



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

**LAPORAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
SMP NEGERI 2 GODEAN**



**Disusun oleh :  
RIKI MAULANA  
13601241088**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**2016**



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

**HALAMAN PENGESAHAN**

Laporan ini disusun dan diajukan sebagai pertanggung jawaban kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) yang telah dilaksanakan di SMP Negeri 2 Godean mulai tanggal 15 Juli 2016 sampai dengan 15 September 2016.

Nama : Rifki Maulana  
NIM : 13601241088  
Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Telah disahkan pada:

Hari : Rabu  
Tanggal : 28 September 2016

Menyetujui,

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

  
Drs. Moch Slamet, M.S.

NIP.19541201 19703 1 004

  
Drs. Syamsudi

NIP. 195807271986021002

Mengetahui,

Kepala SMP Negeri 2 Godean

Koordinator PPL SMP Negeri 2 Godean

  
Ris Santosa, S. Pd.

NIP.19640414 198803 1 008

  
Rr. Amani Sri Marhaeni E, M.Pd.

NIP. 19641204 198803 2 008





**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadiran Tuhan YME yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya, sehingga penyusun dapat melaksanakan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMP Negeri 2 Godean serta dapat menyelesaikan laporan PPL ini dengan baik. Laporan ini disusun sebagai pertanggungjawaban kegiatan PPL di SMP Negeri 2 Godean.

Praktik Pengalaman Lapangan yang dilaksanakan pada tanggal 15 Juli 2016 sampai dengan 15 September 2016 ini merupakan salah satu mata kuliah wajib lulus bagi mahasiswa yang mengambil program kependidikan di Universitas Negeri Yogyakarta.

Keberhasilan kegiatan PPL dan penyusunan laporan ini tidak lepas dari bimbingan, bantuan, dan dorongan berbagai pihak. Oleh karena itu, penyusun ucapkan terimakasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah mengeluarkan kebijakan mengenai Praktik Pengalaman Lapangan (PPL).
2. Kepala Lembaga Pengembangan dan Penjaminan Mutu Pendidikan (LPPMP) yang telah menyelenggarakan program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL).
3. Ris Santosa, S.Pd. selaku Kepala SMP Negeri 2 Godean yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan PPL di SMP Negeri 2 Godean.
4. Dr. I Ketut Sunarya, M.Sn. selaku Dosen Pembimbing Lapangan PPL (DPL PPL) yang telah memberikan bimbingan dan motivasi selama pelaksanaan program PPL.
5. Rr. Amani Sri Marhaeni E, S.Pd selaku koordinator PPL di SMP Negeri 2 Godean yang telah membimbing dan memberi kemudahan dalam kegiatan PPL.
6. Rr. Amani Sri Marhaeni E, S.Pd selaku Guru Pembimbing di SMP Negeri 2 Godean yang senantiasa memberikan saran dan kritik yang membangun selama pelaksanaan kegiatan PPL.
7. Guru beserta karyawan SMP Negeri 2 Godean yang telah mendukung terlaksananya KKN-PPL UNY 2016.
8. Peserta didik SMP Negeri 2 Godean.



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

9. Ibu tercinta yang memberikan dorongan moril serta materil.
10. Personil GODEAN SQUAD yang telah berjuang bersama.
11. Semua pihak yang telah membantu pelaksanaan PPL dan penyusunan laporan ini.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas semua kebaikan Bapak/Ibu serta Saudara/i. Penyusun sadari bahwa laporan ini semua ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu diharapkan kritik dan saran yang dapat membangun demi kesempurnaan kegiatan ini di kemudian hari. Kami berharap laporan ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Godean, 15 September 2016

Mahasiswa PPL

Rifki Maulana

NIM. 13601241088



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

**DAFTAR ISI**

Halaman Judul .....	i
Halaman Pengesahan .....	ii
Kata Pengantar .....	iii
Daftar Isi .....	v
Abstrak .....	vi
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Analisis Situasi .....	1
B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL .....	8
<b>BAB II. PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL</b>	
A. Persiapan .....	12
B. Pelaksanaan .....	14
C. Analisis Hasil Pelaksanaan .....	22
<b>BAB III. PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	24
B. Saran .....	25
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>27</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>28</b>



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

**LAPORAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
SMP NEGERI 2 GODEAN**

**ABSTRAK**

**Oleh:  
RIFKI MAULANA  
NIM 13601241088**

Program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan kesempatan bagi Mahasiswa untuk mempraktikkan beragam teori yang mereka terima di bangku kuliah. Pada saat kuliah Mahasiswa menerima ilmu yang bersifat teoritis. Oleh karena itu, pada saat PPL ini Mahasiswa berkesempatan mengaplikasikannya teori-teori tersebut dan sekaligus menimba ilmu secara empiris, tidak sekedar mengetahui suatu teori, tetapi lebih jauh lagi mereka juga memiliki kemampuan untuk menerapkan teori tersebut, tidak hanya dalam situasi simulasi tetapi dalam situasi sesungguhnya. Praktik Pengalaman Lapangan ini bertujuan untuk mendapatkan pengalaman tentang proses pembelajaran dan kegiatan persekolahan lainnya yang digunakan sebagai bekal untuk menjadi tenaga pendidik yang memiliki nilai, sikap, pengetahuan, dan ketrampilan yang dibutuhkan.

Kegiatan PPL merupakan pelaksanaan kegiatan pembelajaran sesuai dengan kompetensi yang dimiliki oleh Mahasiswa yaitu dalam bidang pendidikan. Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Universitas Negeri Yogyakarta tahun 2016 yang berlokasi di SMP N 2 Godean, mulai dilaksanakan pada tanggal 15 Juli 2016 sampai tanggal 15 September 2016. Dalam hal ini Praktik Pengalaman Lapangan melakukan kegiatan mengajar baik yang bersifat terbimbing maupun yang bersifat mandiri. Dalam kegiatan PPL ini Mahasiswa menjalankan program mengajar minimal 8 kali pertemuan. Untuk mendukung metode yang digunakan pada saat mengajar dibutuhkan media pendukung. Praktikan telah menyelesaikan tugas mengajar kelas VII A, VII B, VIII A, IX A, dan IX B untuk mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan. Praktikan telah dapat mengajar sebanyak 35 kali dan mengadakan penilaian praktik sebanyak satu kali untuk mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan. Kegiatan belajar yang dilakukan adalah pembelajaran di lapangan. Banyak kendala dan hambatan dalam melakukan PPL baik yang berasal dari intern maupun ekstern.

Dengan adanya kegiatan PPL ini, praktikan mendapat bekal pengalaman dan gambaran nyata tentang kegiatan dalam dunia pendidikan khususnya di sekolah. Adanya kerjasama, kerja keras dan disiplin akan sangat mendukung terlaksananya program-program PPL dengan sukses. Dengan terselesaikannya kegiatan PPL ini diharapkan dapat tercipta tenaga pendidik yang profesional dan berkualitas.



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**2016**  
*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

**BAB I**  
**PENDAHULUAN**

**A. ANALISIS SITUASI**

**1. Analisis Situasi Sekolah**

**a. Visi dan Misi Sekolah**

**1) Visi**

“Unggul dalam Mutu Berpijak pada Imtaq dan Budaya Bangsa”

Indikator visi:

- a) Unggul dalam prestasi akademik.
- b) Unggul dalam prestasi olahraga dan seni.
- c) Unggul dalam pengembangan keterampilan dan teknologi.
- d) Dapat mengamalkan/melaksanakan dan menghayati nilai-nilai agama.
- e) Bertetika dan sopan santun dalam tindakan berdasarkan budaya Indonesia

**2) Misi**

- a) Meningkatkan mutu akademik.
- b) Membimbing dan mengembangkan potensi siswa dalam bidang olahraga dan seni.
- c) Mempersiapkan siswa yang unggul dalam bidang keterampilan dan teknologi.
- d) Meningkatkan penghayatan terhadap ajaran agama sebagai sumber kearifan dalam bertindak.
- e) Berpijak pada budaya bangsa sebagai dasar bertindak.

**b. Letak Geografis**

SMP Negeri 2 Godean terletak di Desa Karangmalang, Kelurahan Sidomoyo, Kecamatan Godean, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Tepatnya berada di titik koordinat  $7^{\circ}76'40''S$   $110^{\circ}31'50''E$ , sedangkan gedung sekolah tersebut menghadap ke arah selatan.

Batas- batas wilayah SMP Negeri 2 Godean yaitu:

- a) Timur : Dusun Krandon.
- b) Selatan : Pedukuhan Karangmalang
- c) Barat : Dusun Tajen
- d) Utara : Persawahan



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

Secara geografis sekolah ini mempunyai letak yang strategis jauh dari jalan raya sehingga tempatnya kondusif untuk belajar karena berada di daerah perkampungan dan bersebelahan dengan area persawahan sehingga suasananya tenang.

**c. Kondisi Fisik**

SMP NSMP Negeri 2 Godean beralamat di Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. SMP Negeri 2 Godean memiliki luas tanah  $\pm 4000 \text{ m}^2$ .

SMP Negeri 2 Godean terdiri dari 12 kelas, yaitu 4 kelas ditiap jenjangnya. Selain ruang kelas terdapat ruang guru, ruang BK, ruang perpustakaan, ruang Kepala Sekolah, ruang komputer, dapur, gudang olahraga, ruang seni musik, ruang keterampilan, ruang pramuka, dan toilet. Terdapat juga sebuah mushola yang tidak terlalu besar namun bersih dan rapi.

**d. Potensi Peserta Didik**

Secara akademik, peserta didik SMP Negeri 2 Godean memiliki potensi yang cukup baik, sebab terdapat beberapa peserta didik yang memiliki minat, bakat, dan prestasi dalam berbagai cabang olahraga, seperti sepak takraw. Selain itu, ada beberapa peserta didik yang kerap mengikuti lomba karya ilmiah remaja. Adapun prestasi-prestasi yang pernah diraih antara lain:

- Juara 1 SMP Putra piala Koni "Cup" cabor sepak takraw pada tahun 2012,
- Juara 1 turnamen catur pada tahun 2012,
- Juara 1 UKS terbaik tingkat propinsi DIY dan Jateng, peringkat 12 UKS terbaik tingkat Nasional,
- Juara 3 – lomba bola volley dalam rangka O2SN SMP,
- Juara 2 - lomba Cerdas Cermat Agama (CCA) tingkat kabupaten pada tahun 2013, partisipan Jambore Nasional 2013

**e. Potensi Guru**

SMP Negeri 2 Godean mempunyai 25 orang tenaga pendidik profesional, terdiri dari 22 orang berstatus PNS dan 3 orang berstatus sebagai Guru Tidak Tetap (GTT).

**f. Potensi Karyawan**



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

SMP Negeri 2 Godean mempunyai 10 orang karyawan, terdiri dari 3 orang berstatus PNS dan 7 orang berstatus sebagai Pegawai Tidak Tetap (PTT).

**g. Fasilitas KBM, Media**

Fasilitas kegiatan belajar mengajar diprioritaskan untuk ruang-ruang praktikum, seperti Laboratorium IPA. Di sana terdapat berbagai fasilitas yang cukup lengkap seperti LCD. Sedangkan belum semua ruang teori atau ruang kelas memiliki fasilitas serupa. Penggunaan media belajar dalam ruang kelas atau ruang teori masih sederhana. Media yang ada yaitu whiteboard menggunakan spidol.

**h. Perpustakaan**

Perpustakaan SMP Negeri 2 Godean memiliki luas 84 m<sup>2</sup>. Ruangan yang memiliki 1 penjaga itu memiliki berbagai macam buku, seperti buku mata pelajaran, Al-Qur'an, dan buku-buku pengetahuan umum, seperti ensiklopedia, budaya, teknologi, kesehatan, dan lain-lain. Perpustakaan SMP Negeri 2 Godean juga dilengkapi dengan berbagai fasilitas, seperti 1 televisi, 9 meja, 24 kursi, 13 rak buku dan 2 buah almari. Di dinding ruangan tersebut, terpajang foto presiden dan wakil presiden, lambang Garuda Pancasila, jam dinding, berbagai poster serta moto-moto yang dapat meningkatkan motivasi membaca siswa.

**i. Laboratorium**

Dalam laboratorium terdapat peralatan yang memadai, seperti meja dan kursi bagi peserta didik dan guru, LCD dan juga berbagai alat peraga yang tersimpan rapi di almari. Penggunaan laboratorium terjadwal dan terdapat empat guru pembimbing yang salah satunya merupakan koordinator laboratorium.

**j. Bimbingan Konseling**

Bimbingan dan konseling di SMP 2 Godean memiliki 2 orang yang terdiri dari ruang kantor guru BK dan ruang tamu disebelahnya yang sekaligus berfungsi sebagai ruang konseling. Di dalam ruang tamu terdapat meja dan kursi juga terdapat papan yang berisi struktur BK di sekolah, bilet tempat penyimpanan dokumen-dokumen dan file folder tentang kesehatan reproduksi, bahaya narkoba dan lain sebagainya. Sedangkan di ruang BK selain terdapat meja dan kursi, juga terdapat dokumen-dokumen yang tertata rapi serta seperangkat komputer



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

dan mesin cetak. Guru BK yang ada di SMP N 2 Godean berjumlah 2 orang yaitu Sumidi, S.Pd dan Siti Nuriyah, S.Pd. Bimbingan Konseling di SMP 2 Godean sudah mendapatkan jam masuk kelas yaitu 1 jam pelajaran, sehingga memudahkan para guru BK untuk mengetahui masalah yang dialami oleh para siswa untuk selanjutnya memberikan layanan kepada mereka. Selama ini masalah yang sering ditangani oleh BK ialah perkuliahan, sering tidak masuk, mainan handphone saat pembelajaran berlangsung, kehilangan uang, dan sebagainya. Apabila ada kasus besar maka dilakukan konferensi kasus atau alih tangan apabila masalah tersebut di luar kewenangan BK, seperti ada yang sakit lalu di bawa ke dokter.

**k. Bimbingan Belajar**

Bimbingan belajar yang ada di SMP adalah jam tambahan bagi kelas VII, VIII dan IX untuk kelas VII Aimbingan belajar dilaksanakan pada hari senin dan selasa, kelas VIII pada hari rabu dan kamis, sedangkan untuk kelas XI dilaksanakan pada hari jum'at dan sabtu. Bimbingan belajar ini berlangsung sepulang sekolah selama 2 jam.

**l. Ekstrakurikuler**

SMP Negeri 2 Godean juga memiliki kegiatan ekstrakurikuler sebagai wahana penyaluran dan pengembangan diri siswa. Kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan antara lain: Pramuka (wajib), Komputer, Bahasa Inggris, Seni Musik, Sepak Bola, Sepak Takraw, Karya Ilmiah Remaja, Qiroatul Quran, Drum Band, dan Pleton Inti/Pasukan Inti.

**m. Organisasi dan Fasilitas OSIS**

Organisasi OSIS di SMP N 2 Godean telah ada dan mulai aktif. OSIS juga memiliki suatu ruang kerja.

**n. Organisasi dan Fasilitas UKS**

SMP Negeri 2 Godean mempunyai 2 ruang UKS. Lokasi UKS tersebut sangat strategis, karena berada di tengah-tengah. Ukuran UKS SMP Negeri 2 Godean adalah 32 m<sup>2</sup>. Terdapat tim pelaksana UKS yang menjadi penanggung jawab UKS. UKS SMP Negeri 2 Godean cukup lengkap, terdapat data siswa sakit, meja, kursi, lemari, kalender, jadwal pemantau jentik, grafik kunjungan siswa, alat kebersihan, poster-poster, tempat sepatu, dan dua kamar rawat yang masing-masing terdiri dari 2



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

buah tempat tidur, sebuah meja, dan kursi. Terdapat pula alat penimbang berat badan, alat tes kesehatan mata, kotak obat, dan lain-lain.

**o. Administrasi (Karyawan, Sekolah, Dinding)**

Administrasi di SMP Negeri 2 Godean sudah cukup lengkap, mulai dari administrasi guru/karyawan, administrasi sekolah sampai dengan administrasi dinding. Terdapat daftar presensi peserta didik, berupa buku presensi yang setiap harinya diedarkan dimasing-masing kelas, dan yang bertanggung jawab mengedarkan presensi siswa adalah guru piket. Selain presensi peserta didik, juga terdapat presensi guru serta karyawan. Presensi guru serta karyawan ini terdapat di ruang Tata Usaha.

**p. Karya Tulis Ilmiah Remaja**

Karya Tulis Ilmiah Remaja merupakan salah satu ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Godean. Karya tulis tersebut disimpan di perpustakaan.

**q. Koperasi Siswa**

Koperasi siswa di SMP Negeri 2 Godean berkonsep seperti koperasi kejujuran. Koperasi siswa terletak di samping ruang guru. Proses pembelian di koperasi, yaitu siswa mendatangi koperasi siswa, selanjutnya memilih barang yang hendak dibeli tanpa ada petugas koperasi, kemudian masuk ke ruang guru untuk membayar barang yang dibeli kepada salah seorang guru yang bertugas. Dalam hal ini yang bertugas adalah Ibu Sutarti, S. Pd.

**r. Tempat Ibadah**

Tempat ibadah yang dimiliki oleh SMP Negeri 2 Godean yaitu mushola, karena sebagian besar siswa SMP N 2 Godean mayoritas adalah muslim. Kondisi mushola cukup terawat dan fasilitas untuk beribadah juga lengkap.

**s. Kesehatan Lingkungan**

Ketersedian tong sampah yang membedakan antara sampah organik dan anorganik mencerminkan bahwa SMPN 2 Godean memperdulikan lingkungan. Selain itu, untuk jumlah kamar mandi sudah mencukupi. Banyak juga tanaman obat-obatan yang ditanam di lingkungan sekolah.

**t. Ruang Kesenian**



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

Ruang kesenian di SMP Negeri 2 Godean meliputi ruang seni musik, ruang seni tari, dan ruang seni kerajinan.

## **2. Analisis Situasi Kelas**

### **a. Kondisi Peserta Didik**

#### **1) Kelas VII A**

Karakteristik peserta didik di kelas VII A bisa dikatakan aktif. Mayoritas anak-anak nya sangat rajin-rajin dan fokus sehingga apabila guru sedang menjelaskan banyak yang mendengarkan, dan saat mempraktikan suatu gerakan semua siswa melakukan dengan sungguh-sungguh.

Ada beberapa peserta didik di kelas VII A yang tidak memperhatikan, berbicara sendiri bahkan bercanda saat berbaris. Tetapi saat melakukan kegiatan/gerakan dari suatu materi pembelajaran siswa menjalankan dengan baik dan serius.

#### **2) Kelas VII B**

Karakteristik peserta didik di kelas VII B bisa dikatakan aktif dan sangat antusias dalam mengikuti mata pelajaran olahraga. Mereka fokus saat diberi penjelasan sehingga pembelajaran berjalan dengan lancar.

Ada beberapa peserta didik di kelas VII B yang mampu berpikir secara kritis dan aktif bertanya ataupun berpendapat.

#### **3) Kelas VIII A**

Karakteristik peserta didik di kelas VIII A bisa dikatakan aktif dan sangat antusias dalam mengikuti mata pelajaran olahraga. Mayoritas siswanya pandai dan terampil sehingga mudah menyerap materi saat pembelajaran olahraga.

Ada beberapa peserta didik di kelas VIII A yang tidak memperhatikan saat guru menjelaskan. Tetapi saat melakukan kegiatan/gerakan dari suatu materi pembelajaran siswa menjalankan dengan baik dan serius.

#### **4) Kelas IX A**

Karakteristik peserta didik di kelas IX A bisa dikatakan aktif dan sangat antusias dalam mengikuti mata pelajaran olahraga.



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

Ada beberapa peserta didik di kelas IX A yang tidak memperhatikan saat guru menjelaskan. Tetapi saat melakukan kegiatan/gerakan dari suatu materi pembelajaran siswa menjalankan dengan baik dan serius.

5) Kelas IX B

Karakteristik peserta didik di kelas IX B bisa dikatakan aktif dan sangat antusias dalam mengikuti mata pelajaran olahraga.

Ada beberapa peserta didik di kelas IX B yang tidak memperhatikan saat guru menjelaskan. Tetapi saat melakukan kegiatan/gerakan dari suatu materi pembelajaran siswa menjalankan dengan baik dan serius.

## **B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL**

Program kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) bertujuan untuk mengembangkan kompetensi mahasiswa sebagai calon guru atau tenaga kependidikan. Mata kuliah PPL mempunyai sasaran dalam kegiatan yang terkait dengan pembelajaran maupun kegiatan yang mendukung berlangsungnya pembelajaran.

Pembuatan program dan rancangan kegiatan PPL, menyesuaikan dengan kondisi sekolah sesuai dengan hasil observasi yang telah dilakukan sebelum kegiatan PPL dimulai.

Berdasarkan observasi dan analisis situasi yang telah dilaksanakan, dapat dirumuskan beberapa rancangan kegiatan PPL. Secara garis besar program dan rancangan kegiatan PPL adalah sebagai berikut:

### **1. Kegiatan Pra PPL**

- a. Micro Teaching di Universitas.
- b. Melakukan observasi proses pembelajaran kelas dan peserta didik di sekolah.

### **2. Kegiatan PPL**

#### **a. Penyusunan Perangkat Pembelajaran**

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

- 1) Menyusun silabus.
- 2) Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran.



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

3) Menyiapkan alat pembelajaran dan lapangan

**b. Pembuatan Media Pembelajaran**

Media pembelajaran digunakan sebagai alat penunjang dalam pembelajaran, terutama dalam menyampaikan materi pelajaran kepada siswa agar siswa menjadi lebih mudah memahami materi pembelajaran. Dengan demikian, media pembelajaran yang diperlukan harus dipersiapkan dengan baik sebelum praktik mengajar.

**c. Praktik Mengajar**

Praktik mengajar yang dimaksud adalah praktik mengajar di dalam kelas dan mengajar siswa secara langsung. Praktik mengajar dikelas dilakukan dengan praktik mengajar terbimbing. Dalam praktik mengajar terbimbing, mahasiswa harus mampu menyusun, melaksanakan, dan mengevaluasi proses pembelajaran di kelas secara utuh dan terpadu dengan didampingi oleh guru pembimbing dan dosen pembimbing bidang studi. Kegiatan praktik mengajar meliputi:

- Pendahuluan:
  - 1) Berbaris, Berhitung dan Bedoa
  - 2) Apersepsi
  - 3) Menyampaikan tujuan pembelajaran
- Kegiatan inti:
  - 1) Memberi kesempatan siswa untuk mengeksplor kemampuannya tentang materi yang akan diajarkan
  - 2) Menyampaikan materi
  - 3) Menggunakan beberapa metode (saintifik, demonstrasi, drill, komando)
  - 4) Memberikan kesempatan untuk siswa bertanya
  - 5) Menjawab pertanyaan siswa
  - 6) Memberi kesempatan siswa untuk mencoba materi yang sudah disampaikan
- Penutup:
  - 1) Pendinginan
  - 2) Evaluasi pembelajaran
  - 3) Menyimpulkan bersama-sama mengenai materi yang diajarkan
  - 4) Berbaris, Berhitung dan Berdoa
  - 5) Menutup pembelajaran dengan salam.



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

**d. Evaluasi pembelajaran**

Evaluasi yang dilaksanakan berupa pemberian pertanyaan pada akhir pelajaran bertujuan untuk mengetahui pemahaman siswa mengenai materi yang telah disampaikan. Serta mengadakan program perbaikan bagi siswa yang belum mencapai KKM.

**e. Penyusunan laporan PPL**

Laporan PPL disusun untuk melaporkan rangkaian kegiatan PPL yang telah dilaksanakan. Laporan PPL tersebut berfungsi sebagai pertanggungjawaban praktikan atas pelaksanaan program PPL.

Pelaksanaan program Praktik Pengalaman Lapangan yang dilakukan praktikan dimulai sejak tanggal 15 Juli 2016 sampai 15 September 2016. Kegiatan PPL dilaksanakan ketentuan yang berlaku dalam melaksanakan praktik kependidikan dan persekolahan yang sudah terjadwal.



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

**BAB II**

**PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL**

**A. Persiapan**

Keberhasilan suatu kegiatan sangat tergantung dari persiapannya. Demikian pula untuk mencapai tujuan PPL, maka dilakukan berbagai persiapan sebelum praktik mengajar. Persiapan tersebut meliputi kegiatan yang diprogramkan dari lembaga UNY maupun yang diprogramkan secara individu oleh mahasiswa. Persiapan-persiapan tersebut antara lain:

**1. Pengajaran Mikro (*Micro Teaching*)**

Persiapan paling awal yang dilakukan oleh praktikan adalah mengikuti kuliah pengajaran mikro, yaitu praktik mengajar pada kelas yang kecil. Yang berperan sebagai guru adalah praktikan sendiri dan yang berperan sebagai siswa adalah teman satu kelompok yang berjumlah sepuluh sampai lima belas orang dengan seorang dosen pembimbing.

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

**2. Pembekalan**

Kegiatan pembekalan merupakan salah satu persiapan yang diselenggarakan oleh lembaga UNY, dilaksanakan dalam bentuk pembekalan PPL yang diselenggarakan oleh LPPMP yang bertempat di ruang sidang GPLA lantai 3 FIK.

**3. Observasi**

Sebelum mahasiswa melaksanakan kegiatan PPL, mahasiswa diberi kesempatan untuk melakukan pengamatan atau observasi. Observasi dilakukan pada 25 Februari 2016 dan 27 Februari 2016. Observasi tersebut bertujuan untuk mengenali lingkungan dan mengetahui proses belajar mengajar di SMP Negeri 2 Godean, sehingga dapat merancang program PPL sesuai dengan situasi dan kondisi yang ada di lapangan.



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

Observasi tersebut dibagi menjadi dua macam, yaitu:

**a. Observasi Lingkungan Sekolah**

Observasi lingkungan sekolah dilaksanakan pada 25 Februari 2016. Tujuan observasi adalah untuk mengetahui kondisi sekolah secara mendalam, agar mahasiswa dapat menyesuaikan diri dalam pelaksanaan program PPL. Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam observasi itu adalah lingkungan fisik sekolah, sarana prasarana sekolah, dan kegiatan belajar mengajar secara umum.

Keadaan sekolah secara umum sudah tersedia fasilitas yang cukup, antara lain alat perkantoran dan komputer, koperasi siswa, kantin sekolah, perpustakaan, laboratorium, dan mushola, UKS, toilet dan tempat parkir sudah cukup baik. Keadaan lingkungan sekolah pun sudah terdapat pengijauan terutama taman yang tertata rapi dan asri.

SMP Negeri 2 Godean memiliki beberapa sarana pembelajaran, seperti lapangan olahraga, laboratorium komputer, laboratorium IPA, dan ruangan kesenian. Ruang kesenian itu sendiri terdiri dari ruang tari dan ruang musik yang berfungsi untuk menyalurkan bakat dan minat siswa.

**b. Observasi Kelas**

Observasi kelas dilaksanakan tanggal 27 Februari. Observasi kelas meliputi:

- 1) Observasi fisik, yang menjadi sasaran adalah gedung sekolah, kelengkapan sekolah dan lingkungan yang akan menjadi tempat praktik.
- 2) Observasi proses pembelajaran, yaitu praktikan melakukan pengamatan proses pembelajaran dalam kelas, meliputi metode yang digunakan, media yang digunakan, administrasi mengajar berupa Kurikulum, Silabus, RPP, dan strategi pembelajaran.
- 3) Observasi peserta didik, meliputi perilaku peserta didik ketika proses pembelajaran ataupun di luar itu. Digunakan sebagai masukan untuk menyusun strategi pembelajaran.

**4. Pembimbingan PPL**

Pembimbingan PPL diselenggarakan di sekolah tempat pelaksanaan PPL oleh guru pembimbing. Kegiatan ini memiliki tujuan untuk membantu kesulitan atau permasalahan dalam pelaksanaan program PPL. Adapula



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

pembimbingan oleh Dosen Pembimbing Lapangan PPL selama PPL berlangsung.

#### **5. Persiapan Sebelum Mengajar**

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

- a. Pembuatan RPP yang dikonsultasikan pada guru pembimbing sebelum mengajar.
- b. Pembuatan media, misalnya pembuatan media pembelajaran berupa gambar gerak suatu cabang olahraga.
- c. Diskusi dengan rekan praktikan, yang dilakukan baik sebelum maupun sesudah mengajar untuk saling bertukar pengalaman dan juga untuk bertukar saran dan solusi.
- d. Diskusi dan konsultasi dengan guru pembimbing, yang dilakukan sebelum dan sesudah mengajar.

#### **B. Pelaksanaan PPL / Magang III (Praktik Terbimbing)**

Pelaksanaan PPL/Magang III tahun 2016 lebih difokuskan kepada praktik mengajar. Praktek mengajar merupakan kegiatan yang bertujuan untuk mengaplikasikan ilmu yang telah dipelajari selama perkuliahan. Beberapa hal yang berkaitan dengan praktik mengajar adalah:

1. Melakukan persiapan mengajar baik materi, media maupun mental.
2. Memilih metode yang paling sesuai untuk diterapkan.
3. Memberikan evaluasi kepada peserta didik.

Kegiatan praktik mengajar PPL/Magang III 2016 merupakan Praktik Mengajar Terbimbing. Praktik mengajar Terbimbing merupakan latihan mengajar di kelas melalui bimbingan guru pembimbing. Setelah kegiatan belajar-mengajar berakhir guru pembimbing dapat memberikan masukan-masukan serta bimbingan agar pada praktik selanjutnya dapat lebih baik.

Berikut Program PPL yang telah dilaksanakan, yaitu:

##### **1. Penyusunan Silabus**

- a. Bentuk kegiatan : Penyusunan Silabus
- b. Tujuan kegiatan : Pedoman dalam penyusunan RPP
- c. Sasaran : Siswa kelas VII, VIII, IX



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

- d. Hasil kegiatan : Silabus kelas VII, VIII, IX semester 1
- e. Waktu pelaksanaan : 17 Agustus, 21 September, 22 September 2016
- f. Tempat pelaksanaan : Rumah dan sekolah
- g. Peran mahasiswa : Pelaksana
- h. Biaya : Rp 15.000,00
- i. Faktor pendukung : Mahasiswa telah mengikuti pengajaran mikro, pembekalan dan observasi
- j. Faktor penghambat : -

**2. Penyusunan RPP**

- a. Bentuk kegiatan : Penyusunan RPP
- b. Tujuan kegiatan : Pedoman dalam kegiatan mengajar
- c. Sasaran : Siswa kelas VII, VIII, IX
- d. Hasil kegiatan : Silabus kelas VII, VIII, IX semester 1
- e. Waktu pelaksanaan : 31 Juli, 1, 4, 7, 8, 11, 14, 15, 18, 21, 22, 25 Agustus 2016
- f. Tempat pelaksanaan : Rumah dan sekolah
- g. Peran mahasiswa : Pelaksana
- h. Biaya : Rp 25.000,00
- i. Faktor pendukung : Mahasiswa telah mengikuti pengajaran mikro, pembekalan, observasi dan membaca silabus
- j. Faktor penghambat : -

**3. Praktik Mengajar**

- a. Bentuk kegiatan : Praktik mengajar di lapangan
- b. Tujuan kegiatan : Menerapkan sistem pembelajaran di sekolah dengan menggunakan ilmu yang telah dimiliki
- c. Sasaran : Siswa kelas VII (A,B); VIII (A); IX (A,B)
- d. Hasil kegiatan : Siswa kelas VII (A,B); VIII (A); IX (A,B) telah mendapatkan materi sesuai dengan yang tercantum dalam RPP.
- e. Waktu pelaksanaan : Terlampir
- f. Tempat pelaksanaan : Lapangan Olahraga dan Lapangan Sidomoyo
- g. Peran mahasiswa : Pelaksana
- h. Biaya : -



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

- i. Faktor pendukung :Mahasiswa telah mengikuti pengajaran mikro, pembekalan, dan observasi.
- j. Faktor penghambat : Adanya siswa yang susah diatur

#### **4. Evaluasi**

Pada tahap ini, praktikan dinilai oleh guru pembimbing, baik dalam membuat persiapan mengajar, melakukan praktik mengajar di kelas, kepedulian terhadap siswa, maupun penguasaan kelas. Praktikan juga melakukan evaluasi terhadap peserta didik dengan melakukan evaluasi hasil pembelajaran dan menganalisis tiap butir soal ulangan harian. Hal tersebut dilakukan untuk mengetahui sejauh mana kemampuan siswa yang telah diajar selama pelaksanaan PPL dalam menangkap materi yang diberikan.

#### **5. Penyusunan Laporan**

Tindak lanjut dari program PPL adalah penyusunan laporan sebagai pertanggungjawaban atas kegiatan PPL yang telah dilaksanakan. Laporan ini disusun secara individu dengan persetujuan Guru Pembimbing, Dosen Pembimbing Lapangan (DPL), koordinator PPL Sekolah, dan Kepala Sekolah.

#### **6. Penarikan**

Penarikan mahasiswa PPL dilakukan pada tanggal 15 September 2016 oleh pihak LPPMP yang diwakilkan pada DPL masing-masing.

### **C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi**

Selama pelaksanaan PPL, praktikan mendapatkan pengalaman yang berharga. Praktikan juga memperoleh gambaran sesungguhnya tentang cara berinteraksi dengan peserta didik, bagaimana cara menyampaikan materi agar mudah dipahami, teknik penguasaan kelas, teknik bertanya, penggunaan metode yang tepat, dan pelaksanaan evaluasi, dimana gambaran ini sangat berbeda dengan pembelajaran *micro teaching* yang pernah dilakukan di kampus.

Secara garis besar analisis hasil pelaksanaan PPL di SMP Negeri 2 Godean terdiri dari:

#### **1. Analisis Pelaksanaan Program**

Rencana program PPL sudah disusun sedemikian rupa, sehingga dapat dilaksanakan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Dalam pelaksanaannya, ada sedikit perubahan dari program yang telah disusun,



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

tetapi perubahan-perubahan tersebut tidak memberikan pengaruh yang berarti dalam pelaksanaan PPL. Berdasarkan catatan, selama ini seluruh program kegiatan PPL dapat terealisasi dengan baik. Adapun seluruh program yang dilaksanakan adalah:

- a. Semua program yang telah kami susun
- b. Kegiatan khusus sekolah melibatkan mahasiswa PPL untuk berpartisipasi serta menjalin kerjasama yang dengan berbagai pihak.

## **2. Hambatan-hambatan**

Selama mahasiswa melaksanakan PPL di SMP Negeri 2 Godean, beberapa hambatan yang ditemui, antara lain:

- a. Teknik Mengelola Kelas

Selama pembelajaran berlangsung, praktikan mengalami kesulitan dalam mengontrol siswa. Ada sebagian siswa yang mengobrol dengan temannya dan membuat gaduh saat pembelajaran. Dan saat diberi penjelasan adanya siswa yang berbicara sendiri atau jaim kepada temannya sehingga mengganggu siswa yang memperhatikan.



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

**BAB III  
PENUTUP**

**A. Kesimpulan**

Dari pelaksanaan Praktik Pengalaman lapangan (PPL) di SMP Negeri 2 Godean yang telah dilakukan, dapat diambil kesimpulan, yaitu:

1. PPL merupakan program yang tepat untuk melatih mahasiswa kependidikan menjadi guru yang professional.
2. Praktik mengajar terdiri dari 3 bagian yang disusun dan dilaksanakan sesuai dengan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), meliputi kegiatan pendahuluan, inti, dan penutup.
3. PPL mampu memberikan gambaran yang sesungguhnya pada mahasiswa tentang tugas seorang guru, baik dalam mengajar maupun dalam praktik persekolahan lainnya.
4. PPL dapat memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk menerapkan pengetahuan dan kemampuan yang dimilikinya.
5. Partisipasi aktif dari siswa dan seluruh warga sekolah sangat mendukung berjalannya program PPL dengan baik.

**B. Saran**

Demi kelancaran penyelenggaraan PPL pada masa-masa yang akan datang, saya sampaikan saran-saran berikut:

1. Bagi Universitas Negeri Yogyakarta, khususnya LPPMP
  - a. Perlunya koordinasi yang lebih baik antara LPPMP, Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) PPL, dan pihak sekolah, sehingga mahasiswa dapat memenuhi melaksanakan kewajiban-kewajiban yang dibebankan sesuai kebijakan.
  - b. Frekuensi kehadiran DPL PPL ke sekolah harap ditingkatkan, agar mahasiswa dapat dengan mudah melakukan bimbingan.
  - c. Kegiatan pembekalan harap dilakukan jauh-jauh hari, agar mahasiswa dapat mempersiapkan PPL dengan lebih baik, dan juga perlu adanya ketentuan penulisan laporan PPL yang lebih jelas lagi.
2. Bagi pihak sekolah
  - a. Menjaga dan meningkatkan sarana dan prasarana sekolah yang sudah ada.



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

- b. Memanfaatkan fasilitas media yang ada, agar siswa lebih mudah dalam memahami materi yang disampaikan.
3. Bagi mahasiswa PPL periode berikutnya
  - a. Mahasiswa PPL hendaknya melakukan observasi secara optimal, agar program-program yang dilaksanakan sesuai dengan kebutuhan sekolah.
  - b. Mahasiswa PPL hendaknya melaksanakan kewajibannya dengan baik.
  - c. Mahasiswa PPL hendaknya membina komunikasi yang baik dengan pihak sekolah, agar terbina hubungan yang harmonis.
  - d. Mahasiswa PPL hendaknya menjaga penampilan, agar tercermin sosok guru.
  - e. Mahasiswa PPL hendaknya mengembangkan lebih banyak media pembelajaran yang bisa membantu peserta didik untuk belajar lebih giat.



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**

*Sidomoyo, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta*

---

**DAFTAR PUSTAKA**

- Tim Pembekalan PPL-PPL. 2016. *Materi Pembekalan PPL 2016*. Yogyakarta: LPPMP UNY.
- Tim Penyusun. 2016. *Materi Pembekalan Mikro/PPL I*. Yogyakarta: LPPMP UNY.
- Tim Penyusun. 2016. *Panduan Pengajaran Mikro*. Yogyakarta: LPPMP UNY.
- Tim Penyusun. 2016. *Panduan PPL*. Yogyakarta: LPPMP UNY.
- Tim Penyusun. 2016. *1001 Tips Menjadi Guru Sukses*. Yogyakarta: LPPMP UNY.



**FORMAT OBSERVASI  
KONDISI SEKOLAH  
SMP N 2 GODEAN**

**NPma. 1**

Untuk Mahasiswa

Nama Sekolah : SMP Negeri 2 Godean                      Nama Mahasiswa : Rifki Maulana  
Alamat Sekolah : Sidomoyo, Godean, Sleman,            Nomor Mahasiswa : 13601241088  
Yogyakarta    Fak/Jur/Prodi : FIK/POR/ PJKR

No	Aspek yang Diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan	Keterangan
1	Kondisi fisik sekolah	a. Bangunan sekolah meliputi ruang kepala sekolah, ruang guru, ruang tata usaha, ruang BK, ruang UKS putra dan UKS putri, ruang koperasi sekolah, tempat ibadah (musholla), ruang perpustakaan, ruang TI, ruang OSIS, ruang PKK, ruang musik, ruang tari, ruang tata boga, laboratorium biologi, laboratorium fisika, lapangan basket, lapangan voley, gudang, tempat parkir guru, karyawan, dan siswa, kantin, serta kamar mandi.	Baik dan lengkap
2	Potensi siswa	a. Jumlah siswa di SMP Negeri 2 Godean sebanyak sekitar 385 siswa yang terdiri dari kelas 7, 8, dan kelas 9. Masing-masing kelas terdiri dari 32 siswa, tetapi ada kelas yang jumlah siswanya hanya 30 siswa (7D) atau bahkan 33 siswa (8C) b. Siswa aktif mengikuti perlombaan mewakili sekolah di tingkat kota, provinsi, dan nasional baik dalam bidang akademik maupun non akademik. Sebagai contoh perlombaan futsal, perlombaan sepak takraw, dan lain-lain.	Jumlah siswa per kelas sudah ideal. Potensi siswa sangat baik dalam bidang akademik maupun non akademik.
3	Potensi Guru	SMP N 2 Godean mempunyai 25 orang tenaga pendidik yang profesional dalam mendidik peserta didik.  Guru di SMPN 2 Godean meliputi Bahasa Indonesia, Bahasa Inggris, Matematika, Fisika, Biologi, IPS, Seni Budaya, PKN, Olahraga, Kerajinan, Agama, Bahasa Jawa, TIK.	Baik dan sudah memadai
4	Potensi karyawan	a. Jumlah karyawan sebanyak 9 orang.	Baik
5	Fasilitas KBM dan Media	a. Fasilitas KBM berupa proyektor digital, <i>screen</i> proyektor, meja belajar, kursi (setiap kelas terdiri dari 32 kursi), papan tulis ( <i>white board</i> ),	Lengkap dan baik

		<p>spidol dan penghapus.</p> <p>b. Proses KBM rata-rata menggunakan media, seperti modul, LKS, materi juga disampaikan menggunakan IT melalui <i>power point</i> yang ditampilkan dengan menggunakan proyektor.</p>	
6	Perpustakaan	<p>a. Ruang baca dengan koleksi buku yang cukup lengkap.</p> <p>b. Terdapat katalog, surat kabar, dan instalasi penerangan yang baik.</p>	Lengkap dan baik
7	Laboratorium	Dalam laboratorium terdapat peralatan yang memadai, seperti meja dan kursi bagi siswa dan guru, LCD, AC, 2 Kipas Angin, 2 whiteboard dan juga berbagai alat peraga yang tersimpan rapi di 3 almari, ruang penyimpanan bagi peraga biologi dan fisika. Penggunaan laboratorium terjadwal dan terdapat empat guru pembimbing yang salah satunya merupakan koordinasi laboratorium.	Baik dan lengkap
8	Bimbingan Konseling	<p>a. Berfungsi dengan baik dalam memberi bimbingan dan informasi kepada siswa.</p> <p>b. Administrasi tertib dan baik</p> <p>c. Terdapat papan informasi.</p>	Ada dan kondisi baik
9	Bimbingan belajar	<p>a. Bimbingan belajar dikelola oleh guru mata pelajaran yang masuk pada ujian nasional</p> <p>b. Terdapat tambahan pembelajaran guna pendalaman materi untuk kelas VII, VIII, IX yang dilaksanakan setiap selesai jam sekolah.</p>	Ada
10	Ekstrakurikuler	SMP Negeri 2 Godean juga memiliki kegiatan ekstrakurikuler sebagai wahana penyaluran dan pengembangan diri siswa. Kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan antara lain: Pramuka (wajib), Komputer, Bahasa Inggris, Seni Musik dan Paduan Suara, Seni Tari, Sepak Bola, Sepak Takraw, Tennis Meja, Catur, Bulu Tangkis, Mading dan Karya Kreasi Remaja, Karya Ilmiah Remaja, Qiroatul Quran, Drum Band, dan Pleton Inti/Pasukan Inti.	Ada ,berjalan dengan baik dan bervariasi
11	Organisasi dan Fasilitas OSIS	<p>a. Ada dan diberikan ruang khusus untuk kegiatan OSIS</p> <p>b. OSIS dibimbing oleh Pembina OSIS dan dibantu setiap perwakilan kelas.</p>	Ada dan kondisi baik

12	Organisasi dan fasilitas UKS	<p>a. Ada dua ruang UKS yaitu UKS putra dan UKS putri.</p> <p>b. Terdapat tim pelaksana UKS yang menjadi penanggung jawab UKS. UKS SMP Negeri 2 Godean cukup lengkap, terdapat data siswa sakit, meja, kursi, lemari, kalender, jadwal pemantau jentik, grafik kunjungan siswa, alat kebersihan, poster-poster, tempat sepatu, dan dua kamar rawat yang masing-masing terdiri dari 3 buah tempat tidur, sebuah meja, dan kursi. Terdapat pula alat penimbang berat badan, alat tes kesehatan mata, kotak obat, dan lain-lain.</p>	Ada, lengkap dan baik
13	Administrasi (karyawan, sekolah dan dinding)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Administrasi di SMP Negeri 2 Godean sudah cukup lengkap, mulai dari administrasi guru/karyawan, administrasi sekolah sampai dengan administrasi dinding. Terdapat daftar presensi peserta didik, berupa buku presensi yang setiap harinya diedarkan di masing-masing kelas, dan yang bertanggung jawab mengedarkan presensi siswa adalah guru piket. Selain presensi peserta didik, juga terdapat presensi guru serta karyawan. Presensi guru serta karyawan ini terdapat di ruang Tata Usaha.</li> <li>- Arsip – arsip sekolah dikelola dengan baik dan rapi dalam bentuk <i>softfile</i>, <i>hardfile</i> maupun dalam papan informasi.</li> </ul>	Tertib dan baik
14	Karya Tulis Ilmiah Remaja	Ada	Cukup baik
15	Karya Ilmiah oleh Guru	Terdapat karya ilmiah oleh guru, ada pula beberapa guru yang pernah mengikuti lomba karya ilmiah.	Perlu dioptimalkan
16	Koperasi Siswa	Koperasi siswa di SMP Negeri 2 Godean berkonsep seperti koperasi kejujuran. Koperasi siswa terletak di samping ruang guru. Proses pembelian di koperasi, yaitu siswa mendatangi koperasi siswa, selanjutnya memilih barang yang hendak dibeli tanpa ada petugas koperasi, kemudian masuk ke ruang guru untuk membayar barang yang dibeli kepada salah seorang guru yang bertugas. Dalam hal ini yang bertugas adalah Ibu Sutarti, S. Pd.	Perlu dioptimalkan
17	Tempat Ibadah	Tempat ibadah yang dimiliki oleh SMP Negeri 2 Godean yaitu mushola, dan ruang keagamaan.	Kondisi baik

		Sebagian besar siswa SMP N 2 Godean mayoritas adalah muslim. Kondisi mushola cukup terawat dan fasilitas untuk beribadah juga lengkap. Di dalam mushola terdapat beberapa alat ibadah, seperti mukena, sarung, dan Al-Quran.	
18	Kesehatan lingkungan	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Lingkungan sekolah sudah terbilang bersih, terdapat karyawan yang bertugas membersihkan lingkungan sekolah.</li> <li>b. Terdapat tempat sampah disetiap sudut sekolah, dan beberapa tempat sampah telah diklasifikasi berdasarkan jenis sampah yaitu organik dan anorganik.</li> <li>c. Taman sekolah terawat dengan baik.</li> </ul>	Baik, bersih dan terawat
19	Lain-lain	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Terdapat layanan internet berupa Wifi.</li> <li>b. Terdapat kantin.</li> <li>c. Area parkir luas, cukup untuk menampung kendaraan siswa, guru, karyawan dan tamu.</li> </ul>	

Sleman, 13 September 2016

Guru Pembimbing

Mahasiswa,

Drs. Syamsudi

Rifki Maulana

NIP. 195807271986021002

NIM 13601241088



Universitas Negeri Yogyakarta

**FORMAT OBSERVASI  
PEMBELAJARAN DI KELAS DAN  
OBSERVASI PESERTA DIDIK**

Npma.1

untuk mahasiswa

NAMA MAHASISWA : Rifki Maulana  
NO. MAHASISWA : 13601241088  
TGL. OBSERVASI : 27 Februari 2016

PUKUL : 07.00-09.00 WIB  
TEMPAT PRAKTIK : SMP N 2 Godean  
FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

No	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
<b>A.</b>	<b>Perangkat Pembelajaran</b>	
	1. Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) / Kurikulum 2013	Menggunakan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) Saintifik.
	2. Silabus	Sudah ada.
	3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)	Sudah ada.
<b>B.</b>	<b>Proses Pembelajaran</b>	
	1. Membuka pelajaran	Diawali dengan doa, presensi kemudian apersepsi dan tujuan pembelajaran serta pemanasan.
	2. Penyajian materi	Materi tentang Bola Voli disampaikan dengan sangat baik dan jelas sehingga sebagian besar siswa paham dan mampu melakukan passing bawa dan atas Bola Voli.
	3. Metode pembelajaran	Metode pembelajaran dengan melakukan tanya jawab, komando, diskusi.
	4. Penggunaan bahasa	Menggunakan bahasa yang jelas dan mudah dimengerti.
	5. Penggunaan waktu	Manajemen waktu sudah baik dan efektif, sesuai dengan jam pelajaran.
	6. Gerak	Guru terlihat luwes dan bisa aktif memberi contoh dan memantau siswa.
	7. Cara memotivasi siswa	Pada kegiatan pendahuluan, guru memotivasi siswa dengan mengajukan beberapa pertanyaan yang berkaitan dengan materi yang akan dipelajari. Motivasi juga diberikan dengan memberikan 'perhatian' kepada siswa yang belum paham, memberikan pujian kepada siswa yang dapat melakukan gerakan dengan baik.
	8. Teknik bertanya	Sangat baik dan dalam menanggapi pertanyaan siswa.
9. Teknik penguasaan kelas	Menguasai kelas dengan sangat baik, praktis jarang ada	

		siswa yang ramai saat pembelajaran berlangsung.
	10. Penggunaan media	Menggunakan beberapa media dan alat yang menunjang keberhasilan pembelajaran.
	11. Bentuk dan cara evaluasi	Observasi belum terlihat dengan jelas oleh observer karena belum mengetahui dokumen evaluasi. Namun guru terkadang memberikan <i>post-test</i> dengan tes uji keterampilan.
	12. Menutup pelajaran	Menutup pelajaran sudah baik dan melibatkan siswa untuk melakukan pendinginan dan menyimpulkan pembelajaran.
<b>C.</b>	<b>Perilaku siswa</b>	
	1. Perilaku siswa di dalam kelas	Siswa terlihat asyik dan tertarik dengan materi yang diajarkan, meskipun masih ada beberapa yang sedikit susah untuk diatur dan ramai.
	2. Perilaku siswa di luar kelas	Di luar kelas terlihat beberapa siswa menghabiskan waktunya untuk belajar ataupun hanya bermain di luar. Di lingkungan sekolah siswa masih terlihat sopan.

Guru Pembimbing

Yogyakarta, 15 September 2016

Mahasiswa,

Drs. Syamsudi

NIP. 195807271986021002

Rifki Maulana

NIM. 13601241088

## SILABUS

Nama Sekolah : SMP NEGERI 2 GODEAN  
 Kelas : VII  
 Mata Pelajaran : Pendidikan jasmani Olahraga kesehatan  
 Semester : 1 (satu)  
 Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Bentuk Pembelajaran			Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian			Alokasi waktu	Sumber belajar	Pendid Karakter
			TM	T T	KM TT		Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen			
1.1 Mempraktikkan teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar dengan baik, serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan **)	Sepak Bola	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengumpan, menggiring dan menahan bola menggunakan kaki bagian dalam dan luar serta menahan dengan telapak kaki secara <u>berpasangan atau kelompok 1)</u></li> <li>Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi <u>untuk memupuk kerja sama dan toleransi</u></li> </ul>	V			<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengumpan, menggiring dan menahan bola menggunakan kaki bagian dalam dan luar serta menahan dengan telapak kaki</li> <li>Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi</li> </ul>	Tes	Tes keterampilan (unjuk kerja)	Lakukan mengumpan, menggiring dan menahan bola menggunakan kaki bagian dalam dan luar serta menahan dengan telapak kaki <u>secara berpasangan</u>	2 X 2 X40 menit	Buku teks,  Buku referensi, bolavoli, bola kaki, bolabasket, net, lapangan	Kerjasama Percaya diri Kerjasama Memupuk rasa Percaya diri Menghargai lawan Sportifitas Keberanian
	Bola Voli	<ul style="list-style-type: none"> <li>Passing atas dan bawah dalam bola voli secara <u>berpasangan atau</u></li> </ul>	V			<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan passing atas dan bawah bola voli</li> </ul>	Tes	Tes keterampilan	Tes passing	2 X2X40		Kerjasama Percaya diri Kerjasama

	Bola Basket	<p><u>kelompok 1)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk <u>memupuk kerja sama dan toleransi</u></li> <li>Passing bola dari (dada,pantul dan atas kepala) secara berpasangan atau kelompok</li> <li>Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk sikap menghargai lawan</li> </ul>	V		<ul style="list-style-type: none"> <li>Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi</li> <li>Melakukan passing bola dari (dada, pantul dan atas kepala)</li> <li>Bermain bola basket dengan peraturan yang dimodifikasi</li> </ul>	<p>Tes</p> <p>Tes</p> <p>Tes</p>	<p>m-pilan (unjuk kerja)</p> <p>Tes sikap</p> <p>Tes ketereampilan</p> <p>Tes sikap</p>	<p>Observ.</p> <p>Lakukan passing bola dari (dada, pantul dan atas kepala)</p> <p>Observ.</p>	<p>menit</p> <p>2X2X40 menit</p>		<p>Memupuk rasa Percaya diri</p> <p>Menghargai lawan</p> <p>Sportifitas</p> <p>keberanian</p>
1.2 Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olah raga beregu bola kecil <i>lanjutan</i> dengan koordinasi yang baik, serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan **)	Bulu Tangkis	<ul style="list-style-type: none"> <li>Memegang raket, pukulan servis dan pukulan forehand, berpasangan atau kelompok</li> <li>Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai kerja sama dan toleransi</li> </ul>	V	V	<p><b>Psikomotor</b></p> <p>1.2.1 Memegang raket untuk servis dan pukulan forehand</p> <p>1.2.2 Bermain bulu tangkis dengan peraturan yang dimodifikasi</p> <p><b>Kognisi</b></p> <p>1.2.3 Mengetahui bentuk – bentuk cara memegang raket untuk</p>	<p>Tes</p> <p>Tes</p> <p>Tes</p>	<p>Tes ketereampilan</p> <p>Tes tertulis/lisan</p> <p>Tes sikap</p> <p>Tes ketereampilan</p> <p>Tes tertulis/lisan</p> <p>Tes sikap</p>	<p>Lakukan memegang raket, servis, pukulan forehand</p> <p>Lembar soal terlampir</p> <p>Lembar Observasi.</p> <p>Lakukan memegang bat untuk servis dan pukulan forehand</p>	<p>2X2X40 menit</p>	<p>Buku teks, buku referensi, bulu-tangkis, softball, tenis meja, tennis, lapangan, net, raket, bat, bola, lapangan</p>	<p>Kerjasama</p> <p>Percaya diri</p> <p>Kerjasama</p> <p>Memupuk rasa Percaya diri</p> <p>Menghargai lawan</p> <p>Sportifitas</p> <p>keberanian</p>

	Tenis Meja	<ul style="list-style-type: none"> <li>Memegang bat,pukulan servis, dan pukulan forehand,berpasangan atau kelompok</li> <li>Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai kerja sama</li> </ul>	V		servis dan pukulan forehand	Tes	<p>Tes keterampilan (unjuk kerja)</p> <p>Tes tertulis/lisan</p> <p>Tes sikap</p>	<p>Lembar soal terlampir</p> <p>Lembar Observasi</p> <p>Lembar Observasi.</p>			<p>Kerjasama</p> <p>Percaya diri</p> <p>Kerjasama</p> <p>Memupuk rasa Percaya diri</p> <p>Menghargai lawan</p> <p>Sportifitas</p> <p>keberanian</p>
1.3 Mempraktikkan teknik dasar atletik serta nilai toleransi, percaya diri, keberanian, menjaga keselamatan diri dan orang lain, bersedia berbagi tempat dan peralatan **)	Lari Jarak Pendek 50M	<ul style="list-style-type: none"> <li>Berlari dengan menekankan pada gerakan kaki, lengan, posisi badan dan pendaratan telapak kaki</li> <li>Lomba lari dengan peraturan yang <u>dimodifikasi, secara berkelompok.</u></li> </ul>	V		<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan teknik lari (gerakan kaki, lengan, posisi badan, pendaratan telapak kaki)</li> <li>Lomba lari dg peraturan yang dimodifikasi</li> </ul>	Tes	Tes keterampilan	Lakukan tes lari jarak 50 m	4x40 Menit	Buku teks, buku referensi, lapangan,st- art block,bak lompat	<p>Kerjasama</p> <p>Memupuk rasa Percaya diri</p> <p>Menghargai lawan</p> <p>Sportifitas</p> <p>Keberanian</p>
	Lompat Jauh Gaya Jongkok	<ul style="list-style-type: none"> <li>Menolak tanpa awalan,posisi di di udara dan mendarat</li> <li>Lomba lompat jauh dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai percaya diri dan keberanian</li> </ul>	V		<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan teknik dasar menolak tanpa awalan</li> <li>Teknik dasar di udara</li> <li>Teknik dasar mendarat</li> <li>Melakukan lomba lompat jauh dengan peraturan yang dimodifikasi</li> </ul>	Tes	Tes keterampilan	Lakukan lompat jauh	2x40 menit		<p>Kerjasama</p> <p>Percaya diri</p> <p>Kerjasama</p> <p>Memupuk rasa Percaya diri</p> <p>Menghargai lawan</p> <p>Sportifitas</p> <p>keberanian</p>
							Tes	Tes sikap	Observ.		

## SILABUS

Nama Sekolah : SMP NEGERI 2 GODEAN  
 Kelas : VII  
 Mata Pelajaran : Pendidikan jasmani Olahraga kesehatan  
 Semester : 1 ( satu )  
 Standar Kompetensi : 2. Mempraktikkan latihan kebugaran jasmani,dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Bentuk Pembelajaran			Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian			Alokasi waktu	Sumber belajar	Pendd Karakter
			TM	TT	KMTT		Tehnik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen			
2.1. Mempraktikkan jenis latihan kekuatan dan daya tahan otot serta nilai disiplin dan tanggungjawab	Kebugaran Jasmani	<ul style="list-style-type: none"> <li>Latihan kelenturan pinggang,punggung, lutut,leher dan lengan <u>berpasangan atau kelompok untuk penanaman disiplin dan tanggung jawab</u></li> <li>Latihan kekuatan dan daya tahan otot kaki,<u>berpasangan atau kelompok untuk penanaman nilai keberanian dan tanggung jawab</u></li> </ul>	V			<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan latihan kekuatan dan daya tahan otot kaki</li> <li>Melakukan latihan kekuatan dan daya tahan lengan, bahu dan dada</li> </ul>	Tes	Tes keterampilan	Lakukan bentuk latihan kekuatan, daya tahan otot lengan dan kaki	2x40 menit	Buku teks, buku referensi,matras	Kerjasama Disiplin Tanggungjawab Percaya Diri Keberanian
							Tes	Tes sikap	Observ.			

2.2. Mempraktikkan latihan daya tahan jantung dan paru-paru, serta nilai disiplin dan tanggungjawab	Kebugaran Jasmani	<ul style="list-style-type: none"> <li>Latihan lari jarak menengah atau lari 12 menit dan untuk <u>menanamkan nilai disiplin dan tanggung jawab</u></li> </ul>	V			<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan bentuk latihan kebugaran jasmani dengan lari jarak menengah atau lari 12 menit</li> </ul>	Tes	Tes keterampilan	Lakukan tes kesegaran jasmani (TKJI)	2x40 menit	Buku teks, buku referensi,matras	Kerjasama Disiplin Tanggungjawab Percaya Diri Keberanian
---	-------------------	--	---	--	--	--	-----	------------------	--------------------------------------	------------	----------------------------------	--

## SILABUS

Nama Sekolah : SMP NEGERI 2 GODEAN  
 Kelas : VII  
 Mata Pelajaran : Pendidikan jasmani Olahraga kesehatan  
 Semester : Satu  
 Standar Kompetensi : 3. Mempraktikan senam dasar dengan teknik dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Bentuk Pembelajaran			Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian			Alokasi waktu	Sumber belajar	Pendd Karakter
			TM	TT	KMTT		Tehnik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen			
3.1.Mempraktikkan senam dasar dengan bentuk latihan keseimbangan bertumpu pada kaki, serta nilai disiplin, keberanian, dan tanggungjawab	Senam Dasar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Berdiri dengan satu kaki,melompat menggunakan satu kaki dan berjalan pada titian dan untuk <u>menanamkan nilai keberanian ,memupuk kebersamaan</u></li> </ul>	V			<ul style="list-style-type: none"> <li>Berdiri dengan satu kaki dari sikap jongkok</li> <li>Melompat menggunakan satu kaki</li> <li>Berjalan pada titian yang dipasang melintang (bangku senam)</li> </ul>	Tes	Tes kete - rampilan	Lakukan berdiri dengan satu kaki,melompat dengan satu kaki dan berjalan pada titian,baik <u>secara sendiri maupun berpasangan</u>	2X 2x40 menit	Buku teks, buku referensi, mat	Kerjasama Percaya diri Kerjasama Memupuk rasa Percaya diri Menghargai lawan Sportifitas keberanian

## SILABUS

Nama Sekolah : SMP NEGERI 2 GODEAN  
 Kelas : VII  
 Mata Pelajaran : Pendidikan jasmani Olahraga kesehatan  
 Semester : Satu  
 Standar Kompetensi ; 4. Mempraktikkan senam irama tanpa alat, dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Bentuk Pembelajaran			Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian			Alokasi waktu	Sumber belajar	Pendid Karakter
			TM	TT	KMTT		Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen			
4.1. Mempraktikkan teknik dasar senam irama tanpa alat, gerak langkah kaki mengikuti irama, serta nilai disiplin, estetika, toleransi dan keluwesan	Senam Irama	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan gerak langkah kaki biasa, rapat, keseimbangan, secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai toleransi dan keluwesan</li> </ul>	V			<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan teknik dasar langkah kaki biasa</li> <li>Melakukan teknik dasar langkah kaki rapat</li> <li>Melakukan teknik dasar langkah keseimbangan</li> </ul>	Tes	Tes ketepatan Tes sikap	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lakukan gerak langkah kaki biasa, rapat, keseimbangan, secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai toleransi dan keluwesan</li> </ul> Observ.	2x40 menit	Buku teks, buku referensi, matras, tape, kaset atau CD	Kerjasama Percaya diri Kerjasama Memupuk rasa Percaya diri Menghargai lawan Sportifitas keberanian
4.2. Mempraktikkan teknik dasar senam irama tanpa alat, gerak mengayun satu lengan mengikuti irama, serta nilai kedisiplinan, estetika, toleransi dan keluwesa	Senam Irama	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan ayunan satu lengan depan, belakang dan samping secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai toleransi dan keluwesan</li> </ul>	V			<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan teknik dasar ayunan satu lengan depan, belakang dan samping</li> </ul>	Tes	Tes ketepatan Tes sikap	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lakukan gerakan ayunan satu lengan depan, belakang dan samping secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan</li> </ul>	2x40 menit		Kerjasama Percaya diri Kerjasama Memupuk rasa Percaya diri Menghargai lawan Sportifitas

		<ul style="list-style-type: none"><li>• Melakukan teknik dasar ayunan satu lengan ke samping bersamaan memindahkan berat badan <u>secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai toleransi dan keluesan</u></li></ul>				<ul style="list-style-type: none"><li>• Melakukan teknik dasar ayunan satu lengan ke samping bersamaan memindahkan berat</li></ul>			nilai toleransi dan keluwesan			keberanian
--	--	--	--	--	--	--	--	--	-------------------------------	--	--	------------

## SILABUS

Nama Sekolah : SMP NEGERI 2 GODEAN  
 Kelas : VII  
 Mata Pelajaran : Pendidikan jasmani Olahraga kesehatan  
 Semester : Satu  
 Standar Kompetensi : 7.Menerapkan budaya hidup sehat

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Bentuk Pembelajaran			Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian			Alokasi waktu	Sumber belajar	Pendid Karakter
			TM	TT	KMTT		Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen			
7.1.Memahami pola makan sehat	Kesehatan	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan identifikasi makanan yang dikonsumsi serta mengandung unsur zat gizi <u>secara kelompok</u></li> </ul>		V	V	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mengonsumsi makanan yang mengandung unsur zat gizi</li> </ul>	Tes	Tes teori	Lakukan identifikasi makanan apa saja yang mengandung unsur gizi dan yang dapat dikonsumsi sesuai dengan kebutuhan tubuh !	1 x40 menit	Buku teks, buku referensi, ruang	Kerjasama menghargai Rasa percaya diri
7.2.Memahami perlunya keseimbangan gizi	Kesehatan	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan identifikasi makanan yang dikonsumsi sesuai dengan kebutuhan tubuh secara kelompok</li> </ul>				Mengonsumsi makanan yang sesuai dengan kebutuhan tubuh	Tes	Tes teori	Jelaskan kepada temanmu dalam satu kelompok tentang perlunya keseimbangan gizi	1 x40 menit		Kerjasama Menghargai Percaya diri

## SILABUS

Nama Sekolah : SMP NEGERI 2 GODEAN  
 Kelas : VIII  
 Mata Pelajaran : Pendidikan jasmani Olahraga kesehatan  
 Semester : 1 (satu)  
 Standar Kompetensi : 1. Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Karakter	Penugasan		Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian			Alokasi waktu	Sumber belajar
				TS	PMTS		Tehnik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
1.1 .Mempraktikkan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar lanjutan dengan baik serta nilai kerjasama, toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan**)	<b>Sepak Bola</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan kombinasi teknik dasar menendang menghentikan bola dengan kaki bagian dalam, luar,telapak kaki, dan punggung kaki se cara berpasangan atau kelompok</li> <li>Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk kerja sama dan toleransi</li> </ul>	Disiplin Keberanian Tanggungjawab Menghargai teman Percaya diri kerjasama			<b>Psikomotor</b> <b>1.1.1</b> Melakukan kombinasi teknik dasar menedang dan menghentikan bola menggunakan kaki bagian dalam dan luar serta menahan dengan telapak kaki. <b>1.1.2</b> Melakukan kombinasi teknik dasar mengiring dan menghentikan bola menggunakan punggung kaki. <b>1.1.3</b> Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi <b>Kognisi</b> <b>1.1.4</b> Mengetahui bentuk –bentuk teknik dasar menedang, mengiring dan menghentikan bola menggunakan kaki bagian dalam dan luar serta menahan	Tes	Tes kete – rampilan (unjuk kerja)	Lakukan kombinasi menendang, menghentikan bola dengan kaki bagian dalam, luar, telapak kaki dan punggung kaki		Buku teks, bukurefe – rensi,bola kaki,basket voli,lapangan, net ,ring basket
								Tes tertulis/lisan	Lembar soal terlampir		

	<p><i>Bola voli</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan kombinasi teknik dasar passing atas dan bawah</li> <li>• Melakukan kombinasi Teknik dasar passing atas bawah dan smash tanpa Awalan</li> <li>• Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk memu puk kerjasama</li> </ul>				<p>dengan telapak kaki.</p> <p><b>Afeksi</b>  <b>1.1.5</b> Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman</p> <p><b>Psikomotor</b>  <b>1.1.6</b> Melakukan kombinasi teknik dasar passing atas dan bawah bola voli.  <b>1.1.7</b> Melakukan kombinasi teknik dasar passing atas, bawah dan smash tanpa awalan  <b>1.1.8</b> Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi</p> <p><b>Kognisi</b>  <b>1.1.9</b> Mengetahui bentuk – bentuk teknik dasar passing atas , bawah bola voli dan smash</p> <p><b>Afeksi</b>  <b>1.1.10</b> Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman</p>	<p>Tes</p>	<p>Tes sikap  Tes kete – rampilan (unjuk kera)</p> <p>Tes tertulis/lisan</p> <p>Tes sikap</p>	<p>Lembar Observ.</p> <p>Lakukan kombinasi passing atas,bawah dan smash tanpa awalan</p> <p>Lembar Observ.</p>		
	<p><i>Bola Basket</i></p>										

		<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan kombinasi teknik dasar passing, menggiring, shooting, dan lay-up shoot</li> <li>Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk kerja sama</li> </ul>				<p><b>Psikomotor</b></p> <p><b>1.1.11</b> Melakukan kombinasi teknik dasar passing (dada, pantul dan dari atas kepala)</p> <p><b>1.1.12</b> Melakukan kombinasi teknik dasar menggiring, shooting (dengan dua tangan dari atas depan kepala) dan lay-up shoot</p> <p><b>1.1.13</b> Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi</p> <p><b>Kognisi</b></p> <p><b>1.1.14</b> Mengetahui bentuk-bentuk teknik dasar passing, menggiring, shooting dan lay-up shoot</p> <p><b>Afeksi</b></p> <p><b>1.1.15</b> Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman</p>	Tes	<p>Tes ketepatan – rampilan (unjuk kera)</p> <p>Tes tertulis/lisan</p> <p>Tes sikap</p>	<p>Lakukan kombinasi passing, menggiring, shooting dan lay-up shoot</p> <p>Lembar soal terlampir</p> <p>Lembar Observasi</p>		
1.2 Mempraktikkan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola kecil lanjutan dengan kombinasi yang baik serta nilai	Bulu tangkis	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan kombinasi teknik dasar memegang raket forehand dan backhand untuk servis dan pukulan secara berpasangan atau kelompok</li> <li>Bermain dengan</li> </ul>	<p>Disiplin</p> <p>Keberanian</p> <p>Tanggungjawab</p> <p>Menghargai teman</p> <p>Percaya diri</p> <p>kerjasama</p>			<p><b>Psikomotor</b></p> <p>1.2.1 Melakukan kombinasi teknik dasar memegang raket forehand dan backhand untuk melakukan servis, pukulan forehand serta backhand</p>	Tes	<p>Tes ketepatan – rampilan (unjuk kera)</p>	<p>Lakukan kombinasi teknik memegang raket forehand dan backhand untuk melakukan</p>		

<p>kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan**)</p>	<p>Tenis Meja</p>	<p>peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai kerjasama dan menghargai lawan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan kombinasi teknik dasar memegang bat forehand dan backhand untuk servis dan pukulan secara berpasangan atau kelompok</li> <li>• Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai kerjasama dan menghargai lawan</li> </ul>				<p>dengan koordinasi yang baik</p> <p>1.2.2 Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi</p> <p><b>Kognisi</b></p> <p>1.2.3 Mengetahui bentuk –bentuk teknik dasar memegang raket forehand dan backhand untuk melakukan servis , pukulan forehand serta backhand dengan koordinasi yang baik</p> <p><b>Afeksi</b></p> <p>1.2.4 Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman</p> <p><b>Psikomotor</b></p> <p>1.2.5 Melakukan kombinasi teknik dasar memegang bat untuk melakukan servis dan pukulan forehand serta backhand dengan koordinasi yang baik</p> <p>1.2.6 Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi.</p> <p><b>Kognisi</b></p>	<p>Tes</p> <p>Tes</p> <p>Tes</p> <p>Tes</p> <p>Tes</p> <p>Tes</p>	<p>Tes tertulis/lisan</p> <p>Tes sikap</p> <p>Tes ketepatan (unjuk kera)</p> <p>Tes tertulis/lisan</p>	<p>servis dan pukulan forehand serta backhand</p> <p>Lembar soal terlampir</p> <p>Lembar Observ</p> <p>Lakukan kombinasi teknik memegang bat forehand dan backhand untuk melakukan servis dan pukulan forehand serta backhand</p>		
---	-------------------	--	--	--	--	--	---	--	---	--	--

						<p>1.2.7 Mengetahui bentuk –bentuk kombinasi teknik dasar memegang bat untuk melakukan servis dan pukulan forehand serta backhand</p> <p><b>Afeksi</b></p> <p>1.2.8 Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman</p> <p><b>Psikomotor</b></p> <p>1.2.9 Melakukan kombinasi teknik dasar melempar ( pitcher) dan menangkap (catcher)</p> <p>1.2.10 Melakukan kombinasi teknik dasar memegang stick dan pukulan (swing/bunch)</p> <p>1.2.11 Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi.</p> <p><b>Kognisi</b></p> <p>1.2.12 Mengetahui teknik dasar melempar, menangkap, memegang stick dan pukulan</p> <p><b>Afeksi</b></p> <p>1.2.13 Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok</p>	Tes	Tes sikap	<p>Lembar soal terlampir</p> <p>Lembar Observ</p>		
	Softball	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan kombinasi teknik dasar melempar,menangkap memegang stick dan pukulan swing/bunch secara berpasangan atau kelompok</li> <li>• Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai kerjasama dan menghargai lawan</li> </ul>									

						dan berbagi tempat dengan teman					
1.3 Mempraktikkan ko mbinasi teknik da sar salah satu permainan dan olah raga lanjutan dengan baik serta nilai kerjasama , toleransi ,percaya diri,keberanian, menghargai la – an,bersedia ber – bagi tempat dan peralatan **)	Lari jarak menengah	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan teknik start berdiri</li> <li>Melakukan lomba lari jarak menengah dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai percaya diri dan kerja sama</li> </ul>	Disiplin Keberanian Tanggungjawab Menghargai teman Percaya diri kerjasama			<b>Psikomotor</b> 1.3.1 Melakukan tehnik dasar strat 1.3.2 Melakukan kombinasi strat, lari dan finish 1.3.3 Melakukan lomba lari dengan peraturan yang dimodifikasi <b>Kognisi</b> 1.3.4 Mengetahui bentuk –bentuk kombinasi teknik dasar strat, lari dan finish <b>Afeksi</b> 1.3.5 Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman	Tes   Tes   Tes	Tes kete – rampilan (unjuk kera)   Tes tertulis/lisan   Tes sikap	Lakukan teknik start berdiri, lari dan finish   Lembar soal terlampir   Lembar Observ		Buku teks, buku referensi, lapangan, start-block, bendera start
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tolak peluru gaya menyamping</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan posisi awal menolak peluru secara berpasangan atau kelompok</li> <li>Melakukan lomba tolak peluru dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai keberanian dan percaya diri</li> </ul>	Disiplin Keberanian Tanggungjawab Menghargai teman Percaya diri Kerjasama Menjaga keselamatan diri dan orang lain			<b>Psikomotor</b> 1.3.11 Melakukan teknik dasar posisi awal menolak peluru 1.3.12 Melakukan kombinasi posisi awal menolak dan gerak ikutan 1.3.13 Melakukan lomba tolak peluru dengan peraturan yang dimodifikasi <b>Kognisi</b> 1.3.14 Mengetahui bentuk –bentuk kombinas teknik dasar posisi awal		Tes (unjuk kera)   Tes tertulis/lisan	Lakukan teknik dasar posisi awal menolak menolak dan gerak ikutan   Lembar soal terlampir		Buku teks, buku referensi, lapangan ,peluru

						menolak peluru, dan gerak ikutan		Tes sikap	Lembar Observ		
						<p><b>Afeksi</b></p> <p>1.3.15 Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman</p>					
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lempar lembing awalan menyamping</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan teknik dasar memegang, melempar dan gerak ikutan lempar lembing secara berpasangan atau kelompok</li> <li>• Melakukan kombinasi lempar lembing secara berpasangan atau kelompok</li> <li>• Melakukan lomba lempar lembing dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai keberanian dan percaya diri</li> </ul>				<p><b>Psikomotor</b></p> <p>2 Melakukan teknik dasar memegang lembing, posisi awal melempar, dan gerak ikutan</p> <p>3 Melakukan kombinasi tehnik dasar lempar lembing</p> <p>4 Melakukan lomba melempar lembing dengan peraturan yang dimodifikasi</p> <p><b>Kognisi</b></p> <p>1.3.17 Mengetahui bentuk – bentuk kombinasi teknik dasar memegang lembing, posisi awal melempar, dan gerak ikutan</p> <p><b>Afeksi</b></p> <p>1.3.17 Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan</p>	<p>Tes</p> <p>Tes (unjuk kera)</p> <p>Tes</p> <p>Tes tertulis/lisan</p> <p>Tes</p> <p>Tes sikap</p>	<p>Lakukan teknik dasar posisi awalmelempar, melempar dan gerak ikutan</p> <p>Lembar soal terlampir</p> <p>Lembar Observ</p>		<p>Buku teks, buku referensi, lapangan, lembing</p>	

						teman					
1.4	Mempraktikkan kombinasi teknik dasar salah satu permainan olahraga bela diri lanjutan dengan baik serta nilai keberanian, kejujuran, menghormati lawan dan percaya diri **	Pencak silat	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan kombinasi gerak langkah</li> <li>Melakukan kombinasi kuda-kuda, pukulan dan tangkisan</li> <li>Melakukan gerak berpasangan pukulan dan tangkisan untuk menanamkan nilai keberanian dan menghargai lawan</li> </ul>	Disiplin Keberanian Tanggungjawab Menghargai teman Percaya diri Kerjasama Menjaga keselamatan diri dan orang lain		<p><b>Psikomotor</b></p> <p>1.4.1 Melakukan kombinasi gerak langkah</p> <p>1.4.2 Melakukan kuda-kuda, pukulan dan tangkisan</p> <p>1.4.3 Melakukan gerak berpasangan (pukulan dan tangkisan)</p> <p><b>Kognisi</b></p> <p>1.4.4 Mengetahui bentuk – bentuk kombinasi teknik dasar, gerak langkah, kuda-kuda, pukulan dan tangkisan</p> <p><b>Afeksi</b></p> <p>1.4.5 Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman</p>	Tes	Tes (unjuk kera)	Lakukan kombinasi teknik dasar gerak langkah, kuda-kuda, pukulan dan tangkisan		Buku teks, buku referensi, lapangan, pelindung badan
							Tes	Tes tertulis/lisan	Lembar soal terlampir		
							Tes	Tes sikap	Lembar Observasi		

Standar Kompetensi : 2. Mempraktikan latihan kebugaran dalam bentuk latihan sirkuit dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Karakter	Penugasan		Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian			Alokasi waktu	Sumber belajar
				TS	PMTS		Tehnik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
2.1 Mempraktikkan latihan kekuatan dan daya tahan anggota badan bagian atas dengan sistem sirkuit serta nilai disiplin dan tanggung jawab	Keb. jasmani	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan latihan daya tahan otot lengan,dada dan bahu secara ber - pasangan atau kelompok</li> <li>Melakukan lomba kekuatan dan daya tahan otot lengan, dada dan bahu dengan peraturan yang di modifikasi untuk menanamkan nilai disiplin dan tanggung jawab</li> </ul>	Disiplin Keberanian Tanggungjawab Menghargai teman Percaya diri Kerjasama Menjaga keselamatan diri dan orang lain			<b>Psikomotor</b> 2.1.1 Melakukan mekuatan dan daya tahan otot lengan, dada dan bahu 2.1.2 Melakukan lomba kekuatan dan daya tahan otot lengan, dada dan bahu dengan peraturan yang dimodifikasi  <b>Kognisi</b> 2.1.3 Mengetahui bentuk –bentuk latihan daya tahan otot lengan, dada dan bahu  <b>Afeksi</b> 2.1.4 Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman	Tes           Tes           Tes	Tes (unjuk kera)           Tes tertulis/lisan           Tes sikap	Lakukan bentuk latihan kekuatan dan daya tahan otot lengan, dada dan bahu           Lembar soal terlampir           Lembar Observ		Buku teks, buku referensi, lapangan,mat ras
2.2 Mempraktikkan latihan kekuatan dan	Keb. jasmani	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan latihan kekuatan</li> </ul>	Disiplin Keberanian Tanggungjawab			<b>Psikomotor</b> 2.2.1 Melakukan	Tes	Tes (unjuk kera)	Lakukan bentuk latihan kekuatan dan		Buku teks, buku refe-



Standar Kompetensi : 3.Mempraktikan teknik dasar senam lantai dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Karakter	Penugasan		Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian			Alokasi waktu	Sumber belajar
				TS	PMTS		Tehnik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
3.1 Mempraktikkan teknik dasar senam lantai meroda serta nilai kedisiplinan, keberanian dan tanggung jawab	Senam lantai	Melakukan tehnik dasar meroda dengan bantuan  Melakukan tehnik dasar meroda tanpa bantuan	Disiplin Keberanian Tanggungjawab Menghargai teman Percaya diri Kerjasama Menjaga keselamatan diri dan orang lain			<b>Psikomotor</b> 3.1.1 Melakukan tehnik dasar meroda dengan bantuan 3.1.2 Melakukan tehnik dasar meroda tanpa bantuan  <b>Kognisi</b> 3.1.3 Mengetahui bentuk –bentuk tehnik dasar meroda dengan bantuan dan tanpa bantuan  <b>Afeksi</b> 3.1.4 Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan, keberanian dan tanggung jawab	Tes	Tes (unjuk kera) dan sikap	Lakukan teknik dasar meroda dengan bantuan dan tanpa bantuan		Buku teks, buku referensi, lapangan, matras
3.2 Mempraktikkan teknik dasar senam lantai guling lenting serta nilai kedisiplinan, keberanian	Senam lantai	Melakukan tehnik dasar melentingkan badan dari posisi tidur telentang	Disiplin Keberanian Tanggungjawab Menghargai teman			<b>Psikomotor</b> 3.2.1 Melakukan tehnik dasar melentingkan badan dari posisi tidur telentang  3.2.2 Melakukan tehnik dasar melenting	Tes	Tes (unjuk kera) dan sikap	Lakukan teknik dasar melentingkan badan dari posisi tidur telentang, pundak menempel matras dan guling depan		

dan tanggung jawab		<p>Melakukan tehnik dasar melenting dari posisi pundak menempel matras</p> <p>Melakukan tehnik dasar melenting dari gerak berguling kedepan</p>	<p>Percaya diri</p> <p>Kerjasama</p> <p>Menjaga keselamatan diri dan orang lain</p>			<p>dari posisi pundak menempel matras</p> <p>3.2.3 Melakukan tehnik dasar melenting dari gerak berguling kedepan</p> <p><b>Kognisi</b></p> <p>3.2.4 Mengetahui bentuk –bentuk tehnik dasar melentingkan badan</p> <p><b>Afeksi</b></p> <p>3.2.5 Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan, keberanian dan tanggung jawab</p>	<p>Tes</p> <p>Tes</p>	<p>Tes tertulis/lisan</p> <p>Tes sikap</p>	<p>Lembar soal terlampir</p> <p>Lembar Observ</p>		
--------------------	--	---	---	--	--	--	-----------------------	--	---	--	--

Standar Kompetensi : 4.Mempraktikan senam irama dengan alat dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Karakter	Penugasan		Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian			Alokasi waktu	Sumber belajar
				TS	PMTS		Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
4.1 Mempraktikkan teknik dasar senam irama menggunakan tongkat atau simpai dengan gerakan mengayun dan memutar ke berbagai arah serta nilai disiplin, toleransi dan estetika	Disiplin Keberanian Tanggungjawab Menghargai teman Percaya diri Kerjasama Menjaga keselamatan diri dan orang lain estetika	Senam irama dengan alat (tongkat )	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan teknik dasar me- memegang tongkat (regular grips, revers grips, mixed grips) secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai disiplin dan estetika</li> <li>Melakukan teknik dasar meng- ayun tongkat depan samping dan belakang badan secara ber- pasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai disiplin dan estetika</li> </ul>			<p><b>Psikomotor</b></p> <p>4.1.1 Melakukan tehnik dasar memegang tokat (regular grips, revers grips, mixed grips)</p> <p>4.1.2 Melakukan tehnik dasar mengayun tongkat depan, samping dan dibelakang badan</p> <p><b>Kognisi</b></p> <p>4.1.3 Mengetahui bentuk –bentuk tehnik dasar memegang tokatdan mengayun tongkat</p> <p><b>Afeksi</b></p> <p>4.1.4 Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan, toleransi dan estetika</p>	Tes	Tes (unjuk kera) dan sikap	Lakukan teknik dasar memegang tongkat dan mengayun tongkat		Buku teks, buku referensi, lapangan, tongkat,tape
							Tes	Tes tertulis/lisan	Lembar soal terlampir		
							Tes	Tes sikap	Lembar Observ		

<p>4.2 Mempraktikkan teknik dasar gerakan mengayun/memutar tongkat ke berbagai arah dengan gerak melangkah serta nilai disiplin,toleransi , keluwesan gerak, dan estetika</p>	<p>Disiplin Keberanian Tanggungjawab Menghargai teman Percaya diri Kerjasama Menjaga keselamatan diri dan orang lain estetika</p>	<p>Senam irama dengan alat (tongkat )</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan teknik dasar mengayun dengan tongkat depan samping dan belakang badan diikuti dengan gerak melangkah secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai disiplin dan keluesan</li> </ul>			<p><b>Psikomotor</b> 4.2.1 Melakukan tehnik dasar mengayun dengan tongkat kedepan,samping dan belakang badan, diikuti dengan gerak melangkah</p> <p><b>Kognisi</b> 4.2.2 Mengetahui bentuk – bentuk tehnik dasar mengayun dengan tongkat kedepan,samping dan belakang badan, diikuti dengan gerak melangkah</p> <p><b>Afeksi</b> 4.2.3 Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan, toleransi dan estetika</p>	<p>Tes</p> <p>Tes</p> <p>Tes</p>	<p>Tes (unjuk kera) dan sikap</p> <p>Tes tertulis/lisan</p> <p>Tes sikap</p>	<p>Lakukan teknik dasar mengayun tongkat diikuti dengan gerak melangkah</p> <p>Lembar soal terlampir</p> <p>Lembar Observ</p>	<p>2x40 menit</p>	<p>Buku teks, buku referensi, lapangan, tongkat,tape</p>
---	---	---	--	--	--	--	----------------------------------	--	---	-------------------	--



lingkungan yang tidak sehat						<p>lingkungan yang tidak sehat</p> <p><b>Kognisi</b> 62.2 Mengetahui cara menghindari penyakit menular yang bersumber dari lingkungan yang tidak sehat</p> <p><b>Afeksi</b> 62.3 Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan dan kebersihan</p>	<p>Tes</p> <p>Tes</p>	<p>Tes tertulis/lisan</p> <p>Tes sikap</p>	<p>penyakit menular yang bersumber dari lingkungan yang tidak sehat</p> <p>Lembar soal terlampir</p> <p>Lembar Obsev.</p>		
-----------------------------	--	--	--	--	--	---	-----------------------	--	---	--	--



						<p>variasi dan kombinasi teknik dasar menendang, menghentikan bola, dan menggiring bola</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman</li> </ul>				
	<b>Bola voli</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar passing atas dan bawah dengan koordinasi yang baik secara berpasangan atau ke-lompok</li> <li>• Melakukan variasi dan kombinasi Teknik dasar passing atas bawah dan smash tanpa awalan dengan koordinasi yang baik secara berpasangan atau ke-lompok</li> <li>• Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk memu puk kerja sama</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Variasi dan kombinasi teknik dasar passing atas dan bawah bola voli dengan koordinasi yang baik</li> <li>• Variasi kobinasi teknik dasar passing atas, bawah dan smash tanpa awalan dengan koordinasi yang baik</li> <li>• Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi.</li> <li>• Mengetahui bentuk –bentuk variasi dan kombinasi teknik dasar passing atas , bawah bola voli dan smash</li> <li>• Dapat bekerjasama</li> </ul>	<p>Tes</p> <p>Tes</p> <p>Tes</p>	<p>Tes kete – rampilan (unjuk kera)</p> <p>Tes tertulis/lisan</p> <p>Tes sikap</p>	<p>Tes variasi dankombinasi passing atas,bawah dan smash tanpa awalan dengan koordina- si yang baik</p> <p>Lembar soal terlampir</p> <p>Lembar Obsevasi.</p>	

						dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman					
	<b>Bola Basket</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar passing, menggiring, shooting, dan lay-up shoot dengan koordinasi yang baik secara berpasangan atau kelompok</li> <li>Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk kerja sama</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>Variasi dan kombinasi teknik dasar passing (dada, pantul dan dari atas kepala) dengan koordinasi yang baik</li> <li>Variasi dan kombinasi teknik dasar menggiring, shooting (dengan dua tangan dari atas depan kepala) dan lay-up shoot dengan koordinasi yang baik</li> <li>Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi</li> <li>Mengetahui bentuk-bentuk variasi dan kombinasi teknik dasar passing, menggiring, shooting dan lay-up shoot</li> <li>Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta</li> </ul>	<p>Tes</p> <p>Tes</p> <p>Tes</p>	<p>Tes ketepatan – rampilan (unjuk kera)</p> <p>Tes tertulis/lisan</p> <p>Tes sikap</p>	<p>Tes variasi kombinasi teknik dasar passing (dada, pantul dan dari atas kepala) dengan koordinasi yang baik</p> <p>Lembar soal terlampir</p> <p>Lembar Observasi.</p>		



						<p>dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar memegang bat untuk melakukan servis dan pukulan forehand serta backhand dengan koordinasi yang baik</li> <li>• Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi.</li> <li>• Mengetahui bentuk –bentuk variasi dan kombinasi teknik dasar memegang bat untuk melakukan servis dan pukulan forehand serta backhand</li> <li>• Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman</li> </ul>					
	Softball	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar melempar, menangkap memegang stick dan pukulan swing/bunch dengan koordinasi yang baik secara berpasangan atau kelompok</li> <li>• Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai kerja sama</li> </ul>				<p>Tes</p>		Tes kete – rampilan	<p>Lakukan variasi dan kombinasi teknik dasar melempar ( pitcher) dan menangkap (catcher) dengan koordinasi yang baik</p> <p>Lembar soal terlampir</p> <p>Lembar Obsevasi.</p>		

					<ul style="list-style-type: none"><li>• Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar melempar ( pitcher) dan menangkap (catcher) dengan koordinasi yang baik</li><li>• Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi</li><li>• Mengetahui bentuk-bentuk teknik variasi dan kombinasi dasar melempar, menangkap, memegang stick dan pukulan</li><li>• Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat dengan teman</li></ul>					
--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--

1.3. Mempraktikkan teknik dasar atletik lanjutan serta nilai toleransi, percaya diri, keberanian, keselamatan, berbagi tempat dan peralatan	Lari jarak jauh	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan teknik dasar start, lari dan finish secara berpasangan atau kelompok</li> <li>Melakukan lomba lari jarak jauh dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai keberanian</li> </ul>	Disiplin, tertib, toleransi, kerjasama, menghargai kawan, percaya diri, keberanian			<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan Teknik dasar start, lari dan finish secara berpasangan atau kelompok</li> <li>Melakukan lomba lari jarak jauh dengan peraturan yang dimodifikasi</li> <li>Mengetahui bentuk – bentuk teknik dasar start, lari dan finish</li> <li>Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman</li> </ul>	Tes	Tes keteknik – rampilan	Lakukan teknik dasar start, lari dan finish lari jarak jauh !		
	Lompat jauh gaya melenting	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan teknik dasar awalan, tolakan, dan mendarat secara berpasangan atau kelompok</li> <li>melakukan lomba lompat jauh dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai keberanian</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan awalan, tolakan, dan mendarat</li> <li>Melakukan lomba lompat jauh dengan peraturan yang dimodifikasi</li> <li>Mengetahui bentuk – bentuk teknik dasar awalan, tolakan, dan mendarat</li> <li>Dapat bekerjasama dengan teman</li> </ul>	Tes	Tes keteknik – rampilan (unjuk kera)	Lakukan teknik dasar awalan, tolakan, dan mendarat lompat jauh gaya melenting			
	Lompat tinggi				<ul style="list-style-type: none"> <li>Dapat bekerjasama dengan teman</li> </ul>	Tes	Tes tertulis/lisain	Lembar soal terlampir			
							Tes sikap	Lembar Obsevasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lakukan teknik dasar awalan,</li> </ul>		

	<p>gaya straddle</p> <p>Tolak peluru gaya membelakang</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan teknik dasar awalan, tolakan, di atas mistar dan mendarat secara berpasangan atau kelompok</li> <li>Melakukan lomba lompat tinggi dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai keberanian</li> <li>Melakukan teknik dasar memegang, meletakkan peluru, posisi awal, gerak menolak dan gerak ikutan Secara berpasangan atau kelompok</li> <li>Melakukan lomba tolak peluru dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai</li> </ul>			<p>dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan teknik dasar awalan, tolakan, di atas mistar dan mendarat</li> <li>Lomba lompat tinggi gaya straddle</li> <li>Mengetahui bentuk –bentuk teknik dasar awalan, tolakan, di atas mistar dan mendarat</li> <li>Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan</li> <li>Melakukan teknik dasar memegang, meletakkan peluru, posisi awal, gerak menolak dan gerak ikutan Secara berpasangan atau</li> </ul>	<p>Tes</p> <p>Tes</p> <p>Tes</p>	<p>Tes kete – rampilan (unjuk kera)</p> <p>Tes tertulis/lisan</p> <p>Tes sikap</p> <p>Tes kete – rampilan (unjuk kera)</p> <p>Tes tertulis/lisan</p> <p>Tes sikap</p>	<p>tolakan, di atas mistar dan mendarat lompat tinggi gaya straddle</p> <p>Lembar soal terlampir</p> <p>Lembar Obsevasi.</p> <p>Lakukan tehnik dasar memegang, meletakkan peluru, posisi awal, gerak menolak dan gerak ikutan tolak peluru gaya membelakang !</p> <p>Lembar soal terlampir</p> <p>Lembar Obsevasi.</p>		
--	---	--	--	--	--	----------------------------------	---	--	--	--

	Lempat lembing langkah silang	percaya diri				kelompok <ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan lomba tolak peluru dengan peraturan yang dimodifikasi</li> <li>Mengetahui bentuk –bentuk kombinas teknik dasar memegang, meletakkan peluru, posisi awal, gerak menolak dan gerak ikutan</li> <li>Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman</li> <li>Melakukan tehnik dasar memegang, membawa, melempar dan gerak ikutan</li> <li>Melakukan lomba lempat lembing dengan peraturan yang dimodifikasi</li> <li>Mengetahui bentuk –bentuk tehnik dasar memegang, membawa, melempar dan gerak ikutan</li> </ul>		Tes kete – rampilan (unjuk kera)	Lakukan tehnik dasar memegang, membawa, melempar dan gerak ikutan			
		<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan tehnik dasar memegang, membawa, melempar dan gerak ikutan secara berpasangan atau kelompok</li> <li>Melakukan lomba lempat lembing dengan peraturan yang dimodifikasi untuk me nanamkan nilai percaya</li> </ul>							Lembar soal terlampir			
										Lembar Obsevasi.		

						<ul style="list-style-type: none"> <li>Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman</li> </ul>				
1.4	Pencak silat	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar dengan benar (kuda-kuda, langkah, pukulan dan tangkis) secara berpasangan atau kelompok</li> <li>Melakukan gerak berpasangan (sambungan)</li> <li>Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar dengan benar (gerak memukul, tangkis dan menendang) secara berpasangan atau kelompok</li> </ul>	Disiplin, tertib, toleransi, kerjasama, menghargai kawan, percaya diri, keberanian			<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar dengan benar (kuda-kuda, langkah, pukulan dan tangkis)</li> <li>Melakukan gerak berpasangan (sambungan)</li> <li>Mengetahui bentuk – bentuk variasi dan kombinasi teknik dasar, gerak langkah, kuda-kuda, pukulan dan tangkis</li> <li>Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, keberanian, kejujuran, menghormati</li> </ul>	Tes  Tes  Tes	Tes ketek – rampilan (unjuk kera)  Tes tertulis/lisan  Tes sikap	Lakukan variasi dan kombinasi teknik dasar dengan benar (kuda-kuda, langkah, pukulan dan tangkis) dan sambung  Lembar soal terlampir  Lembar Observasi.	

						lawan dan percaya diri					
--	--	--	--	--	--	---------------------------	--	--	--	--	--

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

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Karakter	Penugasan		Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian			Alokasi waktu	Sumber belajar
				TS	PMTS		Tehnik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
2.1 Mengidentifikasi jenis-jenis latihan yang sesuai dengan kebutuhan	Keb jasmani	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan identifikasi bentuk latihan untuk kekuatan dan daya tahan (untuk badan bagian atas dan bawah) secara berpasangan atau kelompok</li> <li>Melakukan identifikasi bentuk latihan untuk kelentukan ( persendian leher,tangan, lengan,pinggang, lutut dan kaki) Secara berpasangan atau kelompok</li> </ul>	Disiplin, tertib, toleransi, kerjasama, menghargai kawan,percaya diri, keberanian			<p><b>Psikomotor</b></p> <p>2.1.1 Melakukan identifikasi bentuk latihan untuk kekuatan dan daya tahan (untuk badan bagian atas dan bawah)</p> <p>2.1.2 Melakukan identifikasi bentuk latihan untuk kelentukan ( persendian leher,tangan, lengan,pinggang, lutut dan kaki)</p> <p><b>Kognisi</b></p> <p>2.1.3 Mengetahui bentuk –bentuk latihan untuk kekuatan dan daya tahan badan bagian atas dan bawah</p> <p><b>Afeksi</b></p> <p>2.1.4 Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat</p>	<p>Tes</p> <p>Tes</p> <p>Tes</p>	<p>Tes (unjuk kera)</p> <p>Tes tertulis/lisan</p> <p>Tes sikap</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lakukan bentuk latihan untuk kekuatan dan daya tahan (untuk badan bagian atas dan bawah serta latihan untuk kelentukan ( persendian leher,tangan, lengan,pinggang, lutut dan kaki)</li> </ul> <p>Lembar soal terlampir</p> <p>Lembar Obsevasi.</p>		Buku teks, buku referensi, lapangan, mat ras

						serta peralatan dengan teman					
2..2Mempraktikkan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan untuk kebugaran jasmani sesuai dengan kebutuhan dengan menggunakan alat sederhana serta nilai semangat, tanggung jawab, disiplin, dan percaya diri	Keb. jasmani	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan latihan kekuatan dan daya tahan otot paha dan kaki secara berpasangan atau kelompok</li> <li>Melakukan lomba kecepatan dan kelincahan dengan peraturan yang di modifikasi untuk menanamkan nilai disiplin dan tanggung jawab</li> </ul>	Disiplin, tertib, toleransi, kerjasama, menghargai kawan,percaya diri, keberanian			<p><b>Psikomotor</b></p> <p>2.2.1 Melakukan bentuk latihan untuk kekuatan dan daya tahan (untuk badan bagian atas dan bawah)</p> <p>2.2.2 Melakukan bentuk latihan untuk kelentukan ( persendian leher,tangan, lengan,pinggang, lutut dan kaki</p> <p>2.2.3 Melakukan bentuk latihan untuk kecepatan (untuk otot badan bagian atas dan bawah)</p> <p><b>Kognisi</b></p> <p>2.2.4 Mengetahui bentuk –bentuk latihan untuk kekuatan dan daya tahan badan bagian atas dan bawah</p> <p><b>Afeksi</b></p> <p>2.2.5 Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman</p>	Tes	Tes (unjuk kera)	Lakukan bentuk latihan daya tahan,kekuatan dan kecepatan		Buku teks, buku refe-rensi, lapangan,mat ras,bangku senam
							Tes				
							Tes	Tes tertulis/lisan	Lembar soal terlampir		
							Tes	Tes sikap	Lembar Obsevasi.		

Standar Kompetensi : 3.Mempraktikkan rangkaian gerak senam lantai dengan gerakan yang benar dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Karakter	Penugasan		Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian			Alokasi waktu	Sumber belajar
				T S	PMT S		Tehnik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
3.1Mempraktikkan rangkaian senam lantai tanpa alat serta nilai percaya diri, kerja sama, disiplin, keberanian, dan keselamatan	Senam lantai	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan gerak rangkai keseimbangan (bertumbu pada kaki) dilanjutkan denagn gerak meroda dan dilanjutkan dengan gerak berguling kedepan secara berpasangan atau kelompok untuk- uk menanamkan nilai keberanian dan keselamatan</li> </ul>	Disiplin, tertib, toleransi, kerjasama, menghargai kawan,percaya diri, keberanian,tanggungjawab			<p><b>Psikomotor</b></p> <p>3.2.1 Melakukan gerak rangkai keseimbangan (bertumbu pada kaki) dilanjutkan denagn gerak meroda dan dilanjutkan dengan gerak berguling kedepan</p> <p><b>Kognisi</b></p> <p>3.2.2 Mengetahui bentuk –bentuk gerak rangkai keseimbangan (bertumpu pada kaki) dilanjutkan denagn gerak meroda dan dilanjutkan dengan gerak berguling kedepan</p> <p><b>Afeksi</b></p> <p>3.2.3 Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan, keberanian dan keselamatan</p>	Tes	Tes (unjuk kera)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lakukan gerak rangkai keseimbangan (bertumbu pada kaki) dilanjutkan denagn gerak meroda dan dilanjutkan dengan gerak berguling kedepan</li> </ul>		Buku teks, buku referensi, lapangan, matras
							Tes	Tes tertulis/lisan	Lembar soal terlampir		
							Tes	Tes sikap	Lembar Obsevasi.		



Standar Kompetensi

: 4. Mempraktikkan rangkaian gerak teknik senam irama tanpa dan dengan alat serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Karakter	Penugasan		Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian			Alokasi waktu	Sumber belajar
				TS	PMTS		Tehnik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
4.1. Mempraktikkan rangkaian aktivitas ritmik tanpa alat dengan koordinasi gerak yang baik serta nilai disiplin, toleransi, keluwesan dan estetika	Senam irama tanpa alat	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan gerak rangkai ayunan satu lengan dan gerak langkah kaki dengan koordinasi yang baik secara berpasangan atau kelom pok untuk menanamkan nilai estetika</li> </ul>	Disiplin, tertib, toleransi, kerjasama, menghargai kawan, percaya diri, keberanian			<p><b>Psikomotor</b></p> <p>4.1.1 Melakukan gerak rangkai ayunan satu lengan dan gerak langkah kaki dengan koordinasi yang baik</p> <p><b>Kognisi</b></p> <p>4.1.2 Mengetahui bentuk – bentuk gerak rangkai ayunan satu lengan dan gerak langkah kaki</p> <p><b>Afeksi</b></p> <p>4.1.3 Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan, toleransi, keluwesan dan estetika</p>	Tes	Tes (unjuk kera) dan sikap	Lakukan gerak rangkai ayunan satu lengan dan gerak langkah kaki dengan koordinasi yang baik		
4.2 Mempraktikkan rangkaian aktivitas ritmik berirama menggunakan alat dengan koordinasi gerak serta nilai disiplin, toleransi, keluwesan, dan estetika	Senam irama dengan alat (tongkat )	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan gerak rangkai mengayun tongkat depan, smping dan belakang dan gerak langkah kaki dengan ko ordinasi yang baik</li> </ul>	Disiplin, tertib, toleransi, kerjasama, menghargai kawan, percaya diri, keberanian			<p><b>Psikomotor</b></p> <p>4.2.1 Melakukan gerak rangkai mengayun tongkat depan, smping dan belakang dan gerak langkah kaki dengan ko ordinasi yang baik</p> <p><b>Kognisi</b></p> <p>4.2.2 Mengetahui bentuk</p>	Tes	Tes (unjuk kera) dan sikap	Lakukan gerak rangkai mengayun tongkat depan, smping dan belakang dan gerak langkah kaki dengan ko		

		secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai estetika				-bentuk tehnik dasar mengayun dengan tongkat kedepan,samping dan belakang badan, diikuti dengan gerak melangkah <b>Afeksi</b> 4.2.3 Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan, keluwesan, toleransi dan estetika	Tes    Tes	Tes tertulis/lisan    Tes sikap	ordinasi yang baik  Lembar soal terlampir   Lembar Obsevasi.		
--	--	--	--	--	--	--	------------------------	---	---	--	--

Standar Kompetensi : 6.Mempraktikan dasar-dasar penjelajahan di alam bebas dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Karakter	Penugasan		Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian			Alokasi waktu	Sumber belajar
				TS	PMTS		Tehnik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
6.1Mempraktikkan rencana kegiatan penjelajahan	Pendidikan luar kelas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan pembuatan perencanaan, dasar-dasar kegiatan penjelajahan dialam bebas (perencanaan yang disesuaikan dengan kondisi dan situasi tempat kegiatan) secara kelompok</li> </ul>	Disiplin, tertib, toleransi, kerjasama, menghargai kawan,percaya diri, keberanian			<p><b>Psikomotor</b> 6.1.1 Pembuatan perencanaan, dasar-dasar kegiatan penjelajahan dialam bebas (perencanaan yang disesuaikan dengan kondisi dan situasi tempat kegiatan) secara kelompok</p> <p><b>Kognisi</b> 6.1.2 Mengetahui Pembuatan perencanaan, dasar-dasar kegiatan penjelajahan dialam bebas</p> <p><b>Afeksi</b> 6.1.3 Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan, dan kebersihan</p>	Tes  Tes  Tes	Tes (unjuk kera)  Tes tertulis/lisan  Tes sikap	Lakukan pembuatan rencana pelaksanaan kegiatan penjelajah-an dan observ.  Lembar soal terlampir  Lembar Obsevasi.		Buku teks, buku referensi, lingkungan,obat dan peralatan P3K
6.2.Mempraktikkan berbagai keterampilan untuk memecahkan	Penjelajahan disekitar sekolah	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan ketrampilan dasar mempertahankan hidup</li> </ul>	Disiplin, tertib, toleransi, kerjasama,			<p><b>Psikomotor</b> 6.2.1 Keterampilan untuk memecahkan</p>	Tes	Tes (unjuk kera) dan sikap	Lakukan Ketrampilan dasar mempertahankan		

masalah yang ditemukan dalam aktivitas penjelajahan di alam bebas serta nilai kerjasama, disiplin, keselamatan, kebersihan, dan etika		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kompas dan peta</li> <li>2. Mencari makanan dan minuman</li> <li>3. Mendapatkan air dengan proses kondensasi</li> <li>4. Penyulinagn dengan matahari(soal still)</li> <li>5. Air dari tanaman</li> </ol>	menghargai kawan,percaya diri, keberanian			<p>masalah yang ditemukan dalam aktivitas penjelajahan di alam bebas</p> <p><b>Kognisi</b> 6.2.2 Mengetahui cara memecahkan masalah yang ditemukan dalam aktivitas penjelajahan di alam bebas</p> <p><b>Afeksi</b> 6.2.3 Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan dan kebersihan</p>	Tes	Tes tertulis/lisan	hidup	Lembar soal terlampir		
						Tes	Tes sikap		Lembar Obsevasi.			

Standar Kompetensi : 7. Menerapkan budaya hidup sehat

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Karakter	Penugasan		Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian			Alokasi waktu	Sumber belajar
				TS	PMT S		Tehnik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
7.1Melakukan iden-tifikasi	Kesehatan	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukanidentifikasi peyebab kebakaran (merokok, zat yang mudah terbakar, nyala api terbuka) secara berkelompok</li> </ul>	Disiplin, tertib, toleransi, kerjasama, menghargai kawan,percaya a diri, keberanian			<p><b>Psikomotor</b> 7.1.1 Melakukanidentifikasi peyebab kebakaran (merokok, zat yang mudah terbakar, nyala api terbuka)</p> <p><b>Kognisi</b> 7.1.2 Mengetahui peyebab kebakaran</p>	Non tes	Penu gasan	Lakukanidentifikasi peyebab kebakaran (merokok, zat yang mudah terbakar, nyala api terbuka)	1x40 menit	Buku teks, buku refe-rensi,li ng - kungan
							Tes	Tes	Lembar soal		

						<b>Afeksi</b> 7.1.3 Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan, dan kebersihan	Tes	tertulis/ lisan Tes sikap	terlampir Lembar Obsevasi.		
7.2 Melakukan cara menghindari bahaya kebakaran	Kesehatan	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan pencegahan bahaya kebakaran (pencegahan terhadap penyebab, perlengkapan pemadam kebakaran</li> </ul>	Disiplin, tertib, toleransi, kerjasama, menghargai kawan, percaya diri, keberanian			<b>Psikomotor</b> 7.2.1 Identifikasi cara pencegahan bahaya kebakaran  <b>Kognisi</b> 7.2.2 Mengetahui cara menghindari bahaya kebakaran  <b>Afeksi</b> 7.2.3 Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan dan kebersihan	NonTes	Penugasan  Tes tertulis/ lisan Tes sikap	Lakukanidentifikasi cara pencegahan bahaya kebakaran  Lembar soal terlampir  Lembar Obsevasi.		

Sleman, 22 Juli 2016

Mengetahui  
Kepala Sekolah

Godean,  
Guru Penjasorkes

Ris Santosa, S.Pd  
NIP. 19640414 198803 1 008

Drs. Syamsudi  
NIP 19580727 198602 1002

## **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

Sekolah : SMP N 2 Godean  
Mata Pelajaran : PJOK  
Kelas/Semester : VII (Tujuh) / 1 (Satu)  
Alokasi Waktu : 3 x 40 menit (1 x pertemuan)

### **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**

1. Menghargai tubuh dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan YME.
2. Mengamalkan perilaku sportif (jujur, kompetitif, sungguh-sungguh, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan kerja sama), percaya diri, dan berani dalam melakukan berbagai aktivitas jasmani serta menerapkan pola hidup sehat dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami konsep gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional (lempar cakram).
4. Mempraktikkan gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional (lempar cakram).

### **C. INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI**

1. Menunjukkan sikap percaya diri selama melakukan aktivitas pembelajaran.
2. Menjelaskan teknik cara melakukan lempar cakram yang benar.
3. Melakukan teknik dasar lempar cakram dengan baik dan benar.

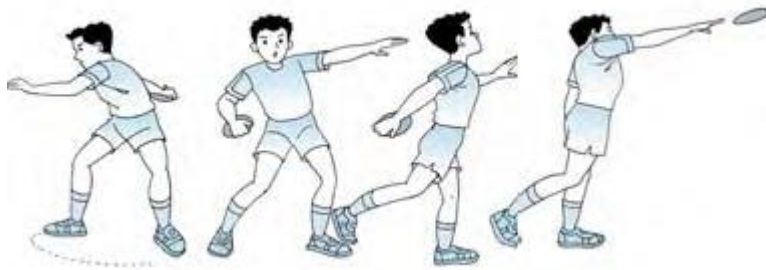
### **D. MATERI PEMBELAJARAN**

#### **1. Materi pembelajaran regular**

##### **Teknik Lempar Cakram Menyamping**

Cara melakukan lempar cakram menyamping sebagai berikut:

- Ambil posisi dan berdiri menyamping arah lemparan. Kaki dibuka selebar bahu, sedikit ditekuk dan rilek. Berat badan terbagi pada kaki.
- Pusatkan perhatian dan persiapan untuk melakukan lemparan kemudian cakram diayun-ayunkan ke samping kanan belakang lalu ke kiri. Gerakan ini di ulang-ulang sebanyak dua tiga kali.



#### **2. Materi pembelajaran pengayaan**

##### **Teknik Lempar Cakram Dengan Awalan Berputar.**

Cara melakukan awalan lempar cakram adalah sebagai berikut :

- Mengambil posisi yang baik, berdiri menyamping arah lemparan. Kaki di renggangkan selebar badan, sedikit ditekuk dan kendor. Berat badan bertumpu pada kedua kaki.
- Pusatkan perhatian untuk melakukan awalan agar mantap, kemudian cakram diayun-ayunkan ke samping kanan belakang lalu ke kiri. Gerakan ini di ulang-ulang 2 – 3 kali dilanjutkan dengan awalan berputar.

#### **3. Materi pembelajaran remedial**

Lempar cakram menyamping tanpa awalan.

## E. KEGIATAN PEMBELAJARAN

### 1. Pertemuan Pertama

#### a. Pendahuluan

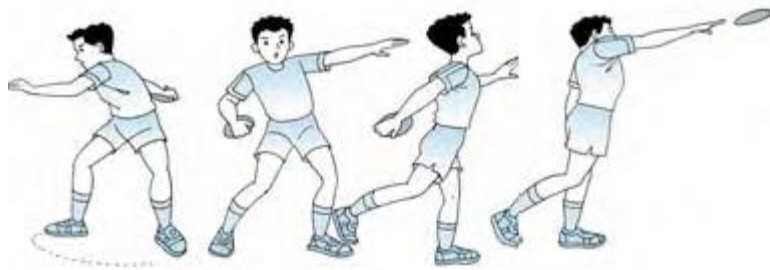
1. Mengucapkan salam kepada siswa dan berdoa bersama sesuai agama masing-masing
2. Mempresensi siswa.
3. Apersepsi ,guru menjelaskan pengetahuan siswa mengenai lempar cakram.
4. Menyampaikan tujuan pembelajaran mengenai lempar cakram.
5. Melakukan pemanasan.

#### b. Kegiatan Inti

Membimbing siswa untuk :

##### 1. Mengamati

Mengamati media berupa gambar tentang lempar cakram.



##### 2. Menanya

Dari hasil pengamatan diharapkan siswa bertanya kepada guru ,contoh:

- ✓ Apakah ayunan tangan mempengaruhi hasil lemparan?
- ✓ Bagaimana putaran cakram saat dilempar?

##### 3. Mengumpulkan Informasi/Mencoba

Siswa mengumpulkan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan :

- ✓ Berdiskusi secara kelompok untuk menjawab pertanyaan sebelumnya.
- ✓ Mencoba mempraktikan teknik lempar cakram.

##### 4. Menalar/Mengasosiasi

Siswa menemukan konsep teknik lempar cakram yang baik dan benar.

##### 5. Mengomunikasikan

Siswa menerapkan teknik lempar cakram dengan baik dan benar

#### c. Penutup

- ✓ Siswa melakukan pendinginan.

- ✓ Guru mendorong siswa untuk menyimpulkan ,merefleksi ,dan menemukan nilai-nilai yang dapat diambil dari aktivitas hari ini.
- ✓ Guru memberi umpan balik kepada peserta didik mengenai proses dan hasil belajar.
- ✓ Guru memberitahukan kepada siswa kegiatan belajar yang akan dikerjakan pada pertemuan berikutnya.
- ✓ Guru mempresensi siswa.
- ✓ Berdoa bersama sebelum pembelajaran berakhir.

## F. PENILAIAN

### 1. Teknik Penilaian

- a. Sikap spiritual dan sosial  
Observasi
- b. Pengetahuan
  1. Observasi terhadap diskusi ,Tanya jawab ,dan percakapan.
  2. Penugasan.
- c. Keterampilan  
Unjuk kerja / kinerja / praktik

### 2. Instrumen Penilaian

- a. Afektif

#### Lembar Penilaian Sikap

Kelas :

Semester :

Tahun ajaran :

Indikator : Menunjukkan sikap percaya diri selama pembelajaran.

No	Nama	Skor				kategori
		1	2	3	4	
1						
2						
3						
dst.						

keterangan :

4 (sangat baik) : apabila **selalu** berinisiatif untuk mencoba melakukan lempar cakram.

3 (baik) : apabila **sering** berinisiatif untuk mencoba melakukan lempar cakram.

2 (cukup) : apabila **kadang-kadang** berinisiatif untuk mencoba melakukan lempar cakram.

1 (kurang) : apabila **tidak pernah** berinisiatif untuk mencoba melakukan lempar cakram.

b. Pengetahuan

**Lembar Penilaian Pengetahuan**

Nama :

Kelas :

Semester :

No	Butir soal	Skor	Nilai
1	Jelaskan cara melakukan teknik awalan pada lempar cakram ?	0-100	
2	Bagaimana putaran cakram ketika dilempar?		
Jumlah nilai			

c. Keterampilan

**Lembar Penilaian Psikomotor**

Siswa melakukan serangkaian teknik lempar cakram

No	Nama	Awalan (1-4)	Pelaksanaan (1-4)	Sikap akhir (1-4)	Hasil	Jumlah skor
1						
2						
3						
dst						

Keterangan :

skor 4 : apabila mampu melakukan lemparan sejauh (putra > 3 m dan putri > 2,5 m)

skor 3 : apabila mampu melakukan lemparan sejauh (putra 2,5-3 m dan putri 2-2,5 m)

skor 2 : apabila mampu melakukan lemparan sejauh (putra 2-2,4 m dan putri 1,5-1,9 m)

skor 1 : apabila mampu melakukan lemparan sejauh (putra < 2 m dan putri < 1,5 m)

#### **G. MEDIA / ALAT DAN SUMBER BELAJAR**

1. Media

Gambar teknik lompat jauh.

2. Alat

- Cakram
- Peluit

3. Sumber Belajar

Chandra ,Sodikin. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. 2010 CV Putra Nugraha : Surakarta

Mengetahui

Godean, 4 Agustus 2016

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL

Drs. Syamsudi

Rifki Maulana

NIP 19580727 198602 1002

NIM 13601241088

## **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

Sekolah : SMP N 2 Godean  
Mata Pelajaran : PJOK  
Kelas/Semester : VII (Tujuh) / 1 (Satu)  
Alokasi Waktu : 3 x 40 menit (1 x pertemuan)

### **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**

1. Menghargai tubuh dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan YME.
2. Mengamalkan perilaku sportif (jujur, kompetitif, sungguh-sungguh, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan kerja sama), percaya diri, dan berani dalam melakukan berbagai aktivitas jasmani serta menerapkan pola hidup sehat dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami konsep gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional (Lempar Lembing).
4. Mempraktikkan gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional (Lempar Lembing).

### C. INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

1. Menunjukkan sikap percaya diri selama melakukan aktivitas pembelajaran.
2. Menjelaskan teknik cara melakukan Lempar Lembing yang benar.
3. Melakukan teknik dasar Lempar Lembing dengan baik dan benar.

### D. MATERI PEMBELAJARAN

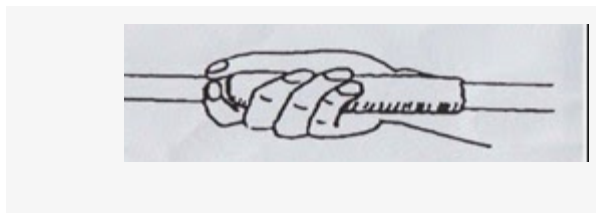
#### 1. Materi pembelajaran regular

##### Teknik Lempar Lembing

##### Teknik Memegang Lembing

Teknik ini adalah posisi awal yang dilakukan pada saat akan memulai lemparan. Terdapat tiga cara memegang lembing yang benar, yakni:

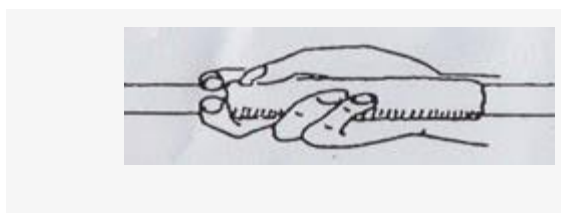
**Cara Amerika**, Pertama-tama pegang lembing di bagian belakang lilitan lembing, jari telunjuk melingkar di belakang lilitan dan ibu jari menekannya di bagian permukaan yang lain. Sementara itu, jari-jari lain turut melingkar di badan lembing dengan longgar.



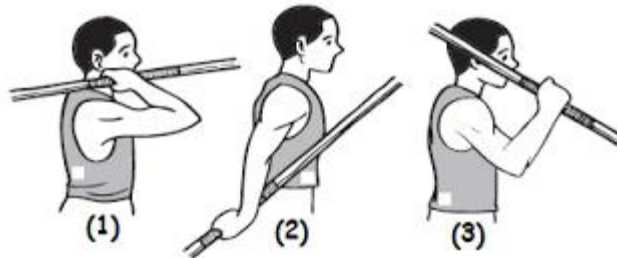
**Cara Finlandia**, Untuk cara Finlandia mirip dengan cara Amerika, yakni dengan memegang lembing pada bagian belakang lilitan menggunakan jari tengah dan ibu jari, sementara telunjuk berada sepanjang batang lembing dan agak serong ke arah yang wajar. Untuk Jari-jari lainnya turut melingkar di badan lembing dengan longgar.



**Cara Menjepit (cara memegang lembing dengan pegangan tang)**, Entah dari aman asalnya teknik ini, namun mudah dipraktikkan. Caranya hanya menjepitkan lembing diantara dua jari tengah dan jari telunjuk, dengan jari jari lainnya memegang lembing dengan wajar.



Setelah anda memegang lembing dengan benar maka tahap selanjutnya adalah membawanya. terdapat tiga cara untuk membawa lembing yang biasa digunakan pelempar saat melakukan awalan, berikut ini penjelasannya:



### **Cara membawa lembing**

1. Lembing diletakkan di atas bahu dengan posisi mata lembing menunjuk miring ke atas.
2. Lembing dibawa dengan posisi lengan agak ke belakang, dengan mata lembing menghadap ke arah depan serong ke atas.
3. Lembing dibawa di atas bahu dengan mata lembing menghadap miring ke arah bawah.

### **Teknik lempar lembing**

Teknik melempar yang benar akan menghasilkan lemparan yang baik, akurat dan jauh. Berikut ini cara melempar yang dibagi dalam tiga tahapan:

#### **Awalan**

Awalan adalah gerakan berlari sambil membawa lembing di atas kepala dengan lengan ditekuk, sikut menghadap ke depan dan telapak tangan menghadap atas. Posisi lembing berada sejajar di atas garis paralel dengan tanah

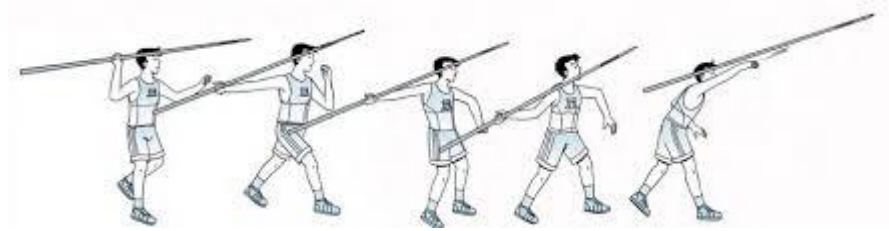
#### **Lemparan**

Untuk melakukan lemparan lembing, tarik bahu kanan dan lengan untuk melakukan gerakan melempar melalui poros bahu dengan kuat ke depan-atas. Badan bergerak melewati kaki depan, lalu melepaskan lembing.

#### **Akhiran**

ini adalah gerak terakhir saat lembing dilepaskan, dengan melangkahkan

kaki ke depan untuk menyeimbangkan gerak agar tidak terjatuh dan tidak melebihi garis batas lemparan.



## 2. Materi pembelajaran pengayaan

### Teknik Lempar Lembing Dengan Awalan .

Gerakkan pada langkah silang sebagai berikut :

- Pada saat kecepatan awalan telah tercapai dan sampai pada tanda yang telah ditentukan, maka lengan kanan mulai diluruskan kesamping kanan, badan diputar kedepan, lengan kiri diayun kekanan rileks setinggi bahu. Saat itu kaki kiri melangkah kedepan, dan saat itu pula kaki kanan diayunkan/dilangkahkan menyilang kekiri lewat depan kaki kiri.
- Setelah kaki kanan menyilang dan sebelum mendarat ditanah, maka kaki kiri secepatnya diatun jauh dan rendah kesamping kiri. Saat kaki kiri berpijak ditanah, saat itu pula terjadi sikap lempar.
- Setelah terjadi sikap lempar, lembing segera dilemparkan.

## 3. Materi pembelajaran remedial

Lempar Lembing tanpa awalan.

## E. KEGIATAN PEMBELAJARAN

### 1. Pertemuan Pertama

#### a. Pendahuluan

1. Mengucapkan salam kepada siswa dan berdoa bersama sesuai agama masing-masing
2. Mempresensi siswa.
3. Apersepsi ,guru menjelaskan pengetahuan siswa mengenai Lempar Lembing.
4. Menyampaikan tujuan pembelajaran mengenai Lempar Lembing.
5. Melakukan pemanasan.

#### b. Kegiatan Inti

Membimbing siswa untuk :

1. Mengamati

Mengamati media berupa gambar tentang Lempar Lembing.

2. Menanya

Dari hasil pengamatan diharapkan siswa bertanya kepada guru ,contoh:

- ✓ Apakah ayunan tangan mempengaruhi hasil lemparan?
- ✓ Bagaimana laju lembing saat dilempar?

3. Mengumpulkan Informasi/Mencoba

Siswa mengumpulkan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan :

- ✓ Berdiskusi secara kelompok untuk menjawab pertanyaan sebelumnya.
- ✓ Mencoba mempraktikkan teknik Lempar Lembing.

4. Menalar/Mengasosiasi

Siswa menemukan konsep teknik Lempar Lembing yang baik dan benar.

5. Mengomunikasikan

Siswa menerapkan teknik Lempar Lembing dengan baik dan benar

**c. Penutup**

- ✓ Siswa melakukan pendinginan.
- ✓ Guru mendorong siswa untuk menyimpulkan ,merefleksi ,dan menemukan nilai-nilai yang dapat diambil dari aktivitas hari ini.
- ✓ Guru memberi umpan balik kepada peserta didik mengenai proses dan hasil belajar.
- ✓ Guru memberitahukan kepada siswa kegiatan belajar yang akan dikerjakan pada pertemuan berikutnya.
- ✓ Guru mempresensi siswa.
- ✓ Berdoa bersama sebelum pembelajaran berakhir.

**F. PENILAIAN**

**1. Teknik Penilaian**

a. Sikap spiritual dan sosial

Observasi

b. Pengetahuan

1. Observasi terhadap diskusi ,Tanya jawab ,dan percakapan.
2. Penugasan.

c. Keterampilan

Unjuk kerja / kinerja / praktik

## 2. Instrumen Penilaian

a. Afektif

### Lembar Penilaian Sikap

Kelas :

Semester :

Tahun ajaran :

Indikator : Menunjukkan sikap percaya diri selama pembelajaran.

No	Nama	Skor				kategori
		1	2	3	4	
1						
2						
3						
dst.						

keterangan :

4 (sangat baik) : apabila **selalu** berinisiatif untuk mencoba melakukan lempar lembing.

3 (baik) : apabila **sering** berinisiatif untuk mencoba melakukan lempar lembing.

2 (cukup) : apabila **kadang-kadang** berinisiatif untuk mencoba melakukan lempar lembing.

1 (kurang) : apabila **tidak pernah** berinisiatif untuk mencoba melakukan lempar lembing.

b. Pengetahuan

**Lembar Penilaian Pengetahuan**

Nama :

Kelas :

Semester :

No	Butir soal	Skor	Nilai
1	Jelaskan cara melakukan teknik awalan pada Lempar Lembang ?	0-100	
2	Bagaimana laju lembing ketika dilempar?		
Jumlah nilai			

c. Keterampilan

**Lembar Penilaian Psikomotor**

Siswa melakukan serangkaian teknik lempar lembing

No	Nama	Awalan (1-4)	Pelaksanaan (1-4)	Sikap akhir (1-4)	Hasil	Jumlah skor
1						
2						
3						
dst						

Keterangan :

skor 4 : apabila mampu melakukan lempar lembing yang sempurna dan benar

skor 3 : apabila mampu melakukan lempar lembing yang baik dan benar

skor 2 : apabila mampu melakukan lempar lembing yang kurang baik

skor 1 : apabila mampu melakukan lempar lembing yang tidak benar

**G. MEDIA / ALAT DAN SUMBER BELAJAR**

1. Media

Gambar teknik lempar lembing

2. Alat

- lembing
- Peluit

3. Sumber Belajar

Chandra ,Sodikin. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. 2010 CV  
Putra Nugraha : Surakarta

Mengetahui

Godean, 18 Agustus 2016

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL

Drs. Syamsudi

Rifki Maulana

NIP 19580727 198602 1002

NIM 13601241088

## **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

Sekolah : SMP N 2 Godean  
Mata Pelajaran : PJOK  
Kelas/Semester : VII (Tujuh) / 1 (Satu)  
Alokasi Waktu : 6 x 40 menit (2 x pertemuan)

### **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**

1. Menghargai tubuh dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan YME.
2. Mengamalkan perilaku sportif (jujur, kompetitif, sungguh-sungguh, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan kerja sama), percaya diri, dan berani dalam melakukan berbagai aktivitas jasmani serta menerapkan pola hidup sehat dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami konsep gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional.
4. Mempraktikkan gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional.

### C. INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

1. Menunjukkan sikap percaya diri selama melakukan aktivitas pembelajaran.
2. Menjelaskan teknik cara melakukan lompat jauh yang benar.
3. Melakukan teknik dasar awalan, menolak, sikap di udara dan mendarat.
4. Melakukan rangkaian tehnik dasar lompat jauh.

### D. MATERI PEMBELAJARAN

#### 1. Materi pembelajaran reguler

##### Lompat jauh gaya jongkok

Lompat jauh merupakan salah satu nomor yang terdapat pada nomor lompat cabang olahraga atletik. Lompat adalah istilah yang digunakan dalam cabang olahraga atletik, yaitu melakukan tolakan dengan satu kaki. Lompat jauh adalah suatu bentuk gerakan melompat mengangkat kaki ke atas-depan dalam upaya membawa titik berat badan selama mungkin di udara (melayang di udara) yang dilakukan dengan cepat dan dengan jalan melakukan tolakan pada satu kaki untuk mencapai jarak sejauh-jauhnya.



##### a. Awalan

Awalan lompat jauh gaya jongkok dilakukan dengan cara lari cepat dari jarak 35-45 meter. Namun, jarak tersebut tidak mutlak, tetapi disesuaikan dengan kemampuan mencapai kecepatan maksimal setiap pelompat.

##### b. Tolakan

Tolakan merupakan upaya untuk mendapatkan lompatan yang tinggi dan jauh. Teknik ini dilakukan oleh salah satu kaki yang terkuat.

##### c. Saat berada di udara

Teknik saat di udara ini, badan harus diusahakan melayang selama mungkin di udara dalam keadaan seimbang.

##### d. Pendaratan

Pendaratan merupakan upaya mendaratkan tubuh pada bak pasir. Saat mendarat, pelompat harus melakukan teknik pendaratan yang

baik dan benar. Jika terjadi kesalahan maka akan merugikan pelompat sendiri. Pendaratan yang baik yaitu ketika jatuh menggunakan kedua kaki dan tangan ke depan, jangan sampai badan atau tangan jatuh ke belakang karena dapat membahayakan bagi si pelompat itu sendiri.

## 2. Materi pembelajaran pengayaan

Lompat jauh gaya jongkok dengan jarak awalan lari lebih jauh yaitu 45 meter.

## 3. Materi pembelajaran remedial

Lompat jauh gaya jongkok dengan awalan jogging dan jarak 20 meter

## E. KEGIATAN PEMBELAJARAN

### 1. Pertemuan Pertama

#### a. Pendahuluan

1. Mengucapkan salam kepada siswa dan berdoa bersama sesuai agama masing-masing
2. Mempresensi siswa.
3. Apersepsi ,guru menjelaskan pengetahuan siswa mengenai lompat jauh.
4. Menyampaikan tujuan pembelajaran mengenai lompat jauh.
5. Melakukan pemanasan.

#### b. Kegiatan Inti

Membimbing siswa untuk :

##### 1. Mengamati

Mengamati media berupa gambar tentang lompat jauh.



##### 2. Menanya

Dari hasil pengamatan diharapkan siswa bertanya kepada guru ,contoh:

- ✓ Apakah tolakan mempengaruhi jauhnya lompatan?
- ✓ Apakah posisi tubuh saat di udara memengaruhi jauhnya lompatan?

##### 3. Mengumpulkan Informasi/Mencoba

Siswa mengumpulkan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan :

- ✓ Berdiskusi secara kelompok untuk menjawab pertanyaan sebelumnya.
- ✓ Mencoba mempraktikkan teknik lompat jauh.

4. Menalar/Mengasosiasi

Siswa menemukan konsep teknik lompat jauh yang baik dan benar.

5. Mengomunikasikan

Siswa menerapkan teknik lompat jauh dengan baik dan benar

**c. Penutup**

- ✓ Siswa melakukan pendinginan.
- ✓ Guru mendorong siswa untuk menyimpulkan ,merefleksi ,dan menemukan nilai-nilai yang dapat diambil dari aktivitas hari ini.
- ✓ Guru memberi umpan balik kepada peserta didik mengenai proses dan hasil belajar.
- ✓ Guru memberitahukan kepada siswa kegiatan belajar yang akan dikerjakan pada pertemuan berikutnya.
- ✓ Guru mempresensi siswa.
- ✓ Berdoa bersama sebelum pembelajaran berakhir.

**2. Pertemuan kedua**

**a. Pendahuluan**

1. Mengucapkan salam kepada siswa dan berdoa bersama sesuai agama masing-masing
2. Mempresensi siswa.
3. Apersepsi ,guru menjelaskan pengetahuan siswa mengenai lompat jauh.
4. Menyampaikan tujuan pembelajaran mengenai lompat jauh.
5. Melakukan pemanasan.

**b. Kegiatan Inti**

1. Mengumpulkan Informasi/Mencoba:

Mencoba mempraktikkan teknik lompat jauh.

2. Menalar/Mengasosiasi

Siswa menemukan konsep teknik lompat jauh yang baik dan benar.

3. Mengomunikasikan

Siswa menerapkan teknik lompat jauh dengan baik dan benar saat penilaian.

**c. Penutup**

- ✓ Siswa melakukan pendinginan.
- ✓ Guru mendorong siswa untuk menyimpulkan ,merefleksi ,dan menemukan nilai-nilai yang dapat diambil dari aktivitas hari ini.
- ✓ Guru memberi umpan balik kepada peserta didik mengenai proses dan hasil belajar.
- ✓ Guru memberitahukan kepada siswa kegiatan belajar yang akan dikerjakan pada pertemuan berikutnya.
- ✓ Guru mempresensi siswa.
- ✓ Berdoa bersama sebelum pembelajaran berakhir.

**F. PENILAIAN**

**1. Teknik Penilaian**

- a. Sikap spiritual dan sosial  
Observasi
- b. Pengetahuan
  - 1. Observasi terhadap diskusi ,Tanya jawab ,dan percakapan.
  - 2. Penugasan.
- c. Keterampilan  
Unjuk kerja / kinerja / praktik

**2. Instrumen Penilaian**

- a. Afektif

**Lembar Penilaian Sikap**

Kelas :

Semester :

Tahun ajaran :

Indikator : Menunjukkan sikap percaya diri selama pembelajaran.

No	Nama	Skor				kategori
		1	2	3	4	
1						
2						
3						
dst.						

keterangan :

4 (sangat baik) : apabila **selalu** berinisiatif untuk mencoba melakukan lompat jauh.

3 (baik) : apabila **sering** berinisiatif untuk mencoba melakukan lompat jauh .

2 (cukup) : apabila **kadang-kadang** berinisiatif untuk mencoba melakukan lompat jauh .

1( kurang) : apabila **tidak pernah** berinisiatif untuk mencoba melakukan lompat jauh .

b. Pengetahuan

**Lembar Penilaian Pengetahuan**

Nama :

Kelas :

Semester :

No	Butir soal	Skor	Nilai
1	Jelaskan cara melakukan teknik awalan pada lompat jauh?	0-100	
2	Kaki manakah yang digunakan untuk menolak?		
Jumlah nilai			

c. Keterampilan

**Lembar Penilaian Psikomotor**

Siswa melakukan serangkaian teknik lompat jauh

No	Nama	Awalan (1-4)	Tolakan (1-4)	Melayang (1-4)	Mendarat (1-4)	Jauh lompatan	Jumlah skor
1							
2							

3							
dst							

Keterangan :

skor 4 : apabila mampu melakukan lompat jauh sejauh (putra > 3 m dan putri > 2,5 m)

skor 3 : apabila mampu melakukan lompat jauh sejauh (putra 2,5-3 m dan putri 2-2,5 m)

skor 2 : apabila mampu melakukan lompat jauh sejauh (putra 2-2,4 m dan putri 1,5-1,9 m)

skor 1 : apabila mampu melakukan lompat jauh sejauh (putra < 2 m dan putri < 1,5 m)

#### **G. MEDIA / ALAT DAN SUMBER BELAJAR**

1. Media

Gambar teknik lompat jauh.

2. Sarpras

- Bak pasir lompat jauh
- Peluit

3. Sumber Belajar

Chandra ,Sodikin. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. 2010 CV Putra Nugraha : Surakarta

Mengetahui

Godean, 4 Agustus 2016

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL

Drs. Syamsudi

Rifki Maulana

NIP 19580727 198602 1002

NIM 13601241088



## **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

Sekolah : SMP N 2 Godean  
Mata Pelajaran : PJOK  
Kelas/Semester : VII (Tujuh) / 1 (Satu)  
Alokasi Waktu : 3 x 40 menit (1 x pertemuan)

### **A. KOMPETENSI INTI**

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
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. Menghargai tubuh dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan YME.
2. Mengamalkan perilaku sportif (jujur, kompetitif, sungguh-sungguh, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan kerja sama), percaya diri, dan berani dalam melakukan berbagai aktivitas jasmani serta menerapkan pola hidup sehat dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami konsep gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional (Softball).
4. Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional (softball).

### **C. INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI**

1. Menunjukkan sikap percaya diri selama melakukan aktivitas pembelajaran.
2. Menjelaskan teknik melakukan lemparan bola softball yang benar.
3. Menjelaskan teknik menangkap bola softball yang benar.
4. Melakukan teknik melempar bola softball yang baik dan benar.
5. Melakukan teknik menangkap bola softball yang baik dan benar.

#### **D. MATERI PEMBELAJARAN**

##### **1. Materi pembelajaran regular**

###### **a. Teknik melempar bola softball**

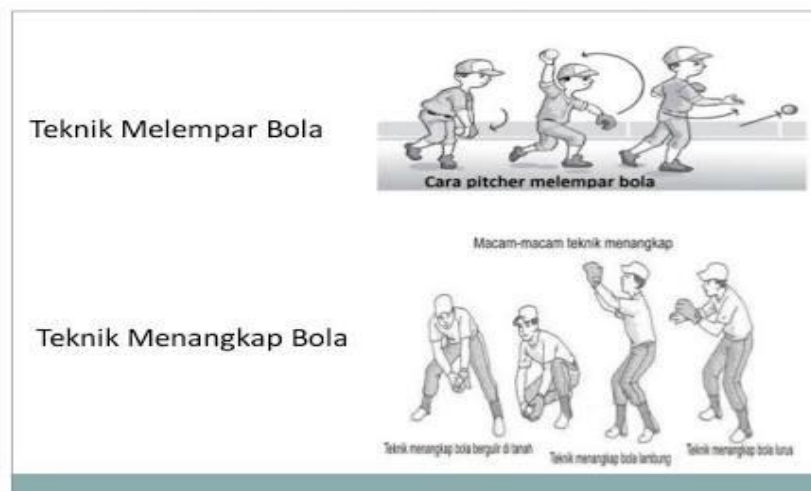
Lemparan dalam softball dapat dibedakan menjadi 3 ,yaitu:

- Lemparan atas
- Lemparan bawah
- Lemparan samping

###### **b. Teknik menangkap bola softball**

Teknik menangkap bola dibagi menjadi 3 macam, sesuai arah datangnya bola, yaitu:

- Bola datar
- Bola lambung
- Bola menggelinding



##### **2. Materi pembelajaran pengayaan**

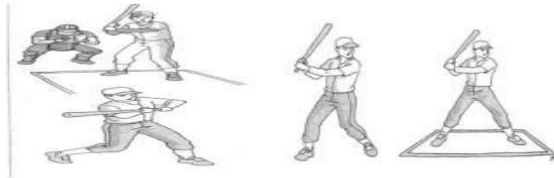
Teknik dasar memukul bola

Dalam softball dikenal 2 macam pukulan, yaitu:

- Pukulan swing (ayunan kencang)

- Pukulan bunt (pukulan tumbuk)

Macam-macam teknik memukul bola dengan ayunan



Teknik memukul bola dengan ayunan



Teknik memukul bola tanpa ayunan

### 3. Materi pembelajaran remedial

Teknik menangkap bola softball

Teknik menangkap bola dibagi menjadi 3 macam, sesuai arah datangnya bola, yaitu:

- Bola datar
- Bola lambung
- Bola menggelinding
- 

### E. KEGIATAN PEMBELAJARAN

#### 1. Pertemuan Pertama

##### a. Pendahuluan

1. Mengucapkan salam kepada siswa dan berdoa bersama sesuai agama masing-masing
2. Mempresensi siswa.
3. Apersepsi ,guru menjelaskan pengetahuan siswa mengenai permainan softball.
4. Menyampaikan tujuan pembelajaran mengenai permainan softball.
5. Melakukan pemanasan.

##### b. Kegiatan Inti

Membimbing siswa untuk :

1. Mengamati

Mengamati media berupa gambar tentang permainan softball.

2. Menanya

Dari hasil pengamatan diharapkan siswa bertanya kepada guru ,contoh:

- ✓ Apakah ayunan tangan mempengaruhi hasil lemparan?
- ✓ Bagaimana cara menangkap bola agar tak terlepas dari tangan?

3. Mengumpulkan Informasi/Mencoba

Siswa mengumpulkan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan :

- ✓ Berdiskusi secara kelompok untuk menjawab pertanyaan sebelumnya.
- ✓ Mencoba mempraktikkan teknik lempar tangkap Permainan softball.

4. Menalar/Mengasosiasi

Siswa menemukan konsep teknik lempar tangkap Permainan softball yang baik dan benar.

5. Mengomunikasikan

Siswa menerapkan teknik lempar tangkap Permainan softball dengan baik dan benar

**c. Penutup**

- ✓ Siswa melakukan pendinginan.
- ✓ Guru mendorong siswa untuk menyimpulkan ,merefleksi ,dan menemukan nilai-nilai yang dapat diambil dari aktivitas hari ini.
- ✓ Guru memberi umpan balik kepada peserta didik mengenai proses dan hasil belajar.
- ✓ Guru memberitahukan kepada siswa kegiatan belajar yang akan dikerjakan pada pertemuan berikutnya.
- ✓ Guru mempresensi siswa.
- ✓ Berdoa bersama sebelum pembelajaran berakhir.

**F. PENILAIAN**

**1. Teknik Penilaian**

a. Sikap spiritual dan sosial

Observasi

b. Pengetahuan

1. Observasi terhadap diskusi ,Tanya jawab ,dan percakapan.
2. Penugasan.

c. Keterampilan

Unjuk kerja / kinerja / praktik

## 2. Instrumen Penilaian

a. Afektif

### Lembar Penilaian Sikap

Kelas :

Semester :

Tahun ajaran :

Indikator : Menunjukkan sikap percaya diri selama pembelajaran.

No	Nama	Skor				kategori
		1	2	3	4	
1						
2						
3						
dst.						

keterangan :

4 (sangat baik) : apabila **selalu** berinisiatif untuk mencoba melakukan softball.

3 (baik) : apabila **sering** berinisiatif untuk mencoba melakukan softball.

2 (cukup) : apabila **kadang-kadang** berinisiatif untuk mencoba melakukan softball.

1 (kurang) : apabila **tidak pernah** berinisiatif untuk mencoba melakukan softball.

b. Pengetahuan

**Lembar Penilaian Pengetahuan**

Nama :

Kelas :

Semester :

No	Butir soal	Skor	Nilai
1	Jelaskan cara melakukan teknik lemparan atas pada Permainan softball ?	0-100	
2	Bagaimana cara menangkap bola yang menggelinding ditanah?		
Jumlah nilai			

c. Keterampilan

**Lembar Penilaian Psikomotor**

Siswa melakukan teknik lempar bawah dan menangkap bola datar permainan softball

No	Nama	Lempar (1-4)			Tangkap (1-4)			Jumlah skor
		Atas	samping	bawah	datar	lambung	menggelinding	
1								
2								
3								
dst								

Keterangan :

skor 4 :

apabila mampu melakukan lempar dan tangkap sebanyak (putra > 30 kali dan putri > 25 kali) dalam 1 menit.

skor 3 :

apabila mampu melakukan lempar dan tangkap sebanyak (putra 25-30 kali dan putri 20-25 kali) dalam 1 menit.

skor 2 :

apabila mampu melakukan lempar dan tangkap sebanyak (putra 20-24 kali dan putri 15-19 kali) dalam 1 menit.

skor 1 :

apabila mampu melakukan lempar dan tangkap sebanyak (putra 15-19 kali dan putri 10-14 kali) dalam 1 menit.

#### **G. MEDIA / ALAT DAN SUMBER BELAJAR**

1. Media

Gambar teknik permainan softball

2. Alat

- lembing
- Peluit

3. Sumber Belajar

Chandra ,Sodikin. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. 2010 CV  
Putra Nugraha : Surakarta

Mengetahui

Godean, 18 Agustus 2016

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL

Drs. Syamsudi

Rifki Maulana

NIP 19580727 198602 1002

NIM 13601241088

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

**Sekolah** : SMP N 2 GODEAN  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
**Kelas/Semester** : VIII/ I (satu)

### Standar Kompetensi

Mempraktikkan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

### Kompetensi Dasar

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

### Indikator

1. Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan, keberanian dan tanggung jawab.
2. Siswa dapat mengetahui teknik passing bawah.
3. Siswa dapat mengetahui teknik passing atas.
4. Siswa dapat melakukan passing bawah.
5. Siswa dapat melakukan passing atas.

### A. Tujuan Pembelajaran

1. Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, disiplin, berani dan tanggung jawab ketika pembelajaran.
2. Siswa dapat mengetahui teknik passing bawah yang baik dan benar.
3. Siswa dapat mengetahui teknik passing atas yang baik dan benar
4. Siswa dapat melakukan passing bawah secara berpasangan selama satu menit dengan teknik yang baik dan benar.
5. Siswa dapat melakukan passing atas secara berpasangan selama satu menit dengan teknik yang baik dan benar.

❖ **Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin  
Kerjasama  
Keberanian

## B. Materi Pembelajaran

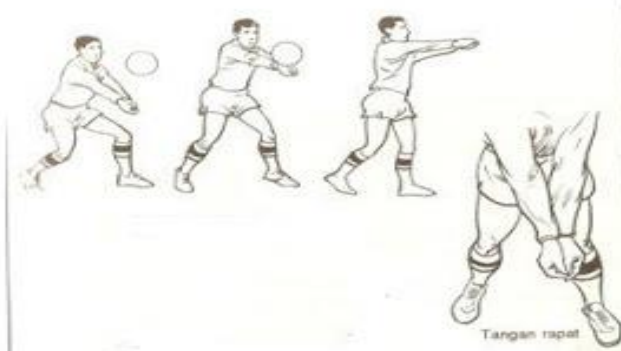
### Permainan Bola Voli

#### 1. Passing bawah

Adalah gerakan mengumpan bola kepada teman atau mengembalikan bola lawan dari bawah.

Cara melakukan:

- Salah satu kaki di depan ,lutut ditekuk.
- Badan condong ke depan
- Tangan lurus di depan ,perkenaan bola pada pergelangan tangan.
- Pandangan ke depan
- Koordinasikan gerak lutut, badan, bahu.

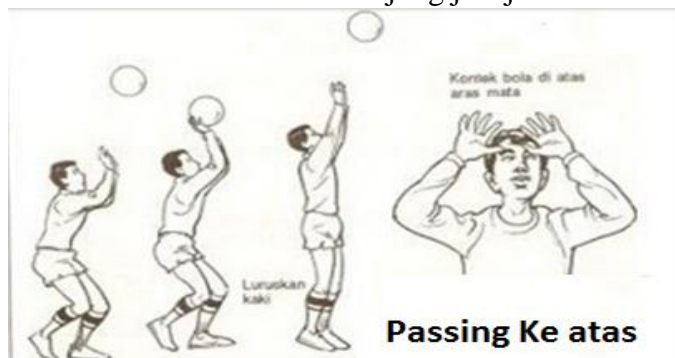


#### 2. Passing atas

Adalah gerakan mengumpan bola kepada teman atau mengembalikan bola lawan dari atas.

Cara melakukan:

- Salah satu kaki di depan ,lutut ditekuk.
- Badan condong ke depan.
- Tangan ditekuk, kedua telapak tangan membentuk mangkuk dan ditempatkan di depan muka.
- Perkenanaan bola di ujung jari-jari.



**C. Alokasi Waktu**

2 x 40 menit (1 x pertemuan )

**D. Metode Pembelajaran**

Pendekatan Pembelajaran Saintifik

**E. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran**

**(2 x 40 menit)**

**a. Pendahuluan**

1. Mengucapkan salam kepada siswa dan berdoa bersama sesuai agama masing-masing
2. Mempresensi siswa.
3. Apersepsi ,guru menjelaskan pengetahuan siswa mengenai passing bawah dan passing atas permainan bola voli.
4. Menyampaikan tujuan pembelajaran mengenai passing bawah dan passing atas permainan bola voli.
5. Melakukan pemanasan.

**b. Kegiatan Inti**

Membimbing siswa untuk :

1. Mengamati

Mengamati media berupa gambar tentang passing bawah dan passing atas permainan bola voli.

2. Menanya

Dari hasil pengamatan diharapkan siswa bertanya kepada guru ,contoh:

- ✓ Apakah perkenaan bola pada tangan ketika melakukan passing bawah akan mempengaruhi laju bola?
- ✓ Bagaimana posisi kaki yang benar ketika melakukan servis atas?

3. Mencoba dan Mengumpulkan Informasi

Siswa mengumpulkan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan :

- ✓ Berdiskusi secara kelompok untuk menjawab pertanyaan sebelumnya.
- ✓ Mencoba mempraktikkan passing bawah dan passing atas permainan bola voli.

#### 4. Menalar/Mengasosiasi

Siswa menemukan konsep passing bawah dan passing atas permainan bola voli.

#### 5. Mengomunikasikan

Siswa menerapkan teknik passing bawah dan passing atas permainan bola voli.

### **c. Penutup**

- ✓ Siswa melakukan pendinginan.
- ✓ Guru mendorong siswa untuk menyimpulkan ,merefleksi ,dan menemukan nilai-nilai yang dapat diambil dari aktivitas hari ini.
- ✓ Guru memberi umpan balik kepada peserta didik mengenai proses dan hasil belajar.
- ✓ Guru memberitahukan kepada siswa kegiatan belajar yang akan dikerjakan pada pertemuan berikutnya.
- ✓ Guru mempresensi siswa.
- ✓ Berdoa bersama sebelum pembelajaran berakhir.

**F. Penilaian**

**a. Afektif**

**Lembar Penilaian Sikap**

Kelas :

Semester :

Tahun ajaran :

Indikator : Menunjukkan sikap saling membantu teman selama pembelajaran.

No	Nama	Skor				kategori
		1	2	3	4	
1						
2						
3						
dst.						

keterangan :

4 (sangatbaik) :apabila **selalu** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.

3 (baik) : apabila **sering** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.

2 (cukup) :apabila **kadang-kadang** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.

1( kurang) :apabila **tidak pernah** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.



t								
---	--	--	--	--	--	--	--	--

Keterangan :

skor 4 :

apabila melakukan passing bawah dan passing atas sebanyak (putra > 30 kali dan putri > 25 kali)

skor 3 :

apabila melakukan passing bawah dan passing atas sebanyak (putra 25-30 kali dan putri 20-25 kali)

skor 2 :

apabila melakukan passing bawah dan passing atas sebanyak (putra 20-24 kali dan putri 15-19 kali)

skor 1 :

apabila melakukan passing bawah dan passing atas sebanyak (putra 15-19 kali dan putri 10-14 kali)

### **G. Sumber Belajar**

- Dwi Sarjiyanto, Sujarwadi. 2010. Penjasorkes VIII.jakarta: Pusat perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.
- Chandra ,Sodikin. PendidikanJasmaniOlahragadanKesehatan. 2010 CV Putra Nugraha : Surakarta

Mengetahui  
Guru Penjasorkes

Drs. Syamsudi  
NIP 19580727 198602 1002

Godean, 12 Agustus 2016  
Mahasiswa PPL

Rifki Maulana  
NIM 13601241088

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

**SEKOLAH** : SMP N 2 GODEAN  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
**Kelas/Semester** : VIII / I (SATU)

### Standar Kompetensi\*

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

### Kompetensi Dasar

1.3. Mempraktikkan teknik dasar atletik *lanjutan* dengan baik serta nilai toleransi, percaya diri, keberanian, menjaga keselamatan diri dan orang lain, bersedia berbagi tempat dan peralatan

### A. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat melakukan teknik dasar lompat jauh gaya MELENTING (awalan, tolakan, posisi di udara dan mendarat), dengan benar.
- b. Siswa dapat melakukan lompat jauh gaya MELENTING sejauh minimal 1,5 meter

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

Tekun( *diligence* )

Tanggungjawab( *responsibility*)

Kerja sama ( *Cooperation* )

Toleransi ( *Tolerance* )

Percaya diri ( *Confidence* )

Keberanian ( *Bravery* )

### B. Materi Pembelajaran

#### Lompat Jauh Gaya MELENTING

Teknik dasar lompat jauh gaya MELENTING (awalan, tolakan, posisi di udara dan mendarat )

### C. Alokasi Waktu

2 x 2 x 40 menit (2 x pertemuan )

## D. Metode Pembelajaran

Pendekatan Pembelajaran Saintifik

## E. Kegiatan Pembelajaran

### a. Pendahuluan

1. Mengucapkan salam kepada siswa dan berdoa bersama sesuai agama masing-masing
2. Mempresensi siswa.
3. Apersepsi ,guru menjelaskan pengetahuan siswa mengenai lompat jauh gaya berjalan diudara.
4. Menyampaikan tujuan pembelajaran mengenai lompatjauh.
5. Melakukan pemanasan.

### b. KegiatanInti

Membimbing siswa untuk :

1. Mengamati

Mengamati media berupa gambar tentang lompat jauh gaya berjalan di udara.



2. Menanya

Dari hasil pengamatan diharapkan siswa bertanya kepada guru ,contoh:

- ✓ Apakah tolakan mempengaruhi jauhnya lompatan?
- ✓ Apakah posisi tubuh saat di udara mempegaruhi jauhnya lompatan?

3. Mengumpulkan Informasi/Mencoba

Siswa mengumpulkan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan

:

- ✓ Berdiskusi secara kelompok untuk menjawab pertanyaan sebelumnya.
- ✓ Mencoba mempraktikan teknik lompat jauh gaya MELENTING.

4. Menalar/Mengasosiasi

Siswa menemukan konsep teknik lompat jauh berjalan diudara yang baik dan benar.

5. Mengomunikasikan

Siswa menerapkan teknik lompat jauh gaya MELENTING dengan baik dan benar

**c. Penutup**

- ✓ Siswa melakukan pendinginan.
- ✓ Guru mendorong siswa untuk menyimpulkan ,merefleksi ,dan menemukan nilai-nilai yang dapat diambil dari aktivitas hari ini.
- ✓ Guru memberi umpan balik kepada peserta didik mengenai proses dan hasil belajar.
- ✓ Guru memberitahukan kepada siswa kegiatan belajar yang akan dikerjakan pada pertemuan berikutnya.
- ✓ Guru mempresensi siswa.
- ✓ Berdoa bersama sebelum pembelajaran berakhir.

**PertemuanKe- 2 (2 x 40 menit)**

**a. Pendahuluan**

1. Mengucap salam kepada siswa dan berdoa bersama sesuai agama masing-masing
2. Mempresensi siswa.
3. Apersepsi.
4. Menyampaikan tujuan pembelajaran mengenai lompat jauh gaya MELENTING.
5. Melakukan pemanasan.

**b. Kegiatan Inti**

1. Mengumpulkan Informasi/Mencoba  
Mencoba mempraktikan teknik lompat jauh gayaMELENTING.
2. Menalar/Mengasosiasi  
Siswa menemukan konsep teknik lompat jauh yang baik dan benar.
3. Mengomunikasikan  
Siswa menerapkan teknik lompat jauh gaya berjalan di udara dengan baik dan benar ketika penilaian.

**c. Penutup**

- ✓ Siswa melakukan pendinginan.
  - ✓ Guru mendorong siswa untuk menyimpulkan ,merefleksi ,dan menemukan nilai-nilai yang dapat diambil dari aktivitas hari ini.
  - ✓ Guru memberi umpan balik kepada peserta didik mengenai proses dan hasil belajar.
  - ✓ Guru memberitahukan kepada siswa kegiatan belajar yang akan dikerjakan pada pertemuan berikutnya.
  - ✓ Guru mempresensi siswa.
  - ✓ Berdoa bersama sebelum pembelajaran berakhir.

**F. PENILAIAN**

**1. Teknik Penilaian**

- a. Sikap spiritual dan sosial  
Observasi
- b. Pengetahuan  
Observasi terhadap diskusi ,Tanya jawab ,dan percakapan.
- c.Keterampilan  
Unjukkerja / kinerja / praktik

**1. Instrumen Penilaian**

a. Afektif

**Lembar Penilaian Sikap**

Kelas :

Semester :

Tahun ajaran :

Indikator : Menunjukkan sikap percaya diri selama pembelajaran.

No	Nama	Skor				kategori
		1	2	3	4	
1						
2						
3						

dst.						
------	--	--	--	--	--	--

keterangan :

4 (sangatbaik) :apabila **selalu** berinisiatif untuk mencoba melakukan lompat jauh.

3 (baik) :apabila **sering** berinisiatif untuk mencoba melakukan lompat jauh .

2 (cukup) :apabila **kadang-kadang** berinisiatif untuk mencoba melakukan lompat jauh .

1( kurang) : apabila **tidak pernah** berinisiatif untuk mencoba melakukan lompat jauh .

#### b.Pengetahuan

##### Lembar Penilaian Pengetahuan

Nama :

Kelas :

Semester :

No	Butirsoal	Skor	Nilai
1	Jelaskan cara melayang teknik awalan pada lompat jauh gaya berjalan diudara?	0-100	
2	Kaki manakah yang digunakan untuk menolak?		
Jumlah nilai			

#### c.Keterampilan

##### Lembar Penilaian Psikomotor

Siswa melakukan serangkaian teknik lompat jauh

No	Nama	Awalan (1-4)	Tolakan (1-4)	Melayang (1-4)	Mendarat (1-4)	Jauh lompatan	Jumlah skor
1							

2							
3							
dst							

Keterangan :

skor 4 : apabila mampu melakukan lompat jauh sejauh (putra > 2,5 m dan putri > 2 m)

skor 3 : apabila mampu melakukan lompat jauh sejauh (putra antara 1,5-2,5 m dan putrid antara 1-2 m)

skor 2 : apabila mampu melakukan lompat jauh sejauh (putra antara 1-1,4 m dan putri 0,5- 1 m)

skor 1 : apabila mampu melakukan lompat jauh sejauh (putra < 1 m dan putri < 0,5 m)

#### G. Sumber Belajar

- Dwi Sarjiyanto, Sujarwadi. 2010. Penjasorkes VIII. Jakarta: Pusat perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.
- Chandra, Sodikin. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. 2010 CV Putra Nugraha : Surakarta

Mengetahui  
Guru Penjasorkes

Godean, 12 Agustus 2016  
Mahasiswa PPL

Drs. Syamsudi  
NIP 19580727 198602 1002

Rifki Maulana  
NIM 13601241088

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

**Sekolah** : SMP N 2 GODEAN  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
**Kelas/Semester** : VIII/ I (satu)

### Standar Kompetensi

Mempraktikan teknik dasar senam lantai dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

### Kompetensi Dasar

Mempraktikan teknik dasar senam lantai (guling depan dan guling belakang) berdasarkan konsep serta nilai disiplin, keberanian, dan tanggung jawab.

### Indikator

1. Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan, keberanian dan tanggung jawab.
2. Siswa dapat mengetahui teknik guling depan.
3. Siswa dapat mengetahui teknik guling belakang
4. Siswa dapat melakukan guling depan.
5. Siswa dapat melakukan guling belakang.

### A. Tujuan Pembelajaran

1. Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, disiplin, berani dan tanggung jawab ketika pembelajaran.
2. Siswa dapat mengetahui teknik guling depan yang baik dan benar.
3. Siswa dapat mengetahui teknik guling belakang yang baik dan benar
4. Siswa dapat melakukan guling depan sebanyak 2 kali dengan teknik yang baik dan benar.
5. Siswa dapat melakukan guling belakang sebanyak 2 kali dengan teknik yang baik dan benar.

❖ **Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin  
Kerjasama  
Keberanian

### B. Materi Pembelajaran

1. Guling Depan (Roll Depan)
2. Guling Belakang (Roll Depan)

### C. Alokasi Waktu

2 x 40 menit (1 x pertemuan )

### D. Metode Pembelajaran

Pendekatan Pembelajaran Saintifik

## **E. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran**

**(2 x 40 menit)**

### **a. Pendahuluan**

1. Mengucapkan salam kepada siswa dan berdoa bersama sesuai agama masing-masing
2. Mempresensi siswa.
3. Apersepsi ,guru menjelaskan pengetahuan siswa mengenai guling depan dan guling belakang.
4. Menyampaikan tujuan pembelajaran mengenai guling depan dan guling belakang.
5. Melakukan pemanasan.

### **b. Kegiatan Inti**

Membimbing siswa untuk :

1. Mengamati

Mengamati media berupa gambar tentang guling depan dan guling belakang.

2. Menanya

Dari hasil pengamatan diharapkan siswa bertanya kepada guru ,contoh:

- ✓ Apakah posisi tangan akan mempengaruhi hasil gulingan?
- ✓ Bagian tubuh sebelah mana yang digunakan sebagai poros ketika berguling?

3. Mencoba dan Mengumpulkan Informasi

Siswa mengumpulkan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan :

- ✓ Berdiskusi secara kelompok untuk menjawab pertanyaan sebelumnya.
- ✓ Mencoba mempraktikkan teknik guling depan dan guling belakang.

4. Menalar/Mengasosiasi

Siswa menemukan konsep guling depan dan guling belakang yang baik dan benar.

5. Mengomunikasikan

Siswa menerapkan teknik guling depan dan guling belakang dengan baik dan benar.

### **c. Penutup**

- ✓ Siswa melakukan pendinginan.
- ✓ Guru mendorong siswa untuk menyimpulkan ,merefleksi ,dan menemukan nilai-nilai yang dapat diambil dari aktivitas hari ini.

- ✓ Guru member umpan balik kepada peserta didik mengenai proses dan hasil belajar.
- ✓ Guru memberitahukan kepada siswa kegiatan belajar yang akan dikerjakan pada pertemuan berikutnya.  
Guru mempresensi siswa.
- ✓ Berdoa bersama sebelum pembelajaran berakhir.

## F. Penilaian

### a. Afektif

#### Lembar Penilaian Sikap

Kelas :

Semester :

Tahun ajaran :

Indikator : Menunjukkan sikap saling membantu teman selama pembelajaran.

No	Nama	Skor				kategori
		1	2	3	4	
1						
2						
3						
dst.						

keterangan :

4 (sangatbaik) :apabila **selalu** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.

3 (baik) : apabila **sering** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.

2 (cukup) : apabila **kadang-kadang** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.

1( kurang) : apabila **tidak pernah** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.

**b. Pengetahuan**

**Lembar Penilaian Pengetahuan**

Nama :

Kelas :

Semester :

No	Butirsoal	Skor	Nilai
1	Apakah posisi tangan akan mempengaruhi hasil gulingan?	0-100	
2	Bagian tubuh sebelah mana yang digunakan sebagai poros ketika berguling?		
Jumlah nilai			

**c. Psikomotor**

**Lembar Penilaian Psikomotor**

Siswa melakukan gerakan guling depan dan guling belakang

No	Nama	Awalan (1-4)		Pelaksanaan (1-4)		Sikap akhir (1-4)		Jumlah skor
		Depan	Belakang	Depan	Belakang	Depan	Belakang	
1								
2								
3								
Dst								

Keterangan :

skor 4 : apabila melakukan teknik yang sempurna dan benar.

skor 3 : apabila melakukan teknik yang benar.

skor 2 : apabila melakukan teknik yang kurang benar.

skor 1 : apabila melakukan teknik yang salah.

**G. Sumber Belajar**

- Dwi Sarjiyanto, Sujarwadi. 2010. Penjasorkes VIII.jakarta: Pusat perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.
- Chandra ,Sodikin. PendidikanJasmaniOlahragadanKesehatan. 2010 CV Putra Nugraha : Surakarta

Mengetahui  
Guru Penjasorkes

Drs. Syamsudi  
NIP 19580727 198602 1002

Godean, 12 Agustus 2016  
Mahasiswa PPL

Rifki Maulana  
NIM 13601241088

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

**SEKOLAH** : SMP N 2 GODEAN  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
**Kelas/Semester** : VIII / I (SATU)

**Standar Kompetensi**

Mempraktikkan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

**Kompetensi Dasar**

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

**Indikator**

- a. Siswa menunjukkan sikap saling membantu dan kerjasama selama mengikuti pembelajaran.
- b. Siswa mampu memahami dan mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik passing dan stopping dalam sepakbola.

**A. Tujuan Pembelajaran**

- a. Siswa mampu saling membantu teman bila ada kesulitan selama pembelajaran.
- b. Siswa mampu memahami kombinasi teknik passing dan stopping dalam sepakbola dengan baik dan benar.
- c. Siswa mampu melakukan gerakan kombinasi passing bola menggunakan kaki bagian dalam dan dan stopping menggunakan kaki bagian dalam dengan tepat sasaran sebanyak 4 kali.

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

**B. Materi Pembelajaran**

**1. Passing dengan kaki bagian dalam**

Passing bola adalah usaha untuk mengumpan bola kepada teman dengan cara menendang bola menggunakan kaki bagian dalam.

Cara melakukan:

- Kaki tumpu berada disamping bola
- Kaki untuk menendang diayun dari arah belakang
- Perkenaan bola dengan kaki bagian dalam
- Posisi badan agak condong ke belakang
- Pandangan ke arah sasaran



## 2. Stopping dengan kaki bagian dalam

Stopping adalah usaha untuk menghentikan bola yang bergulir.

Cara melakukan:

- Salah satu kaki diputar ke kiri sudut 45 derajat
- Gerakan kaki diputar keluar
- Pada saat perkenaan bola segera ditahan
- Kaki yang lain menahan badan dengan gerakan anjang-ancang
- Tangan dan badan mengatur keseimbangan



## C. Alokasi Waktu

2 x 40 menit ( 2 x pertemuan )

## D. Metode Pembelajaran

Pendekatan Pembelajaran saintifik

## E. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

### **a. Pendahuluan**

1. Mengucapkan salam kepada siswa dan berdoa bersama sesuai agama masing-masing
2. Mempresensi siswa.
3. Apersepsi ,guru menjelaskan pengetahuan siswa mengenai passing dan stopping dalam sepakbola
4. Menyampaikan tujuan pembelajaran mengenai passing dan stopping dalam sepakbola.
5. Melakukan pemanasan.

### **b. Kegiatan Inti**

Membimbing siswa untuk :

#### 1. Mengamati

Mengamati media berupa gambar tentang kombinasi passing dan passing dalam sepakbola.

#### 2. Menanya

Dari hasil pengamatan diharapkan siswa bertanya kepada guru ,contoh:

- ✓ Mengapa pada saat passing pandangan harus ke depan?
- ✓ Bagaimana agar arah bola ketika passing tepat sasaran?

#### 3. Mencoba dan Mengumpulkan Informasi

Siswa mengumpulkan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan :

- ✓ Berdiskusi secara kelompok untuk menjawab pertanyaan sebelumnya.
- ✓ Mencoba mempraktikan kombinasi passing dan stopping dalam sepakbola.

#### 4. Menalar/Mengasosiasi

Siswa menganalisis gerakan yang berhubungan dengan kombinasi passing dan stopping dalam sepakbola.

#### 5. Mengomunikasikan

Siswa mempraktikan gerakan kombinasi passing dan stopping dalam sepakbola dengan baik dan benar.

### **c. Penutup**

- ✓ Siswa melakukan pendinginan.
- ✓ Guru mendorong siswa untuk menyimpulkan ,merefleksi ,dan menemukan nilai-nilai yang dapat diambil dari aktivitas hari ini.
- ✓ Guru member umpan balik kepada peserta didik mengenai proses dan hasil belajar.

- ✓ Guru memberitahukan kepada siswa kegiatan belajar yang akan dikerjakan pada pertemuan berikutnya.
- ✓ Guru mempresensi siswa.
- ✓ Berdoa bersama sebelum pembelajaran berakhir.

## **F. PENILAIAN**

### **1. Teknik Penilaian**

a. Sikap spiritual dan sosial

Observasi

b. Pengetahuan

Observasi terhadap diskusi, Tanya jawab, dan percakapan.

c. Keterampilan

Unjukkerja / kinerja / praktik

### **1. Instrumen Penilaian**

a. Afektif

#### **Lembar Penilaian Sikap**

Kelas :

Semester :

Tahun ajaran :

Indikator : Menunjukkan sikap saling membantu teman selama pembelajaran.

No	Nama	Skor				Kategori
		1	2	3	4	
1						
2						
3						

dst.						
------	--	--	--	--	--	--

keterangan :

4 (sangatbaik) :apabila **selalu** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.

3 (baik) : apabila **sering** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.

2 (cukup) : apabila **kadang-kadang** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.

1 (kurang) : apabila **tidak pernah** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.

b. Pengetahuan

**Lembar Penilaian Pengetahuan**

Nama :

Kelas :

Semester :

No	Butirsoal	Skor	Nilai
1	Mengapa pada saat passing pandangan harus ke depan?	0-100	
2	Bagaimana agar arah bola ketika passing tepat sasaran?		
Jumlah nilai			

c. Psikomotor

**Lembar Penilaian Psikomotor**

Siswa melakukan gerakan kombinasi passing dan stopping dalam sepakbola

No	Nama	Awalan (1-4)	Pelaksanaan (1-4)	Hasil	Jumlah skor
1					
2					

3					
dst					

**G. Sumber Belajar**

- Dwi Sarjiyanto, Sujarwadi. 2010. Penjasorkes VIII.jakarta: Pusat perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.
- Chandra ,Sodikin. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. 2010 CV Putra Nugraha : Surakarta

Mengetahui  
Guru Penjasorkes

Drs. Syamsudi  
NIP 19580727 198602 1002

Godean, 2 Agustus 2016  
Mahasiswa PPL

Rifki Maulana  
NIM 13601241088

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

**SEKOLAH** : SMP N 2 GODEAN  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
**Kelas/Semester** : IX / I (SATU)

**Standar Kompetensi**

Mempraktikkan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

**Kompetensi Dasar**

Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar lanjutan dengan koordinasi yang baik serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan (Bola Basket).

**Indikator**

- a. Siswa menunjukkan sikap saling membantu dan kerjasama selama mengikuti pembelajaran.
- b. Siswa mampu memahami dan mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar menggiring dan lay up shoot dengan koordinasi yang baik.

**A. Tujuan Pembelajaran**

- a. Siswa mampu saling membantu teman bila ada kesulitan selama pembelajaran.
- b. Siswa mampu memahami kombinasi teknik menggiring dan lay up dengan baik dan benar.
- c. Siswa mampu melakukan gerakan kombinasi menggiring bola dan lay up dengan memasukan bola ke ring sebanyak 4 kali.

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

**B. Materi Pembelajaran**

**1. Menggiring bola (dribbling)**

Menggiring bola adalah usaha membawa bola ke depan daerah lawan menggunakan satu tangan dengan cara bola dipantulkan ke tanah.

Cara melakukan :

- Pegang bola dengan kedua tangan
- Salah satu kaki ke depan berlawanan dengan tangan yang melakukan dribbling
- Badan condong ke depan dan berat badan diantara 2 kaki
- Pantulkan bola ke tanah

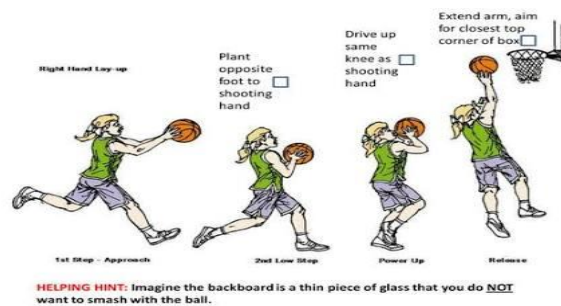


## 2. Lay up shoot

Adalah usaha untuk memasukan bola dengan gerakan lari, loncat, langkah, lompat, dan menembak.

Cara melakukan :

- Menangkap bola sambil melayang
- Mendarat satu kaki depan
- Melompat mendekati ring basket
- Masukan bola ke ring sambil melompat



## C. Alokasi Waktu

2 x 40 menit ( 1 x pertemuan )

## D. Metode Pembelajaran

Pendekatan Pembelajaran saintifik

## E. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

### a. Pendahuluan

1. Mengucap salam kepada siswa dan berdoa bersama sesuai agama masing-masing
2. Mempresensi siswa.
3. Apersepsi ,guru menjelaskan pengetahuan siswa mengenai dribbling dan lay up dalam bola basket.
4. Menyampaikan tujuan pembelajaran mengenai dribbling dan lay up dalam bola basket.
5. Melakukan pemanasan.

#### **b. Kegiatan Inti**

Membimbing siswa untuk :

##### 1. Mengamati

Mengamati media berupa gambar tentang kombinasi dribbling dan lay up dalam bola basket.

##### 2. Menanya

Dari hasil pengamatan diharapkan siswa bertanya kepada guru ,contoh:

- ✓ Mengapa pada saat dribbling pandangan harus ke depan?
- ✓ Kenapa daya ledak mempengaruhi hasil lay up?

##### 3. Mencoba dan Mengumpulkan Informasi

Siswa mengumpulkan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan :

- ✓ Berdiskusi secara kelompok untuk menjawab pertanyaan sebelumnya.
- ✓ Mencoba mempraktikan kombinasi dribbling dan lay up dalam bola basket.

##### 4. Menalar/Mengasosiasi

Siswa menganalisis gerakan gerakan yang yang berhubungan dengan kombinasi dribbling dan lay up dalam bola basket.

##### 5. Mengomunikasikan

Siswa mempraktikan gerakan kombinasi dribbling dan lay up dalam bola basket dengan baik dan benar.

#### **c. Penutup**

- ✓ Siswa melakukan pendinginan.
- ✓ Guru mendorong siswa untuk menyimpulkan ,merefleksi ,dan menemukan nilai-nilai yang dapat diambil dari aktivitas hari ini.
- ✓ Guru member umpan balik kepada peserta didik mengenai proses dan hasil belajar.
- ✓ Guru memberitahukan kepada siswa kegiatan belajar yang akan dikerjakan pada pertemuan berikutnya.

- ✓ Guru mempresensi siswa.
- ✓ Berdoa bersama sebelum pembelajaran berakhir.

## F. PENILAIAN

### 1. Teknik Penilaian

a. Sikap spiritual dan sosial

Observasi

b. Pengetahuan

Observasi terhadap diskusi, Tanya jawab, dan percakapan.

c. Keterampilan

Unjukkerja / kinerja / praktik

### 1. Instrumen Penilaian

a. Afektif

#### Lembar Penilaian Sikap

Kelas :

Semester :

Tahun ajaran :

Indikator : Menunjukkan sikap saling membantu teman selama pembelajaran.

No	Nama	Skor				Kategori
		1	2	3	4	
1						
2						
3						
dst.						

keterangan :

4 (sangat baik) : apabila **selalu** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.

3 (baik) : apabila **sering** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.

2 (cukup) : apabila **kadang-kadang** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.

1( kurang) : apabila **tidak pernah** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.

b. Pengetahuan

**Lembar Penilaian Pengetahuan**

Nama :

Kelas :

Semester :

No	Butirsoal	Skor	Nilai
1	Mengapa pada saat dribbling pandangan harus ke depan?	0-100	
2	Kenapa daya ledak mempengaruhi hasil lay up?		
Jumlahnilai			

c. Psikomotor

**Lembar Penilaian Psikomotor**

Siswa melakukan gerakan kombinasi dribbling dan lay up

No	Nama	Awalan (1-4)	Pelaksanaan (1-4)	Hasil	Jumlah skor
1					
2					
3					
dst					

Keterangan :

skor 4 : apabila mampu melakukan dribbling dan lay up yang sempurna dan benar

skor 3 : apabila mampu melakukan dribbling dan lay up yang baik dan benar

skor 2 : apabila mampu melakukan dribbling dan lay up yang kurang baik

skor 1 : apabila mampu melakukan dribbling dan lay up yang tidak benar

### **G. Sumber Belajar**

- Dwi Sarjiyanto, Sujarwadi. 2010. Penjasorkes VIII. Jakarta: Pusat perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.
- Chandra, Sodikin. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. 2010 CV Putra Nugraha : Surakarta

Mengetahui  
Guru Penjasorkes

Godean, 2 Agustus 2016  
Mahasiswa PPL

Drs. Syamsudi  
NIP 19580727 198602 1002

Rifki Maulana  
NIM 13601241088

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

**SEKOLAH** : SMP N 2 GODEAN  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
**Kelas/Semester** : IX / I (SATU)

**Standar Kompetensi**

Mempraktikkan jenis latihan beban dengan alat sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

**Kompetensi Dasar**

Mempraktikkan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan untuk kebugaran jasmani sesuai dengan kebutuhan dengan menggunakan alat sederhana serta nilai semangat, tanggung jawab, disiplin, dan percaya diri.

**Indikator**

- a. Siswa menunjukkan sikap saling membantu dan kerjasama selama mengikuti pembelajaran.
- b. Siswa dapat melakukan latihan peningkatan derajat kekuatan dan kelincahan.

**A. Tujuan Pembelajaran**

- a. Siswa mampu saling teman bila ada kesulitan dalam melakukan latihan kekuatan dan kelincahan selama pembelajaran.
- b. Siswa mampu melakukan gerakan latihan kekuatan otot perut yaitu dengan sit up selama 60 detik.
- c. Siswa mampu melakukan gerakan latihan kekuatan otot dada dan lengan yaitu dengan push up selama 60 menit.
- d. Siswa mampu melakukan gerakan latihan kelincahan yaitu dengan berlari zig-zag dalam waktu secepat-cepatnya.

- ❖ **Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin ( *Discipline* )  
Tekun( *diligence* )  
Tanggungjawab( *responsibility* )  
Kerja sama ( *Cooperation* )

Toleransi ( *Tolerance* )

Percaya diri ( *Confidence* )

Keberanian ( *Bravery* )

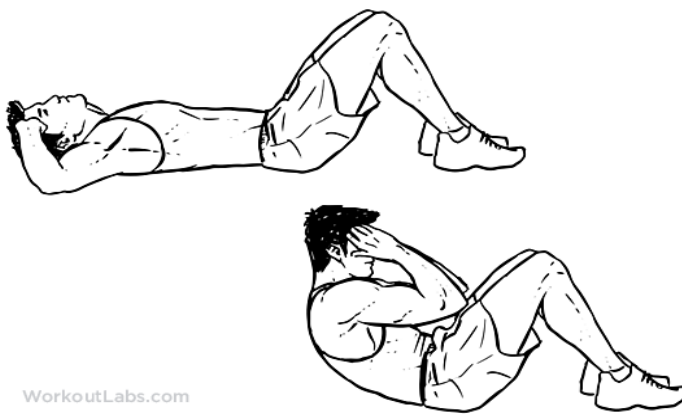
## B. Materi Pembelajaran

### 1. Bentuk Latihan Kekuatan (otot perut, dada, dan lengan)

Kekuatan adalah kemampuan otot untuk menerima beban sewaktu bekerja.

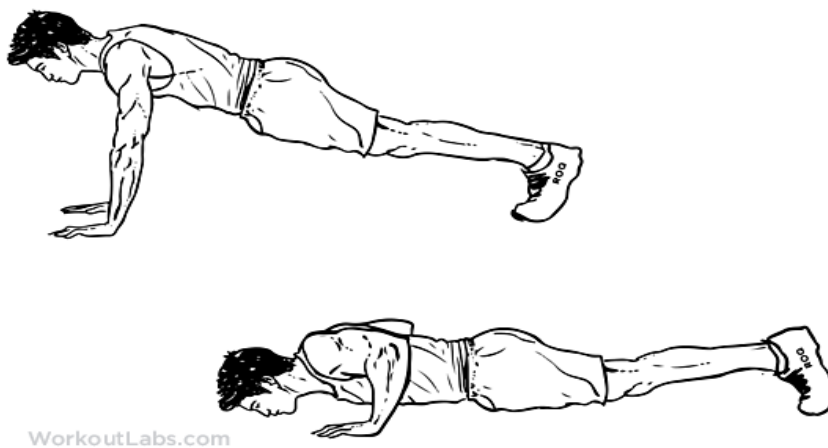
- Latihan kekuatan otot perut

Melakukan gerakan sit up berpasangan.



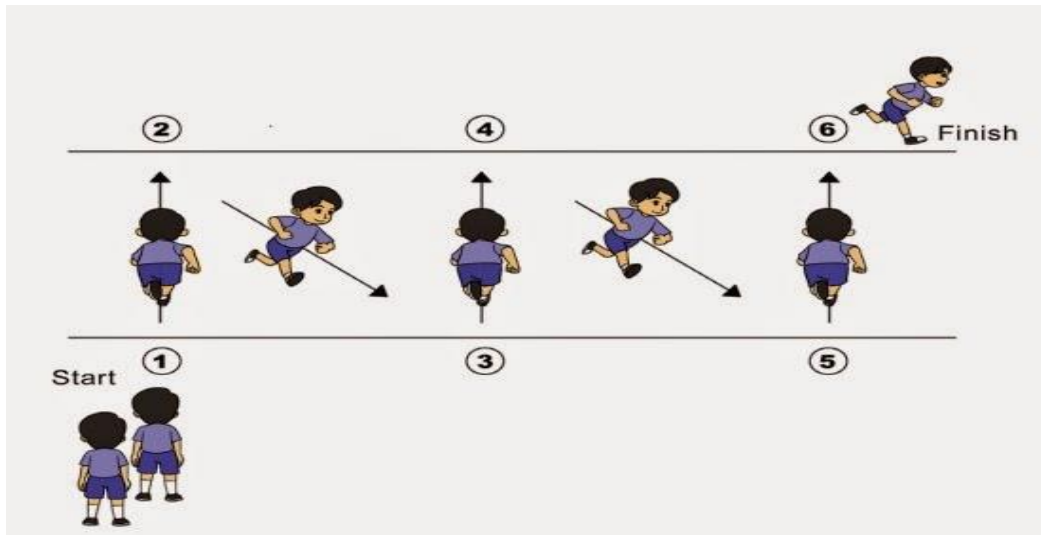
- Latihan kekuatan otot dada dan lengan

Melakukan gerakan push up.



### 2. Bentuk Latihan Kelincahan

Kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah secara cepat tanpa menimbulkan gangguan pada keseimbangan.



### C. Alokasi Waktu

2 x 40 menit ( x pertemuan )

### D. Metode Pembelajaran

Pendekatan Pembelajaran saintifik

### E. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

#### a. Pendahuluan

1. Mengucapkan salam kepada siswa dan berdoa bersama sesuai agama masing-masing
2. Mempresensi siswa.
3. Apersepsi ,guru menjelaskan pengetahuan siswa mengenai kebugaran jasmani ,khususnya komponen kekuatan dan kelincahan.
4. Menyampaikan tujuan pembelajaran mengenai kebugaran jasmani ,khususnya komponen kekuatan dan kelincahan.
5. Melakukan pemanasan.

#### b. Kegiatan Inti

Membimbing siswa untuk :

1. Mengamati

Mengamati media berupa gambar tentang latihan kekuatan otot perut, dada, lengan dan latihan kelincahan.

2. Menanya

Dari hasil pengamatan diharapkan siswa bertanya kepada guru ,contoh:

- ✓ Gerakan seperti apa saja yang bisa digunakan untuk melatih otot perut?
- ✓ Gerakan seperti apa saja yang bisa digunakan untuk melatih kelincihan?

### 3. Mencoba dan Mengumpulkan Informasi

Siswa mengumpulkan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan :

- ✓ Berdiskusi secara kelompok untuk menjawab pertanyaan sebelumnya.
- ✓ Mencoba mempraktikkan latihan kekuatan otot perut, dada, lengan dan latihan kelincihan.

### 4. Menalar/Mengasosiasi

Siswa menganalisis gerakan gerakan yang yang berhubungan dengan latihan kekuatan dan keseimbangan.

### 5. Mengomunikasikan

Siswa mempraktikkan gerakan latihan kekuatan otot perut, dada ,lengan dan latihan kelincihan dengan baik dan benar.

## c. Penutup

- ✓ Siswa melakukan pendinginan.
- ✓ Guru mendorong siswa untuk menyimpulkan ,merefleksi ,dan menemukan nilai-nilai yang dapat diambil dari aktivitas hari ini.
- ✓ Guru member umpan balik kepada peserta didik mengenai proses dan hasil belajar.
- ✓ Guru memberitahukan kepada siswa kegiatan belajar yang akan dikerjakan pada pertemuan berikutnya.
- ✓ Guru mempresensi siswa.
- ✓ Berdoa bersama sebelum pembelajaran berakhir.

## F. PENILAIAN

### 1. Teknik Penilaian

a. Sikap spiritual dan sosial

Observasi

b. Pengetahuan

Observasi terhadap diskusi ,Tanya jawab ,dan percakapan.

c. Keterampilan

Unjuk kerja / kinerja / praktik

## 1. Instrumen Penilaian

### a. Afektif

#### Lembar Penilaian Sikap

Kelas :

Semester :

Tahun ajaran :

Indikator : Menunjukkan sikap saling membantu teman selama pembelajaran.

No	Nama	Skor				kategori
		1	2	3	4	
1						
2						
3						
dst.						

keterangan :

4 (sangatbaik) :apabila **selalu** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.

3 (baik) : apabila **sering** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.

2 (cukup) : apabila **kadang-kadang** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.

1( kurang) : apabila **tidak pernah** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.

### b. Pengetahuan



1								
2								
3								
Dst								

Keterangan :

skor 4 :

apabila melakukan push up sebanyak (putra > 25 kali dan putri > 20 kali) dalam 1 menit

apabila melakukan sit up sebanyak (putra > 25 kali dan putri > 20 kali) dalam 1 menit

apabila melakukan lari zig-zag dengan catatan waktu (putra < 13 detik dan putri < 15 detik)

skor 3 :

apabila melakukan push up sebanyak (putra 20-25 kali dan putri 15- 20 kali) dalam 1 menit

apabila melakukan sit up sebanyak (putra 20-25 kali dan putri 15- 20 kali) dalam 1 menit

apabila melakukan lari zig-zag dengan catatan waktu (putra 13-15 detik dan putri 15-17 detik)

skor 2 :

apabila melakukan push up sebanyak (putra 15-20 kali dan putri 10- 15 kali) dalam 1 menit

apabila melakukan sit up sebanyak (putra 15-20 kali dan putri 10- 15 kali) dalam 1 menit

apabila melakukan lari zig-zag dengan catatan waktu (putra 15-17 detik dan putri 17-20 detik)

skor 1 :

apabila melakukan push up sebanyak (putra < 15 kali dan putri < 10 kali) dalam 1 menit

apabila melakukan sit up sebanyak (putra < 15 kali dan putri < 10 kali) dalam 1 menit

apabila melakukan lari zig-zag dengan catatan waktu (putra > 17 detik dan putri > 20 detik)

## **G. Sumber Belajar**

- Dwi Sarjiyanto, Sujarwadi. 2010. Penjasorkes VIII. Jakarta: Pusat perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.
- Chandra, Sodikin. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. 2010 CV Putra Nugraha : Surakarta

Mengetahui  
Guru Penjasorkes

Godean, 2 Agustus 2016  
Mahasiswa PPL

Drs. Syamsudi  
NIP 19580727 198602 1002

Rifki Maulana  
NIM 13601241088

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

**SEKOLAH** : SMP N 2 GODEAN  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
**Kelas/Semester** : IX / I (SATU)

### Standar Kompetensi\*

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

### Kompetensi Dasar

1.3. Mempraktikan teknik dasar atletik *lanjutan* dengan baik serta nilai toleransi, percaya diri, keberanian, menjaga keselamatan diri dan orang lain, bersedia berbagi tempat dan peralatan

### A. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat melakukan teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan, tolakan, posisi di udara dan mendarat), dengan benar.
- b. Siswa dapat melakukan lompat jauh gaya berjalan di udara sejauh minimal 1,5 meter

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

Tekun( *diligence* )

Tanggungjawab( *responsibility* )

Kerja sama ( *Cooperation* )

Toleransi ( *Tolerance* )

Percaya diri ( *Confidence* )

Keberanian ( *Bravery* )

### B. Materi Pembelajaran

#### Lompat Jauh Gaya Berjalan di Udara

Teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan, tolakan, posisi di udara dan mendarat )

### C. Alokasi Waktu

2 x 2 x 40 menit (2 x pertemuan )

### D. Metode Pembelajaran

Pendekatan Pembelajaran saintifik

### E. Kegiatan Pembelajaran

#### a. Pendahuluan

1. Mengucapkan salam kepada siswa dan berdoa bersama sesuai agama masing-masing
2. Mempresensi siswa.
3. Apersepsi ,guru menjelaskan pengetahuan siswa mengenai lompat jauh gaya berjalan diudara.
4. Menyampaikan tujuan pembelajaran mengenai lompat jauh.
5. Melakukan pemanasan.

#### **b. KegiatanInti**

Membimbing siswa untuk :

##### 1. Mengamati

Mengamati media berupa gambar tentang lompat jauh gaya berjalan di udara.



##### 2. Menanya

Dari hasil pengamatan diharapkan siswa bertanya kepada guru ,contoh:

- ✓ Apakah tolakan mempengaruhi jauhnya lompatan?
- ✓ Apakah posisi tubuh saat di udara mempegaruhi jauhnya lompatan?

##### 3. Mengumpulkan Informasi/Mencoba

Siswa mengumpulkan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan :

- ✓ Berdiskusi secara kelompok untuk menjawab pertanyaan sebelumnya.
- ✓ Mencoba mempraktikan teknik lompat jauh gaya berjalan di udara.

##### 4. Menalar/Mengasosiasi

Siswa menemukan konsep teknik lompat jauh berjalan diudara yang baik dan benar.

##### 5. Mengomunikasikan

Siswa menerapkan teknik lompat jauh gaya berjalan di udara dengan baik dan benar

#### **c. Penutup**

- ✓ Siswa melakukan pendinginan.

- ✓ Guru mendorong siswa untuk menyimpulkan ,merefleksi ,dan menemukan nilai-nilai yang dapat diambil dari aktivitas hari ini.
- ✓ Guru memberi umpan balik kepada peserta didik mengenai proses dan hasil belajar.
- ✓ Guru memberitahukan kepada siswa kegiatan belajar yang akan dikerjakan pada pertemuan berikutnya.
- ✓ Guru mempresensi siswa.
- ✓ Berdoa bersama sebelum pembelajaran berakhir.

### **PertemuanKe- 2 (2 x 40 menit)**

#### **a. Pendahuluan**

1. Mengucap salam kepada siswa dan berdoa bersama sesuai agama masing-masing
2. Mempresensi siswa.
3. Apersepsi.
4. Menyampaikan tujuan pembelajaran mengenai lompat jauh gaya berjalan di udara.
5. Melakukan pemanasan.

#### **b. KegiatanInti**

1. Mengumpulkan Informasi/Mencoba  
Mencoba mempraktikan teknik lompat jauh gaya berjalan di udara.
2. Menalar/Mengasosiasi  
Siswa menemukan konsep teknik lompat jauh yang baik dan benar.
3. Mengomunikasikan  
Siswa menerapkan teknik lompat jauh gaya berjalan di udara dengan baik dan benar ketika penilaian.

#### **c. Penutup**

- ✓ Siswa melakukan pendinginan.
  - ✓ Guru mendorong siswa untuk menyimpulkan ,merefleksi ,dan menemukan nilai-nilai yang dapat diambil dari aktivitas hari ini.
  - ✓ Guru memberi umpan balik kepada peserta didik mengenai proses dan hasil belajar.
  - ✓ Guru memberitahukan kepada siswa kegiatan belajar yang akan dikerjakan pada pertemuan berikutnya.
  - ✓ Guru mempresensi siswa.

✓ Berdoa bersama sebelum pembelajaran berakhir.

## F. PENILAIAN

### 1. Teknik Penilaian

a. Sikap spiritual dan sosial

Observasi

b. Pengetahuan

Observasi terhadap diskusi, Tanya jawab, dan percakapan.

c. Keterampilan

Unjuk kerja / kinerja / praktik

### 1. Instrumen Penilaian

a. Afektif

#### Lembar Penilaian Sikap

Kelas :

Semester :

Tahun ajaran :

Indikator : Menunjukkan sikap percaya diri selama pembelajaran.

No	Nama	Skor				kategori
		1	2	3	4	
1						
2						
3						
dst.						

keterangan :

4 (sangat baik) : apabila **selalu** berinisiatif untuk mencoba melakukan lompat jauh.

3 (baik) : apabila **sering** berinisiatif untuk mencoba melakukan lompat jauh .

2 (cukup) : apabila **kadang-kadang** berinisiatif untuk mencoba melakukan lompat jauh .

1 (kurang) : apabila **tidak pernah** berinisiatif untuk mencoba melakukan lompat jauh .

b. Pengetahuan

**Lembar Penilaian Pengetahuan**

Nama :

Kelas :

Semester :

No	Butir soal	Skor	Nilai
1	Jelaskan cara melayang teknik awalan pada lompat jauh gaya berjalan diudara?	0-100	
2	Kaki manakah yang digunakan untuk menolak?		
Jumlah nilai			

c. Keterampilan

**Lembar Penilaian Psikomotor**

Siswa melakukan serangkaian teknik lompat jauh

No	Nama	Awalan (1-4)	Tolakan (1-4)	Melayang (1-4)	Mendarat (1-4)	Jauh lompatan	Jumlah skor
1							
2							
3							
dst							

Keterangan :

skor 4 : apabila mampu melakukan lompat jauh sejauh (putra > 2,5 m dan putri > 2 m)

skor 3 : apabila mampu melakukan lompat jauh sejauh (putra antara 1,5-2,5 m dan putri antara 1-2 m)

skor 2 : apabila mampu melakukan lompat jauh sejauh (putra antara 1-1,4 m dan putri 0,5- 1 m)

skor 1 : apabila mampu melakukan lompat jauh sejauh (putra < 1 m dan putri < 0,5 m)

**G. Sumber Belajar**

- Dwi Sarjiyanto, Sujarwadi. 2010. Penjasorkes VIII.jakarta: Pusat perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.
- Chandra ,Sodikin. PendidikanJasmaniOlahragadanKesehatan. 2010 CV Putra Nugraha : Surakarta

Mengetahui  
Guru Penjasorkes

Godean, 2 Agustus 2016  
Mahasiswa PPL

Drs. Syamsudi  
NIP 19580727 198602 1002

Rifki Maulana  
NIM 13601241088

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

**SEKOLAH** : SMP N 2 GODEAN  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
**Kelas/Semester** : IX / I (SATU)

**Standar Kompetensi**

Mempraktikkan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

**Kompetensi Dasar**

Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar lanjutan dengan koordinasi yang baik serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan. (sepakbola)

**Indikator**

- a. Siswa menunjukkan sikap saling membantu dan kerjasama selama mengikuti pembelajaran.
- b. Siswa mampu memahamai dan mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dribbling dan passing dalam sepakbola.

**A. Tujuan Pembelajaran**

- a. Siswa mampu saling membantu teman bila ada kesulitan selama pembelajaran.
- b. Siswa mampu memahami kombinasi teknik menggiring dan passing dalam sepakbola dengan baik dan benar.
- c. Siswa mampu melakukan gerakan kombinasi menggiring bola menggunakan kaki bagian luar dan dan passing menggunakan kaki bagian dalam dengan tepat sasaran sebanyak 4 kali.

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

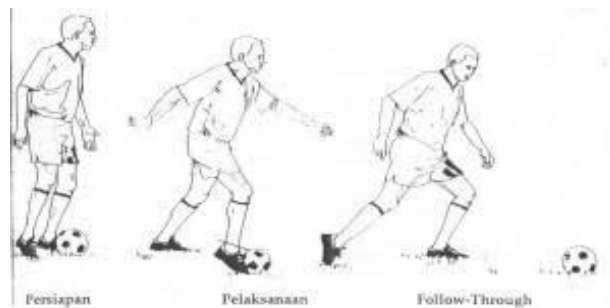
**B. Materi Pembelajaran**

**1. Menggiring bola (dribbling) dengan kaki bagian luar**

Menggiring bola adalah usaha membawa bola dengan cara mendorong bola menggunakan kaki bagian luar.

Cara melakukan :

- Berdiri dengan kedua kaki agak dibuka di dekat bola
- Kaki yang menyentuh bola agak ke depan
- Kaki menyentuh bola mendorong perlahan ke depan
- Gerakannya diikuti dengan kontrol bola, sehingga bola tidak jauh dari kaki
- Pandangan ke arah depan



## 2. Passing menggunakan kaki bagian dalam

Adalah usaha untuk mengumpan bola kepada teman dengan cara menendang bola menggunakan kaki bagian dalam.

Cara melakukan :

- Kaki tumpu berada disamping bola
- Kaki untuk menendang diayun dari arah belakang
- Perkenaan bola dengan kaki bagian dalam
- Posisi badan agak condong ke belakang
- Pandangan ke arah sasaran



## C. Alokasi Waktu

2 x 40 menit ( x pertemuan )

## **D. Metode Pembelajaran**

Pendekatan Pembelajaran saintifik

## **E. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran**

### **a. Pendahuluan**

1. Mengucapkan salam kepada siswa dan berdoa bersama sesuai agama masing-masing
2. Mempresensi siswa.
3. Apersepsi ,guru menjelaskan pengetahuan siswa mengenai dribbling dan passing dalam sepakbola
4. Menyampaikan tujuan pembelajaran mengenai dribbling dan passing dalam sepakbola.
5. Melakukan pemanasan.

### **b. Kegiatan Inti**

Membimbing siswa untuk :

#### 1. Mengamati

Mengamati media berupa gambar tentang kombinasi dribbling dan passing dalam sepakbola.

#### 2. Menanya

Dari hasil pengamatan diharapkan siswa bertanya kepada guru ,contoh:

- ✓ Mengapa pada saat dribbling pandangan harus ke depan?
- ✓ Bagaimana agar arah bola ketika passing tepat sasaran?

#### 3. Mencoba dan Mengumpulkan Informasi

Siswa mengumpulkan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan :

- ✓ Berdiskusi secara kelompok untuk menjawab pertanyaan sebelumnya.
- ✓ Mencoba mempraktikan kombinasi dribbling dan passing dalam sepakbola.

#### 4. Menalar/Mengasosiasi

Siswa menganalisis gerakan yang berhubungan dengan kombinasi dribbling dan passing dalam sepakbola.

#### 5. Mengomunikasikan

Siswa mempraktikan gerakan kombinasi dribbling dan passing dalam sepakbola dengan baik dan benar.

### **c. Penutup**

- ✓ Siswa melakukan pendinginan.
- ✓ Guru mendorong siswa untuk menyimpulkan ,merefleksi ,dan menemukan nilai-nilai yang dapat diambil dari aktivitas hari ini.
- ✓ Guru member umpan balik kepada peserta didik mengenai proses dan hasil belajar.
- ✓ Guru memberitahukan kepada siswa kegiatan belajar yang akan dikerjakan pada pertemuan berikutnya.
- ✓ Guru mempresensi siswa.
- ✓ Berdoa bersama sebelum pembelajaran berakhir.

## F. PENILAIAN

### 1. Teknik Penilaian

a. Sikap spiritual dan sosial

Observasi

b. Pengetahuan

Observasi terhadap diskusi ,Tanya jawab ,dan percakapan.

c. Keterampilan

Unjukkerja / kinerja / praktik.

### 1. Instrumen Penilaian

a. Afektif

#### Lembar Penilaian Sikap

Kelas :

Semester :

Tahun ajaran :

Indikator : Menunjukkan sikap saling membantu teman selama pembelajaran.

No	Nama	Skor				Kategori
		1	2	3	4	
1						
2						
3						
dst.						

keterangan :

4 (sangatbaik) :apabila **selalu** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.

3 (baik) : apabila **sering** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.

2 (cukup) : apabila **kadang-kadang** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran.

1( kurang) : apabila **tidak pernah** membantu teman yang kesulitan ketika pembelajaran

b. Pengetahuan

**Lembar Penilaian Pengetahuan**

Nama :

Kelas :

Semester :

No	Butirsoal	Skor	Nilai
1	Mengapa pada saat dribbling pandangan harus ke depan?	0-100	
2	Bagaimana agar arah bola ketika passing tepat sasaran?		
Jumlah nilai			

c. Psikomotor

**Lembar Penilaian Psikomotor**

Siswa melakukan gerakan kombinasi dribbling dan passing dalam sepakbola

No	Nama	Awalan (1-4)	Pelaksanaan (1-4)	Hasil	Jumlah skor
1					
2					

3					
Dst					

Keterangan :

skor 4 : apabila mampu melakukan dribbling dan passing yang sempurna dan benar

skor 3 : apabila mampu melakukan dribbling dan passing yang baik dan benar

skor 2 : apabila mampu melakukan dribbling dan passing yang kurang baik

skor 1 : apabila mampu melakukan dribbling dan passing yang tidak benar

#### **G. Sumber Belajar**

- Dwi Sarjiyanto, Sujarwadi. 2010. Penjasorkes VIII. Jakarta: Pusat perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.
- Chandra, Sodikin. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. 2010 CV Putra Nugraha : Surakarta

Mengetahui  
Guru Penjasorkes

Godean, 2 Agustus 2016  
Mahasiswa PPL

Drs. Syamsudi  
NIP 19580727 198602 1002

Rifki Maulana  
NIM 13601241088

### Hasil Penilaian Lompat Jauh Gaya Jongkok Kelas VII A

No	Nama	Awalan (1-4)	Tolakan (1-4)	Melayang (1-4)	Mendarat (1-4)	Jauh lompatan	Jumlahskor	Nilai	
1	ALYA NIRMALA DEWI	4	4	4	3	2,10 m	3	18	90
2	AMELIA ZOELVA NOORAINI	4	4	4	4	1,86 m	2	18	90
3	AULIA SYAHDA KHAIRUNNISA	4	4	4	3	1,62 m	2	17	85
4	DANDY MULYA RIZKY	4	4	4	4	2,88 m	3	19	95
5	DARANI EKA PUTRI	4	4	4	3	1,99 m	2	17	85
6	DARU PUTRI PERSIK AL FADL	3	3	4	4	1,29 m	2	16	80
7	DESTI CATRIYANI	3	3	3	3	1,80 m	2	14	70
8	DESTIKA DWI NUR AZIZAH	4	3	4	4	2,38 m	3	18	90
9	DEVIRA SANDRA PISCESA	4	4	4	3	1,69 m	2	17	85
10	ERLINAWATI	4	4	4	4	1,77 m	2	18	90
11	FEBRIYANTI NURUL JUBAYDIAH	3	4	4	4	2,6 m	4	19	95
12	GRACIA PUTRI VIENA PASKAHITA	4	3	4	3	1,24 m	2	16	80
13	IRWAN FEBRIYANTO	4	4	4	4	2,59 m	3	19	95
14	IVAN RIZKY MAULANA SAPUTRA	4	4	4	3	2,19 m	3	18	90
15	KARTIKA BIMANTARA PUTRA	4	4	4	3	2,69 m	4	19	95
16	KESYA PUTRI ANGGRAENI	4	4	4	3	1,79 m	2	17	85
17	KHANSA NUR ADILA	4	4	4	3	2,5 m	3	18	90
18	MAHEZZA ADHIV FADHOLIE	4	4	4	4	2,85 m	3	19	95
19	MAS ROBBU DARWIN	4	4	4	4	3,18 m	4	20	100
20	MUHAMMAD FAIZ ARIANSYAH	4	4	4	4	2,89 m	3	19	95
21	NABIILA DIVA ANANDHA KUSUMA	4	4	4	3	2,6 m	4	19	95
22	NAUFAL RIZKI RAMADHANI	4	4	4	4	2,16 m	3	19	95
23	NILUH ROSMA NUR ANGGREINI	4	4	4	3	1,61 m	2	17	85
24	NITA AMBAR YULIANTI	4	3	4	4	1,86 m	2	17	85
25	NOVIKA RAMADHANI	3	4	4	3	1,70 m	2	16	80
26	PINTO TUNGGGA MUHAMMAD	4	4	4	4	2,60 m	3	19	95

27	<b>RANGGA ALIMA DAFFA</b>	4	4	4	4	2,83 m	3	19	<b>95</b>
28	<b>RATRIANA QUITHASARI</b>	4	4	4	4	2,68 m	4	20	<b>100</b>
29	<b>RIDHO ADI WICAKSONO</b>	4	4	4	3	2,60 m	3	18	<b>90</b>
30	<b>RINA YULIANTI TRI UNTARI</b>	4	4	4	4	2,4 m	3	19	<b>95</b>
31	<b>ROHMAT ADISURYA</b>	4	4	4	3	2,37 m	3	18	<b>90</b>
32	<b>YUDA DARMA WANTO SUWANDI</b>	4	4	4	4	2,63 m	3	19	<b>95</b>

**Hasil Penilaian Lompat Jauh Gaya Jongkok Kelas VII B**

No	Nama	Awalan	Tolakan	Melayang	Mendarat	Jauh lompatan		Jumlahskor	Nilai
		(1-4)	(1-4)	(1-4)	(1-4)				
1	<b>AFITRA YOAN BUDI FASHOLA</b>	4	4	4	3	2,51 m	3	18	<b>90</b>
2	<b>ALEX LEO DANI WITANTO</b>	4	4	4	4	2,55 m	3	19	<b>95</b>
3	<b>ALIN AISYAH WULANDARI</b>	3	4	4	4	1,83 m	2	17	<b>85</b>
4	<b>AZIZAH MAHARANI PUTRI</b>	3	4	4	4	1,80 m	2	17	<b>85</b>
5	<b>CATUR WAHYUNI</b>	4	4	4	3	2,49 m	3	18	<b>90</b>
6	<b>DEVA HENANDA PUTRI</b>	4	4	4	3	2,49 m	3	18	<b>90</b>
7	<b>DEVRAZ SATRIA WIJAYA</b>	4	4	4	4	2,65 m	3	19	<b>95</b>
8	<b>DWI ADI NUGROHO</b>	4	4	4	4	2,86 m	3	19	<b>95</b>
9	<b>ELLA WIDIROAKSOJO</b>	3	4	4	3	1,58 m	2	16	<b>80</b>
10	<b>EMA DHELIA SEPTIANINGRUM</b>	4	4	4	4	2,41 m	3	19	<b>95</b>
11	<b>EMI NELAWATI</b>	4	4	4	4	2,05 m	3	19	<b>95</b>
12	<b>ERIK OKTA ANDRIANO</b>	4	4	4	4	2,15 m	3	19	<b>95</b>
13	<b>ETIKA RULITA SARI</b>	4	4	4	4	2,25 m	3	19	<b>95</b>
14	<b>ETZA SABILILLAH</b>	4	4	4	3	2,02 m	3	18	<b>90</b>
15	<b>FARKHAN ISDI RAMADHAN PUTRA</b>	4	4	4	4	2,46 m	3	19	<b>95</b>
16	<b>GALANG DWI KURNIAWAN</b>	4	4	4	4	2,82 m	3	19	<b>95</b>
17	<b>KAMAJAYA BAYU JATI KUSUMO</b>	4	4	4	4	2,58 m	3	19	<b>95</b>
18	<b>M. CAHYA DERBY FIRMANSYAH</b>	4	4	4	3	2,62 m	3	18	<b>90</b>
19	<b>NOVIRA MIYASARI</b>	4	4	4	4	2,22 m	3	19	<b>95</b>
20	<b>OXGILIA RAMDHANI LATUSTA</b>	4	4	4	4	2,06 m	3	19	<b>95</b>
21	<b>PANDITH ILHAM SOFYAN SYAH</b>	4	4	4	4	2,22 m	3	19	<b>95</b>
22	<b>RAHMA NUR AFIFAH</b>	4	4	4	4	2,25 m	3	19	<b>95</b>
23	<b>RATNA WULANDARI</b>	4	4	4	4	2,37 m	3	19	<b>95</b>
24	<b>RIDO ASTAFARU</b>	4	4	4	4	3,12 m	3	19	<b>95</b>
25	<b>RIZKA ADINDA PUTRI</b>	4	4	4	3	2,07 m	3	18	<b>90</b>
26	<b>SEPTIA GADIS ANANDITA</b>	4	4	4	4	1,79 m	2	18	<b>90</b>
27	<b>SEVINOF CAHAYA RAMADHAN</b>	4	4	4	4	2,19 m	3	19	<b>95</b>

28	<b>TALITA DIAN CIPTANINGRUM</b>	3	4	4	4	2,06 m	3	18	<b>90</b>
29	<b>VINNA APRILIA</b>	4	4	4	3	1,65 m	2	17	<b>85</b>
30	<b>YOVANKA YOLANDA ZEBUA</b>	4	4	4	4	2,42 m	3	19	<b>95</b>
31	<b>ZIDDAN AZMAN KHAIRANDY</b>	4	4	4	4	2,68 m	3	19	<b>95</b>

**Tabel penilaian Sikap kelas VII A**

Siswa saling bekerjasama dan membantu teman yang membutuhkan

No	Nama	Skor				kategori
		1	2	3	4	
1	<b>ALYA NIRMALA DEWI</b>				4	Sangat Baik
2	<b>AMELIA ZOELVA NOORAINI</b>				4	Sangat Baik
3	<b>AULIA SYAHDA KHAIRUNNISA</b>				4	Sangat Baik
4	<b>DANDY MULYA RIZKY</b>				4	Sangat Baik
5	<b>DARANI EKA PUTRI</b>				4	Sangat Baik
6	<b>DARU PUTRI PERSIK AL FADL</b>				4	Sangat Baik
7	<b>DESTI CATRIYANI</b>				4	Sangat Baik
8	<b>DESTIKA DWI NUR AZIZAH</b>				4	Sangat Baik
9	<b>DEVIRA SANDRA PISCESA</b>				4	Sangat Baik
10	<b>ERLINAWATI</b>				4	Sangat Baik
11	<b>FEBRIYANTI NURUL JUBAYDIAH</b>				4	Sangat Baik
12	<b>GRACIA PUTRI VIENA PASKAHITA</b>				4	Sangat Baik
13	<b>IRWAN FEBRIYANTO</b>				4	Sangat Baik
14	<b>IVAN RIZKY MAULANA SAPUTRA</b>				4	Sangat Baik
15	<b>KARTIKA BIMANTARA PUTRA</b>				4	Sangat Baik
16	<b>KESYA PUTRI ANGGRAENI</b>				4	Sangat Baik
17	<b>KHANSA NUR ADILA</b>				4	Sangat Baik
18	<b>MAHEZZA ADHIV FADHOLIE</b>				4	Sangat Baik
19	<b>MAS ROBBU DARWIN</b>				4	Sangat Baik
20	<b>MUHAMMAD FAIZ ARIANSYAH</b>				4	Sangat Baik
21	<b>NABIILA DIVA ANANDHA KUSUMA</b>				4	Sangat Baik
22	<b>NAUFAL RIZKI RAMADHANI</b>				4	Sangat Baik
23	<b>NILUH ROSMA NUR ANGGREINI</b>				4	Sangat Baik
24	<b>NITA AMBAR YULIANTI</b>				4	Sangat Baik
25	<b>NOVIKA RAMADHANI</b>				4	Sangat Baik
26	<b>PINTO TUNGGGA MUHAMMAD</b>				4	Sangat Baik
27	<b>RANGGA ALIMA DAFFA</b>				4	Sangat Baik
28	<b>RATRIANA QUTHASARI</b>				4	Sangat Baik
29	<b>RIDHO ADI WICAKSONO</b>				4	Sangat Baik

30	RINA YULIANTI TRI UNTARI				4	Sangat Baik
31	ROHMAT ADISURYA				4	Sangat Baik
32	YUDA DARMA WANTO SUWANDI				4	Sangat Baik

**Tabel penilaian Sikap kelas VII B**

Siswa saling bekerjasama dan membantu teman yang membutuhkan

No	Nama	Skor				kategori
		1	2	3	4	
1	AFITRA YOAN BUDI FASHOLA				4	Sangat Baik

2	ALEX LEO DANI WITANTO				4	Sangat Baik
3	ALIN AISYAH WULANDARI				4	Sangat Baik
4	AZIZAH MAHARANI PUTRI				4	Sangat Baik
5	CATUR WAHYUNI				4	Sangat Baik
6	DEVA HENANDA PUTRI				4	Sangat Baik
7	DEVRAZ SATRIA WIJAYA				4	Sangat Baik
8	DWI ADI NUGROHO				4	Sangat Baik
9	ELLA WIDIROAKSOJO				4	Sangat Baik
10	EMA DHELIA SEPTIANINGRUM				4	Sangat Baik
11	EMI NELAWATI				4	Sangat Baik
12	ERIK OKTA ANDRIANO				4	Sangat Baik
13	ETIKA RULITA SARI				4	Sangat Baik
14	ETZA SABILILLAH				4	Sangat Baik
15	FARKHAN ISDI RAMADHAN PUTRA				4	Sangat Baik
16	GALANG DWI KURNIAWAN				4	Sangat Baik
17	KAMAJAYA BAYU JATI KUSUMO				4	Sangat Baik
18	M. CAHYA DERBY FIRMANSYAH				4	Sangat Baik
19	NOVIRA MIYASARI				4	Sangat Baik
20	OXGILIA RAMDHANI LATUSTA				4	Sangat Baik
21	PANDITH ILHAM SOFYAN SYAH				4	Sangat Baik
22	RAHMA NUR AFIFAH				4	Sangat Baik
23	RATNA WULANDARI				4	Sangat Baik
24	RIDO ASTAFARU				4	Sangat Baik
25	RIZKA ADINDA PUTRI				4	Sangat Baik
26	SEPTIA GADIS ANANDITA				4	Sangat Baik
27	SEVINOF CAHAYA RAMADHAN				4	Sangat Baik
28	TALITA DIAN CIPTANINGRUM				4	Sangat Baik
29	VINNA APRILIA				4	Sangat Baik
30	YOVANKA YOLANDA ZEBUA				4	Sangat Baik
31	ZIDDAN AZMAN KHAIRANDY				4	Sangat Baik

### Hasil Penilaian Lompat Jauh Gaya Melenting Kelas VIII A

No	Nama	Awalan (1-4)	Tolakan (1-4)	Melayang (1-4)	Mendarat (1-4)	Jauhlompatan	Jumlahskor	Nilai	
1	AGUNG WINDU SULISTIYO	4	4	3	4	2,97 m	3	18	90
2	AHWALDI NOVERIZKY SUTARA	4	4	3	4	2,35 m	3	18	90
3	ALVI AMALIA AGUSTIN	4	4	3	4	2 m	3	18	90
4	ANNISA NUR RAHMAWATI UTOMO	4	4	3	4	2,2 m	3	18	90
5	ARDHANA DWI NURAHMAT	4	3	2	4	3,22 m	4	17	85
6	BELVA ALATA MAELANA PUTRI	4	4	4	4	1,91 m	2	18	90
7	CHRISTINA LAYUNG ADININGTYAS	4	2	4	4	2,65 m	4	18	90
8	DAVID HIDAYATUR RAHMAN	4	4	4	4	2,58 m	3	19	95
9	DWI PRASETYO WIBAWA	4	4	4	3	3,2 m	4	19	95
10	ELISA WIDIA NINGRUM	4	4	4	4	2,67 m	4	20	100
11	FAUZAN NUR HAKIM	4	4	3	4	3,53 m	4	19	95
12	GADIS MUTIARA RAMADHANI	4	4	3	4	2,15 m	3	18	90
13	HENDRA YOGA PRASETYA	4	4	3	4	3,12 m	4	19	95
14	HERDINSYAH AN-HAR EL-HAKIM	4	4	3	4	3,30 m	4	19	95
15	LATIFAH SABRINA	3	2	3	3	2 m	3	14	70
16	MIFTAH AMALIA NURJANAH	4	4	4	4	2,2 m	3	19	95
17	MUHAMAD RYAN ISKANDAR	4	3	4	4	2,39 m	3	18	90
18	MUHAMMAD NASRODIN	4	4	4	4	3,67 m	4	20	100
19	NIMAS PUTRI PRADITA	4	4	3	4	2,2 m	3	18	90
20	NUR FITRIANI	4	4	3	4	2,5 m	3	18	90
21	PRADIPTA NIWAYANI	4	3	3	3	2,6 m	4	17	85
22	PUTRI UTAMI	4	4	3	4	2,26 m	3	18	90
23	RAHMAWATI KURNIA DEWI	4	4	4	4	2,12 m	3	19	95
24	RAMADHAN LATIF FAJARRUDIN	4	4	4	3	2,92 m	3	18	90
25	REYNANDA ARDITYA DEWANDONO	4	4	4	4	3,76 m	4	20	100
26	RIZAL ANGER HERNANO	4	4	4	4	2,60 m	3	19	95

27	<b>SALMA TSABITAH AFIFAH</b>	3	3	3	3	2 m	3	15	<b>75</b>
28	<b>SHIVA AUNURA OKTAVIANA</b>	4	4	3	4	2,10 m	3	18	<b>90</b>
29	<b>ULAN RAHMAWATI</b>	4	2	3	4	2,33 m	3	16	<b>80</b>
30	<b>VITTO DWI ALFIAN</b>	4	3	4	4	3,5 m	4	19	<b>95</b>
31	<b>WAHYU APRILYA KUSUMAWARDHAN</b>	4	3	3	4	2,13 m	3	17	<b>85</b>
32	<b>ZAHIRA AGHNA</b>	4	4	4	4	2,9 m	3	19	<b>95</b>

### Hasil Penilaian Lompat Jauh Gaya Berjalan Di Udara Kelas IX B

No	Nama	Awalan	Tolakan	Melayang	Mendarat	Jauh lompatan		Jumlah skor	Nilai
		(1-4)	(1-4)	(1-4)	(1-4)				
1	ADITYA EKA SAPUTRA	4	4	4	4	2,73 m	3	19	95
2	AFIFAH NUR KHASANAH	4	4	4	3	1,53 m	2	17	85
3	ANGGI PUSPITA DEWI	4	4	3	3	1,87 m	2	16	80
4	ARIHTA ABDUL ADHA	4	4	3	4	2,87 m	3	18	90
5	ARNINDA CANDRA FIRSADA	4	4	3	3	1,64 m	2	16	80
6	ARUM WINDRI ASTUTI	4	4	3	4	1,60 m	2	17	85
7	CANTIKA PUTRI CAHYA ANNISA	4	4	3	4	2,53 m	4	19	95
8	DESSY EKA FITRIANI	4	4	4	4	2,18 m	3	19	95
9	ENI ISMAWATI	4	4	3	4	2,39 m	3	18	90
10	FADHILLAH NURUBINGAH	4	4	3	3	1,77 m	2	16	80
11	FERRI JUNI IRAWAN	4	4	4	4	3,54 m	4	20	100
12	GIGIH PRAKOSA	4	4	4	4	3,56 m	4	20	100
13	HABIB NUR IHSAN	4	4	4	3	2,70 m	3	18	90
14	INTAN KARTIKA DEWI	4	4	3	3	2,56 m	4	18	90
15	JASMINE SEKAR BAYU PITALOKA	4	4	3	4	2,53 m	4	19	95
16	KHARISMA MUHAMMAD ADZANI	4	4	4	4	3,12 m	4	20	100
17	LIA NUR SAFITRI	4	4	3	4	1,98 m	2	17	85
18	MEILINA SHANI ATSARI	4	4	3	4	2,93 m	4	19	95
19	MIFTAFUL ANAS RAFIQI INDRAYUDHA	4	4	3	3	1,63 m	2	16	80
20	MUHAMMAD FARHAN MAULANA	4	4	4	4	1,98 m	2	18	90
21	MUHAMMAD RICO DWI SAPUTRA	4	4	4	4	3,45 m	4	20	100
22	NABILA ANARITA LIA ANJANI	4	4	3	3	2,14 m	3	17	85
23	NOVIA KHAYATUL FATMALA	4	4	3	3	2,08 m	3	17	85
24	REHANAFI PERDANA PUTRA	4	4	3	3	2,5 m	3	17	85
25	RIKI SURATMAN	4	4	3	4	3,09 m	4	19	95
26	SAFITRI PUSPITANINGSIH	4	4	3	4	2,58 m	4	19	95
27	SARASILA RASITA DEWANTY	3	3	3	3	2,51 m	4	16	80
28	SATRIA BENTANG SAMUDRA	4	4	3	4	3,61 m	4	19	95

29	SULISTYARINI	4	4	3	3	1,75 m	2	16	<b>80</b>
30	THORIQ AZIS AHMAD	3	3	3	3	3,6 m	4	16	<b>80</b>
31	UMMI ESTIANINGSIH	4	4	4	4	1,93 m	2	18	<b>90</b>
32	VALDO BAGUS FERIKAJAYA	4	4	3	4	3,51 m	4	19	<b>95</b>

**Hasil Penilaian Lompat Jauh Gaya Berjalan Di Udara Kelas IX A**

No	Nama	Awalan	Tolakan	Melayang	Mendarat	Jauh lompatan		Jumlah skor	Nilai
		(1-4)	(1-4)	(1-4)	(1-4)				
1	<b>ALYA AULIA DEFYO</b>	4	4	4	3	2,39 m	3	18	<b>90</b>
2	<b>ANANDA BUNGA SETA FORTUNA</b>	4	4	4	3	2,41 m	3	18	<b>90</b>
3	<b>ANGGERIAN WARY WIJAYA</b>	4	4	4	3	3,39 m	4	19	<b>95</b>
4	<b>ANNISA DAMAYANTI</b>	3	3	3	3	2 m	3	15	<b>75</b>
5	<b>ANSHORI NUR HIDAYAT</b>	3	3	3	3	2 m	3	15	<b>75</b>
6	<b>ARIF FAHRU ROZY</b>	4	4	4	3	2,88 m	3	18	<b>90</b>
7	<b>BRILLIAN EKKLESIA PRAMONO</b>	4	4	4	3	2,65 m	3	18	<b>90</b>
8	<b>DIMAS TRI NUR HIDAYAT</b>	4	4	3	4	3,37 m	4	19	<b>95</b>
9	<b>DIVA APRILIA AGISTA</b>	3	3	3	3	2 m	3	15	<b>75</b>
10	<b>DWI PRASETYO</b>	4	4	3	3	2,67 m	3	17	<b>85</b>
11	<b>EKA NOVI YANTI</b>	4	4	3	4	2,16 m	3	18	<b>90</b>
12	<b>EKO WIDHI SUSANTO</b>	3	3	3	3	2 m	3	15	<b>75</b>
13	<b>ENY SETYOWATI</b>	4	4	3	3	2,14 m	3	17	<b>85</b>
14	<b>ERVINA NAWANG ANGGERIANI</b>	4	4	3	3	2,27 m	3	17	<b>85</b>
15	<b>EVA DWI NUGRAHENI</b>	4	3	3	4	2,18 m	3	17	<b>85</b>
16	<b>FIRMAN SAPUTRA</b>	4	4	3	4	3,45 m	4	19	<b>95</b>
17	<b>HARITSAH BAGUS KURNIAWAN</b>	4	4	4	3	3,79 m	4	19	<b>95</b>
18	<b>LATIFAH BUDI IKAWATI</b>	4	4	3	4	3,07 m	4	19	<b>95</b>
19	<b>MARGARETA NANDA NATALI</b>	3	3	3	3	2,10 m	3	15	<b>75</b>
20	<b>MARGI RAUNI</b>	4	3	3	4	2,20 m	3	17	<b>85</b>
21	<b>MAYDA CISANGHYANG TORA</b>	4	4	4	3	2,70 m	4	19	<b>95</b>
22	<b>MELANI MAHARDIKA</b>	4	4	4	3	2,24 m	3	18	<b>90</b>
23	<b>MUHAMAD RAFIQ ERLANGGA</b>	4	4	4	3	2,26 m	3	18	<b>90</b>
24	<b>MUHAMMAD ILHAM ASYHARI</b>	3	3	3	3	2 m	3	15	<b>75</b>
25	<b>MUHAMMAD IRVAN HIDAYAT</b>	4	4	4	4	3,83 m	4	20	<b>100</b>
26	<b>NURUL FADILA</b>	4	4	3	4	2,50 m	4	19	<b>95</b>
27	<b>RIKA HANDAYANI</b>	4	4	3	3	2 m	3	17	<b>85</b>

28	<b>RIKA WIDYA SARI</b>	3	3	3	3	1,82 m	2	14	<b>70</b>
29	<b>RIMA WAHYU ANGGRIYAWATI</b>	3	4	3	4	2,30 m	3	17	<b>85</b>
30	<b>RULI SEPTIAN</b>	4	4	3	4	3,39 m	4	19	<b>95</b>
31	<b>YUSUF TIYAN</b>	4	4	4	4	3,87 m	4	20	<b>100</b>
32	<b>DINA KUMALADURI WARDANI</b>	3	3	3	3	1,97 m	3	15	<b>75</b>



**MATRIK PROGRAM KERJA  
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN  
2016/2017**

**NAMA SEKOLAH** : SMP N 2 GODEAN  
**ALAMAT SEKOLAH** : SIDOMOYO GODEAN SLEMAN

No	Program/Kegiatan PPL	JUNI	JULI					AGUSTUS					SEPTEMBER					Jumlah Jam	
		V	I	II	III	IV	V	I	II	III	IV	V	I	II	III	IV	V		
<b>A</b>	<b>KEGIATAN MENGAJAR</b>																		
1	Penyerahan PPL					2													2
2	Membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran							6	6	6	6								24
3	Mencari Materi Ajar							3	3	3	3								12
4	Membuat Media Pembelajaran							3	3	3									9
5	Konsultasi dengan Guru Pembimbing					3	3	3	3	3	3								18
6	Praktik Mengajar Terbimbing							10											10
7	Praktik Mengajar								12	9	6	12	12						51
8	Menilai Unjuk Kerja dan Pengetahuan Siswa								1,5	1	0,5								3
9	Memasukan Nilai													3					3
10	Rekap Daftar Nilai													3					3
11	Monitoring Dosen Pembimbing Lapangan										2	1							3
<b>B</b>	<b>KEGIATAN NON MENGAJAR</b>																		
1	Kegiatan PPDB	16																	16
2	MPLS					21													21
3	Upacara Bendera Hari Senin					1	1	1	1		1	1	1						7
4	Upacara 17 Agustus (Hari Kemerdekaan RI ke 71)										3								3
5	Membuat Administrasi Guru								4	4	4	4							16
6	Piket Perpustakaan											2							2
7	Piket BK												1						1

8	Piket TU												1					1	
9	Pendampingan PBB												6					6	
10	Melatih Ekstrakurikuler Sepak Takraw							8	2										10
11	Mendampingi lomba Sepak Takraw								10										10
12	Peringatan HAORNAS												4					4	
13	Lomba Masak Idul Adha														7			7	
14	Menyusun Laporan PPL													15				15	
<b>Total</b>																			
																	<b>257</b>		

Mengetahui/Menyetujui,  
Kepala Sekolah

Ris Santosa, S.Pd  
NIPNIP. 19640414 198803 1 008

Dosen Pembimbing Lapangan

Drs. Moch Slamet, M.S.  
NIP. 195412011979031004

Yang Membuat

Rifki Maulana  
NIM. 13601241088



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL/MAGANG III

F01

Untuk  
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMP NEGERI 2 GODEAN  
ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA : SIDOMOYO, GODEAN, SLEMAN  
GURU PEMBIMBING : Drs. SYAMSUDI

NAMA MAHASISWA : RIFKI MAULANA  
NO. MAHASISWA : 13601241088  
FAK./JUR./PRODI : FIK/POR/PJKR  
DOSEN PEMBIMBING : Drs. MOCH. SLAMET, M.Pd

No.	Hari, Tanggal	Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Senin, 18 Juli 2016	1. Mengikuti upacara bendera untuk membuka tahun ajaran 2016/2017 (07.00-07.40 WIB)  2. Mendampingi kegiatan MPLS bagi kelas VII (07.40-08.20 WIB)	1. Siswa dan Bapak/Ibu Guru SMP N 2 Godean serta mahasiswa PPL UNY mengikuti upacara dengan hikmat dan berjalan dengan lancar  2. Siswa kelas VII mengikuti kegiatan MPLS yang berjalan dengan lancar	Masih ada siswa kelas VII yang minder ataupun merasa malu	Berkenalan bersama teman sesama kelas VII
2	Selasa, 19 Juli 2016	Mendampingi kegiatan MPLS bagi kelas VII (07.40-08.20 WIB)	Siswa kelas VII mengikuti kegiatan MPLS yang berjalan dengan lancar	Masih ada siswa kelas VII yang minder ataupun merasa malu	Berkenalan bersama teman sesama kelas VII
3	Rabu, 20 Juli 2016	Mendampingi kegiatan MPLS bagi kelas VII (07.40-08.20 WIB)	Siswa kelas VII mengikuti kegiatan MPLS yang berjalan dengan lancar	Masih ada siswa kelas VII yang minder ataupun merasa malu	Berkenalan bersama teman sesama kelas VII
4	Kamis, 21 Juli 2016	Mendampingi kegiatan MPLS bagi kelas VII (07.40-08.20 WIB)	Siswa kelas VII mengikuti kegiatan MPLS yang berjalan dengan lancar	Masih ada siswa kelas VII yang minder ataupun merasa malu	Berkenalan bersama teman sesama kelas VII



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL/MAGANG III

F01

Untuk  
Mahasiswa

5	Jumat, 22 Juli 2016	Mendampingi kegiatan MPLS bagi kelas VII (07.40-08.20 WIB)	Mendampingi kegiatan MPLS bagi kelas VII (07.40-08.20 WIB)	Masih ada siswa kelas VII yang minder ataupun merasa malu	Berkenalan bersama teman sesama kelas VII
6	Senin, 25 Juli 2016	1. Mengikuti upacara bendera untuk membuka tahun ajaran 2016/2017 (07.00-07.40 WIB)  2. Perkenalan di kelas VII A	1. Siswa dan Bapak/Ibu Guru SMP N 2 Godean serta mahasiswa PPL UNY mengikuti upacara dengan hikmat dan berjalan dengan lancar 2. Memperkenalkan diri kepada siswa kelas VII A	Masih ada siswa yang kurang disiplin	Memberi hukuman bagi siswa yang tidak disiplin
7	Selasa, 26 Juli 2016	Perkenalan di kelas VII C	Memperkenalkan diri kepada siswa kelas VII C	Masih ada siswa yang kurang disiplin	Memberi hukuman bagi siswa yang tidak disiplin
8	Rabu, 27 Juli 2016	Perkenalan di kelas VIII D Menolong siswa yang sakit	Memperkenalkan diri kepada siswa kelas VIII D Memberi pertolongan pertama kepada siswa yang sakit dan mengantar ke puskesmas.	Masih ada siswa yang kurang disiplin	Memberi hukuman bagi siswa yang tidak disiplin
9	Kamis, 28 Juli 2016	Perkenalan di kelas VIII A	Memperkenalkan diri kepada siswa kelas VIII A	Masih ada siswa yang kurang disiplin	Memberi hukuman bagi siswa yang tidak disiplin
10	Jumat, 29 Juli 2016	Perkenalan di kelas IX D	Memperkenalkan diri kepada siswa kelas IX D	Masih ada siswa yang kurang disiplin	Memberi hukuman bagi siswa yang tidak disiplin



### LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL/MAGANG III

F01

Untuk  
Mahasiswa

11	Senin, 1 Agustus 2016	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Mengikuti upacara bendera untuk membuka tahun ajaran 2016/2017 (07.00-07.40 WIB)</li><li>2. Mengajarkan lompat jauh gaya jongkok kelas VII A ( 2 x 40 menit)</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Siswa dan Bapak/Ibu Guru SMP N 2 Godean serta mahasiswa PPL UNY mengikuti upacara dengan hikmat dan berjalan dengan lancar</li><li>2. Siswa memahami dan mempraktikan teknik lompat jauh gaya jongkok</li></ol>	Ada siswa yang belum mengerti teknik lompat jauh gaya jongkok	Diberi penjelasan mengenai teknik lompat jauh gaya jongkok dan diperlihatkan media berupa gambar teknik lompat jauh gaya jongkok
12	Selasa, 2 Agustus 2016	Mengajarkan lompat jauh gaya jongkok kelas VII B (2 X 40 menit)	Siswa memahami dan mempraktikan teknik lompat jauh gaya jongkok	Ada siswa yang belum mengerti teknik lompat jauh gaya jongkok	Diberi penjelasan mengenai teknik lompat jauh gaya jongkok dan diperlihatkan media berupa gambar teknik lompat jauh gaya jongkok
13	Rabu, 3 Agustus 2016	Mengajarkan lompat jauh gaya melenting kelas VIII D (2 X 40 menit)	Siswa memahami dan mempraktikan teknik lompat jauh gaya melenting	Ada siswa yang belum mengerti teknik lompat jauh gaya melenting	Diberi penjelasan mengenai teknik lompat jauh gaya melenting dan diperlihatkan media berupa gambar teknik lompat jauh gaya melenting
14	Kamis, 4 Agustus 2016	Mengajarkan lompat jauh gaya melenting kelas VIII A (2 X 40 menit)	Siswa memahami dan mempraktikan teknik lompat jauh gaya melenting	Ada siswa yang belum mengerti teknik lompat jauh gaya melenting	Diberi penjelasan mengenai teknik lompat jauh gaya melenting dan diperlihatkan media berupa gambar teknik lompat jauh gaya melenting
15	Jumat, 5 Agustus 2016	Mengajarkan lompat jauh gaya berjalan di udara kelas IX C (2 x 40)	Siswa memahami dan mempraktikan teknik lompat	Ada siswa yang belum mengerti teknik lompat jauh	Diberi penjelasan mengenai teknik lompat jauh gaya



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL/MAGANG III

**F01**

Untuk  
Mahasiswa

		menit)	jauh gaya berjalan diudara	gaya berjalan di udara	berjalan di udara dan diperlihtkan media berupa gambar teknik lompat jauh gaya berjalan di udara
16	Senin, 8 Agustus 2016	<ol style="list-style-type: none"> <li>Mengikuti upacara bendera untuk membuka tahun ajaran 2016/2017 (07.00-07.40 WIB)</li> <li>Mengajar dan menilai lompat jauh gaya jongkok kelas VIII A (09.15-10.35 WIB)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Siswa dan Bapak/Ibu Guru SMP N 2 Godean serta mahasiswa PPL UNY mengikuti upacara dengan hikmat dan berjalan dengan lancar</li> <li>Siswa melakukan penilaian lompat jauh gaya melenting. 90 % siswa mampu melakukan dengan baik dan benar.</li> </ol>	Ada siswa yang belum mengerti teknik lompat jauh gaya melenting	Diberi penjelasan mengenai teknik lompat jauh gaya melenting dan diperlihtkan media berupa gambar teknik lompat jauh gaya melenting
17	Selasa, 9 Agustus 2016	Mengajar dan menilai lompat jauh gaya jongkok kelas VII A (07.00-09.00 WIB)	Siswa melakukan penilaian lompat jauh gaya jongkok. 70 % siswa mampu melakukan dengan baik dan benar	Ada siswa yang belum mengerti teknik lompat jauh gaya jongkok	Diberi penjelasan mengenai teknik lompat jauh gaya jongkok dan diperlihtkan media berupa gambar teknik lompat jauh gaya jongkok
18	Rabu, 10 Agustus 2016	Mengajar dan menilai lompat jauh gaya jongkok kelas VII B (07.00-09.00 WIB)	Siswa melakukan penilaian lompat jauh gaya jongkok. 90 % siswa mampu melakukan dengan baik dan benar	Ada siswa yang belum mengerti teknik lompat jauh gaya jongkok	Diberi penjelasan mengenai teknik lompat jauh gaya jongkok dan diperlihtkan media berupa gambar teknik lompat jauh gaya jongkok
19	Kamis, 11	Mengajar dan menilai lompat jauh	Siswa melakukan penilaian	Ada siswa yang belum	Diberi penjelasan mengenai



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL/MAGANG III

**F01**

Untuk  
Mahasiswa

	Agustus 2016	gaya berjalan di udara kelas IX A (09.15-10.35 WIB)	lompat jauh gaya berjalan di udara. 90 % siswa mampu melakukan dengan baik dan benar	mengerti teknik lompat jauh gaya berjalan di udara	teknik lompat jauh gaya berjalan di udara dan diperlihatkan media berupa gambar teknik lompat jauh gaya berjalan di udara
20	Jumat, 12 Agustus 2016	Mengajar dan menilai lompat jauh gaya berjalan di udara kelas IX B (07.00-08.20 WIB)	Siswa melakukan penilaian lompat jauh gaya berjalan di udara. 90 % siswa mampu melakukan dengan baik dan benar	Ada siswa yang belum mengerti teknik lompat jauh gaya berjalan di udara	Diberi penjelasan mengenai teknik lompat jauh gaya berjalan di udara dan diperlihatkan media berupa gambar teknik lompat jauh gaya berjalan di udara
21	Senin 15 Agustus 2016	Mengajar dan menilai senam lantai guling depan dan guling belakang kelas VIII A (09.15-10.35)	Siswa melakukan penilaian guling depan dan guling belakang. 80 % siswa mampu melakukan dengan baik dan benar	Ada siswa yang belum mengerti teknik guling belakang	Diberi penjelasan mengenai teknik lguling belakang dan diperlihatkan media berupa gambar teknik guling belakang
22	Selasa, 16 Agustus 2016	Mengajar dan menilai lempar cakram kelas VII A (07.00-09.00 WIB)	Siswa melakukan penilaian lempar cakram. 80 % siswa mampu melakukan dengan baik dan benar	Jarak lapangan yang lumayan jauh dari sekolah sehingga menyita banyak waktu	Mempersiapkan siswa sejak awal dan memanfaatkan waktu yang ada
23	Rabu, 17 Agustus 2016	Mengikuti upacara bendera Hari Kemerdekaan Republik Indonesia ke 71 (07.00-10.00 WIB)	Upacara Bendera Hari Kemerdekaan Republik Indonesia ke 71 di lapangan Klajuran Sidokarto Godean berjalan dengan lancar		
24	Kamis, 18 Agustus 2016	1. Mengajar dan menilai kebugaran jasmani komponen kelincahan menggunakan lari	1. Siswa melakukan penilaian Lari zig zag. 80 % siswa mampu	Siswa yang malas bergerak	Pemberian motivasi bagi siswa yang melakukan aktivitas



### LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL/MAGANG III

F01

Untuk  
Mahasiswa

		zig zag bagi kelas IX A (09.15.10.35 WIB) 2. Melatih ekstrakurikuler Sepak takraw untuk persiapan Bupati Cup Sleman (15.30-17.30 WIB)	melakukan dengan baik dan benar 2. 13 Siswa berlatih sepak kuda dan sepak sila sesuai intruksi pelatih		
25	Jumat, 19 Agustus 2016	1. Mengajar dan menilai kebugaran jasmani komponen kelincahan menggunakan lari zig zag bagi kelas IX B (07.00-08.20 WIB) 2. Melatih ekstrakurikuler Sepak takraw untuk persiapan Bupati Cup Sleman (15.30-17.30 WIB)	1. Siswa melakukan penilaian Lari zig zag. 80 % siswa mampu melakukan dengan baik dan benar 2. 13 Siswa berlatih servis dan heading sesuai intruksi pelatih	Siswa yang malas bergerak	Pemberian motivasi bagi siswa yang melakukan aktivitas
26	Senin, 22 Agustus 2016	1. Mengikuti upacara Bendera (07.00-07.40 WIB) 2. Mengajar teknik pass atas dan pass bawah Bola Voli bagi kelas VIII A (09.15-10.35 WIB)	1. Siswa dan Bapak/Ibu Guru SMP N 2 Godean serta mahasiswa PPL UNY mengikuti upacara dengan hikmat dan berjalan dengan lancar 2. Siswa melakukan teknik pass bawah dan pass atas Bola Voli. 90 % siswa mampu melakukan dengan baik dan benar.	Siswa yang malas bergerak	Pemberian motivasi bagi siswa yang melakukan aktivitas



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL/MAGANG III

**F01**

Untuk  
Mahasiswa

		3. Melatih ekstrakurikuler Sepak takraw untuk persiapan Bupati Cup Sleman (15.30-17.30 WIB)	3. 13 Siswa berlatih servis dan heading sesuai intruksi pelatih		
27	Selasa 23 Agustus 2016	Mendampingi dan mengantar tim Sepak takraw SMP N 2 Godean bertanding di Bupati Cup Sleman (07.30-12.30 WIB)	Tim Sepak takraw SMP N 2 Godean menang melawan MTS Godean dengan bermain 3 set skor 2-1		
28	Rabu, 24 Agustus 2016	Mendampingi dan mengantar tim Sepak takraw SMP N 2 Godean bertanding di Bupati Cup Sleman (07.30-12.30 WIB)	Tim Sepak takraw SMP N 2 Godean kalah melawan SMP N 1 Moyudan dengan bermain 2 set skor 0-2	Mental bertanding para pemain yang masih lemah	Pemberian motivasi dan semangat kepada para pemain
29	Kamis, 25 Agustus 2016	Mengajarkan lay up dalam permainan Bola Basket bagi kelas IX A (09.15-10.35 WIB)	Siswa melakukan teknik lay up permainan bola basket.80 % siswa mampu melakukan dengan baik dan benar	Siswa yang malas bergerak	Pemberian motivasi bagi siswa yang melakukan aktivitas
30	Jumat, 26 Agustus 2016	Mengajarkan lay up dalam permainan Bola Basket bagi kelas IX B (07.00-08.20 WIB)	Siswa melakukan teknik lay up permainan bola basket.80 % siswa mampu melakukan dengan baik dan benar	Siswa yang malas bergerak	Pemberian motivasi bagi siswa yang melakukan aktivitas
31	Senin, 29 Agustus 2016	1. Mengikuti upacara Bendera (07.00-07.40 WIB)	1. Siswa dan Bapak/Ibu Guru SMP N 2 Godean serta mahasiswa PPL UNY mengikuti upacara dengan hikmat dan berjalan dengan lancar	Siswa yang malas bergerak	Pemberian motivasi bagi siswa yang melakukan aktivitas



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL/MAGANG III

**F01**

Untuk  
Mahasiswa

		2. Mengajarkan teknik passing dan stopping menggunakan kaki bagian dalam permainan Sepakbola untuk kelas VIII A (09.15-10.35 WIB )	2. Siswa melakukan teknik passing dan stopping menggunakan kaki bagian dalam. 80 % siswa mampu melakukan dengan baik dan benar		
32	Selasa, 30 Agustus 2016	1. Mengajar teknik melempar dan menangkap bola dalam permainan softball kelas VII A (07.00-09.00 WIB)  2. Piket Perpustakaan SMP N 2 Godean	1. Siswa melakukan teknik melempar dan menangkap bola dalam softball. 70 % siswa mampu melakukan dengan baik dan benar  2. Mencatat dan menata buku paket Pelajaran PKN, PJOK, IPS, dan Matematika pemberian dari pemerintah	Jarak lapangan yang lumayan jauh dari sekolah sehingga menyita banyak waktu	Mempersiapkan siswa sejak awal dan memanfaatkan waktu yang ada
33	Rabu, 31 Agustus 2016	Mengajar teknik melempar dan menangkap bola dalam permainan softball kelas VII B (07.00-09.00 WIB)	Siswa melakukan teknik melempar dan menangkap bola dalam softball. 70 % siswa mampu melakukan dengan baik dan benar	Jarak lapangan yang lumayan jauh dari sekolah sehingga menyita banyak waktu	Mempersiapkan siswa sejak awal dan memanfaatkan waktu yang ada
34	Kamis, 1 September 2016	Mengajarkan kombinasi teknik dribbling dan passing dalam permainan permainan sepakbola bagi kelas IX A (09.15-10.35 WIB)	Siswa melakukan kombinasi teknik dribbling dan passing dalam sepakbola. 80 % siswa mampu melakukan dengan baik dan benar	Siswa yang malas bergerak	Pemberian motivasi bagi siswa yang melakukan aktivitas



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL/MAGANG III

**F01**

Untuk  
Mahasiswa

35	Jumat, 2 September 2016	Mengajarkan kombinasi teknik dribbling dan passing dalam permainan sepakbola bagi kelas IX B (07.00-08.20 WIB)	Siswa melakukan kombinasi teknik dribbling dan passing dalam sepakbola. 90 % siswa mampu melakukan dengan baik dan benar	Siswa yang malas bergerak	Pemberian motivasi bagi siswa yang melakukan aktivitas
36	Senin, 5 September 2016	<ol style="list-style-type: none"> <li>Mengikuti upacara Bendera (07.00-07.40 WIB)</li> <li>Mengajarkan permainan basket 3 on 3 bagi kelas VIII A (09.14-10.35 WIB)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Siswa dan Bapak/Ibu Guru SMP N 2 Godean serta mahasiswa PPL UNY mengikuti upacara dengan hikmat dan berjalan dengan lancar</li> <li>Siswa mampu melakukan permainan 3 on 3</li> </ol>	Maish ada siswa yang kurang disiplin	Pemberian sanksi bagi siswa yang kurang disiplin
37	Selasa, 6 September 2016	<ol style="list-style-type: none"> <li>Bermain Sepakbola di lapangan Sidomoyo bagi kelas VII A (07.00-09.00 WIB)</li> <li>Piket BK</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Siswa bermain sepakbola dengan semangat dan gembira</li> <li>Membantu pekerjaan guru BK</li> </ol>	Jarak lapangan yang lumayan jauh dari sekolah sehingga menyita banyak waktu	Mempersiapkan siswa sejak awal dan memanfaatkan waktu yang ada
38	Rabu, 7 September 2016	<ol style="list-style-type: none"> <li>Bermain Sepakbola di lapangan Sidomoyo bagi kelas VII B (07.00-09.00 WIB)</li> <li>Pendampingan PBB Kelas VII (14.30-17.30 WIB)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Siswa bermain sepakbola dengan semangat dan gembira</li> <li>Semua siswa kelas VII Mengikuti pelatihan</li> </ol>	Jarak lapangan yang lumayan jauh dari sekolah sehingga menyita banyak waktu	Mempersiapkan siswa sejak awal dan memanfaatkan waktu yang ada



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL/MAGANG III

F01

Untuk  
Mahasiswa

			PBB yang di bimbing oleh Tonti kelas VIII dan IX serta Bapak Ibu Guru Pendamping		
39	Kamis, 8 September 2016	<ol style="list-style-type: none"><li>Bermain futsal di halaman sekolah bagi kelas IX A (09.15-10.35)</li><li>Piket TU</li><li>Pendampingan PBB Kelas VII (14.30-17.30 WIB)</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>Siswa bermain futsal dengan semangat dan gembira</li><li>Membantu mengisi daftar hadir siswa SMP N 2 Godean</li><li>Semua siswa kelas VII Mengikuti pelatihan PBB yang di bimbing oleh Tonti kelas VIII dan IX serta Bapak Ibu Guru Pendamping</li></ol>	Siswa yang malas bergerak	Pemberian motivasi bagi siswa yang melakukan aktivitas
40	Jumat, 9 September 2016	Peringatan HAORNAS di SMP N 2 Godean	Diadakanya jalan sehat dan berbagai lomba seperti sepak takraw, bola voli, bulu tangkis, ping pong, dan catur bagi siswa SMP N 2 Godean dalam rangka memperingati HAORNAS		
41	Selasa, 13 September 2016	Perayaan Hari Idhul Adha di SMP N 2 Godean	Dalam rangka merayakan Hari Raya Idul Adha di SMP N 2 godean mengadakan latihan penyembelihan hewan kurban yaitu 1 ekor sapi dan lomba		



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL/MAGANG III

**F01**

Untuk  
Mahasiswa

			masak yang diikuti oleh setiap kelas		
42	Rabu, 14 September 2016				
43	Kamis, 15 September 2016				

Sleman, 13 September 2016

Mengetahui,

Dosen Pembimbing Prodi

Guru Pembimbing,

Mahasiswa,

Drs. Moch Slamet, M.S

NIP. 19541201 19703 1 004

Drs. Syamsudi

NIP. 195807271986021002

Rifki Maulana

NIM. 13601241088



Universitas Negeri Yogyakarta

## LAPORAN DANA PELAKSANAAN PPL/MAGANG III

F03

Untuk  
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMP NEGERI 2 GODEAN

ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA : SIDOMOYO, GODEAN, SLEMAN DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA

No.	Nama Kegiatan	Hasil Kuantitatif/Kualitatif	Serapan Dana (Dalam Rupiah)				
			Swadaya/Sekolah/ Lembaga	Mahasiswa	Pemda Kabupaten	Sponsor/ Lembaga	Jumlah
1	Pembuatan RPP dan Media	RPP di cetak sebanyak 12 bendel dan Media sebanyak 12 gambar.		96.000,00			96.000,00
2	Pembuatan laporan	Pembuatan laporan PPL 4 bendel.		200.000,00			200.000,00
<b>JUMLAH</b>							<b>296.000,00</b>

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

Mengetahui,

Kepala Sekolah,

Dosen Pembimbing Lapangan,

Ketua Kelompok,

Ris Santosa, S.Pd

NIP. 19640414 198803 1 008

Dr. I Ketut Sunarya, M.Sn.

NIP. 19581231 198812 1

Rifki Maulana

NIM. 13601241088

## Dokumentasi Pelaksanaan Kegiatan PPL

### 1. Observasi



### 2. Memperingati Hari Keistimewaan DIY



### 3. Praktik mengajar terbimbing



### 4. Praktik mengajar



5. Piket perpustakaan



6. Piket TU



7. Ekstrakurikuler sepak takraw



8. Pendampingan lomba Sepak Takraw



9. Pendampingan pelatihan PBB

