaki bersamaan diikuti lutut mengeper.

E. Metode Pembelajaran

1. Model pembelajaran berbasis proyek
2. Pendekatan saintifiks

F. Sumber Belajar

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

Drs. Muhajir, M. Ed. 2014. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMA Kelas XI*. Bandung: Erlangga.

G. Media, Alat dan Bahan Pembelajaran

1. Media

Gambar pelaksanaan lompat jauh jalan di udara

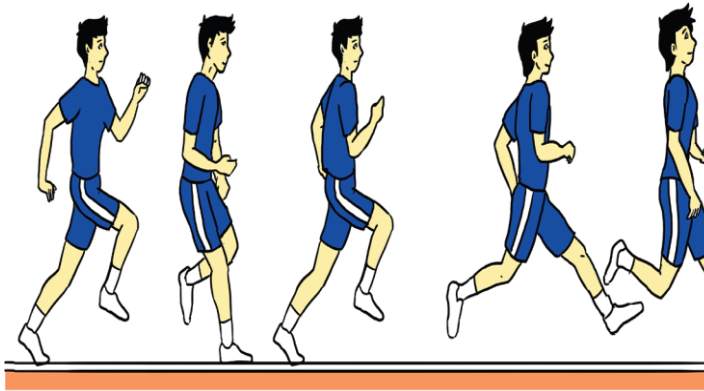
Video Pelaksanaan lompat jauh jalan di udara

2. Alat dan bahan

- | | | |
|-----------------------------------|----------|------------|
| 1. Laptop | : 1 buah | 6. Pancang |
| 2. LCD | : 1 buah | 7. Peluit |
| 3. <i>Screen monitor</i> : 1 buah | | 8. Meteran |
| 4. <i>Bak pasir</i> | | |
| 5. <i>Papan Tumpu</i> | | |

H. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

KEGIATAN	DESKRIPSI	Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none">1) Menyiapkan peserta didik dalam barisan empat bersyaf melengkung (semua peserta didik dapat melihat guru)2) Dipimpin berdoa untuk keselamatan dalam pembelajaran dan kebermanfaatannya.3) Mengecek kehadiran semua peserta didik dan menanyakan kesehatan mereka secara umum.4) Melakukan apersepsi dengan membandingkan kegiatan lompat jauh jalan di udara yang pernah dilakukan dengan aktivitas yang akan dipelajari dalam pembelajaran.5) Menjelaskan tujuan pembelajaran aktivitas lompat jauh yang akan dicapai pada hari itu.6) Menyampaikan garis besar cakupan materi aktivitas lompat jauh dan penjelasan tentang kegiatan yang akan dilakukan peserta didik untuk menyelesaikan permasalahan atau tugas.7) Melakukan pemansan dengan melakukan permainan tradisional.	25 Menit
Inti	<ol style="list-style-type: none">1. Secara klasikal guru memandu siswa untuk melakukan aktivitas lompat jauh jalan di udara secara bersama sama. siswa melakukan pengamatan langsung terhadap teman yang melakukan dan pengamatan media gambar. Gambar : Contoh gambar gerakan lompat jauh jalan di udara	95 Menit



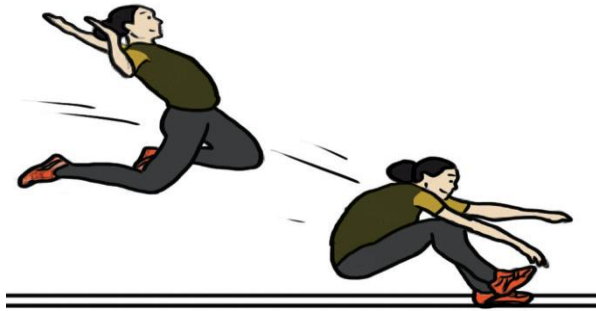
Gambar 1.2 Awalan



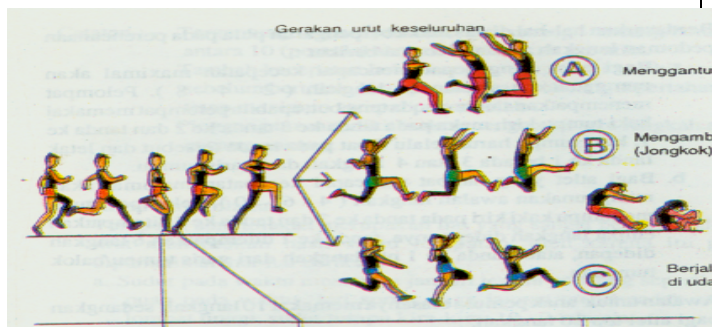
Gambar 1.2 Tolakan



Gambar 1.3 Gerakan Saat Melayang Berjalan Di Udara



Gambar 1.4 Gerakan Saat Pendaratan



Gambar 1.1 Gerakan Urut Keseluruhan

2. Mendiskusikan tentang aktivitas lompat jauh jalan di udara yang telah dilakukan, fokus pada teknik gerak dasar awalan, tumpuan, melayang jalan di udara dan mendarat dengan dua kaki bersamaan.
3. Dalam kelompok siswa melakukan identifikasi tentang teknik gerak langkah kaki saat awalan, tumpuan, melayang jalan di udara dan mendarat dengan dua kaki bersamaan.
4. Mendiskusikan tentang tugas membuat variasi dan kombinasi rangkaian gerak senam aerobik
5. Dalam kelompok siswa membuat variasi dan kombinasi rangkaian 3 teknik gerak langkah kaki dan teknik gerak lengan
6. Setiap siswa mempraktekan keseluruhan

	gerakan dari awai samapi akhir.	
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik melakukan pelepasan dan pelepasan 2. Peserta didik bersama guru, melakukan refleksi. 3. Peserta didik bersama guru menyimpulkan tentang tugas rangkaian gerak, menjelaskan kesalahan-kesalahan yang yang terjadi selama menyelesaikan tugas dan hal-hal yang perlu dilakukan untuk menyelesaikan tugas pada petremuan berikutnya. 4. Peserta didik bersama-sama guru berdoa menutup pembelajaran 	15 menit

I. Penilaian

1. Instrumen Penilaian Sikap

NO	NAMA SISWA	SPORTIF				TANGGUNG JAWAB				KEDISIPLINAN				JUMLAH SKOR	SKOR AKHIR	KET
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4			
1	Mbarep Awaludin															4=Baik sekali 3=Baik 2=cukup 1=Kurang
2	Ananda Kapindo															
3	Ragil Akhirudin															
4	Dst.....															
5	Dst.....															

Petunjuk Penskoran :

Skor akhir menggunakan skala 1 sampai 4

Perhitungan skor akhir menggunakan rumus :

$$\frac{\text{Skor}}{\text{Skor Tertinggi}} \times 4 = \text{skor akhir}$$

Peserta didik memperoleh nilai :

Sangat Baik : apabila memperoleh skor 3,20 – 4,00 (80 – 100)

Baik : apabila memperoleh skor 2,80 – 3,19 (70 – 79)

Cukup : apabila memperoleh skor 2.40 – 2,79 (60 – 69)

Kurang : apabila memperoleh skor kurang 2.40 (kurang dari 60%)

2. Instrumen Penilaian Pengetahuan

a. Tes Tertulis

No	Butir Pertanyaan	Skor			
		1	2	3	4
1	menjelaskan cara melakukan tumpuan yang benar saat lompat!				
2	Jelaskan cara melakukan melayang saat di udara!				
3	Jelaskan cara mendarat yang benar dan dapat mengurangi cedera!				
	JUMLAH				

Skor 4 : jawaban sangat lengkap dan benar

Skor 3 : Jawaban sebagian besar benar

Skor 2 : Jawaban sebagian kecil benar

Skor 1 : Jawaban salah tetapi sudah berusaha menjawab

Petunjuk Penskoran :

Skor akhir menggunakan skala 1 sampai 4

Perhitungan skor akhir menggunakan rumus :

$$\frac{\text{Skor}}{\text{Skor Tertinggi}} \times 4 = \text{skor akhir}$$

Dst																			
Skor maksimal : 12																			
<p>Petunjuk Penskoran :</p> <p>Skor akhir menggunakan skala 1 sampai 4</p> <p>Perhitungan skor akhir menggunakan rumus :</p> $\frac{Skor}{Skor\ Tertinggi} \times 4 = skor\ akhir$ <p>Peserta didik memperoleh nilai :</p> <p>Sangat Baik : apabila memperoleh skor 3,20 – 4,00 (80 – 100)</p> <p>Baik : apabila memperoleh skor 2,80 – 3,19 (70 – 79)</p> <p>Cukup : apabila memperoleh skor 2.40 – 2,79 (60 – 69)</p> <p>Kurang : apabila memperoleh skor kurang 2.40 (kurang dari 60%)</p>																			

Kalasan, 18 Agustus 2014

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL UNY

Muhamad Marjuki, S.Pd

Rahmat Tohir Bintoro
NIM. 11601241090

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SMA N 1 Kalasan
Kelas/Semester	: XI / Genap
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Materi Pokok	: Permainan Bola Basket
Waktu	: 3 x 45 menit

A. Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianut.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong) santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar,serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.
- 2.6 Disiplin dalam melakukan aktivitas fisik
- 3.1 Menganalisa variasi dan kombinasi ketrampilan gerak salah satu permainan bola besar
- 4.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi dalam memainkan salah satu permainan bola besar

C. Indikator pencapaian kompetensi

- 1.1.1 Melakukan doa sebelum memulai pembelajaran
- 2.1.1 Menunjukkan sikap sportip dalam bermain
- 2.2.1 Melakukan aktivitas dengan berhati-hati atau tidak ceroboh dalam kegiatan pembelajaran
- 2.6.1 Menunjukkan sikap disiplin dalam mengikuti pelajaran
- 3.1.1 Melakukan teknik dasar operan chest pass dalam bola basket
- 4.1.1 Melakukan permainan bola basket dengan menekan gerak dasar fundamental

D. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti pelajaran ini, diharapkan peserta didik dapat;

1. Melafalkan doa menurut agamanya masing-masing
2. Menunjukkan sikap sportip dalam bermain
3. Menunjukkan sikap disiplin dalam mengikuti pelajaran
4. Melakukan sikap awal operan chest pass dengan benar
5. Melakukan operan chest pass dengan benar
6. Melakukan koordinasi sikap awal dilanjutkan lemparan chest pass dengan benar

E. Materi Pembelajaran :

1. OPERAN CHEST PASS

Opera chest pass dalam permainan bola basket adalah usaha seseorang untuk mengoperkan bola kepada temanya agar dapat melakukan permainan dengan benar. Keberhasilan siswa dalam melakukan operan chest pass sangat dipengaruhi oleh faktor teknik, faktor fisik dan faktor psikologis. Adapun elemen dasar teknik bola basket dibawah ini.

Elemen dasar bagi pelaksanaan operan chest pass meliputi;

- 1) Persiapan (Sikap awal)
 - (a) Posisi kedua kaki dibuka selebar bahu
 - (b) Posisi kedua tangan didepan dada memegang bola
 - (c) Posisi badan rilek

- (d) Pandangan mata kearah depan
- (e) Sikap berdiri rilek kedua kaki agak ditek

2) Pelaksanaan operan chest pass

- (a) Bola dipegan didepan dada
- (b) Pada saat melemparkan bola kedua tangan lurus kedepan
- (c) Kemudian diikuti langkah kaki kanan
- (d) Pandangan mata arah depan

3) Gerakan Lanjutan (Sikap akhir)

- (a) Posisi tangan tetap rilek
- (b) Posisi kaki rilek
- (c) Pandangan mata kedepa ke arah penerima bola

F. Metode Pembelajaran.

Pendekatan: saintifik (*scientific*)

Komando

G. Kegiatan Pembelajaran.

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> • Berbaris, berdoa, presensi, dan apersepsi dengan Mengaitkan materi pembelajaran sekarang dengan pengalaman peserta didik atau pembelajaran sebelumnya. • Pengkondisian fisik, mental, untuk mengikuti pembelajaran. • Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran. 	25 menit

Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Membaca informasi tentang gerak fundamental permainan bola basket chest pass • Mencari informasi tentang gerak fundamental permainan bola voli passing bawah dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau • Mengamati permainan bola basket secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak fundamental • permainan bola basket chest pass dan membuat catatan hasil pengamatan. <div data-bbox="511 808 1144 1165" data-label="Image"> </div> <p style="text-align: center;">Gb.chest pass</p> <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Setelah peserta didik mengamati tentang bola basket, guru memfasilitasi peserta didik untuk menggali lebih dalam tentang materi bola basket khususnya operaran chest pass <p>Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk melakukan gerakan operan chest pass sesuai dengan hasil pengamatan. 	95menit
-------------	---	----------------

	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa melakukan operan chest pass secara berpasangan <p>A. Melakukan operan chest pass secara berpasangan dan berkelompok</p> <p>Menganalisis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik menilai gerakan operan chest pas secara individu • Secara berpasangan peserta saling menilai gerakan operan chest pass <p>Mengeksplorasi :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik menampilkan gerakan teknik dasar operan chest pass berdasarkan hasil penilaian secara individu maupun penilaian dari teman sejawat • Guru mengamati setiap gerakan yang dilakukan oleh peserta didik <p>Mengasosiasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik melakukan opera chest pass dengan berbagai kondisi • Peserta didik melakukan operan chest pass ke berbagai target • Guru mengamati keterampilan peserta didik selama permainan untuk dijadikan bahan penilaian 	
<p>Penutup</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pendinginan. • Evaluasi proses pembelajaran dengan memberikan tes lisan atau tertulis tentang materi passing bawah • Melakukan refleksi oleh guru dengan melibatkan peserta didik tentang materi passing bawah • Memberikan umpan balik dan penugasan pada 	<p>15Menit</p>

	peserta didik	
	<ul style="list-style-type: none"> • Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran, dan berdoa 	

H. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat :

- Lapangan, Bola basket, bola karet, penulit

2.Sumber Belajar

- Drs. Muhajir, M. Ed. 2014. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMA Kelas X*. Bandung: Erlangga.
- Buku Guru dan Buku Siswa Kurikulum 2013
- Buku referensi lain yang sesuai

I. Penilaian

1. Penilaian sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan aktivitas di dalam kelas. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu bertanggung jawab, sportif, dan disiplin.

Keterangan:

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

RUBRIK PENILAIAN

SIKAP DALAM PERMAINAN BOLA BASKET

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (\checkmark)
A. Sportif	
1. Menghargai teman dan lawan	
2. Menerima kekalahan	
3. Mentaati peraturan permainan	

B. Tanggung jawab	
1. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	
2. Mengembalikan peralatan pembelajaran ketempat yang telah disediakan	
3. Menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dalam beraktivitas.	
4. Menjaga ketertiban lingkungan sekitar	
5. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	
C. Disiplin	
1. Mengikuti kegiatan sesuai waktu yang ditentukan	
2. Mengikuti semua proses pembelajaran	
JUMLAH	
JUMLAH MAKSIMAL : 10	

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

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

2. Pengetahuan:

Jawab secara lisan atau tulisan, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak chest pass dalam permainan bolabasket

No	Pertanyaan	Kriteria Persekoran				Jumlah
		1	2	3	4	
1	Jelaskan sikap awal kaki, tangan, dan pandangan ketika akan melakukan teknik dasar operan chest pass					
2	Jelaskan posisi kaki, tangan, dan pandangan ketika melakukan operan chest pass					
3	Jelaskan sikap akhir kaki, tangan, dan pandangan ketika akan melakukan teknik dasar chest pass pada permainan bolavoli!					
4	Jelaskan rangkaian gerakan passing chest pass dalam permainan bola basket !					
5	Jelaskan kesalahan-kesalahan sikap awal dalam melakukan chest pass pada permainan bola basket					
6	Jelaskan kesalahan-kesalahan melakukan operan chest pass					
7	Jelaskan kesalahan-kesalahan sikap akhir dalam melakukan operan chest pass pada permainan bolavoli!					

Keterangan:

1. Skor 4: Jika peserta didik mampu menjelaskan tiga indikator (kaki, tangan, dan pandangan)

2. Skor 3: Jika peserta didik mampu menjelaskan dua indikator.
3. Skor 2: Jika peserta didik mampu menjelaskan salah satu indikator.
4. Skor 1: Jika peserta didik tidak satupun pertanyaan di atas mampu dijelaskan

Keterangan:

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

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

3. Tes unjuk kerja (keterampilan):

- 1). Lakukan teknik dasar chest pass

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 3

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

RUBRIK PENILAIAN OPERAN CHEST PASS

No	Dimensi	Indikator	Deskripsi Gerak	Nilai		
				3	2	1
1	Sikap Awal	1. Kaki	- Kedua kaki dibuka selebar bahu			
			- Lutut ditekuk rilek			

		2. Tangan	<ul style="list-style-type: none"> - Jari tangan dibuka lebar - Kedua tangan di depan dada - Kedua lengan rilek 		
		3. Badan dan Pandangan Mata	<ul style="list-style-type: none"> - Punggung direndahkan - Posisi badan relax - Pandangan ke depan 		
2	Pelaksanaan	(d) Kaki	<ul style="list-style-type: none"> - Kaki melangkah kedepan - Kaki kanan depan kiri belakang - Lutut ditekuk rilek 		
			2. Tangan	<ul style="list-style-type: none"> - Kedua tangan bersama melempar bola - Kedua tangan lurus - kedua tangan tidak kaku serta rilek 	
				3. Badan dan Pandangan Mata	<ul style="list-style-type: none"> - Berat badan dialihkan ke depan - Pinggul bergerak ke depan - Pandangan mata ke arah lemparan bola
		1. Kaki	<ul style="list-style-type: none"> - Kedua kaki tetap dibuka selebar bahu - Lutut ditekuk - Kedua kaki rilek 		
			2. Tangan		<ul style="list-style-type: none"> - Jari tangan terbuka - Kedua tangan ditarik kebelakang
		3		Sikap Akhir	

			ditempelkan didepan dada	
			- Kedua tangan rilek	
		3. Badan dan Pandangan Mata	- Posisi badan tegak rilek	
			- Pandangan mata kedepan	

Keterangan :

1. Peserta mendapatkan nilai 3, apabila ada tiga indikator yang dilakukan benar.
2. Peserta mendapatkan nilai 2, apabila ada dua indikator yang dilakukan benar.
3. Peserta mendapatkan nilai 1, apabila ada satu indikator yang dilakukan benar dan tidak ada satu indikator pun yang dilakukan benar
4. Nilai maksimal adalah 25

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Yogyakarta, 18 Agustus 2014
Mahasiswa PPL UNY

Muhamad Marjuki, S.Pd

Rahmat Tohir Bintoro
NIM. 11601241090

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SMA N 1 Kalasan
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/semester	: XI / Satu
Materi Pokok	: Atletik Lonpat Tinggi
Alokasi Waktu	: 135 Menit

A. Kompetensi Inti

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

B. Kompetensi Dasar

- 1.1. Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.

- 1.2. Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 3.3 Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan salah satu nomor atletik (lompat tinggi) untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.
- 4.3 Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan salah satu nomor atletik (lompat tinggi) dengan koordinasi gerak yang baik.

C. Indikator

- 1.1.1 Memelihara kesehatan tubuh
 - 1.2.1 Menjaga kesehatan tubuh dengan menerapkan gaya hidup aktif.
 - 2.2. 1 Merapikan kembali peralatan yang telah digunakan pada tempatnya
 - 2.6.1 Menunjukkan perilaku disiplin selama pembelajaran atletik
 - 3.3.3 Menganalisa variasi ketrampilan lompat tinggi gaya straddle
 - 3.3.4. Menganalisa kombinasi ketrampilan lompat tinnggi gaya straddle
 - 4.4.3 Mempraktukkan variasi ketrampilan lompat tinggi gaya straddle
 - 4.4.4 Mempraktikkkan kombinasi ketrampilan lompat tinggi gaya straddle

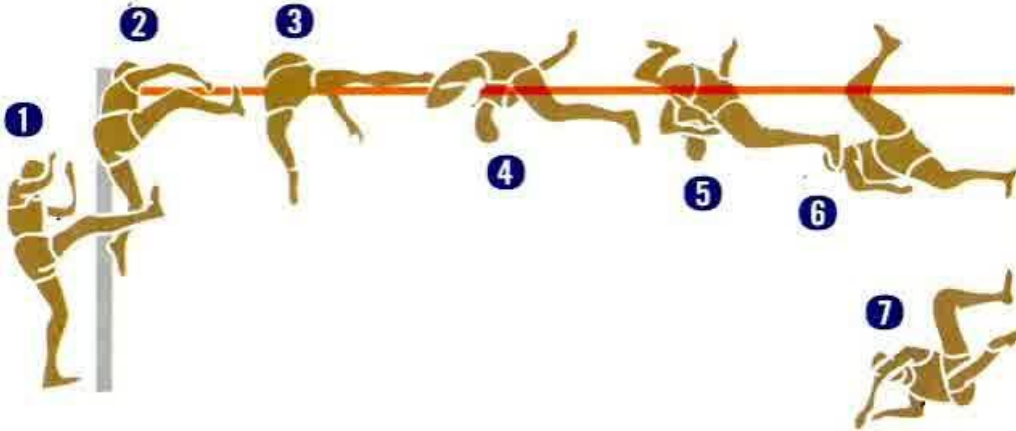
D. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti pembelajaran ini, diharapkan peserta didik dapat :

1. Memelihara kesehatan tubuh
2. Menjaga kesehatan tubuh dengan menerapkan gaya hidu aktif
3. Merapikan kembali peralatan yang telah digunakan pada tempatnya
4. Menunjukkan perilaku disiplin selama pembelajaran atletik (lompat tinggi)
5. Melakukan teknik dasar lompat tinggi melalui latihan gerak awalan, menolak, posisi badan saat diatas mistar dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.
6. Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasarlompat tinggi (awalan, menolak ,posisi badan saat diatas mistar dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.

7. Melakukan perlombaan lompat tinggi gaya straddle dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

E. Materi Pembelajaran



Atletik (Lompat tinggi gaya straddle)

Tujuan Lompat tinggi adalah agar pelompat mencapai lompatan yang setinggi-tingginya.

Lompat tinggi memerlukan unsure –unsur pokok antara lain awalan, tolakan, saat badan diatas mistar dan mendarat.

Teknik dasar Lompat tinggi gaya straddle/gaya guling

1. Awalan

lompat tinggi gaya straddle dilakukan dalam garis lurus yang menyerong dari permukaan depan matras pendaratan. Sudut yang disarankan adalah sekitar 20-30 derajat dari garis lurus matras, tetapi dapat juga awalan tersebut berbentuk lengkung dengan sudut 45-55 derajat terhadap mistar.

2. Tolakan kaki

Tolakan kaki tumpu harus kuat agar menghasilkan gerakan naik yang maximum.

Untuk mencapai ini, langkah terakhir agak lebih lebar dengan sikap badan agak menengadah disertai gerakan ayunan keatas untuk membantu mengangkat titik berat badan lebih tinggi.

3. Saat badan diatas mistar

Setelah mencapai titik tinggi maximum badan diputar kekiri penuh dengan kepala mendahului melewati mistar, perut dan dada menghadap kebawah, kaki tumpuan yang semula bergantung, ditarik dalam sikap kangkang. Pada saat ini kaki kanan sudah turun dan tangan sudah bersiap siap membantu mendarat.

4. Teknik mendarat

Setelah melewati mistar dapat langsung jatuh pada punggung yang tidak membahayakan bagi pelompat.

C. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi
2. Dril
3. Resiprokal (Saling menilai sesama teman)

D. Langkah-langkah Pembelajaran

Pertemuan ke 1

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru membariskan siswa,memberi salam dan berdoa sebelum belajar.2. Guru mengecek kehadiran siswa.3. Guru menjelaskan Kompetensi Dasar yang harus di capai.4. Guru memberikan penjelasan tujuan pembelajaran.5. Pemanasan khusus lari jarak pendek dalam bentuk permainan	20 menit
Inti	<ul style="list-style-type: none">•Guru memberikan pertanyaan pancingan yang terkait dengan teknik dasar dalam lompat tinggi(<i>Menggembangkan rasa ingin tahu</i>)•Guru memberi penjelasan cara melakukan latihan teknik dasar ompat tinggi (awalan , tolakan, saat badan diatas mistar dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.•Melakukan latihan teknik dasar lompat tinggi gaya stradle (awalan,tolakan,sat badan diatas mistar dan mendarat) yang dilakukan dengan koordinasi yang baik.•Penjelasan cara melakukan latihan variasi dan kombinasi	100 menit

	<p>teknik dasar lompat tinggi gaya straddle (awala, tolakan saat badan diatas mistar) yang dilakukan) dengan koordinasi yang baik.</p> <ul style="list-style-type: none"> •Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar lompat tinggi (awalan, tolakan saat badan diatas mistar mendarat) yang dilakukan dengan koordinasi yang baik. •Perlombaan lompat tinggi gaya straddle dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi . • Guru mengevaluasi/memberikan umpan balik terhadap latihan yang telah dilakukan siswa dan penguatan dalam bentuk lisan, tulisan, isyarat maupun hadiah terhadap keberhasilan latihan yang telah dilakukan siswa (<i>menanamkan sikap saling menghargai, percaya diri, santun, kritis dan logis</i>) •Siswa menanggapi/melakukan refleksi dari hasil pengalaman belajar yang baru dilakukan. (<i>menanamkan sikap memahami kelebihan dan kekurangan orang lain</i>) •Guru memberi motivasi kepada siswa yang kurang atau belum berpartisipasi aktif/belum maksimal dalam latihan (<i>menanamkan sikap peduli dan percaya diri</i>) 	
<p>Penutup</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pendinginan. • Evaluasi proses pembelajaran dengan memberikan tes lisan lompat tinggi gaya straddle <ul style="list-style-type: none"> ○ Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari ○ Guru menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya • Memberikan umpan balik dan penugasan pada peserta didik • Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran, dan berdoa 	<p>15 Menit</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Berbaris dan berdoa (<i>menanamkan sikap disiplin dan religius</i>) 	
--	---	--

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- mistar
- matras

2. Sumber Pembelajaran :

- Media cetak
 - Drs. Muhajir, M. Ed. 2014. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMA Kelas XI*. Bandung: Erlangga.
 - Buku atletik
- Media elektronik
 - Audio/video visual teknik dasar lompat tinggi
 - Rekaman/cuplikan perlombaan lompat tinggi

F. Penilaian

1. Penilaian sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan aktivitas di dalam kelas. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu bertanggung jawab, sportif, dan disiplin.

Keterangan:

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

RUBRIK PENILAIAN
SIKAP DALAM LOMPAT TINGGI

No	Sikap spiritual dan social	Skor			
		1	2	3	4
1	Memelihara kesehatan tubuh				
2	Menjaga kesehatan tubuh dengan menerapkan gaya hidup aktif				
3	Merapihkan kembali peralatan yang telah digunakan pada tempatnya				
4	Menunjukkan perilaku disiplin selama pembelajaran atletik				
	Jumlah skor Max = 16 (4 x4)				
	Nilai = jumlah skor perolehan/skor maksimal x 100%				

Perhitungan skor akhir menggunakan rumus :

$$\frac{\text{Skor}}{\text{Skor Tertinggi}} \times 4 = \text{skor akhir}$$

Peserta didik memperoleh nilai :

Sangat Baik : apabila memperoleh skor 3,20 – 4,00 (80 – 100)

Baik : apabila memperoleh skor 2,80 – 3,19 (70 – 79)

Cukup : apabila memperoleh skor 2,40 – 2,79 (60 – 69)

Kurang : apabila memperoleh skor kurang 2,40 (kurang dari 60%)

4. Pengetahuan:

Rubrik Penilaian pemahaman lompat Tinggi :

No	Butir Pertanyaan	Skor			
		1	2	3	4
1	Deskripsikanlah awalan lompat tinggi gaya straddle				
2	Deskripsikanlah gerak tolakan lompat tinggi gaya straddle				
3	Deskripsikanlah sikap badan di atas mistar lompat tinggi gaya straddle				
4	Deskripsikanlah gerakan pendaratan lompat tinggi gaya straddle				
	JUMLAH				

Skor 4 : jawaban sangat lengkap dan benar

Skor 3 : Jawaban sebagian besar benar

Skor 2 : Jawaban sebagian kecil benar

Skor 1 : Jawaban salah tetapi sudah berusaha menjawab

Petunjuk Penskoran :

Skor akhir menggunakan skala 1 sampai 4

Perhitungan skor akhir menggunakan rumus :

$$\frac{\text{Skor}}{\text{Skor Tertinggi}} \times 4 = \text{skor akhir}$$

Peserta didik memperoleh nilai :

Sangat Baik : apabila memperoleh skor 3,20 – 4,00 (80 – 100)

Baik : apabila memperoleh skor 2,80 – 3,19 (70 – 79)

Cukup : apabila memperoleh skor 2,40 – 2,79 (60 – 69)

Kurang : apabila memperoleh skor kurang 2,40 (kurang dari 60%)

5. Tes unjuk kerja (keterampilan)

1. Awalan

lompat tinggi gaya straddle dilakukan dalam garis lurus yang menyerong dari permukaan depan matras pendaratan. Sudut yang disarankan adalah sekitar 20-30 derajat dari garis lurus matras, tetapi dapat juga awalan tersebut berbentuk lengkung dengan sudut 45-55 derajat terhadap mistar.

2. Tolakan kaki

Tolakan kaki tumpu harus kuat agar menghasilkan gerakan naik yang maximum.

Untuk mencapai ini, langkah terakhir agak lebih lebar dengan sikap badan agak menengadah disertai gerakan ayunan keatas untuk membantu mengangkat titik berat badan lebih tinggi.

3. Saat badan diatas mistar

Setelah mencapai titik tinggi maximum badan diputar kekiri penuh dengan kepala mendahului melewati mistar, perut dan dada menghadap kebawah, kaki tumpuan yang semula bergantung, ditarik dalam sikap kangkang. Pada saat ini kaki kanan sudah turun dan tangan sudah bersiap siap membantu mendarat.

4. Teknik mendarat

Setelah melewati mistar dapat langsung jatuh pada punggung yang tidak membahayakan bagi pelompat.

Nama	Penilaian Ketrampilan Gerak																Nilai
	Prosedural Gerakan																
	Awalan				Tolakan				Badan diatas mistar				Pendaratan				
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
1. Tio																	
2. Novie																	
dst.																	

Petunjuk Penskoran :

Skor akhir menggunakan skala 1 sampai 4

Perhitungan skor akhir menggunakan rumus :

$$\frac{Skor}{Skor\ Tertinggi} \times 4 = skor\ akhir$$

Peserta didik memperoleh nilai :

Sangat Baik : apabila memperoleh skor 3,20 – 4,00 (80 – 100)

Baik : apabila memperoleh skor 2,80 – 3,19 (70 – 79)

Cukup : apabila memperoleh skor 2,40 – 2,79 (60 – 69)

Kurang : apabila memperoleh skor kurang 2,40 (kurang dari 60%)

Yogyakarta, 12 Agustus 2014

Mengetahui,

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL UNY

Muhamad Marjuki, S.Pd

Rahmat Tohir Bintoro

NIM. 11601241090

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SMA N I KALASAN

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Kelas/semester : XI / SATU

Materi Pokok : Pola Hidup Sehat (Penyalahgunaan Narkoba)

Alokasi Waktu : 3X45 menit

A. 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 sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.1 Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran.	<ul style="list-style-type: none">• Menganjatkan doa sebelum dan sesudah memulai pembelajaran agar diberikan keselamatan.
2.6 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.	<ul style="list-style-type: none">• Menunjukkan perilaku kerja sama, selama melakukan aktivitas.

2.9	Memiliki perilaku hidup sehat.	<ul style="list-style-type: none"> • Menunjukkan perilaku hidup sehat.
3.2	Memahami dan menganalisis bahaya penggunaan narkoba	<ul style="list-style-type: none"> • Menjelaskan jenis-jenis narkoba dan bahaya penyalahgunaan narkoba
4.11	Menyajikan hasil identifikasi dan analisis bahaya penggunaan Narkoba	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan identifikasi tentang jenis-jenis dan bahaya penyalahgunaan narkoba

C. Tujuan Pembelajaran

Setelah melalui proses pembelajaran peserta didik dapat:

1. terbiasa memanjatkan doa sebelum dan sesudah pelajaran dengan khusuk.
2. menunjukkan perilaku kerja sama, selama melakukan aktivitas.
3. menunjukkan perilaku hidup sehat.
4. menjelaskan pengertian narkoba
5. menjelaskan jenis-jenis narkoba
6. menjelaskan bahaya penyalahgunaan narkoba
7. mengidentifikasi tentang jenis-jenis narkoba
8. mengidentifikasi tentang bahaya penyalahgunaan narkoba

D. Materi Pembelajaran

Penyalahgunaan Narkoba

E. Metode Pembelajaran

- Pendekatan saintifik
- Diskusi

F. Sumber Belajar

Drs. Muhajir, M. Ed (2007). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMA KELAS XI JILID II*. Jakarta: ERLANGGA

G. Media Pembelajaran

Media

Power Point Penyalahgunaan Narkoba

Alat dan bahan

- Ruang kelas
- Laptop, kertas kuis

H. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

a. Pendahuluan (25 menit)

1. Peserta didik duduk di kelas dengan tertib, ucapkan salam atau selamat pagi kepada peserta didik.
2. Dipimpin berdoa untuk keselamatan dalam pembelajaran dan kebermanfaatannya.
3. Mengecek kehadiran semua peserta didik dan menanyakan kesehatan mereka secara umum.
4. Guru harus memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat dan siap untuk mengikuti proses pembelajaran.
5. Melakukan apersepsi tentang penyalahgunaan Narkoba
6. Menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dicapai pada hari itu.

b. Kegiatan inti (80 menit)

Mengamati

- ✓ Peserta didik memperhatikan penjelasan tentang Penyalahgunaan Narkoba dengan melihat media yang diperlihatkan oleh guru.
- ✓ Peserta didik mengamati/ menganalisis (mencatat, merangkum, dll)

Mempertanyakan.

Peserta didik mempertanyakan hal-hal yang berkaitan dengan penyalahgunaan Narkoba, misalnya : 1. Apa yang menyebabkan orang terjerumus ke narkoba? 2. Apa akibat dari penyalahgunaan Narkoba? Dll.

Mencoba/Mengeksplorasi

Peserta didik berdiskusi membentuk kelompok. Kelompok dibagi menjadi 5.

Peserta didik diberi permasalahan untuk melakukan percobaan atau praktik pada kelompoknya.

Peserta didik mendiskusikan tentang jenis-jenis narkoba dan bahayanya pada tiap-tiap kelompok.

Mengasosiasi

1. Peserta didik menemukan informasi tentang jenis-jenis narkoba dan bahaya penyalahgunaan narkoba
2. Tiap kelompok dibagikan gambar macam-macam narkoba dan pengaruhnya. Tiap kelompok harus mencocokkan gambar dan pengaruhnya.
3. Dibuat lomba antar kelompok

Mengomunikasikan

- I. Peserta didik mengemukakan hasil diskusi yang dilakukan.
- II. Peserta didik menunjukkan sikap respek pada orang lain dengan mendengarkan secara seksama setiap ada orang lain yang berpendapat.

c. Penutup (15 menit)

- ✓ Peserta didik bersama guru, melakukan refleksi.

Ajukan kepada peserta didik pertanyaan:

 Apa yang telah kalian pelajari hari ini?

 Apa saja bahaya penyalahgunaan narkoba?

- ✓ Peserta didik bersama guru menyimpulkan tentang penyalahgunaan Narkoba.
- ✓ Peserta didik bersama-sama guru berdoa.
- ✓ Salam penutup.

I. Penilaian Hasil Belajar

a. Teknik dan bentuk penilaian

1. Penilaian Pengetahuan

a. Petunjuk Penilaian

Setelah mempelajari materi pola hidup sehat, tugaskan kepada peserta didik untuk mengerjakan tugas kelompok di bawah ini dengan penuh rasa tanggung

jawab. Tugas kelompok ini dapat dikerjakan di rumah dan dikumpulkan dalam bentuk portofolio!

No	Butir Pertanyaan	Kriteria Penskoran					Nilai akhir
		1	2	3	4	Σ	
1	Jelaskan pengertian narkoba?						
2	Jelaskan bahaya penyalahgunaan narkoba?						
3	Sebutkan yang termasuk narkotika?						
4	Sebutkan yang termasuk psikotropika?						
5	Sebutkan yang termasuk zat psikoaktif lain?						
6	Sebutkan faktor2 yang menjerumuskan orang kedalam penyalahgunaan narkoba?						
7	Apa pengaruh dari penggunaan jangka panjang kokain?						
8	Jelaskan pengertian dari halusinogen?						
9	Sebutkan penyakit yang disebabkan dari penyalahgunaan narkoba?						
10	Jelaskan pengaruh jangka panjang penggunaan opium?						

b. Kriteria Penilaian (Pengetahuan/Pemahaman)

- Skor 4: jika peserta didik mampu menjelaskan tentang pengertian, jenis-jenis, penggolongan, bahaya, pengaruh, dan akibat dari narkoba.
- Skor 3: jika peserta didik mampu menjelaskan dua pertanyaan di atas.
- Skor 2: jika peserta didik mampu menjelaskan salah satu pertanyaan di atas.
- Skor 1: jika tidak satupun pertanyaan di atas mampu dijelaskan.

b. Penilaian Keterampilan

No	Nama Siswa	Aktif mengemukakan pendapat					Aktif bertanya					Aktif menjawab					Jml	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ		
1.																		
2.																		
dsb																		
Skor maksimal : 12																		

Keterangan :

Aktif mengemukakan pendapat :

1. Peserta didik mengemukakan gagasan-gagasan baru tentang bahaya penyalahgunaan narkoba dan psikotropika.
2. Peserta didik mengemukakan gagasan-gagasan baru tentang dampak positif penyalahgunaan narkoba dan psikotropika.
3. Peserta didik mengemukakan gagasan-gagasan baru tentang dampak negatif penyalahgunaan narkoba dan psikotropika.
4. Mengerti cara pencegahan penyalahgunaan narkoba dan psikotropika.

Aktif bertanya:

1. Peserta didik menanyakan tentang pengertian narkoba dan psikotropika
2. Peserta didik menanyakan jenis-jenis narkoba dan psikotropika
3. Peserta didik menanyakan tentang dampak penyalahgunaan narkoba dan psikotropika
4. Peserta didik menanyakan cara pencegahan penyalahgunaan narkoba dan psikotropika

Aktif menjawab:

1. Peserta didik berani menjawab pertanyaan dari kelompok lain
2. Peserta didik berani menanggapi pendapat dari kelompok lain
3. Peserta didik berani memberi masukan dan kritikan atas pendapat kelompok lain

4. Peserta didik berani mau menerima masukan dan kritikan atas pendapat kelompok lain

Petunjuk Penskoran :

Skor akhir menggunakan skala 1 sampai 4

Perhitungan skor akhir menggunakan rumus :

$$\frac{\text{Skor}}{\text{Skor Tertinggi}} \times 4 = \text{skor akhir}$$

Peserta didik memperoleh nilai :

Sangat Baik : apabila memperoleh skor 3,20 – 4,00 (80 – 100)

Baik : apabila memperoleh skor 2,80 – 3,19 (70 – 79)

Cukup : apabila memperoleh skor 2.40 – 2,79 (60 – 69)

Kurang : apabila memperoleh skor kurang 2.40 (kurang dari 60%)

c. Penilaian Sikap

FORMULIR PENILAIAN PENGAMATAN SIKAP.

NO	NAMA SISWA	RASA SYUKUR				TANGGUNG JAWAB				KEDISIPLINAN				JUMLAH SKOR	SKOR AKHIR	KET
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4			
1	PAIJO															4=Baik sekali 3=Baik 2=cukup 1=Kurang
2	RONO															
3	RINI															
4	Dst.....															
5	Dst.....															

Petunjuk Penskoran :

Skor akhir menggunakan skala 1 sampai 4

Perhitungan skor akhir menggunakan rumus :

$$\frac{Skor}{Skor\ Tertinggi} \times 4 = skor\ akhir$$

Peserta didik memperoleh nilai :

- Sangat Baik : apabila memperoleh skor 3,20 – 4,00 (80 – 100)
Baik : apabila memperoleh skor 2,80 – 3,19 (70 – 79)
Cukup : apabila memperoleh skor 2,40 – 2,79 (60 – 69)
Kurang : apabila memperoleh skor kurang 2,40 (kurang dari 60%)

Yogyakarta, 30 Agustus 2014

Menyetujui,

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL UNY

Muhamad Marjuki, S.Pd

Rahmat Tohir Bintoro

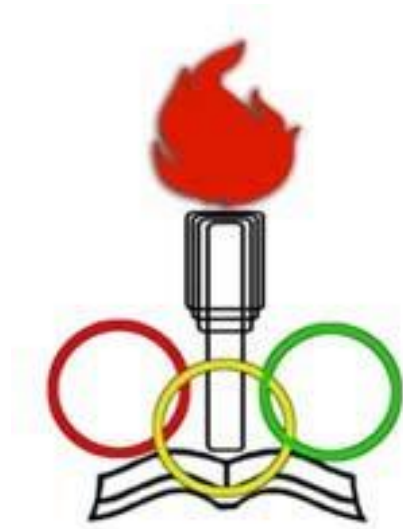
NIM. 11601241090

BUKU KERJA

1. PROGRAM TAHUNAN
2. PROGRAM SEMESTER
3. AGENDA KEGIATAN

Mata Pelajaran

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan



Nama : Rahmat Tohir Bintoro
Nim : 11601241090
Semester : Ganjil
Kelas : XI
Tahun Pel. : 2014/2015

SMA NEGERI I KALASAN

PROGRAM SEMESTER

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Kelas/ Semester : XI / GASAL

Satuan Pendidikan : SMA

Tahun : 2014/2015

NO	MATERI POKOK	WKT (JP)	BULAN																					Keterangan			
			JULI	AGUSTUS				SEPTEMBER				OKTOBER					NOVEMBER				DESEMBER						
			1	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3				
1.	Permainan Sepak Bola	2		X	X																				SUDAH TERMA SUK REMIDI AL		
2.	Permainan Bola Voli	2				X	X																				
3.	Permainan Bola Basket	2								X	X																
4.	Permainan Bola Kecil	2										X	X														
5.	Atletik	1													X												
6.	Senam Ketangkasan	1														X											
7.	Aktifitas Kebugaran	1																				X					
8.	Kesehatan (Narkoba)	1																					X				

Mengetahui
Guru Pembimbing

Kalasan, 17 Juli 2014
Mahasiswa PPL UNY

Muhamad Marjuki, S.Pd

RAHMAT TOHIR BINTORO
NIM. 11601241090

PROGRAM SEMESTER

MATA PELAJARAN : Pendidikan Jasmani ,Olahraga dan Kesehatan

NAMA SEKOLAH : SMA N 1 Kalasan

KELAS / SEMESTER : XI / Ganjil

TAHUN PELAJARAN : 2014 /2015

No	Bulan	Jumlah Minggu	Jumlah Minggu tidak Efektif	Jumlah Minggu Efektif
1	Juli	1	1	-
2	Agustus	4	0	4
3	September	4	2	2
4	Oktober	5	1	4
5	November	4	2	2
6	Desember	3	3	-
7	Jumlah pertemuan efektif			12 PT / 36 jam

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Muhamad Marjuki, S.Pd

Kalasan, 7 Juli 2014
Mahasiswa PPL UNY

Rahmat Tohir Bintoro
NIM. 11601241090

PROGRAM SEMESTER

MATA PELAJARAN : Pendidikan Jasmani ,Olahraga dan Kesehatan

NAMA SEKOLAH : SMA N 1 Kalasan

KELAS / SEMESTER : XI / Genap

TAHUN PELAJARAN : 2014 /2015

No	Bulan	Jumlah Minggu	Jumlah Minggu tidak Efektif	Jumlah Minggu Efektif
1	Januari	4	-	4
2	Februari	5	1	4
3	Maret	5	1	4
4	April	5	2	3
5	Mei	4	0	4
6	Juni	4	3	1
7	Jumlah pertemuan efektif			20 PT / 60 jam

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Muhamad Marjuki, S.Pd

Kalasan, 7 Juli 2014
Mahasiswa PPL UNY

Rahmat Tohir Bintoro
NIM. 11601241090

PROGRAM TAHUNAN

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Sekolah : SMA N 1 KALASAN

Kelas : XI

Tahun Pelajaran : 2014/2015

SEM	MATERI POKOK	WAKTU (Pertemuan)	Ket
Ganjil	1. Permainan Sepak Bola	2	
	2. Permainan Bola Voli	2	
	3. Permainan Bola Basket	2	
	4. Permainan Bola Kecil	2	
	5. Atletik	1	
	6. Senam Ketangkasan	1	
	7. Aktifitas Kebugaran	1	
	8. Kesehatan (Narkoba)	1	
	JUMLAH	12/36 Jam	
Genap	1. Permainan Sepak Bola	3	
	2. Permainan Bola Voli	2	
	3. Permainan Bola Basket	2	
	4. Permainan Bola Kecil	2	
	5. Atletik	2	
	6. Aktivitas Ritmik	2	
	7. Aktifitas Kebugaran	2	
	8. Narkotika	2	
	9. Pencegahan Penyakit Melalui Aktifitas Fisik dan Makanan Sehat	2	
	10. Remedial	1	
	JUMLAH	20/60 Jam	
	JUMLAH TOTAL	32/ 96 Jam	

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Muhamad Marjuki, S.Pd

Kalasan, 7 Juli 2014
Mahasiswa PPL UNY

Rahmat Tohir Bintoro
NIM. 11601241090

LEMBAR PENGAMATAN SIKAP DAN KINERJA PORTOFOLIO

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas/ Program : XI MIA 1 / Umum
 Kompetensi :

Bubuhkan tanda (v) pada kolom-kolom sesuai hasil pengamatan.

No	Nama Peserta Didik	Sikap															
		Aktif				Bekerjasama				Toleran				Kreatif			
		SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K
1	AGATHA DEA SILVIANA																
2	ANDRINI CANDRA SEPTIANA																
3	ANINDITA AYU NISA UTAMI																
4	ATIKAH NOVI ARYATI																
5	BAGAS SATRIA ADI																
6	BAGUS SURYA UTAMA																
7	BORHAN ADI SAPUTRA																
8	CHARLIDIA RISMA NANDALYNA																
9	DESTY RESTIA RAHMAWATI																
10	GALUH YOGA PRASTYO																
11	INDRA TIRTA WIJAYA																
12	IRMALA KARINDO ANINDYA																
13	MAHENDRA YUDITAMA																
14	MAHIRA NURLAILI																
15	MARIA DEVITA KUMALASARI																
16	MONICA YOGA KARTIKA																
17	NINDA MAULIDIASARI																
18	PERDANA ADITYA KUSUMA																
19	RINA WULANDARI																
20	RINI DWI ASTUTI																
21	RINUT WICAKSONO MANUHANA																
22	RIRIS ASIH RAHMI SUSANTI																
23	STEFANI NOZZELIA ERPIN ARYANI																
24	THEODORA MELISA ANGGRAENI																
25	YOHANES AGUNG WAHYU N																
26	YUSUP DERIAWAN																
27																	
28																	
29																	
30																	

KETERANGAN :

K : KURANG C : CUKUP B : BAIK SB : SANGAT BAIK

Mengetahui
 Guru Pembimbing

Kalasan, September 2014
 Mahasiswa PPL UNY

Muhamad Marjuki, S.Pd

Rahmat Tohir Bintoro
 NIM. 11601241090

LEMBAR PENGAMATAN SIKAP DAN KINERJA PORTOFOLIO

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas/ Program : XI MIA 2 / Umum
 Kompetensi :

Bubuhkan tanda (v) pada kolom-kolom sesuai hasil pengamatan.

No	Nama Peserta Didik	Sikap															
		Aktif				Bekerjasama				Toleran				Kreatif			
		SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K
1	ADEPINA MADEVI ALFIANNISA																
2	ANDHIKA BHANU RADITYA																
3	ANINDITA DIANA RIZABELLA																
4	ANISYA TURRODIYAH																
5	BAGUS CITTA BHAVANA																
6	BUNGA TRIGITA DEWI																
7	DAMAR SINGGIH WICAKSANA																
8	DARA CAESARRSTYA KURNIA																
9	DEVI ANGGRAHENI																
10	DYAN BAIYATURIDWAN																
11	EYLLEN MAULUDDANY																
12	FERREN FANTRIZHA																
13	MAILOLA ANLI KUSUMADEWI																
14	MANGGALA ADI PRATAMA																
15	MUHAMAD RAMADHANA DIMAS P																
16	NANDA KUMALA DEWI																
17	NIDYA ROHMA BUDIASIH																
18	NOVITA PERMATA SARI																
19	NOVIYANI WARDIASTUTI																
20	REFVI KURNIASARI																
21	RIDHA MAHARANIKA SHANDY																
22	ROMANUS ELSHADAI JUNIARTA																
23	SHYCA AURALIA																
24	TEGUH TRI ATMOJO																
25	VITA WULANDARI																
26	YENITASARI KHARISMANINGTYAS																
27																	
28																	
29																	
30																	

KETERANGAN :

K : KURANG C: CUKUP B: BAIK SB : SANGAT BAIK

Mengetahui
 Guru Pembimbing

Kalasan, September 2014
 Mahasiswa PPL UNY

Muhamad Marjuki, S.Pd

Rahmat Tohir Bintoro
NIM. 11601241090

LEMBAR PENGAMATAN SIKAP DAN KINERJA PORTOFOLIO

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas/ Program : XI MIA 3 / Umum
 Kompetensi :

Bubuhkan tanda (v) pada kolom-kolom sesuai hasil pengamatan.

No	Nama Peserta Didik	Sikap															
		Aktif				Bekerjasama				Toleran				Kreatif			
		SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K
1	AMALIA RAHMAH																
2	ANDRI KURNIAWAN																
3	ANGGIT PRASTOWO JATI																
4	ARI NUR CHINTIA																
5	ARSYAD FINAN NURYAHYA																
6	CAESAR NUR HANDAYANI																
7	CAHYA FARIDA KURNIAWATI F																
8	DANY AHMAD FARRASTIO																
9	DECA YANTY																
10	ENY DIAZ PARAMITA																
11	FARID MUNADI																
12	HANIIFAH KHAIRATUNNISA																
13	HESTINA FANDANI																
14	INTAN KHURNIAWATI																
15	INTAN LARASWHATY																
16	KAMILA RIEZKY AZKIYA																
17	KUSUMA GAMA SUKACA																
18	MAGHFIROH HANIF ANNISA																
19	NANDYA ARDYA TENOVA																
20	NUGROHO WIDIYANTORO																
21	RISDA FATIKASARI																
22	RIZZAL HARDIYANTO																
23	SEKAR ANINDYA																
24	YUGSA KHANINUR KHALIF																
25	ALDIYAZ DIFA PUTRA WIRANTO																
26	LATIFAH SONIA BUSYAIRI																
27																	
28																	
29																	
30																	

KETERANGAN :

K : KURANG C : CUKUP B: BAIK SB : SANGAT BAIK

Mengetahui
 Guru Pembimbing

Kalasan, September 2014
 Mahasiswa PPL UNY

Muhamad Marjuki, S.Pd

Rahmat Tohir Bintoro
NIM. 11601241090

LEMBAR PENGAMATAN SIKAP DAN KINERJA PORTOFOLIO

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas/ Program : XI MIA 4 / Umum
 Kompetensi :

Bubuhkan tanda (v) pada kolom-kolom sesuai hasil pengamatan.

No	Nama Peserta Didik	Sikap															
		Aktif				Bekerjasama				Toleran				Kreatif			
		SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K
1	AGESTI ARIANI																
2	ALFI NURRAHMA WIDIASTUTY																
3	ALWAN HARI PRAKOSO																
4	ARIEF PRASETYO PUTRA																
5	BAGUS MURSITO ALI																
6	BANGKIT PRAMUKTI																
7	CHORI UTAMI PUTRININGTYAS																
8	GALUH HAYUN MUSTIKA ASRI																
9	GEANISA LUTFI KHOLISHA																
10	HANIFA WICAK PRATIWI																
11	HELVY EKA ARDILASARI																
12	IBROHIM SAFI'I																
13	MAZHAGNA FURINDIA SAMSUDIN																
14	MUKTI SYARIFAH																
15	NAFISA CAHYANI PRAMUDITA																
16	NURAINI CAHYANINGRUM																
17	RAKA PRATAMA SETIAJI																
18	ROSANA ZULFAHMI																
19	ROSITTA NORMA DEWI																
20	SELLY NUR ANGGRAINI																
21	SHANTI NURHIDAYATI SAPUTRI																
22	TAUFIK DWIHERMAWAN																
23	TEGAR SETYA NUSA																
24	TRISKA AYU NURWIJAYANTI																
25	WILLY ADIMAS RAHMAWAN																
26	YOSTA FINA BELLA AMARAWATI																
27																	
28																	
29																	
30																	

KETERANGAN :

K : KURANG C: CUKUP B: BAIK SB : SANGAT BAIK

Mengetahui
 Guru Pembimbing

Kalasan, September 2014
 Mahasiswa PPL UNY

Muhamad Marjuki, S.Pd

Rahmat Tohir Bintoro
NIM. 11601241090

LEMBAR PENGAMATAN SIKAP DAN KINERJA PORTOFOLIO

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas/ Program : XI MIA 5 / Umum
 Kompetensi :

Bubuhkan tanda (v) pada kolom-kolom sesuai hasil pengamatan.

No	Nama Peserta Didik	Sikap															
		Aktif				Bekerjasama				Toleran				Kreatif			
		SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K
1	AFIFAH AFIANA SUSILA																
2	AISYA WAFDA MILADINA																
3	ANGGA ARYA SAPUTRA																
4	ANISA SAGITA HUTAMI																
5	ARYO BIMO BAYU AJI																
6	ASTA SENI CAKRA WARTI S S																
7	ATRAS NITO PUTRA																
8	BUNGA RAMADHANI																
9	DINA ADITAMA																
10	DIVA KURNIA ISLAMI																
11	DONY TRI SETIAWAN																
12	ERINA YUSTIKA SARI																
13	FARAH JASMINE DIANITA																
14	FARIZKY ADRISEPUTRA																
15	LISA TRI UTAMI																
16	NIKI RURUT PUTRI MAHARANI																
17	NURHAYATIWAHYU KURNIASARI																
18	NURUS SHOLIKHATI																
19	RHESA NICO PHILARET																
20	RIAN TAUFIQ																
21	RIZA ANHAR NURROHMAN																
22	RIZHA FATURAHMAN																
23	WINDA DWI ASTUTI																
24	ZHAFRISAN ARYA SANI																
25	ZIADA KHOIR																
26																	
27																	
28																	
29																	
30																	

KETERANGAN :

K : KURANG C: CUKUP B: BAIK SB : SANGAT BAIK

Mengetahui
 Guru Pembimbing

Kalasan, September 2014
 Mahasiswa PPL UNY

Muhamad Marjuki, S.Pd

Rahmat Tohir Bintoro
NIM. 11601241090

LEMBAR PENGAMATAN SIKAP DAN KINERJA PORTOFOLIO

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas/ Program : XI IIS 1 / Umum
 Kompetensi :

Bubuhkan tanda (v) pada kolom-kolom sesuai hasil pengamatan.

No	Nama Peserta Didik	Sikap															
		Aktif				Bekerjasama				Toleran				Kreatif			
		SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K
1	APRILLIA WAHYUNINGSIH																
2	ARBI IHZA MU'ARIF																
3	BAROROH DWI NURHAYATI																
4	BENEDICTUS ARIO SENON																
5	CAECILIA RIRIS KRISMARINI																
6	DEA CITRA DARA PAMELA																
7	ESTAVITA CHANTIK PEMBAYUN																
8	HUSNADHIYA SALMA																
9	IRSA SIKE HAWA MISARA																
10	MAXIMILIANUS GUSTAY																
11	MEGA JEJEG NURANI																
12	MEIKO NUGRAHANTO																
13	MUHAMMAD FARHAN NUR C																
14	MUHAMMAD RIZAL PRADIPTO																
15	NURUL HIDAYATI HARININGTYAS																
16	RAGA ELVAN HAMONANGAN M																
17	RENITA PUTRI SETYANINGRUM																
18	RETNANINGRUM KUSUMASTUTI																
19	SRI MARHENI PUSPANDARI																
20	STELLA LUDWINA OLDINI																
21	UMI RIYANI FATMAWATI																
22	YUSUF SUSENA																
23																	
24																	
25																	
26																	
27																	
28																	
29																	
30																	

KETERANGAN :

K : KURANG C : CUKUP B : BAIK SB : SANGAT BAIK

Mengetahui
 Guru Pembimbing

Kalasan, September 2014
 Mahasiswa PPL UNY

Muhamad Marjuki, S.Pd

Rahmat Tohir Bintoro
 NIM. 11601241090

LEMBAR PENGAMATAN SIKAP DAN KINERJA PORTOFOLIO

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas/ Program : X IIS 2 / Umum
 Kompetensi :

Bubuhkan tanda (v) pada kolom-kolom sesuai hasil pengamatan.

No	Nama Peserta Didik	Sikap															
		Aktif				Bekerjasama				Toleran				Kreatif			
		SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K
1	AHMAD LAZUARDI RABBANI																
2	ALLISA CAHYA KIRANA																
3	ANDREAS GESANG PRISKIADI																
4	ANIKE FEBRIYANI NUGRAHA																
5	BAGUS MUHAMMAD IKHSAN R																
6	CILIA RATU AYU HAPSARI																
7	DESI PRASASTININGRUM																
8	DYAJENG ARSYILA																
9	FATAHUDIN																
10	GALANG KRISNA AJI SURYA P																
11	HANDIARTI DYAH PRAMESTI																
12	IMA RUSDIANTI																
13	KINSHASA JUNIA TAKAYOMI																
14	LUTHFI AZIS SATYA PERMANA																
15	MUHAMMAD IHZA RIFYAL KA'BAH																
16	NORA SILVIA WARUWU																
17	PARAMA MURTI NASTI K																
18	RINA AMALIA																
19	RIZKA KANIA RAHMAH																
20	SANDIKA ABDI CHOIRINSANI																
21	SRI AYU RAHMAWATI																
22	ZULFA ADZKIA ZAHIDAH																
23																	
24																	
25																	
26																	
27																	
28																	
29																	
30																	

KETERANGAN :

K : KURANG C: CUKUP B: BAIK SB : SANGAT BAIK

Mengetahui
 Guru Pembimbing

Kalasan, September 2014
 Mahasiswa PPL UNY

Muhamad Marjuki, S.Pd

Rahmat Tohir Bintoro
 NIM. 11601241090

LEMBAR PENGAMATAN SIKAP DAN KINERJA PORTOFOLIO

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas/ Program : XI IIS 3 / Umum
 Kompetensi :

Bubuhkan tanda (v) pada kolom-kolom sesuai hasil pengamatan.

No	Nama Peserta Didik	Sikap															
		Aktif				Bekerjasama				Toleran				Kreatif			
		SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K	SB	B	C	K
1	ADITYA NOVANDITA																
2	AGUNG FEBY HERLAMBANG																
3	ALFIAN NATA HADI PRASETYA																
4	ARIE DWI KUSFITRIANI																
5	AULIA RATIH WIJAYANTI																
6	BAGUS CAHYO BAGASKORO																
7	BASHOFI YEKTI PRATOMO																
8	DEA ANGGRAINI																
9	DIFTA OLIVIA TIMUR ATMAJA																
10	DINA AYUSTYAWATI																
11	ELVARA YUNI DUANTARI																
12	HANIFAH																
13	IFTITA RUSDIANA FIRAHMATIKA																
14	MIFTAH AWALURRIZQI																
15	RAKHMAL FAJRIEN ANASTITANIA																
16	RISMA EDYANA																
17	SEILA BUANANINGTYAS ELISA D																
18	SEPTIAN PUTERA PERDANA																
19	SHIFA MUZDIAH FITRI																
20	SINDI EKA NOVITASARI																
21	WIDYAWATI																
22	YAN RESTU ADHITA LARAS																
23	YULIA NANDA YUNIAR																
24	ZAKIAH KHATAMI ROMADHONNA																
25																	
26																	
27																	
28																	
29																	
30																	

KETERANGAN :

K : KURANG C: CUKUP B: BAIK SB : SANGAT BAIK

Mengetahui
 Guru Pembimbing

Kalasan, September 2014
 Mahasiswa PPL UNY

Muhamad Marjuki, S.Pd

Rahmat Tohir Bintoro
 NIM. 11601241090

LEMBAR PENILAIAN :

Mapel : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
 Kelas : XI MIA 1

Semester :
 Tahun : 2014/2015

NO.	NIS	NAMA	L/P	Sikap Awal				Gerakan				Sikap Akhir				Jml	Nilai Proses	Nilai Akhir	Remidi / Tidak	Ket
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4					
1	9242	AGATHA DEA SILVIANA	P																	
2	9256	ANDRINI CANDRA SEPTIANA	P																	
3	9260	ANINDITA AYU NISA UTAMI	P																	
4	9272	ATIKAH NOVI ARYATI	P																	
5	9275	BAGAS SATRIA ADI	L																	
6	9280	BAGUS SURYA UTAMA	L																	
7	9286	BORHAN ADI SAPUTRA	L																	
8	9292	CHARLIDIA RISMA NANDALYNA	P																	
9	9302	DESTY RESTIA RAHMAWATI	P																	
10	9662	GALUH YOGA PRASTYO	L																	
11	9334	INDRA TIRTA WIJAYA	L																	
12	9337	IRMALA KARINDO ANINDYA	P																	
13	9345	MAHENDRA YUDITAMA	L																	
14	9346	MAHIRA NURLAILI	P																	
15	9349	MARIA DEVITA KUMALASARI	P																	
16	9355	MONICA YOGA KARTIKA	P																	
17	9366	NINDA MAULIDIASARI	P																	
18	9376	PERDANA ADITYA KUSUMA	L																	
19	9387	RINA WULANDARI	P																	
20	9388	RINI DWI ASTUTI	P																	
21	9389	RINUT WICAKSONO MANUHANA	L																	
22	9390	RIRIS ASIH RAHMI SUSANTI	P																	
23	9410	STEFANI NOZZELIA ERPIN ARYANI	P																	
24	9415	THEODORA MELISA ANGGRAENI	P																	
25	9424	YOHANES AGUNG WAHYU N	L																	
26	9429	YUSUP DERIAWAN	L																	

Mahasiswa PPL UNY

Rahmat Tohir Bintoro
 NIM. 11601241090

LEMBAR PENILAIAN :

Mapel : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
 Kelas : XI MIA 2

Semester :
 Tahun : 2014/2015

NO.	NIS	NAMA	L/P	Sikap Awal				Gerakan				Sikap Akhir				Jml	Nilai Proses	Nilai Akhir	Remidi / Tidak	Ket
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4					
1	9239	ADEPINA MADEVI ALFIANNISA	P																	
2	9253	ANDHIKA BHANU RADITYA	L																	
3	9261	ANINDITA DIANA RIZABELLA	P																	
4	9263	ANISYA TURRODIYAH	P																	
5	9277	BAGUS CITTA BHAVANA	L																	
6	9288	BUNGA TRIGITA DEWI	P																	
7	9295	DAMAR SINGGIH WICAKSANA	L																	
8	9297	DARA CAESARRSTYA KURNIA	P																	
9	9303	DEVI ANGGRAHENI	P																	
10	9310	DYAN BAIYATURIDWAN	L																	
11	9315	EYLLEN MAULUDDANY	P																	
12	9320	FERREN FANTRIZHA	P																	
13	9347	MAILOLA ANLI KUSUMADEWI	P																	
14	9348	MANGGALA ADI PRATAMA	L																	
15	9356	MUHAMAD RAMADHANA DIMAS P	L																	
16	9362	NANDA KUMALA DEWI	P																	
17	9364	NIDYA ROHMA BUDIASIH	P																	
18	9368	NOVITA PERMATA SARI	P																	
19	9369	NOVIYANI WARDIASTUTI	P																	
20	9380	REFVI KURNIASARI	P																	
21	9385	RIDHA MAHARANIKA SHANDY	P																	
22	9396	ROMANUS ELSHADAI JUNIARTA	L																	
23	9406	SHYCA AURALIA	P																	
24	9414	TEGUH TRI ATMOJO	L																	
25	9418	VITA WULANDARI	P																	
26	9423	YENITASARI KHARISMANINGTYAS	P																	

Mahasiswa PPL UNY

Rahmat Tohir Bintoro
 NIM. 11601241090

LEMBAR PENILAIAN :

Mapel : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
 Kelas : XI MIA 3

Semester :
 Tahun : 2014/2015

NO.	NIS	NAMA	L/P	Sikap Awal				Gerakan				Sikap Akhir				Jml	Nilai Proses	Nilai Akhir	Remidi / Tidak	Ket
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4					
1	9252	AMALIA RAHMAH	P																	
2	9255	ANDRI KURNIAWAN	L																	
3	9258	ANGGIT PRASTOWO JATI	L																	
4	9266	ARI NUR CHINTIA	P																	
5	9269	ARSYAD FINAN NURYAHYA	L																	
6	9290	CAESAR NUR HANDAYANI	P																	
7	9291	CAHYA FARIDA KURNIAWATI F	P																	
8	9296	DANY AHMAD FARRASTIO	L																	
9	9300	DECA YANTY	P																	
10	9312	ENY DIAZ PARAMITA	P																	
11	9317	FARID MUNADI	L																	
12	9327	HANIIFAH KHAIRATUNNISA	P																	
13	9329	HESTINA FANDANI	P																	
14	9335	INTAN KHURNIAWATI	P																	
15	9336	INTAN LARASWHATY	P																	
16	9339	KAMILA RIEZKY AZKIYA	P																	
17	9341	KUSUMA GAMA SUKACA	L																	
18	9344	MAGHFIROH HANIF ANNISA	P																	
19	9363	NANDYA ARDYA TENOVA	P																	
20	9370	NUGROHO WIDIYANTORO	L																	
21	9391	RISDA FATIKASARI	P																	
22	9395	RIZZAL HARDIYANTO	L																	
23	9401	SEKAR ANINDYA	P																	
24	9426	YUGSA KHANINUR KHALIF	L																	
25	9436	ALDIYAZ DIFA PUTRA WIRANTO	L																	
26	9437	LATIFAH SONIA BUSYAIRI	P																	

Mahasiswa PPL UNY

Rahmat Tohir Bintoro
 NIM. 11601241090

LEMBAR PENILAIAN :

Mapel : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
 Kelas : XI MIA 4

Semester :
 Tahun : 2014/2015

NO.	NIS	NAMA	L/P	Sikap Awal				Gerakan				Sikap Akhir				Jml	Nilai Proses	Nilai Akhir	Remidi / Tidak	Ket
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4					
1	9243	AGESTI ARIANI	P																	
2	9247	ALFI NURRAHMA WIDIASTUTY	P																	
3	9251	ALWAN HARI PRAKOSO	L																	
4	9268	ARIEF PRASETYO PUTRA	L																	
5	9279	BAGUS MURSITO ALI	L																	
6	9281	BANGKIT PRAMUKTI	L																	
7	9293	CHORI UTAMI PUTRININGTYAS	P																	
8	9322	GALUH HAYUN MUSTIKA ASRI	P																	
9	9323	GEANISA LUTFI KHOLISHA	P																	
10	9325	HANIFA WICAK PRATIWI	P																	
11	9328	HELVY EKA ARDILASARI	P																	
12	9331	IBROHIM SAFI'I	L																	
13	9351	MAZHAGNA FURINDIA SAMSUDIN	P																	
14	9360	MUKTI SYARIFAH	P																	
15	9361	NAFISA CAHYANI PRAMUDITA	P																	
16	9371	NURAINI CAHYANINGRUM	P																	
17	9378	RAKA PRATAMA SETIAJI	L																	
18	9397	ROSANA ZULFAHMI	P																	
19	9398	ROSITTA NORMA DEWI	P																	
20	9402	SELLY NUR ANGGRAINI	P																	
21	9404	SHANTI NURHIDAYATI SAPUTRI	P																	
22	9412	TAUFIK DWIHERMAWAN	L																	
23	9413	TEGAR SETYA NUSA	L																	
24	9416	TRISKA AYU NURWIJAYANTI	P																	
25	9420	WILLY ADIMAS RAHMAWAN	L																	
26	9425	YOSTA FINA BELLA AMARAWATI	P																	

Mahasiswa PPL UNY

Rahmat Tohir Bintoro
 NIM. 11601241090

LEMBAR PENILAIAN :

Mapel : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
 Kelas : XI MIA 5

Semester :
 Tahun : 2014/2015

NO.	NIS	NAMA	L/P	Sikap Awal				Gerakan				Sikap Akhir				Jml	Nilai Proses	Nilai Akhir	Remidi / Tidak	Ket
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4					
1	9241	AFIFAH AFIANA SUSILA	P																	
2	9246	AISYA WAFDA MILADINA	P																	
3	9257	ANGGA ARYA SAPUTRA	L																	
4	9262	ANISA SAGITA HUTAMI	P																	
5	9270	ARYO BIMO BAYU AJI	L																	
6	9271	ASTA SENI CAKRA WARTI S S	P																	
7	9273	ATRAS NITO PUTRA	L																	
8	9287	BUNGA RAMADHANI	P																	
9	9305	DINA ADITAMA	P																	
10	9307	DIVA KURNIA ISLAMI	P																	
11	9308	DONY TRI SETIAWAN	L																	
12	9313	ERINA YUSTIKA SARI	P																	
13	9316	FARAH JASMINE DIANITA	P																	
14	9318	FARIZKY ADRISEPUTRA	L																	
15	9342	LISA TRI UTAMI	P																	
16	9365	NIKI RURUT PUTRI MAHARANI	P																	
17	9372	NURHAYATIWAHYU KURNIASARI	P																	
18	9374	NURUS SHOLIKHATI	P																	
19	9383	RHESA NICO PHILARET	L																	
20	9384	RIAN TAUFIQ	L																	
21	9392	RIZA ANHAR NURROHMAN	L																	
22	9393	RIZHA FATURAHMAN	L																	
23	9421	WINDA DWI ASTUTI	P																	
24	9431	ZHAFRISAN ARYA SANI	L																	
25	9432	ZIADA KHOIR	L																	

Mahasisw PPL UNY

Rahmat Tohir Bintoro
 NIM. 11601241090

LEMBAR PENILAIAN :

Mapel : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
 Kelas : XI IIS 1

Semester :
 Tahun : 2014/2015

NO.	NIS	NAMA	L/P	Sikap Awal				Gerakan				Sikap Akhir				Jml	Nilai Proses	Nilai Akhir	Remidi / Tidak	Ket
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4					
1	9264	APRILLIA WAHYUNINGSIH	P																	
2	9265	ARBI IHZA MU'ARIF	L																	
3	9282	BAROROH DWI NURHAYATI	P																	
4	9284	BENEDICTUS ARIO SENO N	L																	
5	9289	CAECILIA RIRIS KRISMARINI	P																	
6	9299	DEA CITRA DARA PAMELA	P																	
7	9314	ESTAVITA CHANTIK PEMBAYUN	P																	
8	9330	HUSNADHIYA SALMA	P																	
9	9338	IRSA SIKE HAWA MISARA	P																	
10	9350	MAXIMILIANUS GUSTA Y	L																	
11	9352	MEGA JEJEG NURANI	P																	
12	9353	MEIKO NUGRAHANTO	L																	
13	9357	MUHAMMAD FARHAN NUR C	L																	
14	9359	MUHAMMAD RIZAL PRADIPTO	L																	
15	9373	NURUL HIDAYATI HARININGTYAS	P																	
16	9377	RAGA ELVAN HAMONANGAN M	L																	
17	9381	RENITA PUTRI SETYANINGRUM	P																	
18	9382	RETNANINGRUM KUSUMASTUTI	P																	
19	9409	SRI MARHENI PUSPANDARI	P																	
20	9411	STELLA LUDWINA OLDINI	P																	
21	9417	UMI RIYANI FATMAWATI	P																	
22	9428	YUSUF SUSENA	L																	

Mahasiswa PPL UNY

Rahmat Tohir Bintoro
 NIM. 11601241090

LEMBAR PENILAIAN :

Mapel : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
 Kelas : XI IIS 2

Semester :
 Tahun : 2014/2015

NO.	NIS	NAMA	L/P	Sikap Awal				Gerakan				Sikap Akhir				Jml	Nilai Proses	Nilai Akhir	Remidi / Tidak	Ket
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4					
1	9245	AHMAD LAZUARDI RABBANI	L																	
2	9250	ALLISA CAHYA KIRANA	P																	
3	9254	ANDREAS GESANG PRISKIADI	L																	
4	9259	ANIKE FEBRIYANI NUGRAHA	P																	
5	9278	BAGUS MUHAMMAD IKHSAN R	L																	
6	9294	CILIA RATU AYU HAPSARI	P																	
7	9301	DESI PRASASTININGRUM	P																	
8	9309	DYAJENG ARSYILA	P																	
9	9319	FATAHUDIN	L																	
10	9321	GALANG KRISNA AJI SURYA P	L																	
11	9324	HANDIARTI DYAH PRAMESTI	P																	
12	9333	IMA RUSDIANTI	P																	
13	9340	KINSHASA JUNIA TAKAYOMI	P																	
14	9343	LUTHFI AZIS SATYA PERMANA	L																	
15	9358	MUHAMMAD IHZA RIFYAL KA'BAH	L																	
16	9367	NORA SILVIA WARUWU	P																	
17	9375	PARAMA MURTI NASTI K	P																	
18	9386	RINA AMALIA	P																	
19	9394	RIZKA KANIA RAHMAH	P																	
20	9399	SANDIKA ABDI CHOIRINSANI	P																	
21	9408	SRI AYU RAHMAWATI	P																	
22	9433	ZULFA ADZKIA ZAHIDAH	P																	

Mahasiswa PPL UNY

Rahmat Tohir Bintoro
 NIM. 11601241090

LEMBAR PENILAIAN :

Mapel : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
 Kelas : XI IIS 3

Semester :
 Tahun : 2014/2015

NO.	NIS	NAMA	L/P	Sikap Awal				Gerakan				Sikap Akhir				Jml	Nilai Proses	Nilai Akhir	Remidi / Tidak	Ket
				1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4					
1	9240	ADITYA NOVANDITA	L																	
2	9244	AGUNG FEBY HERLAMBAANG	L																	
3	9248	ALFIAN NATA HADI PRASETYA	L																	
4	9267	ARIE DWI KUSFITRIANI	P																	
5	9274	AULIA RATIH WIJAYANTI	P																	
6	9276	BAGUS CAHYO BAGASKORO	L																	
7	9283	BASHOFI YEKTI PRATOMO	L																	
8	9298	DEA ANGGRAINI	P																	
9	9304	DIFTA OLIVIA TIMUR ATMAJA	P																	
10	9306	DINA AYUSTYAWATI	P																	
11	9311	ELVARA YUNI DUANTARI	P																	
12	9326	HANIFAH	P																	
13	9332	IFTITA RUSDIANA FIRAHMATIKA	P																	
14	9354	MIFTAH AWALURRIZQI	L																	
15	9379	RAKHMAL FAJRIEN ANASTITANIA	P																	
16	9435	RISMA EDYANA	P																	
17	9400	SEILA BUANANINGTYAS ELISA D	P																	
18	9403	SEPTIAN PUTERA PERDANA	L																	
19	9405	SHIFA MUZDIAH FITRI	P																	
20	9407	SINDI EKA NOVITASARI	P																	
21	9419	WIDYAWATI	P																	
22	9422	YAN RESTU ADHITA LARAS	L																	
23	9427	YULIA NANDA YUNIAR	P																	
24	9430	ZAKIAH KHATAMI ROMADHONNA	P																	

Mahasiswa PPL UNY

Rahmat Tohir Bintoro
 NIM. 11601241090



**FORMAT OBSERVASI PEMBELAJARAN DIKELAS DAN
OBSERVASI PESERTA DIDIK**

Npma.1

Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA MAHASISWA : RAHMAT TOHIR BINTORO

PUKUL : 07.00 – 09.00 WIB

NO MAHASISWA : 11601241090

TEMPAT PRAKTIK : SMA N 1 KALASAN

TGL OBSERVASI : 20 Juli 2014

FAK/PRODI : FIK/ PJKR

NO	ASPEK YANG DIAMATI	DESKRIPSI HASIL PENGAMATAN
A.	Perangkat Pembelajaran	
	1. Kurikulum	Kurikulum yang digunakan di SMA N 1 Kalasan menggunakan Kurikulum 2013 untuk kelas X dan kelas XI, sedangkan kelas XII masih menggunakan Kurikulum KTSP.
	2. Silabus	Proses pembelajaran sudah sesuai dengan silabus yang telah disusun.

	3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)	Sebelum melakukan pembelajaran Guru Penjas telah menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Kegiatan pembelajaran sudah sesuai dengan RPP yang telah disusun sebelumnya.
B.	Proses Pembelajaran	
	1. Membuka Pelajaran	Pembelajaran dibuka dengan terlebih dahulu mengumpulkan siswa, berbaris, memimpin berdo'a, presensi, menyampaikan apersepsi, tujuan pembelajaran, dan dilanjutkan dengan pemanasan.
	2. Penyajian Materi	Penyampaian atau menyajikan materi dilakukan oleh guru dengan bantuan siswa yang berkompeten sebagai contoh. Guru menguasai materi yang diajarkan.
	3. Metode Pembelajaran	Penggunaan metode pembelajaran sangat bervariasi disesuaikan dengan materi yang disampaikan.
	4. Penggunaan Bahasa	Bahasa yang digunakan menggunakan Bahasa Indonesia, sehingga peserta didik lebih mudah untuk memahami apa yang disampaikan.
	5. Penggunaan Waktu	Waktu untuk mata pelajaran penjas 3 x 40 menit, digunakan secara maksimal oleh guru. Pembagian waktu antara pendahuluan, inti, dan penutup sesuai dengan waktu yang ditetapkan.
	6. Gerak	Lokomotor seperti berlari, jalan, lompat dan loncat. Manipulatif seperti menendang dan melempar

	7. Cara Memotivasi Siswa	Memberikan semangat dengan memberikan tepuk tangan kepada siswa yang melakukan suatu gerakan dengan benar. Selalu memberikan semangat kepada peserta didik.
	8. Teknik Bertanya	Pertanyaan diberikan mengenai sejauh mana pengalaman siswa dan pengetahuan siswa tentang materi yang diajarkan.
	9. Teknik Penguasaan Kelas	Guru selalu mengawasi peserta didik yang sedang praktik, menggunakan kode atau hitungan ketika mengumpulkan siswa.
	10. Penggunaan Media	Stopwath, cones, peluit dan peralatan olahraga lainnya sesuai materi. Seluruh alat digunakan semua untuk menghindari peserta didik yang menganggur.
	11. Bentuk dan cara evaluasi	Evaluasi terhadap materi yang disampaikan dilakukan setelah pembelajaran. Dengan memberikan pertanyaan juga sample salah satu peserta didik untuk mempraktikkan.
	12. Menutup Pelajaran	Menutup pelajaran dengan melakukan pendingnan, evaluasi, berbaris, memimpin berdo'a, salam dan mendampingi peserta didik kembali kesekolah

C.	Perilaku Siswa	
	1. Perilaku Siswa di dalam kelas	Peserta didik cukup kondusif dalam kegiatan pembelajaran, meskipun ada beberapa siswa yang belum kondusif, masih cerita sendiri dan lain sebagainya.
	2. Perilaku siswa diluar kelas	Peserta didik ketika diluar kelas berperilaku baik, ramah, sopan, saling tegur sapa baik terhadap guru, sesama teman, maupun tamu sekolah.

Guru Pembimbing

MUHAMAD MARJUKI, S.Pd

Yogyakarta, 20 Juli 2014

Mahasiswa,

RAHMAT TOHIR BINTORO

NIM. 11601241090



Universitas Negeri Yogyakarta

FORMAT OBSERVASI KONDISI SEKOLAH

Npma.2

Untuk Mahasiswa

NAMA MAHASISWA : RAHMT TOHIR BINTRORO

PUKUL : 09.00 – 11.00 WIB

NO MAHASISWA : 11601241090

TEMPAT PRAKTIK : SMA N 1 KALASAN

TGL OBSERVASI : 20 Juli 2014

FAK/PRODI : FIK/ PJKR

NO	ASPEK YANG DIAMATI	DESKRIPSI HASIL PENGAMATAN	Keterangan
	1. Kondisi Fisik Sekolah	Bangunan sekolah kokoh dan memenuhi standar sebuah bangunan sekolah. Terdiri dari 24 kelas (8 kelas X, 8 kelas XI, dan 8 kelas XII), Lab komputer, Lab Bahasa, Musholla, Ruang Guru, Ruang Kepala Sekolah, Ruang BK, Mushola, Ruang Wakasek, Ruang TU, Tempat parkir, Kamar Mandi, Ruang IPM, Gudang Olahraga, Lapangan Upacara dan lain - lain.	BAIK
	2. Potensi siswa	Sekolah sering melibatkan atau mengikut sertakan siswa untuk mengikuti perlombaan baik ditingkat Kabupaten dan Provinsi. Banyak prestasi yang telah diraih melalui perlombaan tersebut, diantaranya lomba keagamaa, seni, olahraga, bahasa, dan akademik lainnya.	BAIK

	3. Potensi Guru	Memiliki 61 Guru, terdiri dari 43 Guru PNS dan 18 Honorer. Masing – masing guru mengajar sesuai dengan bidangnya.	BAIK
	4. Potensi Karyawan	Memiliki 9 karyawan yang terbagi di masing – masing pembagian tugasnya. Kinerja karyawan sangat ramah, melayani segala yang dibutuhkan oleh sekolah dengan baik.	BAIK
	5. Fasilitas Kegiatan Belajar Mengajar	Kondisi kelas yang cukup nyaman dengan adanya kipas angin di setiap kelas, beberapa kelas juga dilengkapi dengan LCD. Fasilitas lainnya bangku dan meja siswa yang baik, <i>white board</i> , spidol, dan penghapus	BAIK
	6. Perpustakaan	Koleksi buku cukup lengkap penataan ruang cukup rapi. Memiliki fasilitas kursi, meja, almari, rak buku, buku – buku terkait dengan proses pembelajaran, novel, majalah serta koran. Terdapat buku yang digunakan untuk mencatat keluar masuknya buku, siswa hanya diperbolehkan meminjam maksimal 2 buku dalam suatu peminjaman.	BAIK
	7. Laboratorium	SMA N 1 Kalasan merupakan sekolah kejuruan, memiliki fasilitas Laboratorium untuk masing – masing Jurusan. Seperti Laboratorium IPS, Laboratorium Kimia, Laboratorium Komputer, Bengkel Fisika, dan Laboratorium Bahasa.	BAIK

	8. Bimbingan konseling	Bimbingan konseling ditangani oleh guru-guru BK dengan program-program yang dilaksanakan secara rutin. Lembaga ini merupakan lembaga intern sekolah yang independent dan langsung bertanggung jawab kepada kepala sekolah. Tugas dari BK adalah menangani siswa yang bermasalah, tata tertib dan kedisiplinan siswa, perizinan, kunjungan rumah, konsultasi belajar dan memantau minat dan bakat siswa jika ingin melanjutkan studi ke jenjang yang lebih tinggi. Akan tetapi, ruang BK di SMK Muhammadiyah 1 Wates ini terlalu sempit jika dilihat sebagai fungsinya, sehingga tidak ada ruang untuk konseling.	BAIK
	9. Bimbingan Belajar	Bimbingan belajar dilakukan oleh pihak sekolah khusus untuk kelas XII guna menghadapi UAN. Bimbingan belajar ini dilakukan pada sore hari setelah sekolah dibubarkan.	BAIK
	10. Ekstrakurikuler	Ekstrakurikuler di SMA N 1 Kalasan bersifat Wajib, Semi Wajib dan pilihan, diantaranya adalah Pandu HW, Tapak Suci, Voli, Basket, PMR, TONTI, KIR, Debat Bahasa Inggris, Qiroah, Kaligrafi, Seni Musik dll.	BAIK
	11. Organisasi dan fasilitas OSIS	OSIS di SMA N 1 Kalasan disebut Praba Ambara. Keorganisasiannya terlihat baik terbukti setiap harinya ada pengurus yang berjaga di ruangan OSIS. Susunan kepengurusan terdiri dari kelas X, XI dan XII, dengan proker diantaranya MOS dan perayaan HUT RI. Kondisi sekretariat cukup baik	BAIK

		sehingga dapat mendukung pelaksanaan kegiatan. Selain itu, sarana penunjangnya pun sudah cukup lengkap, seperti computer, kipas	
	12. Organisasi dan fasilitas UKS	Ruang UKS terdapat 1 almari guna menyimpan perlengkapan dan peralatan UKS. Fasilitasnya juga masih cukup baik ada 2 bad dan 2 bantal untuk UKS putra dan UKS putri. Untuk fasilitas yang lainnya antara lain obat-obatan sudah cukup lengkap, sedang untuk stetoskop, tensimeter, timbangan, dan alat ukur tinggi badan juga tersedia. Dikelola oleh koordinator dan dibantu oleh PMR . Setiap harinya ada 2 siswa yang bertugas piket untuk UKS.	BAIK
	13. Administrasi(karyawan,sekolah,dinding)	<ul style="list-style-type: none"> - Kepegawaian yaitu data guru dan karyawan. - Siswa yaitu data induk siswa - Keuangn yaitu gaji dan SPP - Semua ada dan terdokumentasi dengan baik. 	BAIK
	14. Karya Tulis Ilmiah Remaja	Berjalan ketika ada perlombaan.	-
	15. Karya Ilmiah Oleh Guru	Untuk sementara belum ada dan belum terorganisir.	-
	16. Koperasi	Secara fisik dan penataan ruang sudah cukup baik, akan tetapi perlu perluasan. Setiap harinya ada dua siswa yang bertugas piket di koperasi, ini dilakukan	BAIK

		untuk melatih jiwa kewirausahaan.	
	17. Tempat Ibadah	Terdapat 1 mushola besar. Bersih dan rapi, Tersedia sajadah, mukena. Akan tetapi tidak tersedianya rak sepatu, sehingga setiap kali melakukan ibadah, alas kaki dilepas di kelas masing-masing. Untuk kegiatan keagamaan sholat berjamaah selalu dilakukan guru dengan para siswa.	BAIK
	18. Kesehatan Lingkungan	<p>a. Secara umum, penghijauan sudah baik dan tertata rapi, banyak terdapat pohon rindang, tetapi di sebagian tempat masih kurang terawat dan taman di depan ruang kelas belum dimaksimalkan penataannya.</p> <p>b. Jumlah tempat sampah sudah mencukupi.</p> <p>c. Kondisi kamar mandi kurang terawat, sehingga menyebabkan bau yang menyengat, pencahayaan yang kurang.</p>	BAIK
	<p>19. Lain-lain :</p> <p>a. Lab computer</p> <p>b. Lab bahasa</p> <p>c. Kantin</p> <p>d. Parkiran</p>	<p>a. Lengkap dengan fasilitas internet dan WIFI ruangan ber AC.</p> <p>b. Bersih dan tertata rapi, dilengkapi dengan AC juga pendengar suara.</p> <p>c. Kantin ini berada di belakang sekolah namun masih di lingkungan dalam sekolah, disini lah siswa makan, minum dll pada jam istirahat.</p> <p>d. Ada 3 tempat parkir yang digunakan, didepan sekolah digunakan untuk parkir sepeda motor siswa, di halaman luar depan digunakan untuk parkir bapak ibu guru dan karyawan serta tamu, dan dibelakang mushola untuk parkir sepeda onthel siswa.</p>	

	e. Infrastruktur	e. Infrastruktur seperti sumber listrik, akses internet, dan sumber air bersih sudah memadai	
--	------------------	--	--

Mengetahui,
Koordinator PPL SMA N 1 Kalasan

Imam Puspadi, S.Pd
NIP. 19640317 198601 1 003

Yogyakarta, 20 Juli 2014
Mahasiswa PPL UNY 2014

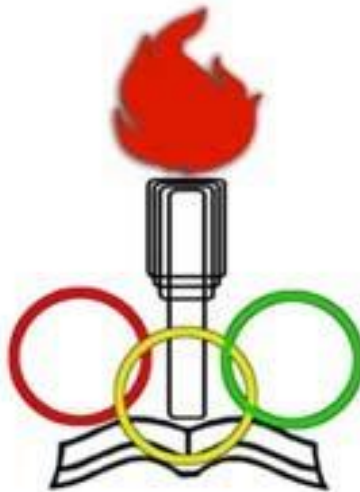
Rahmat Tohir bintoro
NIM. 11601241090

BUKU KERJA

1. PROGRAM TAHUNAN
2. PROGRAM SEMESTER
3. AGENDA KEGIATAN

Mata Pelajaran

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan



Nama : Rahmat Tohir Bintoro
Nim : 11601241090
Semester : Ganjil
Kelas : XI
Tahun Pel. : 2014/2015

SMA NEGERI I KALASAN

PROGRAM SEMESTER

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Kelas/ Semester : XI / GASAL

Satuan Pendidikan : SMA

Tahun : 2014/2015

NO	MATERI POKOK	WKT (JP)	BULAN																					Keterangan			
			JULI	AGUSTUS				SEPTEMBER				OKTOBER					NOVEMBER				DESEMBER						
			1	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3				
1.	Permainan Sepak Bola	2		X	X																				SUDAH TERMA SUK REMIDI AL		
2.	Permainan Bola Voli	2				X	X																				
3.	Permainan Bola Basket	2								X	X																
4.	Permainan Bola Kecil	2										X	X														
5.	Atletik	1													X												
6.	Senam Ketangkasan	1														X											
7.	Aktifitas Kebugaran	1																				X					
8.	Kesehatan (Narkoba)	1																					X				

Mengetahui
Kepala Sekolah

Kalasan, 17 Juli 2014
Guru Mata Pelajaran

Drs.H. Tri Sugiharto
NIP. 19570727 198103 1 002

RAHMAT TOHIR BINTORO
NIM. 11601241090



PELAKSANAAN HARIAN MENGAJAR
MATA PELAJARAN PJOK
KELAS XI SMA N 1 KALASAN

F01

Kelompok
mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

Hari/ Tanggal	Kelas	Jam Ke	Materi Pelajaran	Uraian Kegiatan Belajar	Alat-alat	Evaluasi	Keterangan
Kamis, 7 Agustus 2014	XI MIA 3	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> Perkenalan profil ajar guru dalam kurikulum 2013. Permainan bola voli (passing bawah dan passing atas) 	Praktek melakukan passing bawah dan passing atas dalam permainan bola voli.	Bola voli, net dan lapangan bola voli	Tanya Jawab	materi belum tersampaikan menyeluruh karena baru masuk pertama dan siswa belum siap untuk menerima pelajaran.
Senin, 11 Agustus 2014	XII IIS 3	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> Perkenalan profil ajar guru dalam kurikulum 2013. Permainan bola voli (passing bawah dan passing atas) 	Praktek melakukan passing bawah dan passing atas dalam permainan bola voli.	Bola voli, net dan lapangan bola voli	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.
Selasa, 12 Agustus 2014	XI IIS 2	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> Perkenalan profil ajar guru dalam kurikulum 2013. Permainan bola voli (passing bawah dan 	Praktek melakukan passing bawah dan passing atas dalam permainan bola voli.	Bola voli, net dan lapangan bola voli	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.



PELAKSANAAN HARIAN MENGAJAR
MATA PELAJARAN PJOK
KELAS XI SMA N 1 KALASAN

F01

Kelompok
mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

			passing atas)				
	XI MIA 4	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> Perkenalan profil ajar guru dalam kurikulum 2013. Permainan bola voli (passing bawah dan passing atas) 	Praktek melakukan passing bawah dan passing atas dalam permainan bola voli.	Bola voli, net dan lapangan bola voli	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.
Rabu, 13 Agustus 2014	XI MIA 5	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> Perkenalan profil ajar guru dalam kurikulum 2013. Permainan bola voli (passing bawah dan passing atas) 	Praktek melakukan passing bawah dan passing atas dalam permainan bola voli.	Bola voli, net dan lapangan bola voli	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.
Kamis, 14 Agustus 2014	XI MIA 3	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> Mencari informasi tentang senam ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat harimau). Mempraktekan senam ketangkasan (roll depan, roll belakang, sikap lilin dan 	Praktek melakukan senam ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat harimau).	Matras	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.



PELAKSANAAN HARIAN MENGAJAR
MATA PELAJARAN PJOK
KELAS XI SMA N 1 KALASAN

F01

Kelompok
mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

			loncat harimau).				
Jumat, 15 Agustus 2014	XI MIA 1	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> Perkenalan profil ajar guru dalam kurikulum 2013. Permainan bola voli (passing bawah dan passing atas) 	Praktek melakukan passing bawah dan passing atas dalam permainan bola voli.	Bola voli, net dan lapangan bola voli	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.
Sabtu, 16 Agustus 2014	XI MIA 2	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> Perkenalan profil ajar guru dalam kurikulum 2013. Permainan bola voli (passing bawah dan passing atas) 	Praktek melakukan passing bawah dan passing atas dalam permainan bola voli.	Bola voli, net dan lapangan bola voli	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.
	XI IIS 2	4,5,6	<ul style="list-style-type: none"> Perkenalan profil ajar guru dalam kurikulum 2013. Permainan bola voli (passing bawah dan passing atas) 	Praktek melakukan passing bawah dan passing atas dalam permainan bola voli.	Bola voli, net dan lapangan bola voli	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.
Senin, 18	XII IIS 3	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> Mencari informasi tentang senam 	Praktek melakukan senam ketangkasan (roll	Matras	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan



PELAKSANAAN HARIAN MENGAJAR
MATA PELAJARAN PJOK
KELAS XI SMA N 1 KALASAN

F01

Kelompok
mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

Agustus 2014			<p>ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat harimau).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mempraktekan senam ketangkasan (roll depan, roll belakang, sikap lilin dan loncat harimau). 	<p>depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat harimau.</p>			sesuai dengan RPP.
Selasa, 19 Agustus 2014	XI IIS 2	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> • Mencari informasi tentang senam ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat harimau). • Mempraktekan senam ketangkasan (roll depan, roll belakang, sikap lilin dan loncat harimau). 	<p>Praktek melakukan senam ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat harimau).</p>	Matras	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.
	XI MIA 4	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> • Mencari informasi tentang senam ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat harimau). • Mempraktekan senam ketangkasan (roll 	<p>Praktek melakukan senam ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat harimau).</p>	Matras	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.



PELAKSANAAN HARIAN MENGAJAR
MATA PELAJARAN PJOK
KELAS XI SMA N 1 KALASAN

F01

Kelompok
mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

			depan, roll belakang, sikap lilin dan loncat harimau).				
Rabu, 20 Agustus 2014	XI MIA 5	1,2,3	<ul style="list-style-type: none">• Mencari informasi tentang senam ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat harimau).• Mempraktekan senam ketangkasan (roll depan, roll belakang, sikap lilin dan loncat harimau).	Praktek melakukan senam ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat harimau).	Matras	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.
Kamis, 21 Agustus 2014	XI MIA 3	1,2,3	<ul style="list-style-type: none">• Mencari informasi tentang olahraga atletik lari estafet.• Mempraktekan olahraga atletik lari estafet.	Praktek melakukan lari estafet	Tongkat estafet	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.
Jumat, 22 Agustus 2014	XI MIA 1	1,2,3	<ul style="list-style-type: none">• Mencari informasi tentang senam ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat harimau).	Praktek melakukan senam ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat	Matras	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.



PELAKSANAAN HARIAN MENGAJAR
MATA PELAJARAN PJOK
KELAS XI SMA N 1 KALASAN

F01

Kelompok
mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

			<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktekan senam ketangkasan (roll depan, roll belakang, sikap lilin dan loncat harimau). 	harimau.			
Sabtu, 23 Agustus 2014	XI MIA 2	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> • Mencari informasi tentang senam ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat harimau). • Mempraktekan senam ketangkasan (roll depan, roll belakang, sikap lilin dan loncat harimau). 	Praktek melakukan senam ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat harimau).	Matras	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.
	XI IIS 2	4,5,6	<ul style="list-style-type: none"> • Mencari informasi tentang senam ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat harimau). • Mempraktekan senam ketangkasan (roll depan, roll belakang, sikap lilin dan loncat harimau). 	Praktek melakukan senam ketangkasan (roll depan, rool belakang, sikap lilin dan loncat harimau).	Matras	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.



PELAKSANAAN HARIAN MENGAJAR
MATA PELAJARAN PJOK
KELAS XI SMA N 1 KALASAN

F01

Kelompok
mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

Senin, 25 Agustus 2014	XII IIS 3	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> Mencari informasi tentang olahraga atletik lari estafet. Mempraktekan olahraga atletik lari estafet. 	Praktek melakukan lari estafet	Tongkat estafet	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.
Selasa, 26 Agustus 2014	XI IIS 2	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> Mencari informasi tentang olahraga atletik lari estafet. Mempraktekan olahraga atletik lari estafet. 	Praktek melakukan lari estafet	Tongkat estafet	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.
	XI MIA 4	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> Mencari informasi tentang olahraga atletik lari estafet. Mempraktekan olahraga atletik lari estafet. 	Praktek melakukan lari estafet	Tongkat estafet	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.
Rabu, 27 Agustus	XI MIA 5	1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> Mencari informasi tentang olahraga atletik lari estafet. 	Praktek melakukan lari estafet	Tongkat estafet	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.



PELAKSANAAN HARIAN MENGAJAR
MATA PELAJARAN PJOK
KELAS XI SMA N 1 KALASAN

F01

Kelompok
mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

2014			<ul style="list-style-type: none">• Mempraktekan olahraga atletik lari estafet.				
Kamis, 28 Agustus 2014	XI MIA 3	1,2,3	<ul style="list-style-type: none">• Mencari informasi tentang permainan bola basket.• Mempraktekan permainan bola basket (chest pass).	Praktek melakukan chest pass dalam prmainan bola basket.	Bola basket	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.
Jumat, 29 Agustus 2014	XI MIA 1	1,2,3	<ul style="list-style-type: none">• Mencari informasi tentang permainan bola basket.• Mempraktekan permainan bola basket (chest pass).	Praktek melakukan chest pass dalam prmainan bola basket.	Bola basket	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.
Sabtu, 30 Agustus 2014	XI MIA 2	1,2,3	<ul style="list-style-type: none">• Mencari informasi tentang permainan bola basket.• Mempraktekan permainan bola basket (chest pass).	Praktek melakukan chest pass dalam prmainan bola basket.	Bola basket	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.



PELAKSANAAN HARIAN MENGAJAR
MATA PELAJARAN PJOK
KELAS XI SMA N 1 KALASAN

F01

Kelompok
mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

	XI IIS 2	4,5,6	<ul style="list-style-type: none">• Mencari informasi tentang permainan bola basket.• Mempraktekan permainan bola basket (chest pass).	Praktek melakukan chest pass dalam prmainan bola basket.	Bola basket	Tanya Jawab	Materi telah tersampaikan sesuai dengan RPP.
--	----------	-------	---	--	-------------	-------------	--



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk
mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

Nomor Lokasi :
Nama Sekolah : SMA Negeri 1 Kalasan
Alamat Sekolah : Taman Martani, Kalasan, Sleman
Guru Pembimbing : Muhamad Marjuki, S.Pd

Nama Mahasiswa : Rahmat Tohir Bintoro
NIM : 11601241090
Fakultas/ Jurusan : FIK/ PJKR
Dosen Pembimbing : Erwin Setyo K, S.Pd., M.Kes.

Minggu ke- 2

No.	Hari/ Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Selasa, 8 Juli 2014	Konsultasi dengan guru pembimbing mengenai sertifikasi jam mengajar.	<ul style="list-style-type: none">• Mendapat jam mengajar di kelas XI MIA 1, 2, 3, 4, 5 dan XI IIS 1, 2, 3.		
2.	Rabu, 9 Juli 2014	Persiapan dan Penyusunan RPP	<ul style="list-style-type: none">• Mendapat Format RPP Kurikulum 2013.• Menyusun RPP dengan materi permainan bola voli yaitu passing bawah dan passing atas.		
3.	Minggu, 13 Juli 2014	Persiapan dan pembuatan media pembelajaran	<ul style="list-style-type: none">• Membuat media pembelajaran gambar tentang teknik passing bawah dan passing atas.		

Minggu ke- 3

No.	Hari/ Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin, 14 Juli 2014	Penyerahan dan konsultasi RPP kepada guru pembimbing	<ul style="list-style-type: none">• RPP sudah sesuai dengan yang kurikulum 2013 yang dikoreksi oleh		



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

2.	Selasa, 15 Juli 2014	Mempersiapkan daftar presensi siswa kelas XI	<p>guru pembimbing.</p> <ul style="list-style-type: none"> Daftar presensi siswa kelas XI SMA N 1 Kalasan di dapat dari karyawan tata usaha SMA Kalasan. 		
----	----------------------	--	---	--	--

Minggu ke-6

No.	Hari/ Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Kamis, 7 Juli 2014	Pengumpulan materi untuk pembuatan RPP	<ul style="list-style-type: none"> RPP dengan materi permainan bola voli untuk pembelajaran pertama dikumpulkan ke meja Bapak Marjuki sebelum mulai mengajar. 		
2.	Kamis, 7 Juli 2014	Praktek mengajar di kelas XI MIA 3	<ul style="list-style-type: none"> Mengajar pertama di kelas XI MIA 3 pada jam ke 1, 2, 3 dengan materi passing bawah dan passing atas dalam permainan bola voli. 	Siswa masih belum paham pembelajaran penjas dengan kurikulum 2013.	Menjelaskan ke siswa bahwa pembelajaran di kelas XI mulai memakai K2013 dan menjelaskan sedikit tentang K2013
3.	Jumat, 8 Juli 2014	Pembuatan media pembelajaran	<ul style="list-style-type: none"> Pembuatan media pembelajaran teknik dasar passing bawah dan passing atas. 		
4.	Sabtu, 9 Juli 2014	Bimbingan DPL	<ul style="list-style-type: none"> Bimbingan DPL dengan materi penyusunan RPP K2013 		



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk
mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

Minggu ke-7

No.	Hari/ Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin, 11 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI IIS 3	<ul style="list-style-type: none">Mengajar di kelas XI IIS 3 pada jam ke 1, 2, 3 dengan materi passing bawah dan passing atas dalam permainan bola voli.	Siswa masih belum paham pembelajaran penjas dengan kurikulum 2013.	Menjelaskan ke siswa bahwa pembelajaran di kelas XI mulai memakai K2013 dan menjelaskan sedikit tentang K2013.
2.	Senin, 11 Agustus 2014	Penyusunan RPP	<ul style="list-style-type: none">RPP telah tersusun dengan materi senam ketangkasan.		
3.	Selasa, 12 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI IIS 2	<ul style="list-style-type: none">Mengajar di kelas XI IIS 2 pada jam ke 1, 2, 3 dengan materi passing bawah dan passing atas dalam permainan bola voli.	Siswa masih belum paham pembelajaran penjas dengan kurikulum 2013.	Menjelaskan ke siswa bahwa pembelajaran di kelas XI mulai memakai K2013 dan menjelaskan sedikit tentang K2013.
4.	Selasa, 12 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI MIA 4	<ul style="list-style-type: none">Mengajar di kelas XI MIA 4 pada jam ke 4, 5, 6 dengan materi passing bawah dan passing atas dalam permainan bola voli.	<ul style="list-style-type: none">Siswa masih belum paham pembelajaran penjas dengan	Menjelaskan ke siswa bahwa pembelajaran di kelas XI mulai



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk
mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

5.	Rabu, 13 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI MIA 5	<ul style="list-style-type: none">• Mengajar di kelas XI MIA 5 pada jam ke 1, 2, 3 dengan materi passing bawah dan passing atas dalam permainan bola voli.	<p>kurikulum 2013.</p> <ul style="list-style-type: none">• Siswa merasa kepanasan karena pembelajaran sampai jam 11.30• Siswa masih belum paham pembelajaran penjas dengan kurikulum 2013.	<p>memakai K2013 dan menjelaskan sedikit tentang K2013.</p> <p>Menjelaskan ke siswa bahwa pembelajaran di kelas XI mulai memakai K2013 dan menjelaskan sedikit tentang K2013.</p>
6.	Rabu, 13 Agustus 2014	Pemuatan media pembelajaran	<ul style="list-style-type: none">• Membuat media pembelajaran gambar teknik roll depan, roll belakang, sikap lilin dan loncat harimau.		
7.	Kamis, 14 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI MIA 3	<ul style="list-style-type: none">• Mengajar di kelas XI MIA 3 pada jam ke 1, 2, 3 dengan materi roll depan, roll belakang, sikap lilin dan loncat harimau.		
8.	Kamis, 14 Agustus 2014	Penyusunan RPP	<ul style="list-style-type: none">• Penyusunan RPP dengan materi lari estafet.		



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk
mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

9.	Jumat, 15 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI MIA 1	<ul style="list-style-type: none">Mengajar di kelas XI MIA 1 pada jam ke 1, 2, 3 dengan materi passing bawah dan passing atas dalam permainan bola voli.	Siswa masih belum paham pembelajaran penjas dengan kurikulum 2013.	Menjelaskan ke siswa bahwa pembelajaran di kelas XI mulai memakai K2013 dan menjelaskan sedikit tentang K2013.
10.	Sabtu, 16 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI MIA 2	<ul style="list-style-type: none">Mengajar di kelas XI MIA 2 pada jam ke 1, 2, 3 dengan materi passing bawah dan passing atas dalam permainan bola voli.	Siswa masih belum paham pembelajaran penjas dengan kurikulum 2013.	Menjelaskan ke siswa bahwa pembelajaran di kelas XI mulai memakai K2013 dan menjelaskan sedikit tentang K2013.
11.	Sabtu, 16 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI IIS 2	<ul style="list-style-type: none">Mengajar di kelas XI IIS 2 pada jam ke 1, 2, 3 dengan materi passing bawah dan passing atas dalam permainan bola voli.	<ul style="list-style-type: none">Siswa masih belum paham pembelajaran penjas dengan kurikulum 2013.Siswa merasa kepanasan karena	Menjelaskan ke siswa bahwa pembelajaran di kelas XI mulai memakai K2013 dan menjelaskan sedikit tentang K2013. Memerintah siswa untuk membawa



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

				pembelajaran sampai jam 11.30	bekal minum saat pembelajaran penjas selanjutnya.
--	--	--	--	-------------------------------	---

Minggu ke- 8

No.	Hari/ Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin, 18 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI IIS 3	<ul style="list-style-type: none">Mengajar di kelas XI IIS 3 pada jam ke 1, 2, 3 dengan materi roll depan, roll belakang, sikap lilin dan loncat harimau.		
2.	Senin, 18 Agustus 2014	Penyusunan RPP	<ul style="list-style-type: none">Menyusun RPP dengan materi permainan bola basket (chest pass)		
3.	Selasa, 19 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI IIS 2	<ul style="list-style-type: none">Mengajar di kelas XI IIS 2 pada jam ke 1, 2, 3 dengan materi roll depan, roll belakang, sikap lilin dan loncat harimau.		
4.	Selasa, 19 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI MIA 4	<ul style="list-style-type: none">Mengajar di kelas XI MIA 4 pada jam ke 4, 5, 6 dengan materi roll depan, roll belakang, sikap lilin dan loncat harimau.		
5.	Rabu, 20 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI MIA 5	<ul style="list-style-type: none">Mengajar di kelas XI MIA 5 pada jam ke 1, 2, 3 dengan materi roll depan, roll		



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk
mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

6.	Rabu, 20 Agustus 2014	Pembuatan media pembelajaran	belakang, sikap lilin dan loncat harimau. <ul style="list-style-type: none">• Membuat media pembelajaran teknik dasar permainan basket chest pass		
7.	Rabu, 20 Agustus 2014	Mengoreksi tugas siswa	<ul style="list-style-type: none">• Mengoreksi tugas siswa kelas XI MIA 3, 4, 5 tentang permainan bola voli.		
8.	Kamis, 21 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI MIA 3	<ul style="list-style-type: none">• Mengajar di kelas XI MIA 3 pada jam ke 1, 2, 3 dengan materi atletik yaitu lari estafet.		
9.	Kamis, 21 Agustus 2014	Penyusunan RPP	<ul style="list-style-type: none">• RPP dengan materi lompat jauh dapat terselesaikan.		
10.	Jumat, 22 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI MIA 1	<ul style="list-style-type: none">• Mengajar di kelas XI MIA 1 pada jam ke 1, 2, 3 dengan materi roll depan, roll belakang, sikap lilin dan loncat harimau.		
11.	Jumat, 22 Agustus 2014	Mengoreksi tugas siswa	<ul style="list-style-type: none">• Mengoreksi tugas siswa kelas XI MIA 1 dan 2 tentang materi permainan bola voli.		
12.	Sabtu, 23 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI MIA 2	<ul style="list-style-type: none">• Mengajar di kelas XI MIA 2 pada jam ke 1, 2, 3 dengan materi roll depan, roll belakang, sikap lilin dan loncat harimau.		



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

13.	Sabtu, 23 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI IIS 2	<ul style="list-style-type: none"> Mengajar di kelas XI IIS 2 pada jam ke 4, 5, 6 dengan materi roll depan, roll belakang, sikap lilin dan loncat harimau. 		
14.	Sabtu, 23 Agustus 2014	Mengoreksi tugas siswa	<ul style="list-style-type: none"> Mengoreksi tugas siswa kelas XI IIS 1, 2, 3 tentang permainan bola voli. 		

Minggu ke-9

No.	Hari/ Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin, 25 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI IIS 3	<ul style="list-style-type: none"> Mengajar di kelas XI IIS 3 pada jam ke 1, 2, 3 dengan materi atletik yaitu lari estafet. 		
2.	Senin, 25 Agustus 2014	Penyusunan RPP	<ul style="list-style-type: none"> RPP dengan materi lompat tinggi terselesaikan. 		
3.	Selasa, 26 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI IIS 2	<ul style="list-style-type: none"> Mengajar di kelas XI IIS 2 pada jam ke 1, 2, 3 dengan materi atletik yaitu lari estafet. 		
4.	Selasa, 26 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI MIA 4	<ul style="list-style-type: none"> Mengajar di kelas XI MIA 4 pada jam ke 4, 5, 6 dengan materi atletik yaitu lari estafet. 		
5.	Rabu, 27 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI MIA 5	<ul style="list-style-type: none"> Mengajar di kelas XI MIA 5 pada jam ke 1, 2, 3 dengan materi atletik yaitu 		



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk
mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

6.	Rabu, 27 Agustus 2014	Jaga piket	lari estafet. • Menjaga piket di lobi dan mempresensi ke setiap kelas.		
7.	Rabu, 27 Agustus 2014	Mengoreksi tugas siswa	• Mengoreksi tugas siswa tentang materi senam lantai.		
8.	Kamis, 28 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI MIA 3	• Mengajar di kelas XI MIA 3 pada jam ke 1, 2, 3 dengan materi permainan bola basket chest pass.		
9.	Kamis, 28 Agustus 2014	Penyusunan RPP	• Menyusun RPP dengan materi NARKOBA.		
10.	Jumat, 29 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI MIA 1	• Mengajar di kelas XI MIA 1 pada jam ke 1, 2, 3 dengan materi permainan bola basket chest pass.		
11.	Jumat, 29 Agustus 2014	Mengoreksi tugas siswa	• Mengoreksi tugas siswa tentang materi senam lantai.		
12.	Sabtu, 30 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI MIA 2	• Mengajar di kelas XI MIA 2 pada jam ke 1, 2, 3 dengan materi permainan bola basket chest pass.		
13.	Sabtu, 30 Agustus 2014	Praktek mengajar di kelas XI IIS 2	• Mengajar di kelas XI MIA 2 pada jam ke 1, 2, 3 dengan materi permainan bola basket chest pass.		



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk
mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

14.	Sabtu, 30 Agustus 2014	Mengoreksi tugas siswa	<ul style="list-style-type: none">Mengoreksi tugas siswa tentang materi senam lantai.		
-----	---------------------------	------------------------	---	--	--

Minggu ke- 10

No.	Hari/ Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin, 1 September 2014	Jaga piket			
2.	Selasa, 2 September 2014	Membuat RPP	<ul style="list-style-type: none">RPP dengan materi NARKOBA terselesaikan.		
3.	Rabu, 3 September 2014	Mengoreksi tugas siswa	<ul style="list-style-type: none">Mengoreksi tugas siswa tentang materi lari estafet.		
4.	Kamis, 4 September 2014	Membuat RPP	<ul style="list-style-type: none">Menyusun RPP dengan materi permainan sepak bola.		
5.	Jumat, 5 September 2014	Mengoreksi tugas siswa	<ul style="list-style-type: none">Mengoreksi tugas siswa tentang materi permainan bola basket.		
6.	Sabtu, 6 September 2014	Membuat daftar penilaian siswa	<ul style="list-style-type: none">Membuat format penilaian sikap siswa kelas XI.		



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

7.	Sabtu, 6 September 2014	Menyusun laporan PPL	<ul style="list-style-type: none"> Menyusun laporan PPL samapi pada cover, lembar pengesahan, kata pengantar. 	Masih bingung dengan format laporan PPL.	Meminjam hasil laporan PPL tahun lalu.
----	-------------------------	----------------------	--	--	--

Minggu ke- 11

No	Hari/ Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin, 8 September 2014	Jaga piket			
2.	Senin, 8 September 2014	Membuat format penilaian siswa	<ul style="list-style-type: none"> Membuat format penilaian keterampilan siswa kelas XI 		
3.	Selasa, 9 September 2014	Membuat RPP	<ul style="list-style-type: none"> RPP dengan materi permainan sepak bola terselesaikan. 		
4.	Selasa, 9 September 2014	Bimbingan DPL PPL	<ul style="list-style-type: none"> Bimbingan DPL PPL dengan materi penyusunan laporan PPL. 		
5.	Rabu, 10 September 2014	Membuat laporan PPL	<ul style="list-style-type: none"> Menyusun laporan PPL sampai pada abstrak. 		
6.	Rabu, 10 September 2014	Mengisi lembar penilaian siswa	<ul style="list-style-type: none"> Mengisi penilaian sikap siswa kelas XI. 		



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk
mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

7.	Kamis, 11 September 2014	Membuat laporan PPL	<ul style="list-style-type: none"> Melanjutkan laporan PPL sampai pada BAB 1 analisis situasi. 		
8.	Jumat, 12 September 2014	Penyelesaian laporan PPL	<ul style="list-style-type: none"> Melanjutkan laporan PPL sampai pada BAB 2 yaitu pelaksanaan PPL. 		
9.	Sabtu, 13 September 2014	Mengisi lembar penilaian siswa	<ul style="list-style-type: none"> Mengisi lembar penilaian keterampilan siswa kelas XI 		
10.	Sabtu, 13 September 2014	Penyelesaian laporan PPL	<ul style="list-style-type: none"> Melanjutan penyusunan laporan PPL sampai pada BAB 3 yaitu kesimpulan dan saran. 		

Minggu ke-12

No	Hari / tanggal	Nama kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin, 15 September 2014	Penyelesaian laporan PPL	<ul style="list-style-type: none"> Melanjutkan laporan PPL sampai pada lampiran lampiran kegiatan PPL. 		
2.	Senin, 15 September 2014	Pembuatan lapangan sepak takraw	<ul style="list-style-type: none"> Membuat lapangan sepak takraw sapai pada garis tepi lapangan permainan. 	Luas lapangan yang kurang besar	Memodifikasi lapangan dengan cara memperkecil luas lapangan.
3.	Selasa, 16 September 2014	Penyelesain laporan PPL	<ul style="list-style-type: none"> Melanjutkan laporan PPL sapai pada lampiran kegiatan PPL. 		
4.	Selasa, 16 September 2014	Pembuatan lapangan sepak takraw	<ul style="list-style-type: none"> Melanjutkan pembuatan lapangan sepak takraw samapi selesai. 		



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk
mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

5.	Rabu, 17 September 2014	Penarikan mahasiswa PPL	<ul style="list-style-type: none">• Penarikan mahasiswa PPL UNY 2014 di ruang laborat IPS SMA N 1 Kalasan pada jam 12.00 – 13.00 WIB.		
----	----------------------------	-------------------------	---	--	--

Yogyakarta, 17 September 2014

Mengetahui,

DPL-PPL
Universitas Negeri Yogyakarta,

Guru pembimbing,

Mahasiswa,

Erwin Setyo Kriswanto, S.Pd., M.Kes.
NIP : 19751018 200501 1002

Muhamad Marjuki, S.Pd

Rahmat Tohir Bintoro
NIM. 11601241090



MATRIKS PROGRAM KERJA INDIVIDU PPL UNY

TAHUN 2014

F01

Kelompok mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMA NEGERI 1 KALASAN
 ALAMAT SEKOLAH : TAMAN MARTANI, KALASAN, SLEMAN
 GURU PEMBIMBING : MUHAMAD MARJUKI, S.Pd

NAMA MAHASISWA : RAHMAT TOHIR BINTORO
 NIM : 11601241090
 FAK./JUR. : FIK/PJKR
 DOSEN PEMBIMBING : ERWIN SETYO K, S.Pd.,M.Kes.

No	Program/Kegiatan	Jumlah Jam per Minggu												Jumlah Jam		
		I	ii	iii	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX		X	XI
	PROGRAM PPL															
1	Membuat RPP															
	a. Persiapan					3			3		2	2				
	b. Pelaksanaan					4				4	4	4		4		
	c. Evaluasi										3	2				
2	Mempersiapkan Daftar Hadir dan Daftar Nilai															
	a. Persiapan						1			1			2			
	b. Pelaksanaan						2			2				2		
	c. Evaluasi										2	1	1			
3	Membuat Media Pembelajaran															
	a. Persiapan					2			2							
	b. Pelaksanaan					3			3	2	3	3				
	c. Evaluasi									2	2	2	2			



Universitas Negeri Yogyakarta

**MATRIKS PROGRAM KERJA INDIVIDU PPL UNY
TAHUN 2014**

F01

Kelompok
mahasiswa

	b. Pelaksanaan									6	6	6	6	6	6		36
	c. Evaluasi																
11	Pembuatan Laporan PPL																
	a. Persiapan									1	1	1					8
	b. Pelaksanaan									2	2	4	6	5	5		24
	c. Evaluasi												2	2	2		6
	TOTAL JAM																296

Mengetahui,

Yogyakarta, 17 September 2014

DPL-PPL
Universitas Negeri Yogyakarta,

Guru pembimbing,

Mahasiswa,

Erwin Setyo Kriswanto, S.Pd.,M.Kes.
NIP. 19751018 200501 1002

Muhamad Marjuki, S.Pd

Rahmat Tohir Bintoro
NIM. 11601241090



Universitas Negeri Yogyakarta

MATRIKS PROGRAM KERJA INDIVIDU PPL UNY

TAHUN 2014

F01

Kelompok
mahasiswa

PROGRAM SEMESTER

MATA PELAJARAN : Pendidikan Jasmani ,Olahraga dan Kesehatan

NAMA SEKOLAH : SMA N 1 Kalasan

KELAS / SEMESTER : XI / Ganjil

TAHUN PELAJARAN : 2014 /2015

No	Bulan	Jumlah Minggu	Jumlah Minggu tidak Efektif	Jumlah Minggu Efektif
1	Juli	1	1	-
2	Agustus	4	0	4
3	September	4	2	2
4	Oktober	5	1	4
5	November	4	2	2
6	Desember	3	3	-
7	Jumlah pertemuan efektif			12 PT / 36 jam

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Kalasan, 7 Juli 2014
Guru Mata Pelajaran

Drs.H. Tri Sugiarto
NIP. 19570727 198103 1 002

Muh Marjuki, S.Pd
NIP.

PROGRAM SEMESTER

MATA PELAJARAN : Pendidikan Jasmani ,Olahraga dan Kesehatan

NAMA SEKOLAH : SMA N 1 Kalasan

KELAS / SEMESTER : XI / Genap

TAHUN PELAJARAN : 2014 /2015

No	Bulan	Jumlah Minggu	Jumlah Minggu tidak Efektif	Jumlah Minggu Efektif
1	Januari	4	-	4
2	Februari	5	1	4
3	Maret	5	1	4
4	April	5	2	3
5	Mei	4	0	4
6	Juni	4	3	1
7	Jumlah pertemuan efektif			20 PT / 60 jam

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Kalasan, 7 Juli 2014
Guru Mata Pelajaran

Drs.H. Tri Sugiarto
NIP. 19570727 198103 1 002

Muh Marjuki, S.Pd
NIP.

PROGRAM TAHUNAN

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Sekolah : SMA N 1 KALASAN

Kelas : XI

Tahun Pelajaran : 2014/2015

SEM	MATERI POKOK	WAKTU (Pertemuan)	Ket
Ganjil	1. Permainan Sepak Bola	2	
	2. Permainan Bola Voli	2	
	3. Permainan Bola Basket	2	
	4. Permainan Bola Kecil	2	
	5. Atletik	1	
	6. Senam Ketangkasan	1	
	7. Aktifitas Kebugaran	1	
	8. Kesehatan (Narkoba)	1	
JUMLAH		12/36 Jam	
Genap	1. Permainan Sepak Bola	3	
	2. Permainan Bola Voli	2	
	3. Permainan Bola Basket	2	
	4. Permainan Bola Kecil	2	
	5. Atletik	2	
	6. Aktivitas Ritmik	2	
	7. Aktifitas Kebugaran	2	
	8. Narkotika	2	
	9. Pencegahan Penyakit Melalui Aktifitas Fisik dan Makanan Sehat	2	
	10. Remedial	1	
JUMLAH		20/60 Jam	
JUMLAH TOTAL		32/ 96 Jam	

Mengetahui
Kepala Sekolah

Kalasan, 07 Juli 2014
Guru Mata Pelajaran

Drs.H. Tri Sugiharto
NIP. 19570727 198103 1 002

Muh Marjuki, S.Pd
NIP.



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN DANA PELAKSANAAN PPL TAHUN 2014

F03

Untuk
mahasiswa

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMA Negeri 1 Kalasan

ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA : Bogem, Taman Martani, Kalasan, Sleman

GURU PEMBIMBING : Muh Marjuki, S.Pd.

NAMA MAHASISWA : Rahmat Tohir Bintoro

NO. MAHASISWA : 11601241090

FAK./JUR./PRODI : FIK/POR/PJKR

DOSEN PEMBIMBING : Erwin Setyo, M.Kes.

No.	Nama Kegiatan	Hasil Kuantitatif/Kualitatif	Serapan Dana (Dalam Rupiah)				
			Swadaya/Sekolah/Lembaga	Mahasiswa	PemdaKab upaten	Sponsor/Lembaga lainnya	Jumlah
1.	Konsultasi tentang PPL dengan DPL dan guru pembimbing	Konsultasi dilakukan beberapa kali, saat menemui kesulitan, dan keraguan. Mendapat kejelasan dan wawasan baru dari dosen dan guru pembimbing	-	-	-	-	-
3.	Membuat dan mencetak RPP	Ada 3 RPP yang digunakan dalam PPL	-	Rp 10.000,00	-	-	Rp 10.000,00



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN DANA PELAKSANAAN PPL TAHUN 2014

F03

Untuk
mahasiswa

		RPP siap untuk digunakan dalam pembelajaran					
4.	Membuat media pembelajaran	Media pembelajaran yang dibuat meliputi media gambar dan video. Pembelajaran akan menarik dengan beragam media yang digunakan karena media yang digunakan bisa memotivasi peserta didik	-	-	-	-	-
5.	Mengajar di kelas	Praktik mengajar dikelas dilakukan sebanyak 17 kali mengajar. Materi tersampaikan kepada peserta didik.	-	-	-	-	-
6.	Mencari referensi media pembelajaran	Referensi media didapat dari 2 sumber yaitu youtube dan buku	-	-	-	-	-



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN DANA PELAKSANAAN PPL TAHUN 2014

F03

Untuk
mahasiswa

		Dengan berbagai sumber referensi yang digunakan akan menambah variasi dalam pembelajaran.					
7.	Mencari referensi metode pembelajaran	Referensi metode di dapat dari 4 sumber yaitu video metode mahasiswa, youtube, internet, buku, dan teman. Dengan berbagai metode yang digunakan akan lebih menarik peserta didik dalam pembelajaran.	-	-	-	-	-
8.	Mencetak media pembelajaran	Media dicetak sebanyak 3 kali dengan harga satuan 4000 Dengan media gambar, siswa dapat lebih		Rp 12.000,00	-	-	Rp 12.000,00



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN DANA PELAKSANAAN PPL TAHUN 2014

F03

Untuk
mahasiswa

		mudah memhamai gerakan.					
9.	Pembuatan 1 Lapangan sepak takraw	Pembuatan 1 lapangan Sepak Takraw Pembuatan Lapangan takraw bertujuan agar materi sepak takraw bisa di ajarkan	Rp.50.000	Rp 10.000,00	-	-	Rp 60.000,00
Jumlah							Rp 82.000,00

Mengetahui,
Kepala SMA Negeri 1 Kalasan

Dosen Pembimbing Lapangan

Yogyakarta, September 2014
Mahasiswa

Drs. H. Tri Sugiharto
NIP. 19570707 198103 1 024

Erwin Setyo, M.Kes.
NIP.197510182005011002

Rahmat Tohir Bintoro
NIM. 11601241090



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN DANA PELAKSANAAN PPL TAHUN 2014

F03

Untuk
mahasiswa
