

LAPORAN INDIVIDU
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
(PPL UNY 2016)

Periode 15 Juli 2016 – 15 September 2016

Nama Lokasi : SMP Negeri 2 Gamping

Alamat : Trihanggo, Gamping, Sleman, Kode Pos 55291



Disusun Oleh :

Nori Abdul Bhasit

13601241013

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2016

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah SMP Negeri 2 Gamping, Sleman, Yogyakarta Koordinator PPL di SMP Negeri 2 Gamping, Sleman, Yogyakarta dan Dosen Pembimbing Lapangan Universitas Negeri Yogyakarta, menyatakan bahwa mahasiswa dibawah ini sebagai tim PPL:

Nama : Nori Abdul Bhasit
NIM : 13601241013
Prodi : PJKR
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan kegiatan PPL di SMP Negeri 2 Gamping, Sleman, Yogyakarta dari tanggal 15 Juli -15 September 2016. Hasil kegiatan tercakup dalam naskah laporan ini.

Yogyakarta, 5 September 2016

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Hedi Ardiyanto Hermawan S.Pd, M.Or
NIP. 197702182008011002

Fr. Nunung S, S.Pd.
NIP. 19591206 1981 03 2006

Mengetahui,

Kepala Sekolah SMP Negeri 2 Gamping
Sugiyarto, S.Pd
NIP. 19571215 197803 1 005

Koordinator PPL SMP Negeri 2
Gamping

Didik Junaidi, S.Pd
NIP. 19700902 199702 1 003

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT, atas limpahan karunia dan hidayah-NYA sehingga kami dapat menyelesaikan kegiatan PPL sampai dengan penyusunan laporan tepat pada waktunya. Kegiatan PPL itu sendiri dilaksanakan mulai tanggal 15 Juli sampai dengan tanggal 15 September 2016. Kegiatan PPL merupakan salah satu wujud pengabdian kepada sekolah, dimana seluruh program kegiatan terintegrasi satu dengan yang lain. Keterpaduan PPL diharapkan dapat meningkatkan efisiensi dan efektifitas perkuliahan, terutama mata kuliah PPL, baik segi pengelolaan, pendanaan, maupun waktu.

Program PPL difokuskan pada kegiatan atau proses pembelajaran di sekolah. Dengan kegiatan ini mahasiswa diharapkan dapat memberikan bantuan pemikiran, tenaga, dan ilmu pengetahuan dalam perencanaan dan pelaksanaan program pengembangan dan pembangunan sekolah. Laporan ini dibuat disamping sebagai prasyarat untuk mengikuti ujian mata kuliah lapangan juga sebagai gambaran dan pertanggungjawaban seluruh kegiatan yang telah kami laksanakan di SMP Negeri 2 Gamping, Sleman, Yogyakarta.

Keberhasilan seluruh program PPL merupakan hasil dari kerja sama dari berbagai pihak. Oleh karena itu kami ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr Rochmat Wahab, M.Pd., MA., Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin diselenggarakannya program PPL (Praktek Pengalaman Lapangan)
2. Bapak Hedi Ardiyanto H S.Pd,M.Or, dosen pembimbing lapangan yang senantiasa membimbing dalam melaksanakan PPL.
3. Bapak Sugiyarto, S.Pd, kepala sekolah SMP Negeri 2 Gamping, Sleman, Yogyakarta yang berkenan memberikan izin melaksanakan kegiatan PPL.
4. Ibu Fr. Nunung S, S.Pd., selaku guru pembimbing lapangan yang senantiasa memberikan bimbingan saat praktek pengalaman lapangan di sekolah.
5. Bapak/Ibu guru, staf dan karyawan SMP Negeri 2 Gamping, Sleman, Yogyakarta yang telah membantu dalam pelaksanaan PPL di SMP Negeri 2 Gamping, Sleman, Yogyakarta.

6. Seluruh siswa-siswi SMP Negeri 2 Gamping, Sleman, Yogyakarta atas kerjasama dan partisipasinya dalam kegiatan ini.
7. Teman-teman anggota PPL SMP Negeri 2 Gamping yang senantiasa memberikan semangat dan motivasi dalam pelaksanaan program PPL.

Semua pihak yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu yang member dukungan dan bantuan dalam kegiatan PPL. Praktikan menyadari bahwa didalam penyusunan laporan ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu praktikan mohon saran dan kritik untuk kesempurnaan kerja kami di masa mendatang. Harapan kami semoga Laporan ini dapat memberikan manfaat bagi Universitas Negeri Yogyakarta, SMP Negeri 2 Gamping, Sleman, Yogyakarta kami sendiri maupun pembaca.

Yogyakarta, 15 September 2016

Mahasiswa



Nori Abdul Bhasit
NIM. 13601241013

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR LAMPIRAN	v
ABSTRAK	vi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Analisis Situasi	1
BAB II PEMBAHASAN	
A. Kegiatan PPL.....	9
1. Persiapan PPL	9
2. Pelaksanaan Program PPL	9
3. Analisis Hasil Pelaksanaan PPL	17
4. Refleksi	17
BAB III PENUTUP	
A. Kesimpulan	19
B. Saran	19
LAMPIRAN	

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Matrik Program Kerja PPL
- Lampiran 2. Catatan Mingguan PPL
- Lampiran 3. Lampiran Observasi
- Lampiran 4. Kalender Akademik SMP N 2 Gamping
- Lampiran 5. RPP
- Lampiran 6. Soal UH Kelas 7 dan 8
- Lampiran 7. Jadwal Pelajaran SMP N 2 Gamping
- Lampiran 8. Presensi kelas 8
- Lampiran 9. Kartu Bimbingan

ABSTRAK

Program PPL merupakan Program Praktek Pengalaman Lapangan (PPL). Program tersebut merupakan kegiatan yang pelaksanaannya disekolah. Tujuan dari kegiatan PPL terpadu adalah mengembangkan kompetensi mahasiswa sebagai calon pendidik dan atau tenaga pendidikan. PPL terpadu dilaksanakan mulai tanggal 15 Juli sampai dengan tanggal 15 September 2016 yang bertempat di SMP Negeri 2 Gamping.

Pelaksanaan PPL berjalan dengan baik maka diadakan persiapan yang terwujud dalam kegiatan pembekalan. Pembekalan PPL ada dua tahap yaitu Pembekalan tahap kedua dengan materi pengembangan wawasan mahasiswa, pelaksanaan pendidikan yang relevan dengan kebijakan-kebijakan baru pendidikan dan materi yang terkait dengan teknis PPL. Pembekalan tahap pertama dilakukan ketika mahasiswa semester enam yaitu pada bulan Juli 2016, sedangkan pembekalan tahap kedua dilaksanakan menjelang pelaksanaan PPL terpadu oleh masing-masing DPL setiap kelompok.

Program-program PPL dilaksanakan dengan baik meliputi persiapan, pelaksanaan dan analisis hasil. dalam kegiatan PPL ini mahasiswa harus membuat rencana pelaksanaan pembelajaran atau RPP sebelum mengajar, pihak kampus juga menentukan jumlah tatap muka yang harus dipenuhi oleh mahasiswa yaitu minimal 4-6 kali tatap muka. Program atau kegiatan PPL telah dikonsultasikan dan dibimbing oleh DPL dan kepala sekolah, koordinator PPL di sekolah, guru, staf dan karyawan. Serta atas partisipasi dan dukungan dari siswa SMP N 2 Gamping.

Kata kunci: PPL, Program PPL

BAB I

PENDAHULUAN

Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan salah satu mata kuliah wajib yang harus ditempuh oleh seluruh mahasiswa UNY yang mengambil jurusan kependidikan. Pelaksanaan PPL tahun 2016 selama 2 bulan yaitu, tanggal 15 Juli 2016 sampai tanggal 15 September 2016. Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) memberikan pengalaman kepada mahasiswa dalam melaksanakan tugas-tugas kependidikan tenaga pendidik dalam hal ini guru yang meliputi kegiatan praktek mengajar atau kegiatan kependidikan lainnya. Sebagai calon pendidik, mahasiswa diberikan pengalaman Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) untuk bisa melihat kondisi nyata yang ada di sekolah-sekolah.

Pengalaman-pengalaman yang diperoleh selama Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) diharapkan dapat digunakan sebagai bekal untuk membentuk mahasiswa kependidikan yang merupakan calon pendidik (calon guru), dapat menjadi tenaga kependidikan yang profesional. Melihat latar belakang yang ada, praktikan melaksanakan PPL di tempat yang telah disetujui oleh pihak UPPL, yaitu SMP N 2 Gamping, Sleman, Yogyakarta. Sebelum kegiatan PPL dilaksanakan, dilakukan penerjunan mahasiswa Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) dan pembagian guru pembimbing di sekolah serta melakukan observasi terlebih dahulu. Observasi yang dilakukan adalah observasi keadaan sekolah dan keadaan di dalam kelas saat guru pembimbing mengajar.

Pelaksanaan PPL diharapkan dapat memberikan pengalaman belajar bagi mahasiswa, terutama dalam hal pengalaman mengajar, memperluas wawasan, melatih dan mengembangkan kompetensi yang diperlukan dalam bidangnya, meningkatkan keterampilan, kemandirian, tanggung jawab, rasa percaya diri, dan kemampuan memecahkan masalah. Adapun tujuan dari pelaksanaan PPL adalah:

1. Memberikan pengalaman kepada mahasiswa dalam bidang pembelajaran dan managerial di sekolah atau lembaga, dalam rangka melatih dan mengembangkan kompetensi keguruan atau kependidikan.
2. Memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk mengenal, mempelajari, dan menghayati permasalahan sekolah atau lembaga baik yang terkait dengan proses pembelajaran maupun kegiatan managerial kelembagaan.
3. Meningkatkan kemampuan mahasiswa untuk menerapkan ilmu pengetahuan dan ketrampilan yang telah dikuasai secara interdisipliner ke dalam kehidupan nyata di sekolah atau lembaga pendidikan.

4. Memacu pengembangan sekolah atau lembaga dengan cara menumbuhkan motivasi atas dasar kekuatan sendiri.
5. Meningkatkan hubungan kemitraan antara UNY dengan pemerintah daerah, sekolah, dan lembaga pendidikan terkait.

Dalam observasi diharapkan mahasiswa yang melaksanakan kegiatan PPL lebih mengenal lingkungan lokasi PPL yang sudah di tentukan, yaitu di SMP N 2 Gamping, Sleman, Yogyakarta.

A. Analisis Situasi

1. Analisis kondisi fisik sekolah

SMP Negeri 2 Gamping di bagian barat kota Yogyakarta, tepatnya di Jl. Jambon Trihanggo, Gamping, Sleman. Sekolah ini merupakan salah satu tempat yang digunakan untuk lokasi PPL UNY tahun 2016 pada semester khusus. Lokasinya cukup strategis karena tidak begitu jauh dari jalan raya. Sekolah ini juga sangat kondusif sebagai tempat belajar karena keramaian jalan raya tidak begitu terdengar. Hal ini merupakan potensi fisik yang sangat menunjang untuk KBM (Kegiatan Belajar Mengajar). SMP Negeri 2 Gamping memiliki Visi dan Misi sebagai berikut:

Visi yang dimiliki SMP Negeri 2 Gamping adalah “PRIMA DALAM PRESTASI BERLANDASKAN IMAN DAN TAQWA” Indikator dari visi tersebut antara lain:

- a. Berorientasi pada keunggulan dengan memerhatikan petensi kekinian;
- b. Sesuai dengan norma dan harapan masyarakat;
- c. Bersifat mengikat bagi setiap sivitas akademika SMP Negeri 2 Gamping
- d. Sebagai panduan bagi pelaksanaan misi sekolah SMP Negeri 2 Gamping.

Misi yang dilakukan untuk meraih visi tersebut adalah sebagai berikut:

- a. Melaksanakan pembelajaran yang aktif, inovatif, kreatif, efektif, dan menyenangkan (PAIKEM)
- b. Melaksanakan pembelajaran yang dapat mewujudkan lulusan yang cerdas, kompetitif dan berakhlak mulia
- c. Mewujudkan lulusan yang berkualitas dalam beribadah, berakhlak mulia dan bertingkah laku baik di dalam keluarga dan masyarakat
- d. Mewujudkan lulusan yang berkualitas dalam bersikap dan berperilaku sesuai norma agama dan budaya bangsa Indonesia

- e. Menumbuhkembangkan penghayatan dan pengamalan terhadap agama yang dianut untuk membentuk budi pekerti yang baik
- f. Menciptakan suasana yang kondusif untuk keefektifan seluruh kegiatan sekolah
- g. Mengembangkan budaya kompetitif bagi peningkatan prestasi peserta didik
- h. Mengutamakan kerja sama dalam menyelesaikan tugas kependidikan dan keguruan
- i. Melestarikan dan mengembangkan bidang olahraga, seni, dan budaya.
- j. Mengembangkan pribadi yang cinta tanah air dan bangsa.

Adapun fasilitas yang dimiliki SMP Negeri 2 Gamping, antara lain sebagai berikut :

a. Ruang Administasi

Ruang administrasi terdiri dari beberapa ruang. Adapun ruangan-ruangan tersebut meliputi:

- 1) Ruang Kepala Sekolah
- 2) Ruang Staff
- 3) Ruang Guru
- 4) Ruang Tata Usaha
- 5) Ruang Bimbingan dan Konseling (BK).

b. Ruang Pengajaran

1) Ruang Kelas

Ruang pengajaran teori di SMP N 2 Gamping terdapat 18 ruang kelas yang terdiri dari:

- a) Ruang kelas VII, terdiri dari 6 ruang kelas yaitu kelas VIIA-VIIIF.
- b) Ruang kelas VIII, terdiri dari 6 ruang kelas yaitu kelas VIIIA-VIIIF.
- c) Ruang kelas IX, terdiri dari 6 ruang kelas yaitu kelas IXA-IXF
Masing-masing kelas memiliki fasilitas untuk menunjang proses pembelajaran yang meliputi meja, kursi, whiteboard, papan absensi, proyektor, dan lain-lain.

2) Laboratorium

Laboratorium memegang peranan penting dalam proses pembelajaran sehingga kelengkapn dan pengelolaan yang baik

sangat diperlukan. Ruangan pengajaran praktek mencakup ruang laboratorium yang terdiri dari :

- a) Laboratorium IPA
- b) Laboratorium Komputer
- c) Laboratorium Elektro
- d) Laboratorium Bahasa

3) Ruang Penunjang

Ruang penunjang terdiri dari ruang perpustakaan, ruang UKS, ruang keterampilan ekstrakurikuler, tempat ibadah, dan tempat parkir. Deskripsi ruangan-ruangan tersebut adalah sebagai berikut:

a) Perpustakaan

Perpustakaan sekolah merupakan salah satu sarana penting untuk mencapai tujuan pembelajaran terutama untuk mencapai tujuan pembelajaran. Fasilitas yang ada di Perpustakaan SMP Negeri 2 Gamping:

- (1) Fasilitas Ruang Baca
- (2) Buku-buku pelajaran yang terkait dalam pembelajaran.
- (3) Majalah dan koran.
- (4) Fasilitas komputer dan hotspot.
- (5) Untuk siswa, terdapat dua jenis kartu peminjaman; kartu peminjaman harian dan mingguan.

b) Ruang Komputer

Ruang komputer terletak di depan sekolah yaitu, di timur ruang TU.

c) AULA

AULA terletak di di dekat tempat parkir motor guru. AULA di SMP Negeri 2 Gamping digunakan untuk kegiatan olahraga, pertemuan seperti penerimaan mahasiswa PPL. AULA juga terkadang dipinjam oleh warga sekitar untuk berolahraga, per bulan membayar sebesar Rp. 50.000,00.

d) UKS

Ruang Unit Kesehatan Sekolah (UKS) berada di belakang ruang Kepala Sekolah dan di depan ruang guru. Ruang UKS terdapat 4 tempat tidur yang dilengkapi kasur, selimut, bantal, selain itu terdapat 2 lemari, 1 meja kerja,

poster-poster, serta alat ukur kesehatan baik timbangan berat badan, tensi meter, dan termometer.

e) Ruang Keterampilan dan Musik

Ruang keterampilan ekstrakurikuler terletak di timur lapangan basket. Ruang keterampilan ekstrakurikuler berisi peralatan-peralatan penunjang ekstrakurikuler seperti peralatan drumband, perlengkapan mayoret, peralatan pramuka, gitar, drum, dan lain-lain.

f) Ruang Koperasi

Ruang Koperasi terletak di sebelah utara perpustakaan. Ruang koperasi tidak begitu luas dan terkadang juga tidak dibuka karena tidak ada yang menjaga ruang koperasi.

g) Tempat ibadah (mushola)

Mushola terletak di depan ruang kelas 8D dan berada di sebelah selatan lapangan basket. Setiap waktu duhur, anak-anak diajak untuk solat berjamaah di Mushola.

h) Lapangan Olahraga

Lapangan olahraga yang digunakan adalah lapangan basket yang berada di dekat mushola dan lapangan yang ada di tengah sekolah. Terkadang olahraga dilakukan di Lapangan Biru yang terletak di dekat sekolah.

i) Ruang Gudang

Ruang Gudang terletak di utara tempat parkir motor guru. Gudang berisi peralatan olahraga seperti bola basket, bola sepak, net, dan lain-lain.

j) Tempat parkir

Tempat parkir motor guru berada di timur AULA sekolah, tempat parkir sepeda siswa berada di utara gudang sekolah, dan tempat parkir mobil guru berada di barat AULA sekolah.

k) Kantin Sekolah

Kantin sekolah ada 4, yaitu 1 kantin di dekat Laboratorium IPA, 1 kantin terletak di utara kamar mandi dekat 9D, 1 kantin di dekat tempat parkir, dan 1 kantin terletak di utara AULA sekolah.

l) Kamar Mandi dan WC

SMP N 2 Gamping memiliki banyak kamar mandi. 1 kamar mandi di selatan ruang staff, 1 kamar mandi di dekat mushola, 4 kamar mandi di dekat kelas 8D, 4 kamar mandi di belakang perpustakaan, 4 kamar mandi di dekat 9D.

4) Kegiatan Ekstrakurikuler

SMP Negeri 2 Gamping juga memiliki banyak kegiatan ekstrakurikuler sebagai wahana penyaluran dan pengembangan minat dan bakat peserta didiknya. Kegiatan ekstrakurikuler tersebut secara struktural berada di bawah koordinasi sekolah dan OSIS. Kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan di sekolah ini antara lain :

- a) Bidang keagamaan
- b) Pramuka
- c) PMR (Palang Merah Remaja)
- d) KIR (Karya Ilmiah Remaja)
- e) Komputer, bahasa asing, teater dan jurnalistik
- f) Bidang olahraga misalnya: volley ball, karate, basket, futsal, anggar
- g) Mading
- h) Seni Tari
- i) Drumband

5) Infrastruktur

Infrastruktur yang dimiliki terdiri dari pagar, listrik, tanaman, kolam, sedangkan lapangan outdoor untuk olahraga berupa bak lompat jauh, lapangan basket, *volley ball*, bulu tangkis yang terpisah antara yang satu dengan yang lainnya. Selain fasilitas-fasilitas tersebut SMP Negeri 2 Gamping memiliki layanan Bimbingan dan Konseling yang berfungsi sebagai tempat untuk konsultasi dan perbaikan dan peningkatan prestasi diklat ataupun yang lainnya yang berkenaan dengan bidang studi BK.

SMP Negeri 2 Gamping yang berada di bagian barat kota Yogyakarta, tepatnya di Trihanggo, Gamping, Sleman. Sekolah ini merupakan salah satu tempat yang digunakan untuk lokasi PPL UNY tahun 2016 pada semester khusus. Disekolah ini memiliki 6

kelas paralel setiap tingkat dan jumlah setiap kelasnya terdiri dari 32-34 anak.

Siswa-siswi di sekolah memiliki latar belakang keluarga dan lingkungan yang berbeda-beda, sehingga sikap dan perilaku yang ditunjukkan antara satu sama lain pasti berbeda. Ada anak yang perilaku dan tutur katanya kasar dan sulit diatur, ada anak yang sangat pendiam dan sulit sekali untuk diajak aktif saat proses pembelajaran, ada juga anak yang manja, dan ada juga anak yang turut aktif mengikuti pelajaran Pendidikan jasmani (Penjas).

Di sekolah ini banyak siswa yang meraih prestasi baik di bidang akademik maupun non akademik. Mereka semua meraih juara-juara baik ditingkat provinsi maupun tingkat nasional. Prestasi-prestasi yang mereka raih tidak lepas dari kerja keras guru-guru dalam membimbing siswa-siswinya. Di dalam maupun di luar kelas saat proses pembelajaran berlangsung terutama pada proses KBM (kegiatan Belajar Mengajar) Pendidikan Jasmani (Penjas) siswa-siswinya sangat sulit untuk dikondisikan, oleh sebab itu kita sebagai pengajar harus mampu mencuri perhatian siswa dengan penggunaan metode-metode pembelajaran yang menarik siswa.

Salah satu contohnya adalah pembelajaran dengan cara bermain dengan memanfaatkan fasilitas-fasilitas yang ada di sekolah. Pembelajaran Penjas dengan penggunaan metode-metode yang dapat menarik perhatian siswa diharapkan dapat membantu siswa dalam penguasaan materi yang diberikan, sehingga siswa akan lebih mudah dalam memahami apa yang disampaikan oleh guru.

2. Analisis kondisi non fisik sekolah

a. Kepala Sekolah

Kepala sekolah SMP Negeri 2 Gamping dijabat oleh Bapak Sugiyarto, S.Pd. Kepala sekolah mempunyai wewenang sebagai berikut:

- 1) Sebagai administrator yang bertanggung jawab pada pelaksanaan kurikulum, ketatausahaan, administrasi personalia pemerintah dan pelaksana intruksi dari atasan.
- 2) Sebagai pemimpin usaha sekolah agar dapat berjalan dengan baik.

3) Sebagai supervisor yang memberikan pengawasan dan bimbingan kepada guru, karyawan dan peserta didik agar dapat menjalankan fungsinya dengan baik dan lancar.

b. Tenaga Pengajar/Guru

Jumlah tenaga pengajar atau guru di SMP N 2 Gamping adalah 36 orang PNS S1, 1 Orang PNS D3 dan 7 orang Guru Honorer dengan tingkat pendidikan S1. Setiap tenaga pengajar di SMP N 2 Gamping mengampu mata pelajaran yang sesuai dengan keahlian di bidangnya masing-masing.

Guru-guru SMP Negeri 2 Gamping memiliki kompetensi di bidangnya masing-masing sehingga mampu mentransfer ilmunya dengan baik dan selain itu mampu mentransfer nilai-nilai kehidupan yang penting bagi peserta didik. Dari segi kedisiplinan, kerapian dan ketertiban guru-guru SMP Negeri 2 Gamping sudah baik.

c. Wali Kelas

Wali kelas bertanggung jawab terhadap kelasnya masing-masing, di sini wali kelas mempunyai tanggung jawab untuk mengendalikan suasana dan keadaan peserta didik kelas masing-masing. Selain itu wali kelas juga bertanggung jawab terhadap administrasi kelas.

d. Karyawan

Karyawan yang ada di SMP Negeri 2 Gamping terdiri dari karyawan Tata Usaha, laboratorium, perpustakaan, tukang kebun/penjaga sekolah dan satpam sekolah. Karyawan di SMP Negeri 2 Gamping cukup memadai dan secara umum memiliki potensi yang baik sesuai dengan bidangnya.

e. Bimbingan dan Konseling

Guru Bimbingan dan Konseling SMP Negeri 2 Gamping berjumlah 3 orang. Pelayanan Bimbingan dan Konseling setiap hari pada jam sekolah bagi peserta didik yang akan berkonsultasi. Selain itu, Bimbingan dan Konseling ini berfungsi untuk menangani peserta didik yang melakukan pelanggaran. Pelaksanaan bimbingan dan konseling di SMP Negeri 2 Gamping juga diberi jam khusus di kelas. Pelaksanaan bimbingan dan konseling ini dilakukan oleh seluruh guru Bimbingan Konseling (BK). Pelaksanaan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada peserta didik kelas VII, VIII dan IX berjalan dengan baik.

f. Peserta didik

Secara kuantitas, SMP Negeri 2 Gamping pada tahun 2015/2016 jumlah peserta didik SMP Negeri 2 Gamping sebanyak 614 orang yang menempati 18 ruang kelas. Peserta didik SMP Negeri 2 Gamping berasal dari berbagai daerah di Indonesia yang memiliki beberapa prestasi, baik ditingkat regional maupun nasional.

B. PERUMUSAN PROGRAM DAN RANCANGAN KEGIATAN PPL

1. Perumusan Program PPL

Perumusan program PPL dilakukan setelah proses observasi untuk mengidentifikasi masalah yang ada di SMP N 2 Gamping. Permasalahan yang ditemukan adalah kondisi sekolah yang kurang bersih, kurang optimalnya penggunaan sarana atau fasilitas terutama menyangkut media pembelajaran untuk meningkatkan Sumber Daya Manusia (SDM) dan kualitas sekolah sendiri. Minimnya pengelolaan juga menjadi kendala dalam proses pengembangan yang direncanakan.

Berdasarkan hasil observasi dan analisis situasi di SMP 2 Gamping yang telah dilaksanakan oleh mahasiswa PPL UNY, maka disusunlah Program Kerja PPL yang dibahas dengan Guru pembimbing dan pertimbangan DPL sebagai berikut:

a. Bimbingan Dengan Guru Pembimbing

Kegiatan bimbingan bermanfaat bagi mahasiswa PPL selama pelaksanaan PPL di sekolah. Kegiatan bimbingan dilaksanakan secara tidak terjadwal, sehingga bisa dilakukan sewaktu – waktu.

b. Mempersiapkan Perangkat Mengajar.

Program ini bertujuan untuk melatih mahasiswa sebagai calon guru agar dapat merasakan bagaimana menjadi guru sesungguhnya. Administrasi pendidikan yang dibuat antara lain memuat tentang RPP, daftar presensi, daftar nilai, analisis ulangan harian, soal-soal ulangan harian.

c. Membuat Media Pembelajaran

Program ini bertujuan untuk menambah koleksi media pembelajaran Penjas yang belum ada di SMP 2 Gamping. Media ini diharapkan bisa digunakan semaksimal mungkin dalam mempermudah penyampaian materi pelajaran Penjas kepada siswa, media yang dibuat berupa Lembar Kerja Siswa, *power point*, serta video yang berkaitan dengan materi.

d. Praktik Mengajar Di Kelas

Praktik mengajar yang dilakukan meliputi :

1) Praktik Mengajar Terbimbing

Praktik mengajar terbimbing adalah praktik mengajar di mana mahasiswa praktikan mendapat arahan dalam pembuatan perangkat pembelajaran, persiapan mengajar, evaluasi pembelajaran siswa dan administrasi guru yang diperlukan untuk kelancaran kegiatan pembelajaran. Kegiatan mengajar terbimbing diawali dari konsultasi awal mengenai jadwal mengajar, pembagian kelas dan materi, dan membahas perangkat apa saja yang diperlukan. Penyusunan perangkat pembelajaran, persiapan mengajar dan administrasi guru juga diikuti dengan konsultasi dengan guru pembimbing.

2) Praktik Mengajar Mandiri

Dalam praktik mengajar mandiri mahasiswa praktikan dapat mengajar dengan materi yang ditentukan oleh mahasiswa dengan pemantauan dari guru pembimbing.

e. Menyusun Evaluasi Pembelajaran

Kegiatan evaluasi pembelajaran merupakan kegiatan pokok untuk mengetahui hasil belajar siswa. Persiapan evaluasi pembelajaran meliputi pembuatan soal *post test*, tugas rumah dan pembuatan kisi – kisi ulangan harian. Kegiatan evaluasi pembelajaran meliputi *post test*, pemberian tugas rumah dan ulangan harian. *Post test* dilakukan setelah selesai pembelajaran pada setiap kali pertemuan. Tugas rumah selalu diberikan pada setiap pertemuan. Sementara ulangan harian dilaksanakan pada setiap akhir bab. Analisis hasil evaluasi *post test* dan tugas rumah adalah berupa mengkoreksi pekerjaan siswa, dari kegiatan tersebut dapat diketahui ketercapaian tujuan pembelajaran pada setiap pertemuan. Analisis hasil ulangan harian dilakukan setelah melakukan koreksi terhadap pekerjaan siswa. Hasil analisis ulangan harian mencerminkan tingkat penguasaan materi siswa, dan bagian mana sajakah dari materi yang kurang dikuasai siswa. Jika terdapat siswa yang belum tuntas KKM maka akan dilakukan program remedi.

f. Penyusunan Laporan PPL

Mahasiswa yang telah melaksanakan kegiatan PPL diwajibkan membuat laporan baik secara kelompok maupun individual. Laporan ini disusun sebagai pertanggung jawaban kegiatan yang telah dilaksanakan

2. RANCANGAN KEGIATAN PPL

Kegiatan PPL dilaksanakan untuk menerapkan hasil pendidikan yang diperoleh di perkuliahan yang bertujuan untuk memperoleh keterampilan pendidikan secara langsung, agar profesionalisme dan kompetensi sebagai pendidik berkembang pendidikan secara langsung, agar profesionalisme dan kompetensi sebagai pendidik berkembang. Kegiatan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) mahasiswa UNY dilaksanakan mulai dari tanggal 15 Juli 2016 sampai 15 September 2016. Adapun rangkaian kegiatan ini sebenarnya dimulai sejak di kampus dengan mata kuliah Pembelajaran Mikro.

Secara garis besar, rangkaian kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) ini meliputi:

a. Tahap Persiapan di Kampus

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

b. Penerjunan Mahasiswa ke SMP 2 Gamping dan Penyerahan Mahasiswa untuk Observasi

Penerjunan mahasiswa PPL dilaksanakan pada tanggal 27 Februari 2016. Penyerahan ini dihadiri oleh Dosen Pembimbing Lapangan UNY 2016 yaitu Ibu Emil (Dosen Pendidikan Seni Tari, FBS, UNY), Kepala Sekolah SMP 2 Gamping yaitu Bapak Sigiyanto, Wakil Kepala Sekolah SMP 2 Gamping yaitu Bapak Eko, Koordinator PPL 2016 SMP 2 Gamping yaitu Bapak Didik, beberapa guru pendamping SMP 2 Gamping serta 12 mahasiswa PPL UNY 2016. Kegiatan observasi dimaksudkan untuk mengetahui kondisi fisik dan nonfisik dari SMP 2 Gamping.

c. Pembekalan PPL

Pembekalan dilaksanakan satu kali dan sifatnya wajib bagi mahasiswa PPL. Kegiatan pembekalan diadakan dengan maksud memberikan bekal untuk melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di sekolah. Pada pembekalan ini juga diberikan materi mengenai petunjuk teknis pelaksanaan PPL dalam kaitannya dengan Kegiatan Belajar Mengajar di sekolah.

d. Pelepasan Mahasiswa ke SMP 2 Gamping

Pelepasan dilakukan di GOR UNY 15 Juli 2016 dihadiri oleh seluruh mahasiswa PPL UNY 2016.

e. Observasi Lapangan

Observasi lapangan merupakan kegiatan pengamatan terhadap berbagai karakteristik komponen pendidikan, iklim dan norma yang berlaku di SMP 2 Gamping. Kegiatan ini bertujuan agar praktikan mengetahui sarana dan prasarana, situasi dan kondisi pendukung proses belajar mengajar di tempat praktik. Pengenalan ini dilakukan dengan cara observasi dan wawancara. Sedangkan waktu yang dibutuhkan untuk melakukan observasi disesuaikan dengan kebutuhan individu dari masing-masing mahasiswa, dan disertai dengan persetujuan pejabat sekolah yang berwenang.

Adapun hal-hal yang menjadi fokus dalam pelaksanaan observasi lingkungan sekolah praktikan mengamati beberapa aspek yaitu:

1) Perangkat Pembelajaran

Praktikan mengamati bahan ajar serta kelengkapan administrasi yang dipersiapkan guru pembimbing sebelum KBM berlangsung agar praktikan lebih mengenal perangkat pembelajaran, seperti Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran (KTSP), Silabus, dan Rancangan Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang digunakan.

2) Proses Pembelajaran

Tahap ini meliputi kegiatan observasi proses kegiatan belajar mengajar langsung di kelas. Hal-hal yang diamati dalam proses belajar mengajar yaitu; membuka pelajaran, penyajian materi, metode pembelajaran, penggunaan bahasa, penggunaan waktu, gerak, cara memotivasi siswa, tehnik bertanya, tehnik penguasaan kelas, penggunaan media, bentuk dan cara penilaian, serta menutup pelajaran. Dalam observasi ini mahasiswa mengamati proses pembelajaran pada guru pembimbing yang sedang mengajar. Hal ini ditunjukkan agar mahasiswa mendapat pengalaman dan pengetahuan serta bekal yang cukup mengenai bagaimana cara mengelola kelas yang sebenarnya, sehingga nantinya pada saat mengajar, mahasiswa mengetahui sikap apa yang seharusnya diambil.

3) Perilaku / Keadaan Peserta didik

Praktikan mengamati perilaku siswa ketika mengikuti proses kegiatan belajar mengajar baik di dalam maupun di luar kelas.

f. Observasi Pembelajaran di Kelas dan Persiapan Perangkat Pembelajaran

Dalam observasi ini mahasiswa mengamati proses pembelajaran pada guru pembimbing yang sedang mengajar. Hal ini ditujukan agar mahasiswa mendapat pengalaman dan pengetahuan serta bekal yang cukup mengenai bagaimana cara mengelola kelas yang sebenarnya, sehingga pada saat mengajar, mahasiswa mengetahui sikap apa yang harus diambil.

g. Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan

1) Persiapan Mengajar

Kegiatan ini meliputi mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan untuk kegiatan, seperti melaksanakan pembagian jadwal dengan rekan satu jurusan, membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), membuat media/alat peraga, konsultasi dengan guru pembimbing serta mempersiapkan materi beserta tugas-tugas yang akan diberikan.

2) Pelaksanaan Praktik Mengajar

Praktik mengajar Penjas mulai dilaksanakan pada tanggal 21 Juli 2016 sampai dengan 9 September 2016. Mahasiswa PPL melaksanakan praktik mengajar mata pelajaran Penjas sebanyak 28 kali pertemuan. Yaitu mengajar 6 kelas VII yaitu kelas VII A, VII B, VII C, VII D, VII E, VII F, dan kelas VIII yaitu VIII A dan VIII B.

3) Konsultasi dengan Guru Pembimbing

Sebelum melaksanakan praktik mengajar, praktikan konsultasi dengan guru pembimbing tentang materi apa saja yang akan disampaikan. Selain itu praktikan juga konsultasi dengan guru pembimbing setelah proses pembelajaran selesai sebagai evaluasi dari proses pembelajaran yang telah dilaksanakan.

4) Praktik Persekolahan

Selain mengajar di kelas, praktikan juga melakukan praktik di persekolahan berupa administrasi sekolah. Dengan bimbingan dan arahan guru pembimbing, mahasiswa dapat mengetahui cara melakukan administrasi sekolah seperti program dan pelaksanaan harian. Dengan demikian praktikan mengetahui tugas-tugas administrasi yang harus dilakukan oleh guru. Hal ini memberikan

pengalaman berharga bagi praktikan dan dapat digunakan untuk bekal menjadi guru.

h. Penyusunan Laporan

Penyusunan laporan merupakan tugas akhir dari pelaksanaan PPL dan merupakan pertanggungjawaban atas pelaksanaan PPL. Data yang digunakan untuk menyusun laporan diperoleh melalui praktik mengajar maupun praktik persekolahan. Hasil dari laporan ini diharapkan selesai dan dikumpulkan atau untuk disahkan sesuai dengan waktu yang ditentukan.

i. Penarikan Mahasiswa PPL

Penarikan mahasiswa dari lokasi PPL, yaitu SMP 2 Gamping, dilaksanakan pada tanggal 15 September 2016, yang juga menandai berakhirnya tugas yang harus dilaksanakan oleh mahasiswa PPL UNY.

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN, ANALISIS HASIL DAN PROGRAM PPL

A. PERSIAPAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN

Sebelum melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), setiap mahasiswa mendapatkan Pembekalan PPL yang bertujuan untuk memberi gambaran kepada mahasiswa mengenai kegiatan yang akan dilaksanakan pada saat PPL. Pembekalan PPL merupakan syarat wajib bagi mahasiswa untuk dapat melaksanakan PPL. Dengan mengikuti pembekalan diharapkan mahasiswa dapat melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan dengan hasil yang baik. Syarat wajib lainnya agar dapat melaksanakan PPL adalah lulus mata kuliah pengajaran mikro minimal dengan nilai B. Dengan pengajaran mikro ini diharapkan mahasiswa calon peserta PPL dapat belajar bagaimana cara mengajar yang baik dengan dibimbing oleh dosen pembimbing pembelajaran mikro.

Kegiatan yang dilakukan mahasiswa yang merupakan tahap persiapan sebelum melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan, yaitu:

1. Pengajaran Mikro (PPL I)

Pengajaran mikro merupakan salah satu syarat yang harus dipenuhi praktikan, dimana pada praktiknya dilaksanakan pada setiap jurusan kependidikan berupa kegiatan praktik mengajar dalam kelompok kecil yang terdiri dari 8 siswa yaitu teman-teman mahasiswa yang berperan menjadi siswanya.

2. Observasi

Sebelum melaksanakan kegiatan PPL, mahasiswa terlebih dahulu melakukan kegiatan pra PPL yakni observasi sekolah. Observasi sekolah dilaksanakan pada Februari 2016 setelah penerjunan tim PPL. Observasi bertujuan untuk mengetahui kondisi sekolah secara umum, yang kemudian

akan digunakan sebagai acuan dalam penyusunan program kerja PPL yang dilakukan selama 9 minggu mulai tanggal 15 Juli 2016 - 15 September 2016.

Kegiatan observasi PPL yang dilakukan meliputi:

- a. Observasi lingkungan fisik sekolah secara keseluruhan.

Observasi lingkungan fisik sekolah dilakukan untuk mengetahui ketersediaan dan penggunaan sarana prasarana sekolah dalam mendukung pembelajaran di sekolah dan kenyamanan seluruh warga sekolah ketika beraktivitas sehari-hari di sekolah.

- b. Observasi potensi sumber daya SMP 2 Gamping baik potensi guru, siswa, maupun karyawan.

Observasi potensi sumber daya SMP 2 Gamping baik potensi guru, siswa, maupun karyawan dimaksudkan agar kita dapat belajar tentang potensi yang ada seperti cara guru mengelola kelas, cara siswa berinteraksi dengan guru, interaksi antara sesama guru maupun karyawan, dan potensi yang lainnya.

- c. Observasi proses pembelajaran di kelas, sebagai bekal untuk pelaksanaan PPL.

Observasi pembelajaran di kelas merupakan kegiatan pengamatan oleh mahasiswa peserta PPL terhadap guru pembimbing di dalam kelas. Dari pihak sekolah, mahasiswa peserta PPL diberi kesempatan observasi kelas dengan jadwal menyesuaikan jadwal guru pembimbing masing-masing. Dengan observasi pembelajaran di kelas diharapkan agar mahasiswa memperoleh gambaran secara nyata mengenai teknik pembelajaran di kelas dan kondisi kelas saat proses pembelajaran. Hal ini juga dimaksudkan agar mahasiswa dapat lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan kelas yang nantinya akan menjadi tempat belajar mengajar dan mengetahui apa yang harus dipersiapkan dan lakukan pada saat sebelum dan setelah mengajar.

Tujuan dari observasi ini adalah agar mahasiswa mempunyai pengetahuan dan tambahan pengalaman dari guru pembimbing dalam hal mengajar dan pengelolaan kelas. Observasi kelas mata pelajaran Ilmu Pengetahuan Sosial dilaksanakan setelah mahasiswa PPL UNY 2016 diterjunkan. Observasi kelas dilakukan pada Februari 2016. Kegiatan yang dilaksanakan adalah mengikuti guru pembimbing dalam pelajaran Penjas.

- d. Melakukan koordinasi dengan kelompok terkait persiapan pelaksanaan PPL.

- e. Menyusun rencana program kerja PPL yang kemudian dikonsultasikan dengan DPL dan guru pembimbing mata pelajaran

Observasi dilakukan agar mahasiswa mengenal dan memperoleh gambaran tentang pelaksanaan proses pembelajaran, kondisi sekolah, dan kondisi lembaga. Dalam kegiatan observasi, mahasiswa tidak menilai guru dan tidak mencari guru model, tetapi lebih ditekankan pada usaha mengetahui figure keteladanan guru, baik mengenal penguasaan materi pembelajaran maupun penampilan guru. Observasi dilakukan pada tanggal 21 Juli – 22 Juli 2016 dan pelaksanaan mengajar mulai pada tanggal 25 Juli 2016.

3. Pembuatan Perangkat Pembelajaran

Mahasiswa PPL diwajibkan untuk membuat persiapan mengajar. Dalam hal ini mahasiswa PPL diwajibkan untuk membuat perangkat pembelajaran yang meliputi Silabus, RPP, lembar presensi siswa, dan lembar penilaian siswa, sehingga proses pembelajaran dapat berlangsung lancar sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Setelah membuat perangkat pembelajaran, mahasiswa diharapkan mengkonsultasikan perangkat tersebut dengan guru pembimbing lapangan sebelum digunakan untuk praktek pembelajaran.

B. PELAKSANAAN PRAKTIK PENGALAMANAN LAPANGAN

Mahasiswa, khususnya mahasiswa kependidikan, adalah *agent of change* atau agen perubahan. Para mahasiswa dituntut untuk mampu mengaktualisasikan kemampuan dan kompetensi yang dimilikinya sebagai hasil belajar di bangku kuliah dalam kehidupan yang nyata. Terkait dengan pemikiran tersebut, program PPL merupakan suatu wahana yang tepat bagi mahasiswa untuk mengimplementasikan ilmu yang dikuasainya. Dalam kesempatan ini, saya mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta program studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial telah melaksanakan program-program PPL di SMP 2 Gamping.

Adapun pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah sebagai berikut:

1. Persiapan Mengajar

Kegiatan ini meliputi mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan untuk kegiatan mengajar, seperti merencanakan jadwal mengajar, membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), serta mempersiapkan materi beserta tugas-tugas yang akan diberikan kepada siswa.

2. Konsultasi dengan Guru Pembimbing

Dalam setiap kesempatan guru pembimbing memberikan arahan kepada praktikan agar melaksanakan PPL dengan baik. Guru pembimbing

memberikan gambaran tentang kondisi siswa-siswa SMP 2 Gamping dalam hal kualitas. Guru pembimbing juga memberikan solusi-solusi tentang masalah-masalah yang mungkin muncul saat mengajar dan memberikan saran untuk mengatasi kesulitan-kesulitan tersebut.

3. Pelaksanaan Praktik Mengajar

Hal yang perlu diperhatikan oleh praktikan dalam Praktik Pengalaman Lapangan adalah kesiapan fisik dan mental. Hal ini bertujuan agar selama kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan berlangsung, praktikan akan mampu menghadapi dan menyingkapi setiap hambatan dan gangguan yang mungkin muncul selama pelaksanaan PPL. Selain itu, praktikan tentu saja harus mempersiapkan materi yang diajarkan. Dengan persiapan materi yang matang, diharapkan ketika melaksanakan Praktik Mengajar praktikan mampu menguasai materi dan mampu menyampaikannya kepada peserta didiknya.

4. Penggunaan Metode Pembelajaran

Rincian dari pelaksanaan KBM di lapangan adalah sebagai berikut :

1) Membuka pelajaran

Tujuan membuka pelajaran adalah untuk menyiapkan baik siswa maupun kelas pada kondisi siap untuk pelaksanaan belajar mengajar baik secara fisik maupun material

- Mengucapkan salam
- Mempresensi siswa atau menanyakan yang tidak hadir
- Melakukan apersepsi

2) Penyajian materi

Praktikan menyampaikan materi dengan metode ekspositori yang diintegrasikan dengan Tanya jawab kepada peserta didik. Pemberian materi kepada peserta didik dilakukan dengan cara praktik dilapangan juga memanfaatkan media yang telah disiapkan sesuai KD yang disampaikan

3) Penggunaan bahasa

Bahasa yang digunakan dalam berkomunikasi dengan peserta didik mayoritas adalah bahasa Indonesia

4) Penggunaan waktu

Waktu yang tersedia digunakan untuk membuka pelajaran, penyampaian materi, evaluasi, dan menutup pelajaran.

5) Gerak

Selama dilapangan, praktikan tidak terpaku pada satu tempat, tetapi juga berjalan ke arah peserta didik untuk mengetahui secara pasti kesulitan yang dihadapi oleh peserta dan mengendalikan kondisi kelas.

6) Cara memotivasi siswa

Secara umum motivasi siswa yang diberikan oleh praktikan adalah pemberian pujian atau penguatan bagi peserta didik yang aktif dalam kegiatan belajar mengajar

7) Teknik bertanya

Disela-sela penyampaian materi praktikan selalu memberikan pertanyaan kepada peserta didik. Teknik bertanya yang diterapkan oleh praktikan pertama-tama adalah memberikan pertanyaan kepada seluruh peserta didik. Tujuannya adalah agar peserta didik tersebut mau berpikir, kemudian praktikan mempraktikannya kembali.

8) Teknik penguasaan kelas

Teknik penguasaan kelas yang dilakukan oleh praktikan antara lain dengan bersuara yang cukup terdengar selama kegiatan mengajar, menegur peserta didik yang tidak memperhatikan pelajaran, dan selalu mengarahkan peserta didik untuk tetap memperhatikan atau konsentrasi pada pelajaran

9) Media pembelajaran

Media pembelajaran yang digunakan oleh praktikan antara lain bola sepak, bola voli, bola basket, cone, peluit, net voli, raket, shuttle cock, net bulutangkis, lembing yang disiapkan dalam menyampaikan materi tiap KD

10) Bentuk dan cara penilaian

Dalam setiap kegiatan pembelajaran, praktikan menggunakan beberapa aspek penilaian yaitu keaktifan praktik lapangan dan tugas

11) Menutup pelajaran

Menutup pelajaran dilakukan dengan menyimpulkan materi yang telah dipelajari dan pengucapan salam serta pemberian pesan kepada peserta didik untuk mempelajari materi selanjutnya.

12) Menyusun alat evaluasi

Sebagai rangkaian dari kegiatan belajar mengajar mahasiswa praktikan harus melakukan evaluasi untuk mengetahui tingkat

pemahaman peserta didik dalam memahami materi yang telah disampaikan oleh praktikan selama kegiatan belajar mengajar dilakukan. Selain itu, evaluasi juga bertujuan untuk mengetahui tingkat keberhasilan praktikan didalam penyampaian materi kepada peserta didik.

13) Melaksanakan administrasi guru

Setelah praktik mengajar praktikan juga melaksanakan kegiatan administrasi guru seperti pengisian presensi siswa, daftar nilai dan daftar hadir.

5. Analisis Hasil Pelaksanaan

Program praktik mengajar dilaksanakan sesuai dengan jadwal dan kebijaksanaan Guru Pembimbing. Meskipun pelaksanaannya tidak selalu berjalan sesuai rencana, namun penyimpangannya tidak terlalu jauh. Pada saat mengajar, Guru Pembimbing selalu mendampingi praktikan. Beberapa hambatan yang dialami oleh praktikan selama PPL

- 1) Terjadi kesenjangan keaktifan peserta didik di lapangan. Ada beberapa peserta didik yang memang sangat aktif sedangkan lainnya pasif. Hal ini dapat dilihat dari semangat dalam melakukan kegiatan olahraga yang sudah dicontohkan dan variasi latihannya oleh praktikan.
- 2) Terdapat peserta didik yang sangat sulit dikondisikan di lapangan. Meskipun sebagian besar peserta didik bisa mengikuti pelajaran dengan baik, namun ada beberapa peserta didik yang sulit untuk diajak kerjasama dan mengganggu konsentrasi di lapangan.

A. Refleksi

Saat menemui hambatan – hambatan diatas, praktikan berusaha mencari solusi untuk mengatasi atau setidaknya meminimalisasikan hambatan – hambatan tersebut. Berikut ini adalah beberapa cara untuk mengatasi hambatan – hambatan pada saat mengajar :

- 1) Menggunakan metode mengajar yang interaktif, komunikatif, dan menarik sehingga peserta didik termotivasi untuk aktif di lapangan. Selain itu, permasalahan awal untuk mengantarkan materi juga harus selalu relevan dan merupakan sesuatu yang dekat dengan kehidupan peserta didik, *up to date*, dan menarik
- 2) Menciptakan suasana yang rileks dan akrab di lapangan sehingga guru bisa menjadi *sharing partner* bagi peserta didik. Apabila peserta didik mengalami kesulitan, mereka tidak segan untuk mengungkapkan

kesulitannya atau menanyakan hal yang belum mereka pahami dalam pelajaran. Selain itu, latihan – latihan di lapangan juga diberikan dan dibuat gradasi, mulai dari latihan sederhana hingga yang rumit, sehingga peserta didik yang daya tangkapnya kurang bagus dapat menyesuaikan dan mengikuti pelajaran dengan baik. Juga dalam praktik di lapangan diberikan motivasi serta setelah pembelajaran selesai, peserta didik disarankan untuk menambah latihan tentang pembelajaran yang sudah dilakukan maupun dipertemuan yang akan datang.

- 3) Melakukan pendekatan yang lebih personal dengan peserta didik tersebut sehingga peserta didik bisa menjadi lebih *respect* terhadap pengajar dan juga terhadap apa yang diajarkan.

BAB III

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan salah satu mata kuliah wajib yang harus ditempuh oleh seluruh mahasiswa UNY yang mengambil jurusan kependidikan. Pelaksanaan PPL tahun 2016 selama 2 bulan yaitu, tanggal 15 Juli 2016 sampai tanggal 15 September 2016. Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) telah memberikan pengalaman berharga bagi mahasiswa karena mahasiswa PPL bisa merasakan kondisi secara nyata (konkrit) di sekolah khususnya saat melakukan proses pembelajaran di dalam kelas. Pada pelaksanaan PPL terdapat beberapa hambatan seperti anak-anak terkadang rame

B. SARAN


Pelaksanaan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) bersamaan dengan Kuliah Kerja Nyata (KKN) sehingga tidak maksimal saat mengajar dan dalam pembuatan media pembelajaran khususnya pada saat mengajar hari Senin. Sebaiknya, Pelaksanaan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) tidak bersamaan dengan Kuliah Kerja Nyata (KKN), sehingga bisa mempersiapkan materi dan media pembelajaran lebih baik.

NO	KEGIATAN PPL	JUMLAH JAM PER MINGGU KE-											JUMLAH JAM	
		FEB	JUN I	BULAN JULI		BULAN AGUSTUS					BULAN SEPTEMBER			
			IV	III	IV	I	II	III	IV	V	I	II		
	5. Menyusun materi			2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
	b. Mengajar Terbimbing													
	1. Praktik mengajar di kelas				6	6	6	6	6	6	6	6	6	48
	2. Evaluasi dan Penilaian				1	1	1	1	1	1	1	1	1	8
5.	Pembelajaran Ekstrakurikuler (Kegiatan Non-mengajar)													
	a. Piket Jaga				2	2	2	2	2	2	2	2	2	16
6.	Kegiatan Sekolah													
	a. Upacara bendera hari Senin				1	1	1	1	1	1	1	1	1	8
	b. Upacara Hari Kemerdekaan RI							3						3
	c. Pelatihan Baris-Berbaris			6	6									12
	d. Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah Peserta Didik Baru			18										18
	e. Syawalan Guru		3											3
	f. Penutupan MPLS			4										4
	g. Menyambut Kedatangan Siswa Setiap Pagi			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
7.	Pembuatan Laporan PPL													
	a. Persiapan											1		1
	b. Pelaksanaan											2	2	4
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut												1	1
8.	Penarikan Mahasiswa PPL												1	1
JUMLAH JAM		2	24	44	26	22	22	25	22	22	25	26	260	


Mengetahui,



Dosen Pembimbing Lapangan


Hedi Ardiyanto Hermawan S.Pd, M.Or
NIP. 197702182008011002

Mahasiswa


Nori Abdul Bhasit
NIM. 13601241013



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMP N 2 GAMPING
ALAMAT SEKOLAH : Jl. JAMBON, TRIHANGGO, GAMPING,
SLEMAN

NAMA MAHASISWA : Nori Abdul Bhasit
NO. MAHASISWA : 13601241013
FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

GURU PEMBIMBING : Fr. Nunung S, S.Pd

DOSEN PEMBIMBING : Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Senin, 18 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none">- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari- Upacara Bendera- Apel pagi- Masa pengenalan lingkungan sekolah peserta didik baru- Mengisi kelas dengan materi tata tertib MPLS- Melatih Petugas upacara	<ul style="list-style-type: none">- Memberikan senyum sapa salam di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping- Upacara terlaksana dengan lancar dan tertib- Apel pagi ini hanya diikuti seluruh peserta didik baru (kelas VII)- Membantu mengenalkan lingkungan sekolah, guru, kakak kelas dan karyawan SMP N 2 Gamping- Mengisi kelas VII dengan materi tata tertib sekolah (MPLS)- Membantu melatih siswa dalam latihan sebagai petugas upacara		
2	Selasa, 19 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none">- Menyambut kedatangan siswa	<ul style="list-style-type: none">- Memberikan senyum sapa salam di		

		<p>siswi pagi hari</p> <ul style="list-style-type: none"> - Apel pagi - Masa pengenalan lingkungan sekolah peserta didik baru - Apresiasi Seni - Dinamika Kelompok 	<p>depan pintu masuk SMP N 2 Gamping</p> <ul style="list-style-type: none"> - Apel pagi berjalan dengan tertib dan lancar - Membantu mengenalkan lingkungan sekolah, guru, kakak kelas, dan karyawan SMP N 2 Gamping - Ikut serta dalam membimbing setiap kelas yang tampil dalam apresiasi seni - Membimbing siswa dalam dinamika kelompok 		
3	Rabu, 20 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari - Apel pagi - PBB - Mengisi kelas dengan materi cara belajar efektif - Kebersihan kelas - Apresiasi seni - Penilaian kelas 	<ul style="list-style-type: none"> - Memberikan senyum sapa salam di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping - Apel pagi berjalan dengan tertib dan lancar - Mendampingi siswa-siswi kelas VII berlatih baris-berbaris (PBB) - Mengisi kelas VII dengan materi cara belajar efektif - Menilai setiap kelas dalam lomba mengikuti kebersihan kelas di SMP N 2 Gamping - Ikut serta dalam membimbing setiap kelas yang tampil dalam apresiasi seni - Menilai madding, tamanisasi, dan kebersihan pada setiap kelas 		

		<ul style="list-style-type: none"> - Penutupan MPLS 	<ul style="list-style-type: none"> - Mendampingi siswa-siswi kelas VII dalam apel siang sekaligus penutupan MPLS 		
4	Kamis, 21 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari - Mengisi kelas VII D - Mengisi kelas VIII D 	<ul style="list-style-type: none"> - Memberikan senyum sapa salam di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping - Mengisi kelas VII D dengan materi menyampaikan silabus kelas VII - Mengisi kelas VIII D dengan materi menyampaikan silabus kelas VIII 		
5	Jumat, 22 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari - Pelaksanaan Praktek Mengajar - Pelaksanaan prakter mengajar 	<ul style="list-style-type: none"> - Memberikan senyum sapa salam di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping - Mengajar kelas VII E dengan materi penyampaian silabus kelas VII - Mengajar kelas VIII E dengan materi menyampaikan seluruh isi silabus kelas VIII 		



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMP N 2 GAMPING
ALAMAT SEKOLAH : Jl. JAMBON, TRIHANGGO, GAMPING,
SLEMAN

GURU PEMBIMBING : Fr. Nunung S, S.Pd

NAMA MAHASISWA : Nori Abdul Bhasit

NO. MAHASISWA : 13601241013

FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

DOSEN PEMBIMBING : Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Senin, 25 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none">- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari- Upacara Bendera- Mengisi kelas VII A dan VIII A	<ul style="list-style-type: none">- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping- Upacara terlaksana dengan lancar dan tertib- Mengisi kelas VII A dan kelas VIII A dengan materi menyampaikan isi silabus		
2	Selasa, 26 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none">- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII- Membantu mengondisikan siswa sholat dzuhur berjamaah	<ul style="list-style-type: none">- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping- Mengajar kelas VII B dan VIII B dengan materi menyampaikan silabus kelas VII dan kelas VIII- Menata tikar untuk sajadah siswa yang sholat dzuhur berjamaah		
3	Rabu, 27 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none">- Menyambut kedatangan siswa	<ul style="list-style-type: none">- Memberikan sambutan di depan pintu		

		<p>siswi pagi hari</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII - Konsultasi dengan guru pembimbing 	<p>masuk SMP N 2 Gamping</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mengajar kelas VII C dan VIII C dengan materi menyampaikan semua isi silabus kelas VII dan kelas VIII - Melakukan konsultasi dengan guru pembimbing dan diberikan saran, nasehat terkait dengan pembelajaran 		
4	Kamis, 28 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari - Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII D dan VIII D 	<ul style="list-style-type: none"> - Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping - Mengajar kelas VII D dan VIII D dengan materi teknik dasar sepakbola, menyampaikan materi passing menggunakan kaki bagian dalam dan menghentikan bola menggunakan kaki bagian dalam 		
5	Jumat, 29 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari - Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII E dan VIII E - Konsultasi dengan guru pembimbing 	<ul style="list-style-type: none"> - Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping - Mengajar kelas VII E dan VIII E dengan materi teknik dasar sepakbola, menyampaikan materi passing menggunakan kaki bagian dalam dan menghentikan bola menggunakan kaki bagian dalam - Melakukan konsultasi dengan guru pembimbing dan diberikan saran, nasehat terkait dengan pembelajaran dan pengelolaan kelas serta perbedaannya mengajar kelas VII, VIII 		



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMP N 2 GAMPING
ALAMAT SEKOLAH : Jl. JAMBON, TRIHANGGO, GAMPING,
SLEMAN

NAMA MAHASISWA : Nori Abdul Bhasit
NO. MAHASISWA : 13601241013
FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

GURU PEMBIMBING : Fr. Nunung S, S.Pd

DOSEN PEMBIMBING : Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Senin, 1 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari- Upacara Bendera- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VIII- Merekap nilai	<ul style="list-style-type: none">- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping- Upacara bendera hari senin berjalan dengan tertib dan lancar- Mengajar kelas VII A dan VIII A dengan materi teknik dasar sepakbola. menyampaikan materi passing menggunakan kaki bagian dalam dan menghentikan bola menggunakan kaki bagian dalam. Dan pengambilan nilai teknik dasar sepakbola- Membantu guru untuk merekap nilai penjas kelas VII, VIII, IX		

2	Selasa, 2 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari - Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII dan kelas VIII - Konsultasi dengan guru pembimbing 	<ul style="list-style-type: none"> - Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping - Mengajar kelas VII B dan VIII B dengan materi permainan sepak bola, menjelaskan materi di kelas tentang permainan sepak bola, praktek mengajarkan mengoper bola menggunakan kaki bagian dalam, menggiring dengan kaki bagian dalam dan bermain sepak bola dengan permainan yang di modifikasi. Dan pengambilan nilai teknik dasar sepakbola - Melakukan konsultasi dengan guru pembimbing dan diberikan saran, nasehat terkait dengan pembelajaran permainan sepakbola dan pengelolaan kelas 		
3	Rabu, 3 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII dan VIII 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengajar kelas VII C dan VIII C dengan materi permainan sepak bola, menjelaskan materi di kelas tentang permainan sepak bola, praktek mengajarkan mengoper bola menggunakan kaki bagian dalam, menggiring dengan kaki bagian dalam dan bermain sepak bola dengan permainan yang di modifikasi. Dan pengambilan nilai teknik dasar 		

		<ul style="list-style-type: none"> - Membuat RPP kelas VIII - Konsultasi dengan guru pembimbing 	<p>sepakbola</p> <ul style="list-style-type: none"> - Membuat RPP KTSP kelas VIII - Melakukan konsultasi dengan guru pembimbing dan diberi kritik, saran, dan masukan terkait dengan pembelajaran materi teknik dasar sepakbola dan pengelolaan kelas 		
4	Kamis, 4 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII - Konsultasi dengan guru pembimbing 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengajar kelas VII D dan VIII D dengan materi teknik dasar sepakbola. Menyampaikan materi kelas VII mengoper dengan kaki bagian dalam dan mengontrol dengan kaki bagian dalam. Dan materi kelas VIII yaitu mengontrol dengan kaki bagian luar. Dan pengambilan nilai teknik dasar sepakbola - Konsultasi dengan guru pembimbing dan diberikan kritik, saran, dan masukan mengenai pembelajaran dengan materi sepakbola dan pengelolaan kelas 		
5	Jumat, 5 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII dan kelas VIII 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengajar kelas VII E dan kelas VIII E dengan materi teknik dasar sepakbola. Menyampaikan materi kelas VII mengoper dengan kaki bagian dalam dan mengontrol dengan kaki bagian dalam. Dan materi kelas VIII yaitu mengontrol dengan kaki bagian luar. 		

		<ul style="list-style-type: none">- Konsultasi dengan guru pembimbing	<p>Dilanjutkan pengambilan nilai teknik dasar sepakbola</p> <ul style="list-style-type: none">- Melakukan konsultasi dengan guru pembimbing dan diberikan saran, nasehat terkait dengan pembelajaran sepakbola dan pengelolaan kelas.		
--	--	---	---	--	--



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMP N 2 GAMPING
ALAMAT SEKOLAH : Jl. JAMBON, TRIHANGGO, GAMPING,
SLEMAN

GURU PEMBIMBING : Fr. Nunung S, S.Pd

NAMA MAHASISWA : Nori Abdul Bhasit

NO. MAHASISWA : 13601241013

FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

DOSEN PEMBIMBING : Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or.

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Senin, 8 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari- Upacara Bendera- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII dan VIII- Konsultasi dengan guru pembimbing- Membuat RPP	<ul style="list-style-type: none">- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping- Upacara bendera hari senin berjalan dengan tertib dan lancar- Mengajar kelas VII A dan VIII A dengan materi permainan kasti, menyampaikan cara melempar dan memukul bola dalam permainan kasti- Melakukan konsultasi dengan guru pembimbing dan diberikan saran, nasehat terkait dengan pembelajaran permainan kasti dan pengelolaan kelas. Serta memberitahukan materi selanjutnya untuk kelas VII- Membuat RPP kelas VII dan kelas		

			VIII untuk pembelajaran pada pertemuan selanjutnya		
2	Selasa, 9 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari - Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII dan kelas VIII 	<ul style="list-style-type: none"> - Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping - Mengajar kelas VII B dan VIII B dengan materi permainan kasti, menyampaikan cara melempar dan memukul bola dalam permainan bola kasti 		
3	Rabu, 10 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII dan kelas VIII 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengajar kelas VII C dan kelas VII D dengan materi permainan kasti, menyampaikan cara melempar dan memukul bola dalam permainan bola kasti 		
4	Kamis, 11 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII - Konsultasi dengan guru pembimbing 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengajar kelas VII E dan VII F dengan materi permainan kasti, menyampaikan cara melempar dan memukul bola dalam permainan bola kasti - Konsultasi berkaitan dengan kesulitan dalam mengajar di kelas maupun di lapangan dan di berikan saran, nasehat terkait pembelajaran yang sudah berlangsung. 		
5	Jumat, 12 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII dan kelas VIII 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengajar di dalam kelas VII A, VIII A, VIII B dengan materi kelas VII yaitu menonton video tentang kasti dan roundes, materi kelas VIII yaitu 		

		<ul style="list-style-type: none">- Konsultasi dengan guru pembimbing	<p>menonton video kasti dan roundes</p> <ul style="list-style-type: none">- Melakukan konsultasi dengan guru pembimbing dan diberikan saran, nasehat terkait dengan pembelajaran kasti dan pengondisian kelas		
--	--	---	---	--	--



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMP N 2 GAMPING
ALAMAT SEKOLAH : Jl. JAMBON, TRIHANGGO, GAMPING,
SLEMAN

GURU PEMBIMBING : Fr. Nunung S, S.Pd

NAMA MAHASISWA : Nori Abdul Bhasit

NO. MAHASISWA : 13601241013

FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

DOSEN PEMBIMBING : Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or.

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Senin, 15 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII dan kelas VIII	<ul style="list-style-type: none">- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping- Mengajar kelas VII A dan VIII A dengan materi permainan kasti, menyampaikan cara melempar bola dan memukul bola dalam permainan kasti dan mengambil penilaian dalam permainan bola kasti dengan materi melempar dan memukul bola kasti		
2	Selasa, 16 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII dan VIII	<ul style="list-style-type: none">- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping- Mengajar kelas VII B dan VIII B dengan materi permainan kasti, menyampaikan cara melempar dan memukul bola dalam permainan bola		

			kasti. Dan pengambilan nilai dalam permainan bola kasti dengan materi cara melempar dan memukul bola dalam permainan kasti		
3	Rabu, 17 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Upacara HUT RI ke 71 - Upacara penurunan bendera 	<ul style="list-style-type: none"> - Upacara peringatan hari ulang tahun republik Indonesia ke 71 di lapangan ambarketawang se kecamatan Gamping dengan inspektur upacara bapak Camat Gamping. Di hadiri oleh perwakilan tiap tiap sekolah dari jenjang SD sampai Perguruan Tinggi. - Upacara penurunan bendera di lapangan Denggung, Sleman dengan dihadiri oleh perwakilan tiap sekolah dari jenjang SD hingga perguruan tinggi 		
4	Kamis, 18 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Pelaksanaan prkatek mengajar kelas VII - Mengantar siswa ke Puskesmas 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengajar kelas VII E dan kelas VII F dengan materi permainan kasti, mengulas materi yang sudah di ajarkan di minggu lalu dan bermain. Dan mengambil nilai permainan bola kasti dengan materi melempar dan memukul bola - Mengajar kelas VII E dengan materi teori yaitu menyampaikan materi teknikdasar bulutangkis yaitu forehand dan backhand - Mengantar siswa ke puskesmas 		

			karena kaki terkena paku saat pembelajaran penjas		
5	Jumat, 19 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Pelaksanaan mengajar kelas VII dan kelas VIII - Konsultasi dengan guru pembimbing 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengajar teori kelas VII A, VIII A, dan VIII B dengan materi memutar video permainan kasti dan roundes - Melakukan konsultasi dengan guru pembimbing dan diberikan saran, nasehat terkait dengan pembelajaran permainan kasti 		



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMP N 2 GAMPING
ALAMAT SEKOLAH : Jl. JAMBON, TRIHANGGO, GAMPING,
SLEMAN

GURU PEMBIMBING : Fr. Nunung S, S.Pd

NAMA MAHASISWA : Nori Abdul Bhasit

NO. MAHASISWA : 13601241013

FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

DOSEN PEMBIMBING : Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Senin, 22 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII dan kelas VIII	<ul style="list-style-type: none">- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping- Mengajar praktek kelas VII A dan kelas VIII A dengan materi kelas VII yaitu pengambilan nilai teknik dasar bulutangkis. Dan kelas VIII yaitu pengambilan nilai teknik dasar bola basket		
2	Selasa, 23 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VIII	<ul style="list-style-type: none">- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping- Mengajar kelas VII B dan VIII B dengan materi kelas VII yaitu pengambilan nilai teknik dasar bulutangkis dan kelas VIII dengan materi pengambilan nilai teknik dasar		

			bola basket		
3	Rabu, 24 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII - Konsultasi dengan guru pembimbing 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengajar praktek kelas VII C dan kelas VII D dengan materi pengambilan nilai teknik dasar bulutangkis yaitu forehand dan backhand. - Melakukan konsultasi dengan guru pembimbing dan diberikan kritik, saran dan masukan tentang pembelajaran yang telah berlangsung yaitu teknik dasar bulutangkis dan pengelolaan kelas 		
4	Kamis, 25 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII - Membuat RPP 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengajar kelas VII E dan VII F dengan materi pengambilan nilai yang sudah diajarkan mengenai teknik dasar bulutangkis yaitu forehand dan backhand - Membuat RPP kelas VII dan kelas VIII untuk materi yang akan diajarkan di pertemuan selanjutnya 		
5	Jumat, 26 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII dan kelas VIII 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengajar teori kelas VII A, kelas VIII A, dan kelas VIII B dengan materi kelas VII yaitu menonton video tentang permainan bola basket dan materi kelas VIII yaitu sedikit menjelaskan tentang teknik dasar bola basket dan menonton video tentang 		

		<ul style="list-style-type: none">- Konsultasi dengan guru pembimbing	<p>permainan bola basket</p> <ul style="list-style-type: none">- Melakukan konsultasi dengan guru pembimbing dan diberikan kritik, saran dan masukan mengenai pembelajaran yang sudah di ajarkan yaitu bulutangkis untuk kelas VII dan permainan bola basket untuk kelas VIII dan mengenai pengelolaan kelas		
--	--	---	--	--	--



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMP N 2 GAMPING
ALAMAT SEKOLAH : Jl. JAMBON, TRIHANGGO, GAMPING,
SLEMAN

NAMA MAHASISWA : Nori Abdul Bhasit
NO. MAHASISWA : 13601241013
FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

GURU PEMBIMBING : Fr. Nunung S, S.Pd

DOSEN PEMBIMBING : Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Senin, 29 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari- Upacara Bendera- Pelaksanaan praktik mengajar kelas VII dan VIII	<ul style="list-style-type: none">- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping- Upacara berjalan dengan tertib dan lancar- Mengajar kelas VII A dan VIII A dengan materi pengambilan nilai untuk kelas VII yaitu senam dan kelas VIII yaitu pengambilan nilai permainan bola basket		
2	Selasa, 30 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII dan VIII	<ul style="list-style-type: none">- Memberi sambutan di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping- Mengajar kelas VII B dan VIII B dengan materi untuk kelas VII yaitu pengambilan nilai senam, dan untuk kelas VIII yaitu pengambilan nilai		

			permainan bola basket		
3	Rabu, 31 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari - Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII 	<ul style="list-style-type: none"> - Menyambut kedatangan siswa dengan memakai pakaian adat jawa di hari keistimewaan Yogyakarta - Mengajar kelas VII C dan kelas VII D dengan materi pengambilan nilai untuk materi senam 		
4	Kamis, 1 September 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Menyambut kedatangan siswa dan siswi pagi hari - Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII 	<ul style="list-style-type: none"> - Menyambut kedatangan siswa dan siswi di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping - Mengajar kelas VII E dan kelas VII F dengan materi pengambilan nilai untuk pembelajaran senam 		
5	Jumat, 2 September 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari - Pelaksanaan praktek mengajar kelas VIII 	<ul style="list-style-type: none"> - Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping - Mengajar teori di dalam kelas VII A, VIII A, dan VIII B dengan materi kesehatan yaitu menjelaskan tentang vitamin yang dibutuhkan di dalam tubuh manusia 		



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMP N 2 GAMPING
ALAMAT SEKOLAH : Jl. JAMBON, TRIHANGGO, GAMPING,
SLEMAN

NAMA MAHASISWA : Nori Abdul Bhasit
NO. MAHASISWA : 13601241013
FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

GURU PEMBIMBING : Fr. Nunung S, S.Pd


DOSEN PEMBIMBING : Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Senin, 5 September 2016	<ul style="list-style-type: none">- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari- Upacara Bendera- Pelaksanaan praktik mengajar kelas VIII	<ul style="list-style-type: none">- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping- Upacara berjalan dengan tertib dan lancar- Mengajar kelas VII A dan VIII A dengan materi kelas VII dan kelas VIII pengambilan nilai lompat jauh		
2	Selasa, 6 September 2016	<ul style="list-style-type: none">- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari- Pelaksanaan pembelajaran	<ul style="list-style-type: none">- Menyambut kedatangan siswa siswi di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping- Mengajar kelas VII B dan kelas VIII B dengan materi pengambilan nilai untuk pembelajaran lompat jauh		
3	Rabu, 7 September 2016	<ul style="list-style-type: none">- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari	<ul style="list-style-type: none">- Menyambut kedatangan siswa siswi di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping		

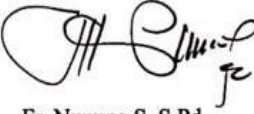
		<ul style="list-style-type: none"> - Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengajar kelas VII C dan kelas VII D dengan materi pengambilan nilai untuk pembelajaran lompat jauh 		
4	Kamis, 8 September 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Menyambut kedatangan siswa dan siswi pagi hari - Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII 	<ul style="list-style-type: none"> - Menyambut kedatangan siswa dan siswi di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping - Mengajar kelas VII E dan kelas VII F dengan materi pengambilan nilai untuk pembelajaran lompat jauh 		
5	Jumat, 9 September 2016	<ul style="list-style-type: none"> - Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari - Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII dan kelas VIII 	<ul style="list-style-type: none"> - Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 2 Gamping - Mengajar teori di dalam kelas VII A, VIII A, dan kelas VIII B dengan materi kesehatan yaitu menjelaskan pengertian, penyebab tentang bencana alam seperti tanda-tanda banjir dan penanggulangannya 		

Yogyakarta, 9 September 2016


Dosen Pembimbing Lapangan


 Hedi Ardiyanto Hermawan S.Pd, M.Or
 NIP. 197702182008011002

Guru Pembimbing


 Fr. Nunung S, S.Pd.
 NIP. 19591206 1981 03 2006

Mahasiswa


 Nori Abdul Bhasit
 NIM. 13601241013



HASIL OBSERVASI
PEMBELAJARAN DI
KELAS DAN OBSERVASI
PESERTA DIDIK

NP. ma1

Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA MAHASISWA : NORI ABDUL
BHASIT
PUKUL : 09.00 WIB
NO. MAHASISWA : 13601241013
TEMPAT PRAKTIK : SMP N 2 GAMPING
TGL. OBSERVASI : 5 Maret 2015
FAK/JUR/PROD : FIK / POR / PJKR

No.	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
A.	Perangkat Pembelajaran	
	1. Silabus	Guru Penjas di SMP N 2 Gamping sudah memiliki silabus.
	2. Satuan Pelajaran (SP)	Satuan pembelajaran yang digunakan adalah KTSP.
	3 Rencana Pembelajaran (RP).	Guru memiliki RPP sebagai pedoman dalam mengajar. RPP yang telah dibuat oleh guru sudah menggunakan tahapan eksplorasi, elaborasi dan konfirmasi.
B	Proses Pembelajaran	
	1. Membuka pelajaran	Guru membuka pelajaran dilanjutkan dengan menanyakan kabar serta kehadiran siswa. Selanjutnya, siswa diajak untuk mengingat kembali materi yang pada pertemuan sebelumnya telah diajarkan.

2. Penyajian materi	Guru menyampaikan dengan cara demonstrasi. Guru mengajak siswa untuk bereksplorasi melalui praktek olahraga di lapangan. Guru selalu melakukan demonstrasi untuk praktik. Setiap akhir pembelajaran selalu ada tugas dari guru untuk mempelajari materi yang sudah diajarkan.
3. Metode pembelajaran	Metode pembelajaran yang digunakan adalah inclusive, instruksi verbal, reciprocal.
4. Penggunaan bahasa	Bahasa yang digunakan dalam pembelajaran yaitu Bahasa Indonesia yang mudah dipahami oleh siswa.
5. Penggunaan waktu	Penggunaan waktu dapat terstruktur karena selalu tepat waktu.
6. Gerak	Guru menghampiri siswa yang belum paham dan melakukan demonstrasi teknik dan cara praktik.
7. Cara memotivasi siswa	Pada awal pelajaran guru selalu menyampaikan motivasi untuk siswa. Guru juga memberikan motivasi dalam bentuk pujian kepada siswa.
8. Teknik bertanya	Guru selalu bertanya kepada siswa yang berhubungan dengan materi pembelajaran.
9. Teknik penguasaan kelas	Guru selalu menegur siswa yang tidak memperhatikan dan menyuruh mempraktikkan materi yang telah di jelaskan. Guru memberikan motivasi kepada siswa agar lebih bersemangat dan aktif mengikuti pembelajaran

	10. Penggunaan media	Penggunaan Media Pembelajaran yang digunakan yaitu bola voli, net dan cone
	11. Bentuk dan cara evaluasi	Evaluasi dilakukan oleh guru dari keaktifan, afektif, kognitif dan psikomotor
	12. Menutup pelajaran	Guru menutup pelajaran dengan memberikan kesimpulan materi, motivasi serta dilanjutkan dengan berdo'a.
C	Perilaku siswa	
	1. Perilaku siswa di dalam kelas	Dalam pembelajaran banyak siswa yang memperhatikan Guru dan antusias mengikuti pembelajaran
	2. Perilaku siswa di luar kelas	Peserta didik menunjukkan sikap ramah terhadap orang lain. Siswa selalu bersalaman dengan keluarga sekolah.

Yogyakarta, 18 Juli 2016

Guru Pembimbing

Pengamat

Fr.Nunung S, S.Pd
NIP. 19591206 1981 03 2006

Nori Abdul Bhasit
NIM. 13601241013

19 s.d.31 Desember 2016

Libur Semester Gasal

,RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 2 GAMPING
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/semester : VIII/1/(Ganjil)
Materi Pokok : Kesehatan Olahraga
Kurikulum : KTSP
Alokasi Waktu : 40 menit
Ketrampilan mengajar : Menyeluruh

A. Standar Kompetensi

7. Menerapkan Budaya Hidup Sehat

B. Kompetensi Dasar

14.1 Memahami berbagai bahaya bencana

C. Indikator

No	Aspek-aspek	Indikator
1	Kognitif	a) Memahami macam-macam bencana alam b) Mampu memahami dampak yang terjadi akibat bencana alam
2	Afektif	a) Melakukan doa sebelum memulai pembelajaran b) Menunjukkan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran c) Menunjukkan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran

D. Tujuan pembelajaran

1. Siswa dapat mengetahui 3 dari 4 macam – macam bencana alam.

E. Materi Pembelajaran

Konsep

Budaya hidup sehat : Memahami berbagai bahaya bencana alam

F. Metode Pembelajaran

1. Ceramah
2. Diskusi
3. Tanya jawab

G. Media, alat dan Sumber Belajar

1. Laptop
2. LCD

3. *Power point* presentasi
4. www.basarnasindo.com

H. Langkah-langkah Pembelajaran

KEGIATAN	DESKRIPSI	ALOKASI WAKTU
PENDAHULUAN	<ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan salam dan berdoa agar di beri kelancaran dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat. 2. Melakukan presensi 3. Menanyakan kondisi siswa. 4. Memberikan motivasi kepada siswa. 5. Apersepsi: Guru melakukan tanya jawab kepada siswa mengenai masalah bencana alam yang terjadi di Indonesia akhir-akhir ini. 	5 menit
Inti	<ol style="list-style-type: none"> 1. Eksplorasi: Memberikan gambar atau video yang memancing peserta didik untuk berargumentasi sesuai pengetahuan dan pemahaman mereka masing-masing mengenai bencana alam. 2. Elaborasi : Mempresentasikan materi mengenai berbagai macam bahaya bencana alam.. <ol style="list-style-type: none"> a. Pengertian bencana alam adalah bencana yang di akibatkan oleh gejala alam sebenarnya gejala alam merupakan gejala yang sangat alamiah dan biasa terjadi pada bumi. Namun, hanya ketika gejala tersebut melanda manusia (nyawa) dan segala produk budidayanya (kepemilikan , harta , dan benda), kita baru dapat menyebutkan sebagai bencana. b. Macam – macam bencana alam yang terjadi di bumi serta dampaknya dalam kehidupan sehari - hari : <ol style="list-style-type: none"> 1) Gempa Bumi Gempa bumi adalah getaran atau 	25 menit

guncangan yang terjadi di permukaan bumi akibat pelepasan energi dari dalam secara tiba-tiba yang menciptakan gelombang seismik. Gempa Bumi biasa disebabkan oleh pergerakan kerak Bumi (lempeng Bumi). Frekuensi suatu wilayah, mengacu pada jenis dan ukuran gempa Bumi yang di alami selama periode waktu. Gempa Bumi diukur dengan menggunakan alat Seismometer. Moment magnitudo adalah skala yang paling umum di mana gempa Bumi terjadi untuk seluruh dunia.



Gambar bencana alam Gempa Bumi

2) Tanah longsor

Longsor atau sering disebut gerakan tanah adalah suatu peristiwa geologi yang terjadi karena pergerakan masa batuan atau tanah dengan berbagai tipe dan jenis seperti jatuhnya bebatuan atau gumpalan besar tanah. Secara umum kejadian longsor disebabkan oleh dua faktor yaitu faktor pendorong dan faktor pemicu. Faktor pendorong adalah faktor-faktor yang memengaruhi kondisi material sendiri, sedangkan faktor pemicu adalah faktor yang menyebabkan bergerak material tersebut. Meskipun penyebab utama kejadian ini adalah gravitasi yang memengaruhi suatu lereng yang curam, namun ada pula faktor-faktor lainnya yang turut berpengaruh: erosi yang

disebabkan aliran air permukaan atau air hujan, sungai-sungai atau gelombang laut yang menggerus kaki lereng-lereng bertambah curam lereng dari bebatuan dan tanah diperlemah melalui saturasi yang diakibatkan hujan lebat gempa bumi menyebabkan getaran, tekanan pada partikel-partikel mineral dan bidang lemah pada massa batuan dan tanah yang mengakibatkan longsohnya lereng-lereng tersebut gunung berapi menciptakan simpanan debu yang lengang, hujan lebat dan aliran debu-debu getaran dari mesin, lalu lintas, penggunaan bahan-bahan peledak, dan bahkan petir berat yang terlalu berlebihan, misalnya dari berkumpulnya hujan atau salju.



Gambar bencana alam Tanah longsor

3) Banjir

Sebuah banjir adalah peristiwa yang terjadi ketika aliran air yang berlebihan merendam daratan. Pengarahan banjir Uni Eropa mengartikan banjir sebagai perendaman sementara oleh air pada daratan yang biasanya tidak terendam air. Dalam arti “air mengalir”, kata ini juga dapat berarti masuknya pasang laut. Banjir diakibatkan oleh volume air di suatu badan air seperti sungai atau danau yang meluap atau menjebol bendungan sehingga air keluar dari batasan alaminya. Ukuran danau atau

badan air terus berubah-ubah sesuai perubahan curah hujan dan pencairan salju musiman, namun banjir yang terjadi tidak besar kecuali jika air mencapai daerah yang dimanfaatkan manusia seperti desa, kota, dan permukiman lain. Banjir juga dapat terjadi di sungai, ketika alirannya melebihi kapasitas saluran air, terutama di kelokan sungai.



Gambar bencana alam Banjir

4) Kekeringan

Kekeringan adalah merupakan salah satu bencana yang sulit dicegah dan datang berulang. Secara umum pengertian kekeringan adalah ketersediaan air yang jauh di bawah dari kebutuhan air untuk kebutuhan hidup, pertanian, kegiatan ekonomi dan lingkungan. Terjadinya kekeringan di suatu daerah bisa menjadi kendala dalam peningkatan produksi pangan di daerah tersebut. Di Indonesia pada setiap musim kemarau hampir selalu terjadi kekeringan pada tanaman pangan dengan intensitas dan luas daerah yang berbeda tiap tahunnya.

Kekeringan merupakan salah satu fenomena yang terjadi sebagai dampak penyimpangan iklim global seperti el-nino dan Osilasi Selatan. Dewasa ini bencana kekeringan semakin sering terjadi bukan saja pada periode tahun-tahun El Nino, tetapi juga pada periode tahun dalam keadaan kondisi normal.



Gambar bencana alam kekeringan

3. Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi guru :

- a. Guru bertanya untuk mengetahui bahwa peserta didik sudah memahami atau belum tentang pembelajaran yang sudah di terangkan oleh guru.
- b. Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalah pahaman, memberi penguatan dan kesimpulan.

Penutup

1. Evaluasi

Mengevaluasi materi pembelajaran dengan memberi pertanyaan ataupun tugas kepada peserta didik yang berkaitan dengan pembelajaran serta memberi motivasi untuk memahami tentang berbagai penyebab jenis-jenis bencana alam serta dampak yang ditimbulkannya

2. Kesimpulan

Memberikan atau menyampaikan kesimpulan dari pembelajaran yang sudah diajarkan

3. Menutup pembelajaran dengan berdoa dan memberi salam

10 Menit

I. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Teknik penilaian

A. Tes pengamatan sikap (Afektif)

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan aktivitas pembelajaran. Sikap yang di harapkan selama proses pembelajaran. Displin, semangat dalam pembelajaran dan tanggung jawab.

Keterangan:

1. Berikan tanda (x) pada kolom yang sudah di sediakan.
2. Setiap menampilkan perilaku yang diberi tanda “x” mendapatkan nilai sesuai sikap yang muncul.

Rubrik Penilaian

Tes Pengamatan sikap

No	Aspek yang diukur	Diskripsi sikap yang di ukur	BT (1)	MT (2)	TN (3)
1	Displin	Hadir tepat waktu			
		Mengikuti seluruh proses pembelajaran			
		Selesai tepat waktu			
2	Semangat	Semangat mengikuti proses pembelajaran			
		Aktif bertanya			
		Memperhatikan dan menulis materi yang diberikan			
3	Tanggung jawab	Mau mengakui kesalahan yang dilakukan			
		Tidak mencari-cari kesalahan			
		Mengerjakan tugas yang diterima			

Keterangan

- a) **BT** : **Belum tampak**
- b) **MT** : **Mulai tampak**
- c) **TN** : **Tampak nyata**

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

Penilaian pengetahuan

Jawab secara lisan atau tulisan mengenai materi yang disampaikan

No	Pertanyaan	Kriteria persekoran				Jumlah
		1	2	3		
1	Jelaskan apa yang dimaksud dengan bencana alam ?					
2	Sebutkan macam – macam bencana alam yang disebabkan oleh manusia ?					
3	Bagaimana cara mencegah terjadinya bencana alam akibat ulah manusia ?					

Jawaban

1. bencana alam adalah bencana yang di akibatkan oleh gejala alam sebenarnya gejala alam merupakan gejala yang sangat alamiah dan biasa terjadi pada bumi. Namun, hanya ketika gejala tersebut melanda manusia (nyawa) dan segala produk budidayanya (kepemilikan , harta , dan benda), kita baru dapat menyebutkan sebagai bencana.
2. Banjir , Tanah Longsor , Kekeringan
3. Reboisasi untuk melindungi hutan dan memelihara alam dengan cara menanam pohon dan tebang pilih.

Kriteria penilaian

1. Skor 4 : jika peserta didik mampu menjelaskan dengan baik dan tepat
Skor 3 : jawaban peserta didik sudah baik tetapi masih kurang
Skor 2 : jawaban peserta masih kurang tetapi udah sedikit mengarah ke jawaban
Skor 1 : peserta didik menjawab tetapi jawabanya salah.
2. Skor 4 : jika peserta didik mampu menjelaskan dengan baik dan tepat
Skor 3 : jawaban peserta didik sudah baik tetapi masih kurang
Skor 2 : jawaban peserta masih kurang tetapi udah sedikit mengarah ke jawaban
Skor 1 : peserta didik menjawab tetapi jawabanya salah.
3. Skor 4 : jika peserta didik dapat memberikan jawaban 4 bahaya bencana alam
Skor 3 : jika peserta didik dapat memberikan jawaban 3 bahaya bencana alam
Skor 2 : jika peserta didik dapat memberikan jawaban 2 bahaya bencana alam
Skor 1 : jika peserta didik dapat memberikan jawaban 1 bahaya bencana alam

Keterangan

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

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

Yogyakarta, 31 Agustus 2016

Menyetujui
Guru Pembimbing

Mahasiswa

Fr. Nunung S, S.Pd.
NIP. 19591206 1981 03 2006

Nori Abdul Bhasit
NIM. 13601241013

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

KESEHATAN OLAHRAGA



Disusun oleh:

Nama : Nori Abdul Bhasit

NIM : 13601241013

Kelas : PJKR A

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

PENDIDIKAN OLAHRAGA

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2016

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP NEGERI 2 GAMPING
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/semester : VIII/(Ganjil)
Materi Pokok : Teknik Dasar Bola Basket
Kurikulum : KTSP
Alokasi Waktu : 2 x 40 menit
Ketrampilan mengajar : Menyeluruh

A. Standar Kompetensi

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

B. Kompetensi Dasar

1.2 Mempraktikkan teknik dasar salah satu nomor olah raga bola besar beregu dan perorangan, serta nilai kerjasama, kejujuran dan menghormati lawan.

C. Indikator

Aspek-aspek	Indikator
Kognitif	a. Mengetahui bentuk teknik dasar paassing (dada, pantul dan dari atas kepala), Menggiring shooting dan lay up shoot dengan koordinasi yang baik
Afektif	a. Melakukan doa sebelum pembelajaran b. Menunjukkan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran c. Menunjukkan sikap percaya diri dalam melakukan pembelajaran d. Menunjukkan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran
Psikomotorik	a. Melakukan teknik dasar passing b. Menggiring, shooting

D. Tujuan Pembelajaran

Siswa mampu melakukan passing dan dribbling dengan menggunakan kombinasi yang baik dan mampu melakukan shooting sebanyak 5 kali.

E. Materi Pembelajaran

Konsep

1. Pengertian bola basket

Permainan bola basket adalah cabang olahraga berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing – masing 5 orang yang saling mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan.

a. Teknik dasar bola basket

Teknik dasar bola basket meliputi Passing Chest pass, Bounce pass, Drbbling, Shooting, Lay up.

b. Teknik Passing bola basket

Teknik Passing Chest pass adalah operan ini di mulai dari cara memegang bola di depan dada, kemudian bola dilempar lurus dengan telapak tangan ke arah luar.

F. Metode Pembelajaran

1. Komando
2. Demonstrasi

G. Media, Alat dan Sumber belajar

1. Media Gambar dan Guru memberikan contoh
2. Peluit
3. Jam tangan
4. Bola basket
5. Lapangan basket
6. Sumber : smansax1-edu.com


H. Langkah-langkah pembelajaran


KEGIATAN	DISKRIPSI	ALOKASI WAKTU
Pendahuluan	1. Membariskan siswa menjadi 4 bershaf,lalu di lakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang	10 menit

bermanfaat dan dilanjutkan dengan presensi dan menanyakan kondisi siswa.



Keterangan:

Guru : 

Siswa : 

2. Memberikan motivasi pada siswa
3. Apersepsi

Apersepsi adalah mengaitkan sesuatu yang telah didapat siswa dengan materi yang akan di pelajari, apersepsi bisa dilakukan dengan guru menanyakan kepada siswa.

- a. Apa yang anak-anak ketahui tentang olahraga bola besar ?
 - b. Pernahkah anak-anak melakukan olahraga bola basket ?
 - c. Apa yang anak-anak ketahui teknik dasar bola basket ?
 - d. Kemudian guru memperlihatkan alat-alat yang digunakan dalam olahraga bola basket Contoh alatnya bola basket sehingga siswa mempunyai pandangan mengenai materi yang akan dipelajari.
4. Siswa melakukan pemanasan. Pemanasan dilakukan bentuk statis dan bentuk permainan.

INTI	<p>1. Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Memberikan contoh gambar passing chest pass, bounce pass dan over head pass b. Siswa melakukan gerakan passing chest pass dan bounce pass secara bergantian. <p>2. Elaborasi</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Siswa melakukan cara passing chest pass dan bounce pass b. Melakukan secara bertahap. <ul style="list-style-type: none"> 1) Melakukan gerakan tangan saat passing chest pass dan bounce pass 2) Melakukan gerakan kaki pada saat passing chest pass dan bounce pass 3) Melakukan passing chest pass dan bounce pass. <p>3. Konfirmasi</p> <p>Dalam kegiatan konfirmasi guru</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Guru bertanya untuk mengetahui bahwa peserta didik sudah memahami atau belum tentang pembelajaran yang sudah di terangkan oleh guru. b. Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalahan pahaman, memberi penguatan. 	60 MENIT

PENUTUP	Siswa dibariskan 1. Pendinginan permainan 2. Evaluasi proses pembelajaran dengan memberikan tanya jawab atau mempratikan kembali apa yang telah dlakukan. 3. Guru memberikan tugas untuk minggu depan serta menyampaikan materi minggu depan 4. Siswa dibariskan 4 bershaf 5. Mengecek kembali siswa dengan berhitung 6. Berdoa 7. Dibubarkan	10 MENIT
----------------	--	-----------------

I. Penilaian

Teknik Penilaian

a. Tes unjuk kerja (keterampilan)

Melakukan passing chest pass dan bounce pass dengan benar

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

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 40%

Jumlah skor maksimal

b. Pengamatan sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan kegiatan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu menaati aturan dari guru, disiplin, semangat dalam mengikuti pembelajaran, menghargai teman dan menunjukkan sikap percaya diri.

Berikan tanda cek (v) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tanda cek diberikan jika memenuhi kriteria penilaian.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%

Jumlah skor maksimal

c. Tes kemampuan kognitif (pengetahuan)

Menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai teknik dasar bola basket

Keterangan :

Penilaian terhadap kualitas penilaian peserta ujian, dengan rentang nilai antar 1 sampai 2

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%

Jumlah skor maksimal

RUBRIK PENILAIAN

UNJUK KERJA/KETERAMPILAN TEKNIK DASAR BOLA BASKET

ASPEK YANG DINILAI	SKOR		JUMLAH
	1	2	
1. Melakukan passing chest pass dan bounce pass dengan baik 2. Melakukan servis sebanyak 5 kali dengan baik			
JUMLAH			
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 9			

Kriteria Penilaian Keterampilan (unjuk kerja)

Kriteria skor

- a. Melakukan teknik lemparan dengan baik
 1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan passing chest pass dan bounce pass dengan baik dan benar
 2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan passing chest pass dan bounce pass kurang baik.
 3. Skor 1 jika siswa tidak dapat melakukan passing chest pass dan bounce pass

$$\text{NILAI KETRAMPILAN/UNJUK KERJA} = \frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 40 \%$$

**RUBRIK PENILAIAN
PENGETAHUAN TEKNIK DASAR BOLA BASKET**

Butir Pernyataan	Kriteria pensekoran		jumlah
	1	2	
1. Jelaskan apa yang dimaksud permainan olahraga bola basket ?			
2. Bagaimana cara passing chest pass dan bounce pass ?			
Jumlah			
Jumlah skor maksimal = 6			

1. Yang di maksud permainan olahraga bola basket
 - a. Permainan bola basket adalah olahraga bola besar yang di mainkan secara berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing – masing lima orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan.

2. Teknik passing chest pass
 - a. Teknik passing chest pass yaitu operan yang di mulai dari memegang bola di depan dada, kemudian bola di lempar lurus dengan telapak tangan ke arah luar.
 - b. Teknik bounce pass yaitu sama dengan chest pass bedanya hanya lemparan di arahkan ke lantai, usahakan titik pantulnya berada di $\frac{3}{4}$ jarak dari pengoper bola.

Kriteria penilaian

1. Skor 2 : jika peserta didik mampu menjelaskan dengan baik dan tepat
Skor 1 : jawaban peserta didik sudah baik tetapi masih kurang
2. Skor 2 : jika peserta didik mampu menjelaskan dengan baik dan tepat
Skor 1 : jawaban peserta didik sudah mampu menjelaskan tetapi masih kurang tepat

$$\text{NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN} = \frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 30 \%$$

RUBRIK PENILAIAN

PERILAKU/SIKAP DALAM MATERI PEMBELAJARAN TEKNIK DASAR BOLA BASKET

NO	PERILAKU YANG DINILAI	Cek (v)		
		Baik	Sedang	Kurang
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	Jumlah nilai afektif/sikap			

BAIK = 80-100
SEDANG = 60-79
KURANG = 40-59

$$\text{NILAI SIKAP} = \frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 30 \%$$

Rekapitulasi Penilaian

N0	Nama peserta didik	Aspek-Aspek Penilaian			Keterangan
		Pengetahuan	sikap	ketrampilan	
1					
2					
3					
4					
5					
6					

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai Akhir (NA) = Pengetahuan + sikap + keterampilan

Aspek Penilaian Tiga

Keterangan :

1. Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
2. Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
3. Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
4. Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
5. Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Yogyakarta, 22 Agustus 2016

Menyetujui

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Fr.Nunung S, S.Pd

NIP. 19591206 1981 03 2006

Nori Abdul Bhasit

NIM. 13601241013

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

BOLA BASKET



Disusun oleh:

Nama : NORI ABDUL BHASIT

NIM : 13601241013

Kelas : PJKR A

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

PENDIDIKAN OLAHRAGA

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2016

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMP NEGERI 2 GAMPING
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani,Olaharga dan Kesehatan
Kelas/semester	: VIII/(Ganjil)
Materi Pokok	: Teknik Dasar Kasti
Kurikulum	: KTSP
Alokasi Waktu	: 2 x 40 menit
Ketrampilan mengajar	: Menyeluruh

A. Standar Kompetensi

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

B. Kompetensi Dasar

1.2 Mempraktikkan teknik dasar salah satu nomor olah raga bola kecil lanjutan dengan koordinasi yang baik serta nilai lerja sama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.

C. Indikator

Aspek-aspek	Indikator
Kognitif	a. Mengetahui bentuk teknik dasar melempar, menangkap,memegang stick dan pukulan dengan kordinasi yang baik
Afektif	a. Melakukan doa sebelum pembelajaran b. Menunjukkan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran c. Menunjukkan sikap percaya diri dalam melakukan pembelajaran d. Menunjukkan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran
Psikomotorik	a. Melempar, menangkap, memegang stick dan pukulan dengan kordinasi yang baik b. Bermain dengan peraturan yang di modifikasi

D. Tujuan Pembelajaran

Siswa mampu melempar, menangkap, memegang stick dan memukul dengan kombinasi yang baik dan mampu melakukan pukulan bola sebanyak 5 kali.

E. Materi Pembelajaran

Konsep

1. Pengertian Kasti

Permainan Kasti adalah permainan memukul dan menangkap bola. Kasti termasuk jenis olahraga permainan beregu. Dalam olahraga kasti, kalian akan belajar tentang pentingnya disiplin, dan kerja keras. Ada dua regu yang bermain dalam setiap permainan, yaitu regu pemukul dan regu regu penjaga.

a. Teknik dasar Kasti

Teknik dasar permainan kasti meliputi Melempar bola, Menangkap, Memukul bola, Berlari

b. Teknik Melempar dan Memukul

Teknik melempar bola adalah teknik dasar yang harus dikuasai dalam permainan kasti. Terutama bagi regu penjaga agar bisa melempar ke bagian tubuh regu pemukul dengan tepat. Cara melakukannya Pegang bola kasti dengan tangan kanan, Pandangan di arahkan ke sasaran lemparan, Condongkan badan sedikit ke belakang kemudian lemparkan bola ke atas sehingga bola melambung, Ulangilah latihan ini beberapa kali agar menjadi lebih ahli.

Teknik memukul bola adalah kemampuan memukul ini harus di kuasai agar dapat memukul bola dengan baik. Latihan memukul bola bisa dilakukan berpasangan. Satu sebagai pelempar dan satu sebagai pemukul. Cara melakukannya Sikap awal berdiri tegak, Letakkan kaki kiri didepan dan pegang pemukul dengan tangan terkuat, Perhatikan arah datang bola yang di lemparkan oleh temanmu, Kemudian, pukul bola tersebut ke arah melambung.




F. Metode Pembelajaran

1. Komando
2. Demonstrasi
- 3.

G. Media, Alat dan Sumber belajar

1. Media Gambar dan Guru memberikan contoh
2. Peluit
3. Jam tangan
4. Bola kasti dan Pemukul
5. Cones
6. Sumber : smansax1-edu.com

H. Langkah-langkah pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	ALOKASI WAKTU
<p>Pendahuluan</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Membariskan siswa menjadi 4 bershaf, lalu di lakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat dan dilanjutkan dengan presensi dan menanyakan kondisi siswa. <div style="text-align: center; margin: 10px 0;">  <p>Keterangan: Guru :  Siswa : </p> </div> 2. Memberikan motivasi pada siswa 3. Apersepsi <p>Apersepsi adalah mengaitkan sesuatu yang telah didapat siswa dengan materi yang akan di pelajari, apersepsi bisa dilakukan dengan guru menanyakan kepada siswa.</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Apa yang anak-anak ketahui tentang olahraga bola kecil ? b. Pernahkah anak-anak melakukan permainan kasti ? c. Apa yang anak-anak ketahui teknik dasar permainan kasti ? d. Kemudian guru memperlihatkan alat-alat yang digunakan dalam olahraga permainan kasti Contoh alatnya pemukul dan bola kasti sehingga siswa mempunyai pandangan mengenai materi yang akan dipelajari. 4. Siswa melakukan pemanasan. Pemanasan dilakukan bentuk statis dan bentuk permainan. 	<p>10 menit</p>

<p style="text-align: center;">INTI</p>	<p>1. Eksplorasi</p> <p>a. Memberikan contoh gambar Melempar dan Memukul bola.</p> <p>b. Siswa melakukan gerakan Melempar dan Memukul bola.</p> <p>2. Elaborasi</p> <p>a. Siswa melakukan cara melempar dan memukul bola.</p> <p>b. Melakukan secara bertahap.</p> <p>1) Melakukan gerakan tangan saat melempar dan memukul bola.</p> <p>3. Konfirmasi</p> <p>Dalam kegiatan konfirmasi guru</p> <p>a. Guru bertanya untuk mengetahui bahwa peserta didik sudah memahami atau belum tentang pembelajaran yang sudah di terangkan oleh guru.</p> <p>b. Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalahan pahaman, memberi penguatan.</p>	<p style="text-align: center;">60 MENIT</p>
<p style="text-align: center;">PENUTUP</p>	<p>Siswa dibariskan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pendinginan permainan 2. Evaluasi proses pembelajaran dengan memberikan tanya jawab atau mempratikan kembali apa yang telah dlakukan. 3. Guru memberikan tugas untuk minggu depan serta menyampaikan materi minggu depan 4. Siswa dibariskan 4 bershaf 5. Mengecek kembali siswa dengan berhitung 6. Berdoa 7. Dibubarkan 	<p style="text-align: center;">10 MENIT</p>

I. Penilaian

Teknik Penilaian

a. Tes unjuk kerja (keterampilan)

Melakukan lemparan dan pukulan bola dengan benar

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

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 40%

Jumlah skor maksimal

b. Pengamatan sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan kegiatan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu menaati aturan dari guru, disiplin, semangat dalam mengikuti pembelajaran, menghargai teman dan menunjukkan sikap percaya diri.

Berikan tanda cek (v) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tanda cek diberikan jika memenuhi kriteria penilaian.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%

Jumlah skor maksimal

c. Tes kemampuan kognitif (pengetahuan)

Menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai teknik dasar permainan kasti

Keterangan :

Penilaian terhadap kualitas penilaian peserta ujian, dengan rentang nilai antar 1 sampai 2

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%

Jumlah skor maksimal

RUBRIK PENILAIAN**UNJUK KERJA/KETERAMPILAN TEKNIK DASAR PERMAINAN KASTI**

ASPEK YANG DINILAI	SKOR		JUMLAH
	1	2	
1. Melakukan lemparan dan pukulan bola dengan baik 2. Melakukan pukulan bola sebanyak 5 kali dengan baik			
JUMLAH			
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 9			

Kriteria Penilaian Keterampilan (unjuk kerja)

Kriteria skor

- a. Melakukan teknik lemparan dengan baik
 1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan lemparan dan pukulan bola dengan baik dan benar
 2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan lemparan dan pukulan bola kurang baik.
 3. Skor 1 jika siswa tidak dapat melakukan lemparan dan pukulan bola

$$\text{NILAI KETRAMPILAN/UNJUK KERJA} = \frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 40 \%$$

RUBRIK PENILAIAN**PENGETAHUAN TEKNIK DASAR PERMAINAN KASTI**

Butir Pernyataan	Kriteria pensekoran		jumlah
	1	2	
1. Jelaskan apa yang dimaksud permainan olahraga kasti ?			
2. Bagaimana cara melempar dan memukul bola dalam permainan kasti ?			
Jumlah			
Jumlah skor maksimal = 6			

1. Yang di maksud permainan kasti

- a. Permainan kasti adalah permainan memukul dan menangkap bola. Kasti termasuk jenis olahraga permainan beregu. Dalam olahraga kasti, kalian akan belajar tentang pentingnya disiplin, dan kerja keras. Ada dua regu yang bermain dalam setiap permainan, yaitu regu pemukul dan regu regu penjaga.

2. Teknik permainan kasti

Teknik melempar bola adalah teknik dasar yang harus dikuasai dalam permainan kasti. Terutama bagi regu penjaga agar bisa melempar ke bagian tubuh regu pemukul dengan tepat. Cara melakukannya Pegang bola kasti dengan tangan kanan, Pandangan di arahkan ke sasaran lemparan, Condongkan badan sedikit ke belakang kemudian lemparkan bola ke atas sehingga bola melambung, Ulangilah latihan ini beberapa kali agar menjadi lebih ahli.

Teknik memukul bola adalah kemampuan memukul ini harus di kuasai agar dapat memukul bola dengan baik. Latihan memukul bola bisa dilakukan berpasangan. Satu sebagai pelempar dan satu sebagai pemukul. Cara melakukannya Sikap awal berdiri tegak, Letakkan kaki kiri didepan dan pegang pemukul dengan tangan terkuat, Perhatikan arah datang bola yang di lemparkan oleh temanmu, Kemudian, pukul bola tersebut ke arah melambung.

Kriteria penilaian

- 1. Skor 2 : jika peserta didik mampu menjelaskan dengan baik dan tepat
Skor 1 : jawaban peserta didik sudah baik tetapi masih kurang
- 2. Skor 2 : jika peserta didik mampu menjelaskan dengan baik dan tepat
Skor 1 : jawaban peserta didik sudah mampu menjelaskan tetapi masih kurang tepat

$$\text{NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN} = \frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 30 \%$$

RUBRIK PENILAIAN

PERILAKU/SIKAP DALAM MATERI PEMBELAJARAN TEKNIK DASAR KASTI

N0	PERILAKU YANG DINILAI	Cek (v)		
		Baik	Sedang	Kurang
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	Jumlah nilai afektif/sikap			

BAIK = 80-100
SEDANG = 60-79 **KURANG = 40-59**
NILAI SIKAP = $\frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 30\%$

SKOR MAKSIMAL

Rekapitulasi Penilaian

N0	Nama peserta didik	Aspek-Aspek Penilaian			Keterangan
		pengetahuan	sikap	ketrampilan	
1					
2					
3					
4					
5					
6					

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai Akhir (NA) = Pengetahuan + sikap + keterampilan

Aspek Penilaian Tiga

Keterangan :

1. Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
2. Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
3. Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
4. Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
5. Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Yogyakarta, 8 Agustus 2016

Menyetujui

Dosen Pembimbing

Mahasiswa

Fr.Nunung S, S.Pd

NIP. 19591206 1981 03 2006

Nori Abdul Bhasit

NIM. 13601241013

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

KASTI



Disusun oleh:

Nama : NORI ABDUL BHASIT

NIM : 13601241013

Kelas : PJKR A

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

PENDIDIKAN OLAHRAGA

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2016

,RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMP N 2 GAMPING
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/semester	: VIII/1/(Ganjil)
Materi Pokok	: Kesehatan (Vitamin)
Kurikulum	: KTSP
Alokasi Waktu	: 40 menit
Ketrampilan mengajar	: Menyeluruh

A. Standar Kompetensi

7. 1 Memahami pola makan sehat

B. Kompetensi Dasar

7. Menerapkan budaya hidup sehat

C. Indikator

No	Aspek-aspek	Indikator
1	Kognitif	a) Mengetahui identifikasi makanan yang dikonsumsi serta mengandung unsur zat gizi dan identifikasi makanan yang dikonsumsi sesuai dengan kebutuhan tubuh
2	Afektif	a) Melakukan doa sebelum memulai pembelajaran b) Menunjukkan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran c) Menunjukkan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran

D. Tujuan pembelajaran

1. Siswa dapat mengetahui 3 dari 4 kegunaan macam- macam vitamin bagi tubuh dengan baik dan benar.

E. Materi Pembelajaran

Konsep

Budaya hidup sehat

1. Pengertian Vitamin

Adalah Senyawa organik yang di perlukan oleh tubuh dalam jumlah sedikit untuk mengatur fungsi – fungsi tubuh yang spesifik, seperti pertumbuhan normal, memelihara kesehatan dan reproduksi.

2. Fungsi Vitamin A : Proses penglihatan, jaringan ikat, kulit.
Bahan makanan : Hati, telur, wortel, sayur-sayuran hijau, produk susu, keju.

3. Fungsi Vitamin C : Jaringan kulit, penyerapan & metabolisme, penyembuhan dan pertahanan terhadap infeksi.
Bahan Makanan : Sayuran hijau, buah – buahan, kentang, roti putih.

4. Fungsi Vitamin D : Metabolisme kalsium, tulang dan gigi.
Bahan makanan : Produk susu, Pengaruh sinar matahari pada kulit

5. Fungsi Vitamin E : Pembekuan darah, pencernaan lemak
Bahan makanan : Minyak nabati, hati, sayuran warna hijau, produk susu

F. Metode Pembelajaran

1. Ceramah
2. Diskusi
3. Tanya jawab

G. Media, alat dan Sumber Belajar

1. Laptop
2. Sumber Belajar : **Buku Panduan Gizi Lengkap**

H. Langkah-langkah Pembelajaran

KEGIATAN	DESKRIPSI	ALOKASI WAKTU
PENDAHULUAN	<ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan salam dan berdoa agar di beri kelancaran dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat. 2. Melakukan presensi 3. Menanyakan kondisi siswa. 4. Memberikan motivasi kepada siswa. 5. Apersepsi: Guru melakukan tanya jawab kepada siswa mengenai sumber makanan yang di konsumsi sehari-hari. 	5 menit

Inti	<p>1. Eksplorasi:</p> <p>Memberikan gambar atau video yang memancing peserta didik untuk berargumentasi sesuai pengetahuan dan pemahaman mereka masing-masing mengenai sumber makanan yang mengandung berbagai macam vitamin.</p> <p>2. Elaborasi :</p> <p>Mempresentasikan materi mengenai berbagai macam sumber makanan yang mengandung banyak vitamin.</p> <p>a. Pengertian Vitamin</p> <p>Adalah Senyawa organik yang di perlukan oleh tubuh dalam jumlah sedikit untuk mengatur fungsi – fungsi tubuh yang spesifik, seperti pertumbuhan normal, memelihara kesehatan dan reproduksi.</p> <p>b. Fungsi Vitamin A : Proses penglihatan jaringan ikat, kulit</p> <p>Fungsi Vitamin C : Jaringan kulit, penyembuhan luka</p> <p>Fungsi Vitamin D : Metabolisme kalsium</p> <p>Fungsi Vitamin E : Pembekuan darah, pencernaan lemak</p> <p>3. Konfirmasi</p> <p>Dalam kegiatan konfirmasi guru :</p> <p>a. Guru bertanya untuk mengetahui bahwa peserta didik sudah memahami atau belum tentang pembelajaran yang sudah di terangkan oleh guru.</p> <p>b. Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalah pahaman, memberi penguatan dan kesimpulan.</p>	25 menit
Penutup	<p>1. Evaluasi</p> <p>Mengevaluasi materi pembelajaran dengan memberi pertanyaan ataupun tugas kepada</p>	10 Menit

	<p>peserta didik yang berkaitan dengan pembelajaran serta memberi motivasi untuk memahami tentang berbagai jenis makanan yang mengandung vitamin</p> <p>2. Kesimpulan</p> <p>Memberikan atau menyampaikan kesimpulan dari pembelajaran yang sudah diajarkan</p> <p>3. Menutup pembelajaran dengan berdoa dan memberi salam</p>	
--	--	--

I. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Teknik penilaian

A. Tes pengamatan sikap (Afektif)

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan aktivitas pembelajaran. Sikap yang di harapkan selama proses pembelajaran. Displin, semangat dalam pembelajaran dan tanggung jawab.

Keterangan:

1. Berikan tanda (x) pada kolom yang sudah di sediakan.
2. Setiap menampilkan perilaku yang diberi tanda “x” mendapatkan nilai sesuai sikap yang muncul.

Rubrik Penilaian

Tes Pengamatan sikap

No	Aspek yang diukur	Diskripsi sikap yang di ukur	BT (1)	MT (2)	TN (3)
1	Displin	Hadir tepat waktu			
		Mengikuti seluruh proses pembelajaran			
		Selesai tepat waktu			
2	Semangat	Semangat mengikuti proses pembelajaran			
		Aktif bertanya			
		Memperhatikan dan menulis materi yang diberikan			
3	Tanggung jawab	Mau mengakui kesalahan yang dilakukan			
		Tidak mencari-cari kesalahan			
		Mengerjakan tugas yang diterima			

Keterangan

- a) BT : Belum tampak
- b) MT : Mulai tampak
- c) TN : Tampak nyata

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

Penilaian pengetahuan

Jawab secara lisan atau tulisan mengenai materi yang disampaikan

No	Pertayaaan	Kritria persekoran				Jumlah
		1	2	3		
1	Jelaskan apa yang dimaksud vitamin ?					
2	Sebutkan macam – macam Vitamin !					
3	Sebutkan fungsi vitamin A dan C !					

Jawaban

1. Vitamin adalah Senyawa organik yang di perlukan oleh tubuh dalam jumlah sedikit untuk mengatur fungsi – fungsi tubuh yang spesifik, seperti pertumbuhan normal, memelihara kesehatan dan reproduksi.
2. Vitamin A,C,D,E
3. Vitamin A : proses penglihatan, jaringan ikat
Vitamin C : Jaringan kulit, penyerapan dan metabolisme

Kriteria penilaian

1. Skor 4 : jika peserta didik mampu menjelaskan dengan baik dan tepat
Skor 3 : jawaban peserta didik sudah baik tetapi masih kurang
Skor 2 : jawaban peserta masih kurang tetapi udah sedikit mengarah ke jawaban
Skor 1 : peserta didik menjawab tetapi jawabanya salah.
2. Skor 4 : jika peserta didik mampu menjelaskan dengan baik dan tepat
Skor 3 : jawaban peserta didik sudah baik tetapi masih kurang
Skor 2 : jawaban peserta masih kurang tetapi udah sedikit mengarah ke jawaban
Skor 1 : peserta didik menjawab tetapi jawabanya salah.
3. Skor 4 : jika peserta didik dapat memberikan jawaban 4 Vitamin
Skor 3 : jika peserta didik dapat memberikan jawaban 3 Vitamin
Skor 2 : jika peserta didik dapat memberikan jawaban 2 Vitamin
Skor 1 : jika peserta didik dapat memberikan jawaban 1 Vitamin

Keterangan

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

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

Yogyakarta, 18 Juli 2016

Menyetujui
Guru Pembimbing

Mahasiswa

Fr. Nunung S, S.Pd.
NIP. 19591206 1981 03 2006

Nori Abdul Bhasit
NIM. 13601241013

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

KESEHATAN OLAHRAGA

VITAMIN



Disusun oleh:

Nama : Nori Abdul Bhasit

NIM : 13601241013

Kelas : PJKR A

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

PENDIDIKAN OLAHRAGA

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2016

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMP NEGERI 2 GAMPING
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/semester	: VIII/(Ganjil)
Materi Pokok	: Lari jarak pendek 50 meter
Kurikulum	: KTSP
Alokasi Waktu	: 2 x 40 menit
Ketrampilan mengajar	: Menyeluruh

A. Standar Kompetensi

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

B. Kompetensi Dasar

1.3 Mempraktikkan teknik dasar perorangan atletik, serta nilai disiplin, semangat, sportifitas, percaya diri dan kejujuran.

C. Indikator

Aspek-aspek	Indikator
Kognitif	a. Mengetahui bentuk – bentuk teknik gerak start, langkah kaki, ayunan lengan dan memasuki garis finish.
Afektif	a. Melakukan doa sebelum pembelajaran b. Menunjukkan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran c. Menunjukkan sikap percaya diri dalam melakukan pembelajaran d. Menunjukkan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran
Psikomotorik	a. Melakukan teknik dasar gerak start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish b. Melakukan lari jarak pendek 50 meter dengan urutan dan peraturan yang sudah ada.

D. Tujuan Pembelajaran

Siswa mampu melakukan tolakan gerak start, langkah kaki, ayunan lengan dan memasuki garis finish dengan menggunakan kombinasi yang baik dan mampu melakukan lari selama 15 detik dari 10 detik.

E. Materi Pembelajaran

Konsep

1. Pengertian Lari Jarak Pendek 50 meter

Lari Jarak Pendek 50 meter merupakan unsur gerakan yang dapat menunjang pelari agar dapat berlari mencapai kecepatan yang maksimal. Unsur-unsur yang dapat menunjang pada gerakan lari cepat 50 meter adalah :

a. Sikap Badan

Posisi badan saat melakukan lari cepat hendaknya badan sedikit condong ke depan, sebab pelari akan mendapat keuntungan yang lebih baik. Pengaruh titik berat badan yang lebih maju, dengan sendirinya langkahpun lebih efektif karena titik berat badan akan turut membantu sebagai daya tarik.

b. Sikap langkah

Dalam lari cepat di butuhkan langkah atau gerakan kaki harus panjang dan di lakukan secepat mungkin. Karena langkah yang lebih panjang akan menguntungkan. Tetapi perlu diingat langkah pertama setelah menolak dan beberapa berikutnya harus pendek.

c. Gerakan lengan

Gerakan lengan saat lari cepat di lakukan secara wajar, jari-jari tangan menggenggam rileks dan ayunan tangan yang terkoordinasi, akan membentuk suatu persilangan. Karena gerakan ayunan tangan juga berfungsi sebagai penunjang dalam keseimbangan saat berlari dan mendorong laju kecepatan gerak si pelari.

d. Pendaratan kedua kaki

Pada gerakan lari cepat, pendaratan kedua kaki harus selalu pada ujung telapak kaki. Lutut kaki sedikit dibengkokkan dan kaki belakang pada saatmenolak benar-benar lurus dengan cepat, lutut ditekukan agar paha mudah terayun ke depan. Setelah itu leher harus rileks, mulut dan gigi jangan ditutup, kepala dan punggung merupakan satu garis dan pandangan ke depan.

e. Melewati garis finish

Melewati garis finish merupakan faktor yang sangat menentukan kalah menangnya seorang pelari.

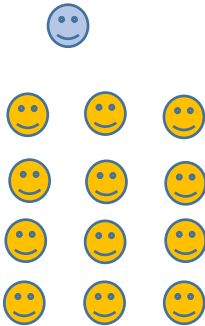


F. Metode Pembelajaran

1. Komando
2. Demonstrasi

G. Media, Alat dan Sumber belajar

1. Guru memberikan contoh
2. Peluit
3. Jam tangan
4. Start Block
5. Cones
6. Sumber : Buku (Drs. Eddy Purnomo, M kes. 2012. Dasar-dasar gersk Atletik)

H. Langkah-langkah pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	ALOKASI WAKTU
Pendahuluan	<p>1. Membariskan siswa menjadi 4 bershaf, lalu dilakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat dan dilanjutkan dengan presensi dan menanyakan kondisi siswa.</p> <div style="text-align: center;"><p>Keterangan: Guru :  Siswa : </p></div> <p>2. Memberikan motivasi pada siswa</p> <p>3. Apersepsi</p> <p>Apersepsi adalah mengaitkan sesuatu yang telah didapat siswa dengan materi yang akan dipelajari, apersepsi bisa dilakukan dengan guru menanyakan kepada siswa.</p> <p>a. Apa yang anak-anak ketahui tentang olahraga atletik ?</p>	10 menit

	<p>b. Pernahkah anak-anak melakukan olahraga lari ?</p> <p>c. Apa yang anak-anak ketahui tentang lari jarak pendek ?</p> <p>d. Kemudian guru memperlihatkan alat-alat yang digunakan dalam olahraga lari Contoh alatnya lari seperti start block sehingga siswa mempunyai pandangan mengenai materi yang akan dipelajari.</p> <p>4. Siswa melakukan pemanasan. Pemanasan dilakukan bentuk statis dan dinamis</p>	
<p style="text-align: center;">INTI</p>	<p>1. Eksplorasi</p> <p>a. Memberikan contoh gambar gerakan rangkaian lari jarak pendek</p> <p>b. Siswa melakukan gerakan yang ada di gambar secara bergantian.</p> <p>2. Elaborasi</p> <p>a. Siswa melakukan cara sikap badan, langkah, gerakan lengan, pendaratan kedua kaki, Melewati garis finish.</p> <p>b. Melakukan secara bertahap.</p> <p>1) Melakukan gerakan sikap badan</p> <p>2) Melakukan gerakan langkah dan gerakan lengan</p> <p>3) Melakukan gerakan pendaratan kedua kaki dan melewati garis finish.</p> <p>3. Konfirmasi</p> <p>Dalam kegiatan konfirmasi guru</p> <p>a. Guru bertanya untuk mengetahui bahwa peserta didik sudah memahami atau belum tentang pembelajaran yang sudah di terangkan oleh guru.</p> <p>b. Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalahan pahaman, memberi penguatan.</p>	<p style="text-align: center;">60 MENIT</p>

PENUTUP	<p>Siswa dibariskan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pendinginan permainan 2. Evaluasi proses pembelajaran dengan memberikan tanya jawab atau mempratikan kembali apa yang telah dlakukan. 3. Guru memberikan tugas untuk minggu depan serta menyampaikan materi minggu depan 4. Siswa dibariskan 4 bershaf 5. Mengecek kembali siswa dengan berhitung 6. Berdoa 7. Dibubarkan 	10 MENIT
----------------	--	-----------------

I. Penilaian

Teknik Penilaian

a. Tes unjuk kerja (keterampilan)

Melakukan gerakan sikap badan, langkah, gerakan lengan, pendaratan kedua kaki dan melewati garis finish.

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

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 40%

Jumlah skor maksimal

b. Pengamatan sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan kegiatan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu menaati aturan dari guru, disiplin, semangat dalam mengikuti pembelajaran, menghargai teman dan menunjukkan sikap percaya diri.

Berikan tanda cek (v) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tanda cek diberikan jika memenuhi kriteria penilaian.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%

Jumlah skor maksimal

c. Tes kemampuan kognitif (pengetahuan)

Menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai lari jarak pendek 50 meter

Keterangan :

Penilaian terhadap kualitas penilaian peserta ujian, dengan rentang nilai antar 1 sampai 2

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%

Jumlah skor maksimal

RUBRIK PENILAIAN

UNJUK KERJA/KETERAMPILAN LARI JARAK PENDEK 50 METER

ASPEK YANG DINILAI	SKOR		JUMLAH
	1	2	
1. Melakukan Rangkaian gerakan Lari jarak pendek 50 meter dengan baik 2. Melakukan lari selama 15 detik dengan baik			
JUMLAH			
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 6			

Kriteria Penilaian Keterampilan (unjuk kerja)

Kriteria skor

a. Melakukan teknik lemparan dengan baik

1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan rangkaian gerakan lari jarak pendek 50 meter dengan baik
2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan rangkaian gerakan lari jarak pendek 50 meter kurang baik.
3. Skor 1 jika siswa tidak dapat melakukan rangkaian gerakan lari jarak pendek 50 meter.

$$\text{NILAI KETRAMPILAN/UNJUK KERJA} = \frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 40 \%$$

**RUBRIK PENILAIAN
PENGETAHUAN LARI JARAK PENDEK 50 METER**

Butir Peryataan	Kriteria pensekoran		jumlah
	1	2	
1. Jelaskan apa yang dimaksud olahraga lari jarak pendek ?			
2. Bagaimana cara sikap badan, langkah, gerakan lengan, pendaratan kedua kaki dan melewati garis finish ?			
Jumlah			
Jumlah skor maksimal = 6			

1. Yang di maksud Lari jarak pendek

Lari Jarak Pendek 50 meter merupakan unsur gerakan yang dapat menunjang palari agar dapat berlari mencapai kecepatan yang maksimal.

2. Sikap Badan

Posisi badan saat melakukan lari cepat hendaknya badan sedikit condong ke depan, sebab pelari akan mendapat keuntungan yang lebih baik. Pengaruh titik berat badan yang lebih maju, dengan sendirinya langkahpun lebih efektif karena titik berat badan akan turut membantu sebagai daya tarik.

Sikap langkah

Dalam lari cepat di butuhkan langkah atau gerakan kaki harus panjang dan di lakukan secepat mungkin. Karena langkah yang lebih panjang akan menguntungkan. Tetapi perlu diingat langkah pertama setelah menolak dan beberapa berikutnya harus pendek.

Gerakan lengan

Gerakan lengan saat lari cepat di lakukan secara wajar, jari-jari tangan menggenggam rileks dan ayunan tangan yang terkoordinasi, akan membentuk suatu persilangan. Karena gerakan ayunan tangan juga berfungsi sebagai penunjang dalam keseimbangan saat berlari dan mendorong laju kecepatan gerak si pelari.

Pendaratan Kedua Kaki

Pada gerakan lari cepat, pendaratan kedua kaki harus selalu pada ujung telapak kaki. Lutut kaki sedikit dibengkokkan dan kaki belakang pada saat menolak benar-benar lurus dengan cepat, lutut ditekukan agar paha mudah terayun ke depan. Setelah itu leher harus rileks, mulut dan gigi jangan ditutup, kepala dan punggung merupakan satu garis dan pandangan ke depan.

Melewati garis finish

Melewati garis finish merupakan faktor yang sangat menentukan kalah menangnya seorang pelari.

Kriteria penilaian

1. Skor 2 : jika peserta didik mampu menjelaskan dengan baik dan tepat
Skor 1 : jawaban peserta didik sudah baik tetapi masih kurang
2. Skor 2 : jika peserta didik mampu menjelaskan dengan baik dan tepat
Skor 1 : jawaban peserta didik sudah mampu menjelaskan tetapi masih kurang tepat

$$\text{NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN} = \frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 30 \%$$

SKOR MAKSIMAL

RUBRIK PENILAIAN

PERILAKU/SIKAP DALAM MATERI PEMBELAJARAN LARI JARAK PENDEK 50 METER

N0	PERILAKU YANG DINILAI	Cek (v)		
		Baik	Sedang	Kurang
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	Jumlah nilai afektif/sikap			

BAIK = 80-100

SEDANG = 60-79

KURANG = 40-59

$$\text{NILAI SIKAP} = \frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 30 \%$$

SKOR MAKSIMAL

Rekapitulasi Penilaian

N0	Nama peserta didik	Aspek-Aspek Penilaian			Keterangan
		Pengetahuan	sikap	ketrampilan	
1					
2					
3					
4					
5					
6					

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai Akhir (NA) = Pengetahuan + sikap + keterampilan

Aspek Penilaian Tiga

Keterangan :

1. Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
2. Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
3. Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
4. Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
5. Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Yogyakarta, 7 September 2016

Menyetujui

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Fr.Nunung S, S.Pd

NIP. 19591206 1981 03 2006

Nori Abdul Bhasit

NIM. 13601241013

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

LOMPAT JAUH



Disusun oleh:

Nama : NORI ABDUL BHASIT

NIM : 13601241013

Kelas : PJKR A

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

PENDIDIKAN OLAHRAGA

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2016

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMP NEGERI 2 GAMPING
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/semester	: VIII/(Ganjil)
Materi Pokok	: Lompat Jauh Gaya Jongkok (Gaya Ortodok)
Kurikulum	: KTSP
Alokasi Waktu	: 2 x 40 menit
Ketrampilan mengajar	: Menyeluruh

A. Standar Kompetensi

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

B. Kompetensi Dasar

1.3 Mempraktikkan teknik dasar perorangan atletik, serta nilai disiplin, semangat, sportifitas, percaya diri dan kejujuran.

C. Indikator

Aspek-aspek	Indikator
Kognitif	a. Mengetahui bentuk – bentuk teknik dasar menolak tanpa awalan, di udara, mendarat
Afektif	a. Melakukan doa sebelum pembelajaran b. Menunjukkan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran c. Menunjukkan sikap percaya diri dalam melakukan pembelajaran d. Menunjukkan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran
Psikomotorik	a. Melakukan teknik dasar menolak tanpa awalan, di udara, mendarat. b. Melakukan lomba lompat jauh dengan peraturan

	yang di modifikasi
--	--------------------

D. Tujuan Pembelajaran

Siswa mampu melakukan tolakan awalan, di udara, mendarat dengan menggunakan kombinasi yang baik dan mampu melakukan lompatan sejauh 1,5 meter.

E. Materi Pembelajaran

Konsep

1. Pengertian Lompat Jauh

Permainan Lompat Jauh adalah Lompat jauh merupakan salah satu nomor lompat dari cabang olahraga atletik yang paling populer dan paling sering dilombakan dalam kompetisi kelas dunia, termasuk Olimpiade. Lompat jauh adalah suatu gerakan melompat ke depan atas 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 yang sejauh-jauhnya.

a. Sikap Awalan

Berfungsi untuk mendapatkan kecepatan pada waktu akan melompat.

Dilakukan dengan lari secepat – cepatnya dari jarak 40 – 45 m pada sebuah lintasan.

Tidak di perkenankan untuk merubah kecepatan dan langkah saat akan menolak pada papan tumpuan.

b. Sikap Tolakan

Merupakan upaya pelompat melakukan tolakan pada papan tumpuan menggunakan kaki yang terkuat dengan mengubah kecepatan horizontal ke kecepatan vertikal. Saat kaki melakukan tolakan, posisi badan lebih ditegakkan, dan kaki belakang serta kedua lengan di ayunkan ke depan atas. Urutan tolakan kaki pada papan tumpuan, di mulai dari tumit, telapak kaki diteruskan pada ujung telapak kaki.

c. Sikap Di Udara

Kedua lutut tertekuk, Kedua lengan di samping kepala, Saat akan mendarat kaki dan lengan di luruskan ke depan bersama berat badan di bawa ke depan.

d. Sikap Mendarat

Mendarat pada bak lompat diawali dengan kedua tumit kaki dan kedua kaki agak rapat, lutut tertekuk dan mengeper dalam posisi jongkok bersamaan berat badan di bawa ke depan. Kedua lengan di depan menyentuh pendaratan serta pandangan ke depan.

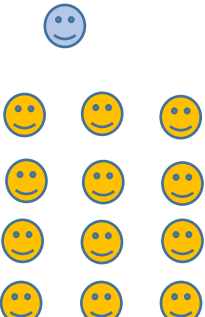

F. Metode Pembelajaran

1. Komando
2. Demonstrasi

G. Media, Alat dan Sumber belajar

1. Guru memberikan contoh
2. Peluit
3. Jam tangan
4. Bak Pasir
5. Cangkul
6. Sumber : www.atletiksport.com

H. Langkah-langkah pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	ALOKASI WAKTU
Pendahuluan	<p>1. Membariskan siswa menjadi 4 barisan, lalu dilakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat dan dilanjutkan dengan presensi dan menanyakan kondisi siswa.</p> <p style="text-align: center;"></p> <p>Keterangan: Guru : </p>	10 menit

	<p>Siswa : 😊</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Memberikan motivasi pada siswa 3. Apersepsi Apersepsi adalah mengaitkan sesuatu yang telah didapat siswa dengan materi yang akan di pelajari, apersepsi bisa dilakukan dengan guru menanyakan kepada siswa. <ol style="list-style-type: none"> a. Apa yang anak-anak ketahui tentang olahraga atletik ? b. Pernahkah anak-anak melakukan olahraga lompat jauh ? c. Apa yang anak-anak ketahui lompat jauh ? d. Kemudian guru memperlihatkan alat-alat yang digunakan dalam olahraga lompat jauh Contoh alatnya lompat jauh sehingga siswa mempunyai pandangan mengenai materi yang akan dipelajari. 4. Siswa melakukan pemanasan. Pemanasan dilakukan bentuk statis dan dinamis 	
<p style="text-align: center;">INTI</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Eksplorasi <ol style="list-style-type: none"> a. Memberikan contoh gambar lompat jauh b. Siswa melakukan gerakan yang ada di gambar secara bergantian. 2. Elaborasi <ol style="list-style-type: none"> a. Siswa melakukan cara awalan, tolakan, di udara, mendarat. b. Melakukan secara bertahap. <ol style="list-style-type: none"> 1) Melakukan gerakan awalan lompat jauh 2) Melakukan gerakan tolakan 	<p style="text-align: center;">60 MENIT</p>

	<p>3) Melakukan gerakan di udara dan mendarat.</p> <p>3. Konfirmasi</p> <p>Dalam kegiatan konfirmasi guru</p> <p>a. Guru bertanya untuk mengetahui bahwa peserta didik sudah memahami atau belum tentang pembelajaran yang sudah di terangkan oleh guru.</p> <p>b. Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalahan pemahaman, memberi penguatan.</p>	
PENUTUP	<p>Siswa dibariskan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pendinginan permainan 2. Evaluasi proses pembelajaran dengan memberikan tanya jawab atau mempratikan kembali apa yang telah dlakukan. 3. Guru memberikan tugas untuk minggu depan serta menyampaikan materi minggu depan 4. Siswa dibariskan 4 bershaf 5. Mengecek kembali siswa dengan berhitung 6. Berdoa 7. Dibubarkan 	10 MENIT

I. Penilaian

Teknik Penilaian

a. Tes unjuk kerja (keterampilan)

Melakukan gerakan awalan, tolakan, di udara dan mendarat lompat jauh dengan benar

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

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 40%

Jumlah skor maksimal

b. Pengamatan sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan kegiatan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu menaati aturan dari guru, disiplin, semangat dalam mengikuti pembelajaran, menghargai teman dan menunjukkan sikap percaya diri.

Berikan tanda cek (v) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tanda cek diberikan jika memenuhi kriteria penilaian.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%

Jumlah skor maksimal

c. Tes kemampuan kognitif (pengetahuan)

Menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai lompat jauh

Keterangan :

Penilaian terhadap kualitas penilaian peserta ujian, dengan rentang nilai antar 1 sampai 2

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%

Jumlah skor maksimal

RUBRIK PENILAIAN**UNJUK KERJA/KETERAMPILAN LOMPAT JAUH**

ASPEK YANG DINILAI	SKOR		JUMLAH
	1	2	
1. Melakukan Rangkaian gerakan lompat jauh dengan baik 2. Melakukan lompatan sejauh 1,5 meter dengan baik			
JUMLAH			
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 9			

Kriteria Penilaian Keterampilan (unjuk kerja)

Kriteria skor

a. Melakukan teknik lemparan dengan baik

1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan rangkaian gerakan lompat jauh dengan baik dan benar
2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan rangkaian gerakan lompat jauh kurang baik.
3. Skor 1 jika siswa tidak dapat melakukan rangkaian gerakan lompat jauh.

$$\text{NILAI KETRAMPILAN/UNJUK KERJA} = \frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 40 \%$$

**RUBRIK PENILAIAN
PENGETAHUAN LOMPAT JAUH**

Butir Pernyataan	Kriteria pensekoran		jumlah
	1	2	
1. Jelaskan apa yang dimaksud olahraga lompat jauh ?			
2. Bagaimana cara awalan, tolakan, di udara, mendarat ?			
Jumlah			
Jumlah skor maksimal = 6			

1. Yang di maksud lompat jauh

Lompat Jauh adalah Lompat jauh merupakan salah satu nomor lompat dari cabang olahraga atletik yang paling populer dan paling sering dilombakan dalam kompetisi kelas dunia, termasuk Olimpiade. Lompat jauh adalah suatu gerakan melompat ke depan atas 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 yang sejauh-jauhnya.

2. Bentuk Gerakan Lompat Jauh

Sikap Awalan

Berfungsi untuk mendapatkan kecepatan pada waktu akan melompat.

Dilakukan dengan lari secepat – cepatnya dari jarak 40 – 45 m pada sebuah lintasan.

Tidak di perkenankan untuk merubah kecepatan dan langkah saat akan menolak pada papan tumpuan.

Sikap Tolakan

Merupakan upaya pelompat melakukan tolakan pada papan tumpuan menggunakan kaki yang terkuat dengan mengubah kecepatan horizontal ke kecepatan vertikal. Saat kaki melakukan tolakan, posisi badan lebih ditegakkan, dan kaki belakang serta kedua lengan di ayunkan ke depan atas. Urutan tolakan kaki pada papan tumpuan, di mulai dari tumit, telapak kaki diteruskan pada ujung telapak kaki.

Sikap Di Udara

Kedua lutut tertekuk, Kedua lengan di samping kepala, Saat akan mendarat kaki dan lengan di luruskan ke depan bersama berat badan di bawa ke depan

Sikap Mendarat

Mendarat pada bak lompat diawali dengan kedua tumit kaki dan kedua kaki agak rapat, Lutut tertekuk dan mengeper dalam posisi jongkok bersamaan berat badan di bawa ke depan. Kedua lengan di depan menyentuh pendaratan serta pandangan ke depan.

Kriteria penilaian

1. Skor 2 : jika peserta didik mampu menjelaskan dengan baik dan tepat
Skor 1 : jawaban peserta didik sudah baik tetapi masih kurang
2. Skor 2 : jika peserta didik mampu menjelaskan dengan baik dan tepat
Skor 1 : jawaban peserta didik sudah mampu menjelaskan tetapi masih kurang tepat

$$\text{NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN} = \frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 30 \%$$

SKOR MAKSIMAL

RUBRIK PENILAIAN

PERILAKU/SIKAP DALAM MATERI PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH

NO	PERILAKU YANG DINILAI	Cek (v)		
		Baik	Sedang	Kurang
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	Jumlah nilai afektif/sikap			

BAIK = 80-100

SEDANG = 60-79

KURANG = 40-59

$$\text{NILAI SIKAP} = \frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 30 \%$$

Rekapitulasi Penilaian

N0	Nama peserta didik	Aspek-Aspek Penilaian			Keterangan
		Pengetahuan	sikap	ketrampilan	
1					
2					
3					
4					
5					
6					

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai Akhir (NA) = Pengetahuan + sikap + keterampilan

Aspek Penilaian Tiga

Keterangan :

1. Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
2. Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
3. Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
4. Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
5. Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Yogyakarta, 7 September 2016

Menyetujui

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Fr.Nunung S, S.Pd

NIP. 19591206 1981 03 2006

Nori Abdul Bhasit

NIM. 13601241013

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

LOMPAT JAUH



Disusun oleh:

Nama : NORI ABDUL BHASIT

NIM : 13601241013

Kelas : PJKR A

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

PENDIDIKAN OLAHRAGA

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2016

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 2 GAMPING

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/semester : VIII/1 (Ganjil)

Materi Pokok : Aktivitas Uji Diri (Senam Lantai)

Kurikulum : KTSP

Alokasi Waktu : 2 x 40 menit

Ketrampilan mengajar : Menyeluruh

A. Standart Kompetensi

3. Mempraktikkan senam dasar dengan teknik dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

B. Kompetensi Dasar

- 3.2 Mempraktikkan senam dasar dengan bentuk latihan keseimbangan bertumpu pada tangan dan punggung serta nilai disiplin, keberanian, dan tanggung jawab

C. Indikator

Aspek-aspek	Indikator
Kognitif	a. Siswa dapat mengetahui cara melakukan gerakan sikap lilin
Afektif	a. Melakukan doa sebelum pembelajaran b. Menunjukkan sikap disiplin, keberanian dan tanggung jawab
Psikomotorik	a. Melakukan sikap lilin

D. Tujuan Pembelajaran

Siswa dapat melakukan gerakan sikap lilin dengan posisi kaki membentuk huruf I lurus selama 5 detik

E. Materi Pembelajaran

Konsep

1. Pengertian senam lantai

Senam lantai merupakan salah satu cabang olahraga senam yang dilakukan di atas lantai atau lapangan dengan menggunakan matras. Unsur-unsur gerakan senam lantai terdiri dari gerakan mengguling, meloncat, melompat, berputar di udara, menumpu dengan tangan, menumpu dengan kaki untuk mempertahankan sikap seimbang atau pada saat meloncat belakang maupun meloncat ke depan. Senam lantai disebut juga dengan latihan bebas karena pada saat melakukan senam lantai tidak menggunakan alat apapun. Gerakan senam lantai di mulai dari yang ringan, gerakan sedang, gerakan berat dan gerakan akrobatik yang mengandung gerakan ketangkasan, keluwesan, dan keseimbangan.

Sikap lilin merupakan sikap tidur telentang kemudian kaki di angkat keras di atas (rapat) bersama-sama, pinggang di topang kedua tangan dan pundak tetap menempel pada lantai. Dalam melakukan sikap lilin, kekuatan otot perut berfungsi untuk kedua tangan menopang pinggang.





F. Metode Pembelajaran

1. Komando
2. Demotrasi
3. Latihan

G. Media, sarpras dan Sumber Belajar

1. Media
 - a. Guru memberikan contoh gambar
2. Sarpras
 - a. Peluit
 - b. Matras
 - c. *Cone*
 - d. Jam tangan/*stopwatch*
3. Sumber
 - a. www.BukuReferensiMatras.com

H. Langkah-langkah Pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<p>1. Membariskan siswa menjadi 2 bershaf, lalu dilakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat dan dilanjutkan dengan presensi dan menanyakan kondisi siswa.</p> <p style="text-align: center;">   </p> <p>Keterangan: Guru :  Siswa : </p> <p>2. Memberikan motivasi pada siswa</p> <p>3. Apersepsi</p> <p>Apersepsi adalah mengaitkan sesuatu yang telah didapat siswa dengan materi yang akan di pelajari, apersepsi bisa dilakukan dengan guru menanyakan kepada siswa.</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Apa yang anak-anak ketahui tentang senam lantai? b. Pernahkah anak-anak melakukan senam lantai? c. Apa yang anak-anak ketahui tentang senam lantai? d. Kemudian guru memperlihatkan alat- 	10 menit

	<p>alat yang digunakan dalam olahraga senam lantai</p> <p>4. Siswa melakukan pemanasan. Pemanasan dilakukan bentuk statis dan bentuk permainan.</p> <p>Nama permainan : Kobis seger masuk keranjang (Kombinasi berbagai jenis gerakan dan memasukan bola ke keranjang)</p> <p>Cara bermain untuk permainan ini :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Siswa di bagi menjadi 2 kelompok b. Setiap kelompok berlomba untuk memasukan bola ke keranjang tetapi harus melewati dan melakukan gerakan c. Gerakan yang pertama adalah zig-zag dan gerakan kedua adalah lompat pagar kemudian siswa berlari sampai garis untuk melemparkan bola ke gawang atau keranjang yang telah ditentukan d. Siswa pertama melakukan gerakan dan melempar bola kemudian diteruskan orang kedua dan seterusnya sampai selesai e. Kelompok yang dapat memasukan bola paling banyak yaitu pemenangnya 	
<p style="text-align: center;">INTI</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Eksplorasi <ol style="list-style-type: none"> a. memberikan contoh gambar gerakan sikap lilin b. Siswa melakukan gerakan sikap lilin 2. Elaborasi <ol style="list-style-type: none"> a. Siswa melakukan cara gerakan sikap lilin 	<p style="text-align: center;">60 menit</p>



b. Siswa melakukan gerakan sikap lilin secara bertahap

- 1) Pertama kali Cara Melakukan Gerakan Senam Lantai Sikap Lilin dilakukan dengan jongkon dan meletakkan kedua tangan pada matras membentuk posisi segitiga sama sisi, lalu meletakkan dahi di atas matras tepat di antara tangan kanan dan kiri.
- 2) Selanjutnya angkat kedua kaki bersama dengan pinggul. Untuk Cara Melakukan Gerakan Senam Lantai Sikap Lilin kedua ini mungkin diperlukan bantuan orang lain untuk mengangkat kaki.
- 3) Setelah dapat berdiri dengan sikap lurus atau lilin tahan keseimbangan menggunakan kedua tangan.

3. Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi guru

- a. Siswa melakukan kembali gerakan sikap lilin
- b. Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalahan pahaman dan memberi penguatan.

<p style="text-align: center;">Penutup</p>	<p>1. Melakukan pendinginan berupa permainan</p> <p>Cara bermain:</p> <ul style="list-style-type: none">a. Siswa membentuk lingkaran lalu salah satu siswa memegang bola basket dan memberikan ke pada temanyab. Apabila siswa sudah melempar bola maka pelembar berhak memberikan pertanyaan tentang olahragac. Penerima bola berhak untuk menjawab apabila salah menjawab akan di beri hukuman memberikan gerakan pemanasan. <p>2. Evaluasi</p> <p>Mengevaluasi materi pembelajaran dengan memberi pertanyaan kepada peserta didik yang berkaitan dengan pembelajara.</p> <p>3. Menutup pembelajaran dengan berdoa dan memberi salam</p>	<p style="text-align: center;">10 menit</p>
---	--	--

A. Penilaian

Teknik Penilaian

a. Tes unjuk kerja (keterampilan)

Melakukan gerakan sikap lilin secara keseluruhan dengan benar.

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

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 40%

Jumlah skor maksimal

b. Pengamatan sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan kegiatan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu menaati aturan dari guru, disiplin, semangat dalam mengikuti pembelajaran, menghargai teman dan menunjukkan sikap percaya diri.

Berikan tanda cek (v) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tanda cek diberikan jika memenuhi kriteria penilaian.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%

Jumlah skor maksimal

c. Tes kemampuan kognitif (pengetahuan)

Menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai olahraga senam lantai

Keterangan :

Penilaian terhadap kualitas penilaian peserta ujian, dengan rentang nilai antar 1 sampai 2

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%

Jumlah skor maksimal

RUBRIK PENILAIAN

UNJUK KERJA/KETERAMPILAN OLAHRAGA SENAM LANTAI

ASPEK YANG DINILAI	SKOR			JUMLAH
	1	2	3	
1. Melakukan gerakan sikap lilin				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 3				

Kriteria Penilaian Keterampilan (unjuk kerja)

Kriteria skor

- a. Melakukan teknik gerakan sikap lilin dengan benar
 1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknik sikap lilin dengan benar
 2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan sikap lilin tetapi posisi kaki tidak lurus membentuk huruf I
 3. Skor 1 jika siswa tidak dapat melakukan gerakan sikap lilin

$$\text{NILAI KETERAMPILAN/UNJUK KERJA} = \frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 40\%$$

RUBRIK PENILAIAN

PENGETAHUAN OLAHRAGA SENAM LANTAI

Butir Pernyataan	Kriteria pensekoran		Jumlah
	1	2	
1. Jelaskan apa yang dimaksud senam lantai?			
2. Jelaskan yang dimaksud gerakan sikap lilin			

pada senam lantai ?			
Jumlah			
Jumlah skor maksimal = 4			

1. Yang di maksud senam lantai

Senam lantai adalah salah satu cabang olahraga senam yang dilakukan diatas lantai atau lapangan dengan menggunakan matras. Unsur-unsur gerakan senam lantai terdiri dari gerakan mengguling, meloncat, melompat, berputar di udara, menumpu dengan tangan, menumpu dengan kaki untuk mempertahankan sikap seimbang atau pada saat meloncat belakang maupun meloncat ke depan.

2. Yang di maksud gerakan sikap lilin pada senam lantai adalah

Sikap lilin merupakan sikap tidur telentang kemudian kaki diangkat keras di atas (rapat) bersama-sama, pinggang di topang kedua tangan dan pundak tetap menempel pada lantai. Dalam melakukan sikap lilin, kekuatan otot perut berfungsi untuk kedua tangan menopang pinggang.

Kriteria penilaian

1. skor 2 jika siswa mampu jelaskan dengan baik dan tepat
skor 1 jika siswa sudah menjawab tetapi jawabanya masih kurang
2. skor 2 jika siswa mampu menjelaskan dengan baik dan tepat
skor 1 jika siswa sudah menjawab tetapi jawabanya masih kurang

$$\text{NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN} = \frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 30\%$$

RUBRIK PENILAIAN**PERILAKU/SIKAP DALAM MATERI OLAHRAGA SENAM LANTAI**

N0	PERILAKU YANG DINILAI	Cek (v)		
		Baik	Sedang	Kurang
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	Jumlah nilai afektif/sikap			

JUMLAH SKOR X 30 %

BAIK = 80-100

SKOR MAKSIMAL

SEDANG = 60-79

KURANG = 40-59

Rekapitulasi Penilaian

N0	Nama peserta didik	Aspek-Aspek Penilaian			Keterangan
		pengetahuan	Sikap	ketrampilan	
1					
2					
3					
4					
5					
6					

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai Akhir (NA) = Pengetahuan + sikap + keterampilan

Aspek Penilaian Tiga

Keterangan :

1. Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
2. Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
3. Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
4. Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
5. Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Yogyakarta, 29 Agustus 2016

Menyetujui

Dosen Pembimbing

Mahasiswa

Fr. Nunung S, S.Pd

NIP. 19591206 1981 03 2006

Nori Abdul Bhasit

NIM. 13601241013

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran
SENAM LANTAI



Disusun oleh:

Nama : NORI ABDUL BHASIT

NIM : 13601241013

Kelas : PJKR A

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2016

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMP NEGERI 2 GAMPING
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/semester	: VIII/(Ganjil)
Materi Pokok	: Teknik Dasar Sepak Bola
Kurikulum	: KTSP
Alokasi Waktu	: 2 x 40 menit
Ketrampilan mengajar	: Menyeluruh

A. Standar Kompetensi

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

B. Kompetensi Dasar

1.1 Mempraktikkan teknik dasar salah satu nomor olah raga bola besar beregu dan perorangan, serta nilai kerjasama, kejujuran dan menghormati lawan.

C. Indikator

Aspek-aspek	Indikator
Kognitif	a. Mengetahui bentuk teknik dasar menendang dan menghentikan bola menggunakan kaki bagian dalam dan luar dengan koordinasi yang baik serta menahan dengan telapak kaki
Afektif	a. Melakukan doa sebelum pembelajaran b. Menunjukkan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran c. Menunjukkan sikap percaya diri dalam melakukan pembelajaran d. Menunjukkan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran
Psikomotorik	a. Melakukan teknik dasar menendang dan menghentikan bola dengan kaki bagian dalam dan luar dengan kordinasi yang baik b. Bermain dengan peraturan yang di modifikasi

D. Tujuan Pembelajaran

Siswa mampu melakukan menendang dan dan menghentikan bola dengan menggunakan kombinasi yang baik dan mampu melakukan kombinasi passing sebanyak 5 kali.

E. Materi Pembelajaran

Konsep

1. Pengertian Sepak Bola

Permainan Sepak Bola adalah cabang olahraga yang menggunakan bola yang umumnya terbuat dari bahan kulit dan dimainkan oleh dua tim yang masing – masing beranggotakan 11 (sebelas) orang pemain inti dan beberapa pemain cadangan.

a. Teknik dasar sepak bola

Teknik dasar sepak bola meliputi Passing, drbbling, shooting, heading.

b. Teknik Passing sepak bola

Teknik Passing dalam sepak bola secara umum ada 3 jenis yaitu passing menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan kaki bagian kura – kura atau punggung kaki. Cara melakukan passing menggunakan kaki bagian dalam adalah Kaki di tumpu pada samping sejajar dengan bola, lutut di tekuk. Kaki sepak membentuk sudut 90 deajat dengan kaki tumpu. Posisi badan di belakang bola sedikit tegak. Tendangan di mulai dari menarik kaki dan mengayun kedepan. Saat perkenaan mata melihat bola dan meneruskan pandangan pada sasaran. Setelah menendang ada gerakan lanjutan (follow through).

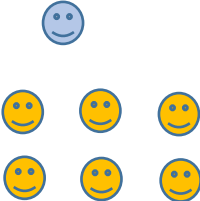
F. Metode Pembelajaran




1. Komando
2. Demonstrasi

G. Media, Alat dan Sumber belajar

1. Media Gambar dan Guru memberikan contoh
2. Peluit
3. Jam tangan
4. Bola Sepak dan Lapangan sepak bola
5. Sumber : smansax1-edu.com

H. Langkah-langkah pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	ALOKASI WAKTU
Pendahuluan	<p>1. Membariskan siswa menjadi 4 bershaf,lalu di lakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat dan dilanjutkan dengan presensi dan menanyakan kondisi siswa.</p> 	10 menit

	<div style="text-align: center;">  </div> <p>Keterangan:</p> <p>Guru : </p> <p>Siswa : </p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Memberikan motivasi pada siswa 3. Apersepsi <p>Apersepsi adalah mengaitkan sesuatu yang telah didapat siswa dengan materi yang akan di pelajari, apersepsi bisa dilakukan dengan guru menanyakan kepada siswa.</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Apa yang anak-anak ketahui tentang olahraga bola besar ? b. Pernahkah anak-anak melakukan olahraga sepak bola ? c. Apa yang anak-anak ketahui teknik dasar sepak bola ? d. Kemudian guru memperlihatkan alat-alat yang digunakan dalam olahraga sepak bola Contoh alatnya bola sepak sehingga siswa mempunyai pandangan mengenai materi yang akan dipelajari. 4. Siswa melakukan pemanasan. Pemanasan dilakukan bentuk statis dan bentuk permainan. 	
INTI	<ol style="list-style-type: none"> 1. Eksplorasi <ol style="list-style-type: none"> a. Memberikan contoh gambar passing dengan menggunakan kaki bagian dalam, luar dan punggung kaki. b. Siswa melakukan gerakan passing dengan kemampuan dan pengetahuannya masing – masing. 2. Elaborasi <ol style="list-style-type: none"> a. Siswa melakukan cara passing kaki bagian dalam, luar dan punggung kaki. b. Melakukan secara bertahap. <ol style="list-style-type: none"> 1) Melakukan gerakan kaki saat passing kaki 	60 MENIT

	<p>bagian dalam, luar dan punggung.</p> <p>3. Konfirmasi</p> <p>Dalam kegiatan konfirmasi guru</p> <ol style="list-style-type: none"> Guru bertanya untuk mengetahui bahwa peserta didik sudah memahami atau belum tentang pembelajaran yang sudah di terangkan oleh guru. Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalahan pahaman, memberi penguatan. 	
PENUTUP	<p>Siswa dibariskan</p> <ol style="list-style-type: none"> Pendinginan permainan Evaluasi proses pembelajaran dengan memberikan tanya jawab atau mempratikan kembali apa yang telah dlakukan. Guru memberikan tugas untuk minggu depan serta menyampaikan materi minggu depan Siswa dibariskan 4 bershaf Mengecek kembali siswa dengan berhitung Berdoa Dibubarkan 	10 MENIT

I. Penilaian

Teknik Penilaian

a. Tes unjuk kerja (keterampilan)

Melakukan passing dengan menggunakan kaki bagian dalam, luar dan punggung kaki dengan benar

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

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 40%

Jumlah skor maksimal

b. Pengamatan sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan kegiatan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu

menaati aturan dari guru, disiplin, semangat dalam mengikuti pembelajaran, menghargai teman dan menunjukkan sikap percaya diri.

Berikan tanda cek (v) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tanda cek diberikan jika memenuhi kriteria penilaian.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%

Jumlah skor maksimal

c. Tes kemampuan kognitif (pengetahuan)

Menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai teknik dasar sepak bola

Keterangan :

Penilaian terhadap kualitas penilaian peserta ujian, dengan rentang nilai antar 1 sampai 2

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%

Jumlah skor maksimal

RUBRIK PENILAIAN

UNJUK KERJA/KETERAMPILAN TEKNIK DASAR SEPAK BOLA

ASPEK YANG DINILAI	SKOR		JUMLAH
	1	2	
1. Melakukan passing dengan menggunakan kaki bagian dalam, luar dan punggung kaki dengan baik			
2. Melakukan kombinasi passing sebanyak 5 kali dengan baik			
JUMLAH			
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 9			

Kriteria Penilaian Keterampilan (unjuk kerja)

Kriteria skor

a. Melakukan teknik lemparan dengan baik

1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan passing menggunakan kaki bagian dalam, luar dan punggung kaki dengan baik dan benar
2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan passing menggunakan kaki bagian dalam, luar dan punggung kaki kurang baik.

3. Skor 1 jika siswa tidak dapat melakukan passing menggunakan kaki bagian dalam, luar dan punggung kaki.

$$\text{NILAI KETRAMPILAN/UNJUK KERJA} = \frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 40 \%$$

**RUBRIK PENILAIAN
PENGETAHUAN TEKNIK DASAR SEPAK BOLA**

Butir Pernyataan	Kriteria pensekoran		jumlah
	1	2	
1. Jelaskan apa yang dimaksud permainan olahraga sepak bola ?			
2. Bagaimana cara passing menggunakan kaki bagian dalam ?			
Jumlah			
Jumlah skor maksimal = 6			

1. Yang di maksud permainan olahraga sepak bola
 - a. Permainan sepak bola adalah cabang olahraga yang menggunakan bola yang umumnya terbuat dari bahan kullit dan di mainkan oleh dua tim yang masing – masing beranggotakan 11 (sebelas) orang pemain inti dan beberapa pemain cadangan.

2. Teknik passing kaki bagian dalam

Teknik passing kaki bagian dalam Kaki sepak membentuk sudut 90 deajat dengan kaki tumpu. Posisi badan di belakang bola sedikit tegak. Tendangan di mulai dari menarik kaki dan mengayun kedepan. Saat perkenaan mata melihat bola dan meneruskan pandangan pada sasaran. Setelah menendang ada gerakan lanjutan (follow through).

Kriteria penilaian

1. Skor 2 : jika peserta didik mampu menjelaskan dengan baik dan tepat
Skor 1 : jawaban peserta didik sudah baik tetapi masih kurang
2. Skor 2 : jika peserta didik mampu menjelaskan dengan baik dan tepat
Skor 1 : jawaban peserta didik sudah mampu menjelaskan tetapi masih kurang tepat

$$\text{NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN} = \frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 30 \%$$

RUBRIK PENILAIAN
PERILAKU/SIKAP DALAM MATERI PEMBELAJARAN TEKNIK SEPAK BOLA

N0	PERILAKU YANG DINILAI	Cek (v)		
		Baik	Sedang	Kurang
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	Jumlah nilai afektif/sikap			

BAIK = 80-100

SEDANG = 60-79

KURANG = 40-59

$$\text{NILAI SIKAP} = \frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 30 \%$$

SKOR MAKSIMAL

Rekapitulasi Penilaian

N0	Nama peserta didik	Aspek-Aspek Penilaian			Keterangan
		pengetahuan	sikap	ketrampilan	
1					
2					
3					
4					
5					
6					

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai Akhir (NA) = Pengetahuan + sikap + keterampilan

Aspek Penilaian Tiga

Keterangan :

1. Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
2. Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
3. Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
4. Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
5. Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Yogyakarta, 18 Juli 2016

Menyetujui

Dosen Pembimbing

Mahasiswa

Fr.Nunung S, S.pd

NIP.19591206 1981 03 2006

Nori Abdul Bhasit

NIM. 13601241013

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

SEPAK BOLA



Disusun oleh:

Nama : NORI ABDUL BHASIT

NIM : 13601241013

Kelas : PJKR A

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

PENDIDIKAN OLAHRAGA

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2016

KISI-KISI SOAL

Nama Sekolah : SMP Negeri 2 Gamping

Alokasi Waktu : 40 Menit

Mata Pelajaran : Penjas Orkes

Jumlah soal : 5 Soal

Kurikulum : KTSP Saintifik

Penulis : Nori Abdul Bhasit

No. Urut	Kompetensi Dasar/ SKL	Bahan Kelas/ smt.	Materi	Indikator Soal	Bentuk Tes (Tertulis/Prak tik)	No. Soal	Kunci Jawaban
1	Memahami berbagai bahaya bencana	VIII / I	Pengertian Bencana alam	Peserta didik dapat menjelaskan pengertian bencana alam	Tertulis	1 (Essay)	
2	Memahami berbagai bahaya bencana	VIII / I	Macam – macam bencana alam	Peserta didik dapat menyebutkan macam – macam bencana alam	Tertulis	2 (Essay)	
3	Memahami berbagai bahaya bencana.	VIII / I	Penyebab tanah longsor	Peserta didik dapat menyebutkan penyebab – penyebab terjadinya tanah longsor	Tertulis	3 (Essay)	
4	Memahami berbagai bahaya bencana	VIII / I	Pengertian banjir	Peserta didik dapat menjelaskan pengertian banjir	Tertulis	4 (Essay)	

5	Memahami berbagai bahaya bencana	VIII / I	Mencegah terjadinya banjir	Peserta didik dapat menyebutkan bagaimana cara mencegah terjadinya banjir	Tertulis	5 (Essay)	
---	----------------------------------	----------	----------------------------	---	----------	-----------	--

SOAL PENGETAHUAN KESEHATAN OLAHRAGA (BENCANA ALAM)

1. Jelaskan pengertian bencana alam ?
2. Sebutkan macam – macam bencana alam ?
3. Sebutkan penyebab terjadinya tanah longsor ?
4. Jelaskan apa yang di maksud dengan bencana banjir !
5. Bagaimana cara mencegah terjadinya banjir ?

KUNCI JAWABAN SOAL PENGETAHUAN BENCANA ALAM

1. Pengertian bencana alam adalah bencana yang di akibatkan oleh gejala alam sebenarnya gejala alam merupakan gejala yang sangat alamiah dan biasa terjadi pada bumi.
2. Gempa bumi, Tsunami, Banjir, Tanah longsor, Kekeringan
3. Penyebab terjadinya tanah longsor adalah erosi yang di sebabkan aliran air permukaan atau air hujan, sungai – sungai atau gelombang laut yang menggerus kaki lereng – lereng bertambah curam lereng dari bebatuan dan tanah di perlemah akibat hujan lebat.
4. Banjir adalah peristiwa yang terjadi ketika aliran air yang berlebihan merendam daratan.
5. Jangan membuang sampah di sungai dan menjaga debit air sungai sehingga tidak meluap ketika hujan lebat.

KISI-KISI SOAL**Nama Sekolah : SMP Negeri 2 Gamping****Alokasi Waktu : 40 Menit****Mata Pelajaran : Penjas Orkes****Jumlah soal : 5 Soal****Kurikulum : KTSP Saintifik****Penulis : Nori Abdul Bhasit**

No. Urut	Kompetensi Dasar/ SKL	Bahan Kelas/ smt.	Materi	Indikator Soal	Bentuk Tes (Tertulis/Prak tik)	No. Soal	Kunci Jawaban
1	Mempraktikan teknik dasar salah satu nomor olahraga bola besar beregu dan perorangan, serta nilai kerjasama, kejujuran dan menghormati lawan	VIII / I	Pengertian bola basket	Peserta didik dapat menjelaskan pengertian bola basket	Tertulis	1 (Essay)	
2	Mempraktikan teknik dasar salah satu nomor olahraga bola besar beregu dan perorangan, serta nilai kerjasama,	VIII / I	Teknik dasar bola basket	Peserta didik dapat menyebutkan teknik dasar bola basket	Tertulis	2 (Essay)	

	kejujuran dan menghormati lawan						
3	Mempraktikan teknik dasar salah satu nomor olahraga bola besar beregu dan perorangan, serta nilai kerjasama, kejujuran dan menghormati lawan	VIII / I	Pengertian passing chest pass	Peserta didik dapat menjelaskan passing chest pass	Tertulis	3 (Essay)	
4	Mempraktikan teknik dasar salah satu nomor olahraga bola besar beregu dan perorangan, serta nilai kerjasama, kejujuran dan menghormati lawan	VIII / I	Pengertian passing bounce pass	Peserta didik dapat menjelaskan passing bounce pass	Tertulis	4 (Essay)	
5	Mempraktikan teknik dasar salah satu nomor olahraga bola besar beregu dan perorangan, serta nilai kerjasama, kejujuran dan	VIII / I	Pengertian passing over head pass	Peserta didik dapat menjelaskan passing bounce pass	Tertulis	5 (Essay)	

	menghormati lawan						
--	-------------------	--	--	--	--	--	--

SOAL PENGETAHUAN BOLA BASKET

1. Jelaskan pengertian permainan olahraga bola basket !
2. Sebutkan Teknik dasar permainan Bola Basket ?
3. Jelaskan passing chest pass dalam permainan bola basket !
4. Jelaskan passing bounce pass dalam permainan bola basket !
5. Jelaskan Passing over head pass dalam permainan bola basket !

KUNCI JAWABAN SOAL PENGETAHUAN BOLA BASKET

1. Pengertian permainan bola basket adalah cabang olahraga berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing – masing 5 orang yang saling mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan.
2. Teknik dasar bola basket meliputi Passing, Dribbling, Shooting, Lay up.
3. Passing Chest Pass adalah Ketika kamu melakukan teknik mengumpan ini, posisi bola berada di bagian depan dada dan saat mengumpan menggunakan telapak jari. Bila bola sudah diumpan harus dalam keadaan lurus ke depan tidak boleh dalam keadaan melambung tinggi atau mengarah ke bawah.
4. Passing Bounce Pass adalah Teknik ini sama seperti chest pass, perbedaannya adalah saat mengoper bola kepada teman satu tim posisi bola dipantulkan ke arah lantai. Akan tetapi, kamu harus memastikan bahwa titik pantul dari bola tersebut berada pada 3 per 4 jarak dari si pengoper bola.
5. Passing Over Head Pass adalah Mengumpan pada teman menggunakan teknik ini sama halnya seperti melakukan lemparan out pada permainan sepak bola. Untuk yang menerima bola posisi tangan berada di atas.

KISI-KISI SOAL

Nama Sekolah : SMP Negeri 2 Gamping

Alokasi Waktu : 40 Menit

Mata Pelajaran : Penjas Orkes

Jumlah soal : 5 Soal

Kurikulum : KTSP Saintifik

Penulis : Nori Abdul Bhasit

No. Urut	Kompetensi Dasar/ SKL	Bahan Kelas/ smt.	Materi	Indikator Soal	Bentuk Tes (Tertulis/Prak tik)	No. Soal	Kunci Jawaban
1	Mempraktikan teknik dasar salah satu nomor olahraga bola kecil lanjutan dengan koordinasi yang baik	VIII / I	Pengertian Kasti	Peserta didik dapat menjelaskan pengertian permainan bola kasti	Tertulis	1 (Essay)	
2	Mempraktikan teknik dasar salah satu nomor olahraga bola kecil lanjutan dengan koordinasi yang baik	VIII / I	Teknik dasar kasti	Peserta didik dapat menyebutkan teknik dasar permainan bola kasti	Tertulis	2 (Essay)	
3	Mempraktikan teknik dasar salah satu nomor	VIII / I	Pengertian Melempar bola dalam kasti	Peserta didik dapat menjelaskan pengertian	Tertulis	3 (Essay)	

	olahraga bola kecil lanjutan dengan koordinasi yang baik			melempar dalam permainan bola kasti			
4	Mempraktikan teknik dasar salah satu nomor olahraga bola kecil lanjutan dengan koordinasi yang baik	VIII / I	Pengertian Menangkap bola dalam kasti	Peserta didik dapat menjelaskan pengertian Menangkap dalam permainan bola kasti	Tertulis	4 (Essay)	
5	Mempraktikan teknik dasar salah satu nomor olahraga bola kecil lanjutan dengan koordinasi yang baik	VIII / I	Pengertian Memukul bola dalam kasti	Peserta didik dapat menjelaskan pengertian memukul dalam permainan kasti	Tertulis	5 (Essay)	

SOAL PENGETAHUAN PERMAINAN KASTI

1. Jelaskan pengertian permainan kasti !
2. Sebutkan Teknik dasar permainan kasti ?
3. Jelaskan Teknik Melempar dalam permainan kasti !
4. Jelaskan Teknik Menangkap dalam permainan kasti !
5. Jelaskan Teknik Memukul dalam permainan kasti !

KUNCI JAWABAN SOAL PENGETAHUAN PERMAINAN KASTI

1. Pengertian permainan kasti adalah permainan memukul dan menangkap bola. Kasti termasuk olahraga permainan beregu. Dalam olahraga kasti, kalian akan belajar tentang pentingnya disiplin, dan kerja keras. Ada dua regu yang bermain dalam setiap permainan, yaitu regu pemukul dan regu penjaga.

2. Teknik dasar kasti meliputi Melempar, Menangkap, Memukul bola dan Berlari.

3. Sebelum melempar bola, kita harus mengetahui cara memegang bola. Cara memegang bola yang benar adalah sebagai berikut.

- Pegang bola dengan seluruh jari tangan.
- Pegang bola dengan erat.
- Jarak jari tangan hendaknya tidak terlalu rapat.

1) Melempar Melambung

Lemparan melambung bertujuan memberikan bola kepada teman yang letaknya agak jauh. Teknik ini digunakan oleh pelempar. Jika kita menjadi pelempar, kita harus dapat melambungkan bola sesuai permintaan pemukul. Lambungan yang benar adalah posisi bola antara pusar dan dada. Cara melakukannya adalah sebagai berikut.

- Pandangan ke depan.
- Berdirilah menyamping dengan kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang.
- Buka kaki dengan lebar.
- Luruskan lutut kaki kiri dan bungkukkan lutut kaki kanan.
- Peganglah bola dengan tangan kanan.
- Luruskan tangan kiri sejajar bahu dan berada di depan.
- Lemparkan bola dari atas kepala sehingga bola melambung tinggi.
- Ikuti jalannya lemparan bola dengan tangan.
- Lakukan berulang-ulang agar lemparan kita menjadi lebih baik

4. Setelah belajar melempar, kita akan belajar menangkap bola dengan baik. Cara menangkap tentu disesuaikan dengan arah bola yang datang. Arah bola terbagi menjadi bola melambung, bola mendatar atau setinggi dada, dan bola menyusur tanah. Kuasailah teknik menangkap ini agar kita dapat menguasai permainan.

1) Menangkap Bola Melambung

- Berdirilah tegak dengan kaki kanan di depan.
- Arahkan pandangan ke arah datangnya bola.
- Bungkukkan siku dan tangan berhadapan.
- Lemaskan dan renggangkan jari-jari.
- Tangkaplah bola.

5. Memukul adalah satu keterampilan yang harus dikuasai pemain kasti. Setiap pemain harus bisa memukul bola dengan berbagai cara. Pukullah bola sejauhjauhnya agar regu penjaga sulit

atau tidak bisa menangkapnya. Sebelum belajar memukul bola, cara memegang alat pemukul harus diperhatikan. Cara memegang alat pemukul yang benar adalah sebagai berikut.

- Condongkan badan ke arah pemukul.
- Buka kedua kaki selebar bahu.
- Pegang dengan tangan kanan, tarik kayu pemukul ke belakang sampai bahu.
- Beri tanda arah bola yang diinginkan dengan tangan kiri.
- Perhatikan bola dan pukullah.
- Gerakkan pemukul dilakukan dengan kekuatan gerakan badan dan tangan kanan.

Berlatihlah cara memegang kayu pemukul dengan tepat agar menghasilkan arah dan kekuatan yang diinginkan. Apabila telah menguasainya, berlatihlah cara memukul berikut agar kita bisa menguasai permainan.

1) Pukulan Melambung

Teknik pukulan ini digunakan untuk menghasilkan arah bola yang melambung jauh. Cara melakukannya adalah sebagai berikut.

- Buka kaki sehingga kaki kiri berada di depan dan kaki kanan di belakang.
- Serongkan tangan pemegang pemukul 45 derajat ke bawah.
- Lihatlah arah datangnya bola.
- Pukullah bola sekuat-kuatnya dengan mengayun tangan pemukul mencapai samping kiri atas.

KISI-KISI SOAL**Nama Sekolah : SMP Negeri 2 Gamping****Alokasi Waktu : 40 Menit****Mata Pelajaran : Penjas Orkes****Jumlah soal : 5 Soal****Kurikulum : KTSP Saintifik****Penulis : Nori Abdul Bhasit**

No. Urut	Kompetensi Dasar/ SKL	Bahan Kelas/ smt.	Materi	Indikator Soal	Bentuk Tes (Tertulis/Praktik)	No. Soal	Kunci Jawaban
1	Menerapkan budaya hidup sehat	VIII / I	Pengertian Vitamin	Peserta didik dapat menjelaskan pengertian vitamin	Tertulis	1 (Essay)	
2	Menerapkan budaya hidup sehat	VIII / I	Macam – macam Vitamin	Peserta didik dapat menyebutkan macam – macam vitamin	Tertulis	2 (Essay)	
3	Menerapkan budaya hidup sehat	VIII / I	Fungsi vitamin A	Peserta didik dapat menjelaskan fungsi vitamin A	Tertulis	3 (Essay)	
4	Menerapkan budaya hidup sehat.	VIII / I	Bahan makanan yang mengandung vitamin A	Peserta didik dapat menyebutkan bahan makanan yang mengandung vitamin A	Tertulis	4 (Essay)	
5	Menerapkan budaya hidup sehat	VIII / I	Fungsi vitamin C	Peserta didik dapat menjelaskan fungsi vitamin C	Tertulis	5 (Essay)	

SOAL PENGETAHUAN KESEHATAN OLAHRAGA

1. Jelaskan pengertian Vitamin ?
2. Sebutkan Vitamin apa saja yang anda ketahui ?
3. Jelaskan Fungsi dari Vitamin A ?
4. Sebutkan bahan makanan yang mengandung Vitamin A !
5. Jelaskan Fungsi dari Vitamin C ?

KUNCI JAWABAN SOAL PENGETAHUAN KESEHATAN OLAHRAGA

1. Pengertian Vitamin adalah Senyawa organik yang di perlukan oleh tubuh dalam jumlah sedikit untuk mengatur fungsi – fungsi tubuh yang spesifik, seperti pertumbuhan normal, memelihara kesehatan dan reproduksi.

2. Vitamin A, C, D, E

3. Fungsi dari vitamin A adalah Proses penglihatan, jaringan ikat, kulit.

4. Bahan makanan yang mengandung vitamin adalah Hati, telur, wortel, sayur – sayuran hijau, produk susu, keju.

5. Fungsi Vitamin C adalah Jaringan kulit, penyerapan dan metabolisme, penyembuhan dan pertahanan terhadap infeksi.

KISI-KISI SOAL**Nama Sekolah : SMP Negeri 2 Gamping****Alokasi Waktu : 40 Menit****Mata Pelajaran : Penjas Orkes****Jumlah soal : 5 Soal****Kurikulum : KTSP Saintifik****Penulis : Nori Abdul Bhasit**

No. Urut	Kompetensi Dasar/ SKL	Bahan Kelas/ smt.	Materi	Indikator Soal	Bentuk Tes (Tertulis/Praktik)	No. Soal	Kunci Jawaban
1	Mempraktikan teknik dasar perorangan atletik, serta nilai disiplin, semangat, sportifitas, percaya dan kejujuran.	VIII / I	Pengertian Lompat Jauh	Peserta didik dapat menjelaskan pengertian lompat jauh	Tertulis	1 (Essay)	
2	Mempraktikan teknik dasar perorangan atletik, serta nilai disiplin, semangat, sportifitas, percaya dan kejujuran.	VIII / I	Langkah – langkah dalam lompat Jauh	Peserta didik dapat menjelaskan langkah – langkah dalam lompat jauh	Tertulis	2 (Essay)	
3	Mempraktikan teknik dasar perorangan atletik,	VIII / I	Langkah Sikap Awal lompat jauh	Peserta didik dapat menjelaskan langkah – langkah	Tertulis	3 (Essay)	

	serta nilai disiplin, semangat, sportifitas, percaya dan kejujuran.			Sikap Awal dalam lompat jauh			
4	Mempraktikan teknik dasar perorangan atletik, serta nilai disiplin, semangat, sportifitas, percaya diri dan kejujuran.	VIII / I	Langkah sikap Tolakan	Peserta didik dapat menjelaskan langkah – langkah sikap tolakan	Tertulis	4 (Essay)	
5	Mempraktikan teknik dasar perorangan atletik, serta nilai disiplin, semangat, sportifitas, percaya diri dan kejujuran.	VIII / I	Langkah Sikap Mendarat	Peserta didik dapat menjelaskan langkah – langkah Sikap Mendarat	Tertulis	5 (Essay)	

SOAL PENGETAHUAN LOMPAT JAUH

1. Jelaskan pengertian lompat jauh !
2. Sebutkan teknik langkah – langkah lompat jauh ?
3. Jelaskan apa itu sikap awal dalam lompat jauh !
4. Jelaskan apa itu sikap tolakan dalam lompat jauh !
5. Jelaskan apa itu sikap mendarat dalam lompat jauh !

KUNCI JAWABAN SOAL PENGETAHUAN LOMPAT JAUH

1. Pengertian Lompat Jauh adalah Lompat jauh merupakan salah satu nomor lompat dari cabang olahraga atletik yang paling populer dan paling sering dilombakan dalam kompetisi kelas dunia, termasuk Olimpiade. Lompat jauh adalah suatu gerakan melompat ke depan atas 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 yang sejauh-jauhnya.

2. Teknik langkah – langkah lompat jauh meliputi Sikap awal, Sikap Tolakan, Sikap Di Udara, dan Sikap Mendarat

3. Sikap Awalan

Berfungsi untuk mendapatkan kecepatan pada waktu akan melompat.

Dilakukan dengan lari secepat – cepatnya dari jarak 40 – 45 m pada sebuah lintasan.

Tidak di perkenankan untuk merubah kecepatan dan langkah saat akan menolak pada papan tumpuan.

4. Sikap Tolakan

Merupakan upaya pelompat melakukan tolakan pada papan tumpuan menggunakan kaki yang terkuat dengan mengubah kecepatan horizontal ke kecepatan vertikal. Saat kaki melakukan tolakan, posisi badan lebih ditegakkan, dan kaki belakang serta kedua lengan di ayunkan ke depan atas. Urutan tolakan kaki pada papan tumpuan, di mulai dari tumit, telapak kaki diteruskan pada ujung telapak kaki.

5. Mendarat pada bak lompat di awali dengan kedua tumit kaki dan kedua kaki agak rapat, Lutut tertekuk dan mengeper dalam posisi jongkok bersamaan berat badan di bawa ke depan. Kedua lengan di depan menyentuh pendaratan serta pandangan ke depan.

KISI-KISI SOAL

Nama Sekolah : SMP Negeri 2 Gamping

Alokasi Waktu : 40 Menit

Mata Pelajaran : Penjas Orkes

Jumlah soal : 5 Soal

Kurikulum : KTSP Saintifik

Penulis : Nori Abdul Bhasit

No. Urut	Kompetensi Dasar/ SKL	Bahan Kelas/ smt.	Materi	Indikator Soal	Bentuk Tes (Tertulis/Praktik)	No. Soal	Kunci Jawaban
1	Mempraktikkan senam dasar dengan bentuk latihan keseimbangan bertumpu pada tangan dan punggung serta nilai disiplin, keberanian, dan tanggung jawab.	VIII / I	Pengertian Senam lantai	Peserta didik dapat menjelaskan pengertian senam lantai	Tertulis	1 (Essay)	
2	Mempraktikkan senam dasar dengan bentuk latihan keseimbangan bertumpu pada tangan dan punggung serta nilai	VIII / I	Gerakan – gerakan dalam senam lantai	Peserta didik dapat menyebutkan gerakan – gerakan yang ada pada senam lantai	Tertulis	2 (Essay)	

	disiplin, keberanian, dan tanggung jawab.						
3	Mempraktikkan senam dasar dengan bentuk latihan keseimbangan bertumpu pada tangan dan punggung serta nilai disiplin, keberanian, dan tanggung jawab.	VIII / I	Pengertian Sikap Lilin	Peserta didik dapat menjelaskan passing dalam sepak bola	Tertulis	3 (Essay)	
4	Mempraktikkan senam dasar dengan bentuk latihan keseimbangan bertumpu pada tangan dan punggung serta nilai disiplin, keberanian, dan tanggung jawab.	VIII / I	Macam – macam Teknik passing dalam sepak bola	Peserta didik dapat menyebutkan macam – macam passing dalam sepak bola	Tertulis	4 (Essay)	
5	Mempraktikkan senam dasar dengan bentuk latihan keseimbangan bertumpu pada tangan dan punggung serta nilai disiplin, keberanian, dan	VIII / I	Pengertian Mendribbling bola dalam sepak bola	Peserta didik dapat menjelaskan pengertian mendribbling bola dalam permainan sepak bola	Tertulis	5 (Essay)	

	tanggung jawab.						
--	-----------------	--	--	--	--	--	--

SOAL PENGETAHUAN SENAM LANTAI

1. Apa yang di maksud dengan olahraga senam lantai ?
2. Sebutkan gerakan – gerakan dalam senam lantai ?
3. Jelaskan apa yang di maksud Sikap Lilin !
4. Jelaskan langkah – langkah gerakan sikap lilin !
5. Jelaskan bagian tubuh mana yang digunakan untuk menopang keseimbangan dalam senam sikap lilin !

KUNCI JAWABAN SOAL PENGETAHUAN SENAM LANTAI

1. Senam lantai adalah salah satu cabang olahraga senam yang dilakukan di atas lantai atau lapangan dengan menggunakan matras
2. Gerakan senam lantai meliputi Guling Depan, Guling Belakang, Gerakan lenting, Sikap Kayang, Sikap Lilin, Hands stand, Lompat Jongkok, Lompat Kangkang, Meroda, Run off, Head Stand, Guling Lenting.
3. Sikap lilin merupakan sikap tidur telentang kemudian kaki di angkat keras di atas (rapat) bersama-sama, pinggang di topang kedua tangan dan pundak tetap menempel pada lantai.
4. Pertama kali Cara Melakukan Gerakan Senam Lantai Sikap Lilin dilakukan dengan jongkon dan meletakkan kedua tangan pada matras membentuk posisi segitiga sama sisi, lalu meletakkan dahi di atas matras tepat di antara tangan kanan dan kiri.

Selanjutnya angkat kedua kaki bersama dengan pinggul. Untuk Cara Melakukan Gerakan Senam Lantai Sikap Lilin kedua ini mungkin diperlukan bantuan orang lain untuk mengangkat kaki.

Setelah dapat berdiri dengan sikap lurus atau lilin tahan keseimbangan menggunakan kedua tangan.
5. Yang menopang keseimbangan dalam sikap lilin yaitu kedua tangan.

KISI-KISI SOAL**Nama Sekolah : SMP Negeri 2 Gamping****Alokasi Waktu : 40 Menit****Mata Pelajaran : Penjas Orkes****Jumlah soal : 5 Soal****Kurikulum : KTSP Saintifik****Penulis : Nori Abdul Bhasit**

No. Urut	Kompetensi Dasar/ SKL	Bahan Kelas/ smt.	Materi	Indikator Soal	Bentuk Tes (Tertulis/Praktik)	No. Soal	Kunci Jawaban
1	Mempraktikkan teknik dasar salah satu nomor olahraga bola besar beregu dan perorangan, serta nilai kerjasama, kejujuran dan menghormati lawan.	VIII / I	Pengertian Sepak bola	Peserta didik dapat menjelaskan pengertian sepak bola	Tertulis	1 (Essay)	
2	Mempraktikkan teknik dasar salah satu nomor olahraga bola besar beregu dan perorangan, serta nilai kerjasama,	VIII / I	Ukuran standar internasional lapangan sepak bola	Peserta didik dapat menyebutkan ukuran standar internasional lapangan sepak bola	Tertulis	2 (Essay)	

	kejujuran dan menghormati lawan.						
3	Mempraktikkan teknik dasar salah satu nomor olahraga bola besar beregu dan perorangan, serta nilai kerjasama, kejujuran dan menghormati lawan.	VIII / I	Teknik dasar sepak bola	Peserta didik dapat menyebutkan teknik teknik dasar dalam sepak bola	Tertulis	3 (Essay)	
4	Mempraktikkan teknik dasar salah satu nomor olahraga bola besar beregu dan perorangan, serta nilai kerjasama, kejujuran dan menghormati lawan.	VIII / I	Jenis passing dalam sepak bola	Peserta didik dapat menyebutkan passing dalam permainan sepak bola	Tertulis	4 (Essay)	
5	Mempraktikkan teknik dasar salah satu nomor olahraga bola besar beregu dan perorangan, serta nilai kerjasama, kejujuran dan	VIII / I	Waktu atau lama pertandingan dalam permainan sepak bola	Peserta didik dapat menjelaskan lama pertandingan dalam permainan sepak bola	Tertulis	5 (Essay)	

	menghormati lawan.						
--	--------------------	--	--	--	--	--	--

SOAL PENGETAHUAN SEPAK BOLA

1. Jelaskan pengertian sepak bola ?
2. Berapa panjang dan lebar ukuran sepak bola internasional ?
3. Sebutkan teknik dasar sepak bola ?
4. Sebutkan jenis passing dalam sepak bola !
5. Berapa lama pertandingan permainan sepak bola ?

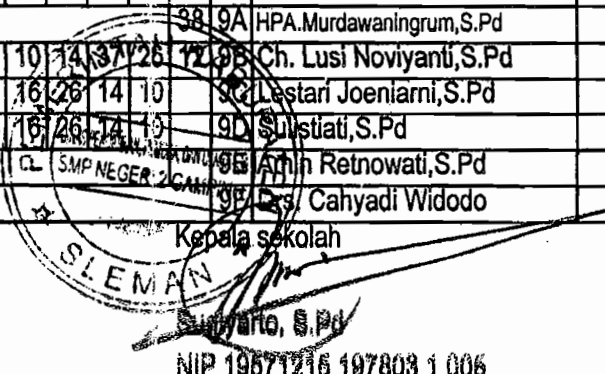
KUNCI JAWABAN SOAL PENGETAHUAN SEPAK BOLA

1. Sepak bola adalah cabang olahraga yang menggunakan bola yang umumnya terbuat dari bahan kulit dan di mainkan oleh dua tim yang masing – masing beranggotakan 11 (sebelas) orang pemain inti dan beberapa pemain cadangan.
2. Panjang lapangan sepak bola 100 – 110 meter dan lebar 50 – 60 meter
3. Teknik dasar sepak bola adalah Passing , Drbbling, Shooting, Heading
4. Jenis Passing dalam sepak bola ada 3 yaitu passing menggunakan kaki bagian dalam, luar dan punggung kaki.
5. Lama pertandingan permainan sepak bola adalah 2 x 45 menit

JADWAL PELAJARAN SMPN 2 GAMPING
SEMESTER 1 TAHUN PELAJARAN 2016/2017

08/08/2016

Hari	Jam	Kelas VII						Kelas VIII						Kelas IX						Piket	Dose	Nama	MAPEL
		A	B	C	D	E	F	A	B	C	D	E	F	A	B	C	D	E	F				
SENIN	1	UPACARA BENDERA																		21	1	Sugiyarto,S.Pd	IPA
	2	11	28	20	2	9	12	25	32	26	3	34	8	24	35	22	14	10	25	2	Drs. Syakur	PAI	
	3	11	28	20	2	9	12	25	32	26	3	34	8	24	35	22	14	10	28	3	Suwarno,S.Ag	PAI	
	4	38	19	15	20	29	9	12	25	32	34	16	8	30	18	26	17	10	31	4	Dominikus Surya S,S.Pd	PA...KATOLIK	
																			39	5	Harwanto,A.Md	PA...KRISTEN	
	5	30	19	15	29	11	20	12	25	32	34	16	10	35	18	28	17	2	11	6	Siwi Swandari,S.Ag	PA....HINDU	
	6	30	21	15	2	11	20	24	18	23	29	16	32	10	35	3	17	22	37	29	7	Riyanto,S.Pd B	PA....BUDHA
	7	11	21	19	2	34	12	24	18	23	29	16	26	10	25	3	35	22	14		8	Sulistiati,S.Pd	PKN
		Ibadah Bersama																			9	Yf. Tatik Siswanti,S.Pd	PKN
	8	11	21	19	2	34	12	24	30	23	29	32	26	17	25	3	35	22	14		14	Ch. Lusi Noviyanti,S.Pd	B INDO
																					11	Dra. Dwi Ristiyanti	B INDO
SELASA	1	1	11	28	21	12	30	25	3	16	26	20	32	33	18	39	29	35	10	12	12	Yulius Eka Irianta,S.Pd	B INDO
	2	1	11	28	14	12	30	25	3	16	26	20	32	33	18	17	22	35	23	14	14	Didik Junaidi,S.Pd	B ING
	3	11	21	34	9	29	14	12	18	3	16	37	33	32	8	19	22	10	24	15	15	Sri Mulyani,S.Pd	B ING
	4	11	1	34	9	29	2	12	18	3	16	23	33	32	8	19	22	10	32	16	16	Sri Nurfuaddiyah,S.Pd	B ING
		Istirahat I																		35	17	Anita Syarif,S.Pd	B ING
	5	34	30	9	39	20	3	18	32	26	29	23	24	17	8	10	19	2	38	18	18	Uminah,S.Pd	MAT
	6	34	30	21	14	9	20	17	18	3	26	29	23	24	8	33	10	19	2		19	Heru Subagya,S.Pd	MAT
	7	19	34	21	14	9	25	15	30	20	23	26	16	8	33	22	2	29			20	Suhartini,S.Pd	MAT
		Ibadah Bersama																			21	Sri Suryaningsih,S.Pd	IPA
	8	19	34	21	14	9	39	25	15	30	20	23	26	16	8	17	22	2	29		22	Amin Retnowati,S.Pd	IPA
																					23	Rr. Wanita H,S.Pd	IPA
RABU	1	19	11	21	28	34	8	3	18	12	26	29	25	10	32	33	35	9	4	24	24	HPA.Murdawaningrum,S.Pd	IPA
	2	19	11	21	28	34	8	3	18	12	26	29	25	10	32	33	35	9	5	25	25	Suwarsi,S.Pd	IPS
	3	19	27	30	14	12	8	3	23	20	29	16	24	10	17	32	33	9	17	26	26	Drs. Cahyadi Widodo	IPS
	4	11	27	37	14	12	17	15	23	20	35	16	24	30	38	32	33	22	26	27	27	Subagiyo,S.Pd	IPS
																				33	28	Nurizky Handayani, S.Pd	IPS
	5	11	9	2	14	20	21	15	24	23	32	35	3	17	30	16	8	10	22	37	29	Mujan,S.Pd	SENI BUDAYA
	6	27	9	2	11	20	29	35	24	12	16	23	17	30	18	22	8	19	33		30	Riyanto,S.Pd	SENI BUDAYA
	7	27	9	2	11	20	29	35	24	12	16	23	17	30	18	22	8	19	33		31	Fr. Nunung S,S.Pd	ORKES
		Ibadah Bersama																			32	Rendra Permana Putra	ORKES
	1	1	15	36	20	29	18	35	8	17	12	23	10	24	25	2	32	22	2	33	33	Irwan Susanto,S.Kom	TIK
	2	1	15	36	20	29	18	35	8	17	12	23	10	24	25	2	32	22	20	34	34	Saein,S.Pd	KETRAMPILAN
3	27	36	19	11	21	24	15	8	3	17	23	16	25	30	22	10	32	22	35	35	Lestari Joeniarni,S.Pd	B JAWA	
4	27	36	19	11	21	24	38	12	39	17	3	35	25	30	22	10	32	27	36	36	Sri Suranti,S.Pd	B JAWA	
	Istirahat I																		39	37	Titin Sunaryah,S.Pd	BK	
5	15	27	19	21	11	14	24	30	12	8	20	3	35	16	10	29	2	17	14	38	38	Daroyah, S.Pd	BK
6	38	27	11	21	14	15	30	34	8	20	12	38	17	10	29	26	19	16	39	39	Sukyati,S.Pd	BK	
7	36	30	11	21	2	14	15	24	34	8	37	12	3	32	18	29	28	19			WALI KELAS		
	10																			7A	Sri Mulyani, S.Pd		
1	15	11	30	28	21	20	25	35	23	32	8	18	10	22	2	9	26	8	7B	7B	Yf. Tatik Siswanti, S.Pd		
2	15	11	30	28	21	2	25	12	35	23	32	8	18	10	22	14	9	26	15	7C	7C	Fr. Nunung S,S.Pd	
3	1	19	15	11	28	2	12	30	23	3	32	16	24	25	10	9	29	34	7D	7D	Titin Sunaryah,S.Pd		
4	30	19	9	11	28	21	34	8	15	12	23	32	3	24	25	10	28	22	37	7E	7E	Sri Suryaningsih, S.Pd	
																			30	7F	Drs. Syakur		
5	19	9	37	14	21	34	8	15	12	23	29	3	16	30	10	26	12		8A	Suwarno,S.Ag			
																			8B	Daroyah, S.Pd			
1	15	38	28	34	36	21	18	8	17	23	20	35	24	3	22	19	10	14	3	8C	8C	Suwarsi, S.Pd	
2	2	15	28	34	36	21	18	34	17	23	20	35	24	3	22	19	10	14	9	8D	8D	Sri Nurfuaddiyah,S.Pd	
3	2	15	9	11	28	30	34	39	23	12	8	18	3	10	14	29	17	18	8E	8E	Suhartini, S.Pd		
4	2	21	36	11	28	38	24	25	35	12	20	18	16	10	14	29	25	19	8F	8F	Rr. Wanita H,S.Pd		
																			38	9A	HPA.Murdawaningrum,S.Pd		
5	9	2	21	36	1	29	15	24	25	35	8	20	30	16	10	14	37	26	12	9B	9B	Ch. Lusi Noviyanti,S.Pd	
6	9	2	11	29	20	36	3	17	15	34	8	12	25	18	16	26	14	10		9C	Lestari Joeniarni,S.Pd		
7	9	2	11	29	20	36	3	17	15	34	8	12	25	18	16	26	14	10		9D	Sulistiati, S.Pd		
	Ibadah Bersama																			9E	Amin Retnowati, S.Pd		
																				9F	Drs. Cahyadi Widodo		



 Kepala sekolah
 Sugiyarto, S.Pd
 NIP 19671216 197803 1 006



KARTU BIMBINGAN PPL/MAGANG III DI SEKOLAH/ LEMBAGA

PUSAT PENGEMBANGAN PPL DAN PKL

LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN (LPPMP) UNY
TAHUN

F04

UNTUK MAHASISWA

Nama Sekolah/ Lembaga : SMP. N. 2. CAMP. IN. G.

Alamat Sekolah/ Lembaga : Fax./ Telp. Sekolah/Lembaga :

Nama DPL PPL/ Magang III : Hedi. Ardianto. H. M. Or.

Prodi / Fakultas DPL PPL/ Magang III : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi.

Jumlah Mahasiswa PPL/ Magang III : 2 (Dua) NORI ABDUL BAASIT dan PUTRI DEVIAMI

No	Tgl. Kehadiran	Jml Mhs	Materi Bimbingan	Keterangan	Tanda Tangan DPL PPL/ Magang III
1	8 Agustus 2016	2	RPP dan jumlah Pertemuan		NORI
2	15 Agustus 2016	2	Evaluasi dan RPP		NORI
3	6 September 2016	2	Evaluasi dan Persiapan Laporan		NORI
4	13 September 2016	2	Evaluasi dan Laporan PPL		NORI

PERHATIAN :

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



Mhs PPL/ Magang III Prodi
 NORI ABDUL BAASIT
 Putri Deviani