

**LAPORAN INDIVIDU  
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN  
(PPL UNY 2016)**

**Periode 15 Juli – 15 September 2016**

**Nama Lokasi : SMP Negeri 4 Gamping**

**Alamat : *Kalimanjung, Ambarketawang,  
Gamping, Sleman Kode Pos 55292***



**Disusun Oleh :  
Yusuf Roikhan Rais  
13601241036**

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

## HALAMAN PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini mengesahkan Laporan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Universitas Negeri Yogyakarta tahun 2016/2017 di SMP N 4 Gamping dan menerangkan bahwa:


**Nama : Yusuf Roikhan Rais**  
**NIM : 13601241036**  
**Program Studi : PJKR**  
**Fakultas : Ilmu Keolahragaan**

Telah melaksanakan program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMP Negeri 4 Gamping dari tanggal 15 Juli 2016 – 15 September 2016 dan laporan ini sebagai bukti pelaksanaannya.


Yogyakarta, 15 September 2016

Mengesahkan,

Dosen Pembimbing Lapangan,

  
Ermawan Susanto M.Pd  
NIP. 19780702 200212 1 004


Guru Pembimbing,

  
Parman S.Pd Jas  
NIP.19670515 199303 1 015

Mengetahui,

Kepala Sekolah  
SMP N 4 GAMPING,  
  
Suwito, S.Pd.  
NIP. 19621220 198412 1 004

Koordinator PPL  
SMP N 4 Gamping,

  
Supriyono S.Pd  
NIP. 19570825198103 1 011

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga pelaksanaan kegiatan PPL UNY 2016 dan penyusunan laporan sebagai gambaran kegiatan yang telah dilaksanakan dapat terlaksana. Penyusunan laporan ini merupakan bukti pertanggungjawaban atas pelaksanaan kegiatan pembelajaran di kelas.

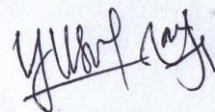
Terselesainya program hingga laporan pertanggungjawaban ini tentu karena adanya pihak-pihak yang telah banyak membantu. Untuk itu dalam kesempatan ini penyusun mengucapkan terimakasih kepada :

1. Orang tua tercinta yang telah memberikan dukungan moral maupun materi.
2. Dosen Pembimbing Lapangan, Bapak Suharno, M.Si. yang telah membimbing kami baik di kampus maupun di lokasi.
3. Koordinator PPL SMP N 4 Gamping, Bapak Supriyono, S.Pd. yang senantiasa memberikan motivasi kepada kami.
4. Guru Pembimbing PPL SMP N 4 Gamping, Bapak Parman, S.Pd.Jas yang telah memberikan banyak masukan, ilmu, dan motivasi.
5. Seluruh guru dan karyawan SMP N 4 Gamping yang telah banyak membantu kami.
6. Seluruh teman-teman yang tergabung dalam kelompok PPL UNY di SMP N 4 Gamping yang penuh semangat dan tidak terlupakan.
7. Seluruh peserta didik SMP Negeri 4 Gamping dan semua pihak yang telah memberikan dukungan, saran dan masukan.

Penyusun menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam pelaksanaan PPL serta penyusunan laporan ini. Oleh karena itu, penyusun mohon maaf dan mengharapkan kritik saran yang membangun. Semoga laporan ini dapat bermanfaat. Aamiin

Gamping, 10 September 2016

Mahasiswa



Yusuf Roikhan Rais  
NIM. 13601241036

## DAFTAR ISI

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

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1. Matrik PPL
- Lampiran 2. Kartu Bimbingan PPL
- Lampiran 3. Catatan Mingguan
- Lampiran 4. Lembar Hasil Observasi di Sekolah
- Lampiran 5. Kalender Akademik
- Lampiran 6. Jadwal Pembelajaran SMP N 4 Gamping
- Lampiran 7. KKM SMP N 4 Gamping
- Lampiran 8. Presensi Kelas 7 dan 8
- Lampiran 9. RPP
- Lampiran 10. Foto PPL
- Lampiran 11. Soal Penjas kelas 7

**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN  
Di SMP NEGERI 4 GAMPING**

**ABSTRAK**

**Oleh**

**Yusuf Roikhan Rais**

**13601241036**

*Praktik Pengalaman Lapangan merupakan mata kuliah yang wajib diambil dan ditempuh oleh mahasiswa program pendidikan dari setiap jurusan kependidikan di Universitas Negeri Yogyakarta (UNY). Saat ini penyelenggaraan PPL di UNY dilaksanakan secara terpadu yang diselenggarakan di sekolah-sekolah dan di lembaga-lembaga. Hal ini dimaksudkan untuk meningkatkan produktivitas tenaga pendidik, khususnya calon pendidik dalam segi kualitas.*

*Dalam kesempatan kali ini PPL UNY diselenggarakan di SMP Negeri 4 Gamping selama kurang lebih 2 bulan yaitu mulai tanggal 15 Juli 2016 - 15 September 2016. SMP Negeri 4 Gamping secara geografis terletak di wilayah kabupaten Sleman, tepatnya di dusun Kalimanjung, kecamatan Gamping, kabupaten Sleman. Pelaksanaan PPL di SMP Negeri 4 Gamping bertujuan melatih mahasiswa untuk menerapkan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimilikinya dalam suatu proses pembelajaran sesuai dengan bidang studinya, sehingga mahasiswa dapat memiliki pengalaman yang dapat digunakan sebagai bekal untuk mengembangkan kompetensinya di masa yang akan datang dalam kaitannya sebagai pendidik. Pelaksanaan kegiatan PPL secara umum meliputi tiga tahapan yaitu, tahap persiapan, pelaksanaan, penyusunan laporan dan evaluasi. Tahap persiapan meliputi pembekalan PPL yang dilaksanakan di kampus UNY sebelum penerjunan ke lapangan. Tahapan pelaksanaan PPL meliputi tahap observasi potensi pengembangan sekolah yang meliputi observasi kegiatan pembelajaran dan observasi fisik sekolah, identifikasi dan inventarisasi permasalahan, penyusunan rancangan program, dan pelaksanaan program. Setelah pelaksanaan peserta PPL wajib menyusun laporan yang kemudian akan dievaluasi oleh sekolah dan DPL PPL.*

*Secara umum, program kerja PPL di sekolah*

*Pada kegiatan PPL, praktikan diberi tanggung jawab untuk mengampu 10 kelas, yaitu kelas VII A-F, dan kelas VIII A-D. Selama waktu pelaksanaan PPL, Praktikan telah melaksanakan praktik mengajar sebanyak 29 kali pertemuan. Secara umum, pelaksanaan PPL di SMP Negeri 4 Gamping berjalan dengan lancar dan baik berkat kerjasama dan dukungan dari berbagai pihak, yaitu pihak dosen pembimbing, pihak sekolah, serta kepala sekolah, koordinator PPL, guru pembimbing, staff karyawan dan tata usaha serta peserta didik.*

*Kata Kunci : PPL, Observasi*

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Analisis Situasi**

SMP Negeri 4 Gamping terletak di dusun Kalimanjung, Ambarketawang, Gamping, Sleman. SMP Negeri 4 Gamping adalah Sekolah Menengah Pertama dibawah naungan Dinas Pendidikan Kabupaten Sleman. Sekolah ini merupakan salah satu tempat yang digunakan sebagai lokasi PPL UNY 2016. Lokasinya cukup nyaman karena di kelilingi persawahan pedesaan. Sekolah ini juga cukup kondusif sebagai tempat belajar serta lokasinya tidak terlalu sulit di untuk di temukan.

SMP Negeri 4 Gamping memiliki visi dan misi yang ingin di capai untuk pembelajaran setahun ke depan. Dengan visi dan misi yang tepat maka tujuan pembelajaran sekolah akan lebih mudah di capai.

#### **VISI SMP N 4 Gamping**

**“Beriman, bertaqwa, cerdas, berbudaya, berwawasan lingkungan, dan kompetitif di era global”.**

Dari visi tersebut warga sekolah memberi indikator antara lain :

1. Unggul dalam disiplin dan budi pekerti luhur berdasarkan imtaq
2. Unggul dalam perolehan Nilai Ujian Sekolah dan Nasional.
3. Unggul dalam penguasaan IMTEK
4. Unggul dalam bidang budaya
5. Cerdas dalam berolah pikir, berolah rasa, dan berolahraga.
6. Terwujudnya lingkungan dan perilaku sehat.
7. Berdaya saing tinggi di era global.

#### **MISI SMP N 4 Gamping :**

1. Membentuk insan yang beriman, bertaqwa, dan berbudi pekerti luhur sesuai dengan pancasila.
2. Melaksanakan pembelajaran dan bimbingan secara interaktif, inspiratif, menyenangkan, menantang, memotivasi peserta didik untuk berpartisipasi aktif, serta memberikan ruang yang cukup bagi prakarsa, kreativitas dan kemandirian sesuai dengan bakat, minat, dan perkembangan fisik serta psikologis peserta didik.

3. Meningkatkan prestasi akademik dan nonakademik melalui peningkatan mutu pembelajaran dan sarana pembelajaran.
4. Mengembangkan kreativitas guru untuk mendesain program pendidikan yang berkualitas dan senantiasa mengikuti perkembangan iptek
5. Meningkatkan penguasaan ilmu pengetahuan teknologi informasi dan komunikasi
6. Mendorong, membantu dan memfasilitasi peserta didik untuk mengembangkan kemampuan bakat dan minat dalam bidang seni budaya, olahraga dan ketrampilan sehingga dapat berkembang secara lebih optimal dan memiliki daya saing di era global.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada 5 Maret 2016 maka diperoleh data sebagai berikut.

1. Kondisi fisik sekolah

a. Kondisi lingkungan SMP N 4 Gamping

Letak SMP Negeri 4 Gamping terletak tidak jauh dari jalan jogja-wates letaknya dari RS PKU Muhammadiyah ke selatan sampai dusun kalimanjung, letaknya di dekat persawahan dan dekat dengan dusun sehingga kegiatan belajar dapat berjalan dengan lancar karena tak banyak suara kendaraan yang mengganggu kegiatan belajar.

b. Ruang kelas SMP Negeri 4 Gamping adalah sebanyak 18 ruang kelas dengan perincian sebagai berikut

- 1) 6 kelas untuk kelas VII, A-B-C-D-E-F
- 2) 6 kelas untuk kelas VIII, A-B-C-D-E-F
- 3) 6 kelas untuk kelas IX, A-B-C-D-E-F

c. Laboratorium

a) Laboratorium IPA

SMP Negeri 4 Gamping memiliki dua laboratorium IPA yang digunakan untuk kegiatan praktikum. Laboratorium memiliki alat penunjang berupa alat praktikum yang sudah cukup lengkap yang dilengkapi dengan instalasi listrik, washtafel, dan lain-lain

Dalam hasil observasi terdapat beberapa hal yang cukup penting namun belum tersedia yaitu buku inventaris yang



sistematis. Ada beberapa barang di laboratorium yang terletak bukan pada tempatnya.

b) Laboratorium komputer

Ruang ini memiliki computer sebanyak 33 buah dengan 1 komputer server. Fasilitas tersebut sudah cukup memadai untuk satu kelas, karena setiap kelas berisi 32 peserta didik. Fasilitas lain yang terdapat di ruang ini adalah white board, meja dan kursi guru, radio tape, LCD, printer, lemari penyimpanan, alat kebersihan, kalender, jam, AC, dan kipas angin.

c) Laboratorium bahasa

Ruang ini hampir sama seperti laboratorium komputer namun penggunaannya tidak efektif karena sebagian komputernya rusak dan tidak bisa di gunakan.

d. Ruang Perkantoran

a) Ruang kepala sekolah

Ruang kepala sekolah terletak di bangunan depan SMP N 4 Gamping berdekatan dengan ruang tata usaha dan ruang guru. Kondisi ruangnya rapi, terawat, dan dilengkapi dengan ruang tamu.

b) Ruang tata usaha

Ruang tata usaha berada berdekatan dengan ruang kepala sekolah dan aula. Ruang TU berfungsi sebagai administrasi sekolah baik yang berhubungan dengan peserta didik, karyawan maupun guru.

c) Ruang guru

Ruang guru terletak berdekatan dengan ruang kepala sekolah dan pintu masuk SMP N 4 Gamping. Hal ini mempermudah bagi tenaga pendidik untuk saling berinteraksi dalam pemenuhan kebutuhan yang menunjang kegiatan belajar mengajar maupun administrasi.

d) Ruang BK

Ruang BK terletak terpisah berada di deretan kelas IX. Ruang bimbingan konseling ini digunakan untuk membimbing dan mengarahkan peserta didik. Keberadaan BK sangat membantu peserta didik dalam menyelesaikan berbagai macam persoalan yang menghambat proses belajar mengajar. Selain itu

juga membantu peserta didik berkonsultasi untuk membantu salam menentukan kelanjutan studi ke jenjang selanjutnya.

Bimbingan konseling masuk dalam jadwal pelajaran regular.

e) Perpustakaan

SMP N 2 Playen memiliki ruang perpustakaan yang menunjang kegiatan belajar peserta didik yang dilengkapi dengan berbagai buku bacaan dan buku pelajaran. Administrasi di perpustakaan di SMP N 2 Playen cukup rapi. Pendataan pengunjung maupun peminjaman buku masih dilakukan secara manual.

f) Ruang UKS

Ruang UKS terletak di deretan kelas IX dan VIII. Ruang UKS diperuntukkan peserta didik yang sedang sakit. Dalam UKS terdapat 2 tempat tidur, 1 untuk putra dan 1 untuk putri. Selain itu ada almari obat dan baskom untuk cuci tangan.

g) Mushola

Tersedia ruang ibadah bagi peserta didik muslim dengan 2 tempat wudlu yang terpisah yaitu untuk perempuan dan laki-laki. Di mushola juga terdapat almari tempat meletakkan mukena, sajadah, sarung, kipas angin, dan Al-Qur'an.

h) Ruang Agama

Ruang ibadah terletak di lantai 2 di gedung depan, lebih tepatnya berada di atasnya deretan gedung ruang guru, TU, dan ruang kepala sekolah. Ruang ini digunakan untuk proses KBM bagi peserta didik yang beragama non muslim.

i) Ruang seni tari

Ruang seni tari di SMP N 4 Gamping ada 2 yaitu untuk kelas VII dan kelas VIII / IX. Ruang ini di gunakan untuk pelajaran seni tari dengan di kelilingi kaca di sekeliling ruang, di lengkapi dengan tv serta spiker yang mendukung pembelajaran seni tari.

j) Ruang Kegiatan Peserta Didik

1. Ruang osis

Ruang osis merupakan tempat untuk peserta didik menyalurkan bakat dan minatnya dalam berorganisasi di sekolah. terdapat dua almari yang digunakan untuk menyimpan peralatan osis dan dokumen osis.

## 2. Ruang bela diri

Ruang ini digunakan dalam kegiatan belajar mengajar pada mata pelajaran prakarya. Berada di lantai 2 di sebelah ruang keagamaan.

## 3. Ruang koperasi

Terdapat 1 koperasi, yaitu koperasi peserta didik yang menyediakan alat tulis dan makanan bagi peserta didik maupun guru dan staff karyawan.

## 4. Ruang karawitan

Ruang karawitan digunakan untuk pelajaran seni musik dan karawitan.

## 5. Lapangan Upacara dan Lapangan Olahraga

Lapangan upacara terdapat di tengah sekolah yang digunakan untuk upacara bendera setiap hari Senin maupun untuk apel. Lapangan olahraga terletak di tengah sekolah. Pada dasarnya lapangan ini adalah lapangan basket yang digunakan untuk lapangan futsal, dan basket.

## 6. Fasilitas penunjang lainnya

- a) Gudang alat olahraga
- b) Kantin sekolah
- c) Kamar mandi/WC guru dan karyawan
- d) Kamar mandi/WC peserta didik
- e) Parkir sepeda peserta didik
- f) Parkir kendaraan guru dan karyawan
- g) Ruang tenis meja
- h) Ruang kurikulum
- i) Ruang seni tari
- j) Aula

## 2. Kondisi Non-Fisik Sekolah

Hasil observasi mengenai keadaan non fisik sekolah adalah sebagai berikut:

### a. Potensi Peserta Didik

Peserta didik SMP Negeri 4 Gamping berjumlah 32 peserta didik setiap kelas. Total untuk tahun pelajaran 2016/2017 adalah 555 peserta didik yang terdiri dari kelas VII, VIII dan IX. Potensi yang bisa berkembang di SMP N 4 Gamping dalam olahraga bola voli, seni karawitan dan seni musik.

b. Potensi Guru

Guru SMP Negeri 4 Gamping memiliki potensi yang berkembang besar dan memiliki motivasi tinggi untuk menjadi lebih baik. Terdapat total 72 guru di SMP N 4 Gamping

c. Bimbingan Konseling

Bimbingan konseling memiliki tugas yang berkaitan dengan peserta didik. Setiap awal tahun, guru-guru yang bergabung dalam bimbingan konseling ini merancang tugas yang akan dilaksanakan.

d. Organisasi dan Fasilitas OSIS

OSIS merupakan organisasi yang dijalankan oleh peserta didik sebagai badan eksekutif peserta didik SMP Negeri 4 Gamping. Perekrutan pengurus OSIS oleh pihak sekolah dilakukan dengan cara membagi angket di setiap kelas. Setiap kelas akan mengutus peserta didik untuk menjadi pengurus OSIS. Peserta didik yang menjadi pengurus OSIS harus mendapat persetujuan dari ketua kelas, wali kelas, dan orang tua atau wali peserta didik.

Kegiatan OSIS sudah berjalan dengan baik namun, penataan ruang belum rapi dan masih banyak barang yang belum dimanfaatkan. Program kerja OSIS yang mendukung kegiatan akademik (proses pembelajaran) berjalan dengan kondusif yaitu adanya kerjasama dengan pihak sekolah yang membuat aturan dilarang membawa *handphone*.

e. Ekstrakurikuler

SMP Negeri 4 Gamping selain memiliki bangunan gedung yang cukup banyak juga memiliki beberapa ekstrakurikuler yang aktif dilaksanakan satu kali dalam seminggu. Pelaksanaan ekstrakurikuler yang ada sudah berjalan secara efektif. Ekstrakurikuler tersebut dilaksanakan oleh peserta didik dengan didampingi oleh guru pembina ekstrakurikuler masing-masing bidang. Berikut ini daftar ekstrakurikuler yang efektif dilaksanakan oleh SMP N 4 Gamping :

- 1) Pramuka
- 2) Sepak Bola
- 3) Bola Voli
- 4) Seni Baca Al Qur'an

- 5) Tartil Al Qur'an
- 6) Bulu Tangkis
- 7) Taekwondo
- 8) Pencak Silat
- 9) Seni Musik
- 10) Seni Tari
- 11) Karawitan
- 12) Batik
- 13) Hadroh

## **B. Rumusan Program Kegiatan PPL**

### **1. Rumusan Program Kegiatan PPL**

Praktik Pengalaman Lapangan adalah salah satu wujud pengabdian terhadap masyarakat dalam hal ini adalah sekolah, dimana seluruh program kegiatan saling mendukung dan terintegrasi satu dengan yang lain untuk mengembangkan profesionalisme mahasiswa sebagai calon pendidik. Program PPL lebih difokuskan pada kegiatan atau proses pembelajaran di kelas beserta evaluasinya. Kegiatan ini dapat memberikan bantuan, pemikiran, tenaga, dan ilmu pengetahuan, perencanaan serta pelaksanaan program pengembangan dan pembangunan sekolah.

Berdasarkan observasi Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) yang dilakukan pada pembelajaran kelas VIII A (lembar observasi terlampir), ditemukan beberapa permasalahan pembelajaran. Permasalahan tersebut diantaranya adalah sebagai berikut:

- a. Kurangnya minat dan motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes. Hal tersebut tercemin dari sikap peserta didik ketika mengikuti KBM. Sebagian peserta didik memperhatikan pelajaran walaupun ada beberapa peserta didik yang kurang memperhatikan dan mengeluh karena cuaca panas.
- b. Peserta didik kurang menguasai Penjasorkes dengan baik dan benar, sehingga dalam pembelajaran masih ada beberapa peserta didik yang bermalas-malasan melakukan pembelajaran. Oleh karena itu, permasalahan – permasalahan dalam pembelajaran Penjasorkes tersebut, praktikan berusaha mempersiapkan dan membekali diri sebaik mungkin agar dapat menjalankan kegiatan PPL dengan baik dan dapat mengatasi permasalahan pembelajaran. Salah satu cara adalah dengan mengikuti tahap demi tahap program

PPL dengan baik. Tahap – tahap program PPL tersebut antara lain sebagai berikut :

1) Tahap Pelepasan

Tahap pelepasan merupakan penyerahan mahasiswa PPL oleh Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) kepada pihak sekolah pada tanggal 5 Maret 2016. Pada acara tersebut, tim PPL diperkenalkan kepada Koordinator PPL SMP N 4 Gamping dan guru pembimbing masing – masing jurusan .

2) Tahap Observasi

Observasi lapangan dilaksanakan pada 5 Maret 2016. Pada tahap observasi ini mahasiswa tidak hanya melakukan pengamatan terhadap kondisi sekolah, melainkan juga melakukan pengamatan terhadap kegiatan pembelajaran di kelas yang dilaksanakan oleh guru pembimbing.

3) Tahap Pengajaran Mikro

Pengajaran Mikro adalah sebuah kegiatan pembelajaran yang dibatasi baik oleh waktu, materi, maupun jumlah murid. Mahasiswa praktikan tidak hanya mengajar, tetapi juga membuat perangkat pembelajaran seperti silabus dan RPP. Dalam kegiatan ini terdapat keterlibatan intens antara mahasiswa praktikan dan dosen pembimbing sehingga dapat terlaksana kegiatan evaluasi dan konsultasi sesuai praktik mengajar mikro.

4) Tahap Pembekalan

Pembekalan PPL dilakukan di Universitas Negeri Yogyakarta dengan jurusan masing – masing sebagai penyelenggara. Pembekalan di jurusan PJKR dilaksanakan pada 20 Juni 2016. Materi yang diberikan yaitu mengenai profesionalisme guru , motivasi, kiat – kiat mengajar dan hal – hal lain terkait kegiatan PPL yang akan dilaksanakan .

5) Tahap penerjunan

Tahap penerjunan merupakan penanda bahwa mahasiswa mulai penerjunan ke sekolah lokasi PPL dan mulai melaksanakan program kegiatan. Penerjunan PPL di SMP N 4 Gamping dilakukan pada tanggal 18 Juli 2016.

6) Tahap Praktik Mengajar

Tahap praktik mengajar dimulai sejak 26 Juli 2016. Kegiatan praktik mengajar berlaku secara efektif pada kesepakatan atau kebijaksanaan Guru Pembimbing masing – masing. Bagi praktikan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi praktik mengajar dilakukan sejak tanggal 26 Juli 2016 dan seterusnya mengikuti jadwal pelajaran kelas VII dan VIII

7) Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dilaksanakan pada rentang waktu pelaksanaan PPL, sehingga setiap evaluasi yang diberikan dapat langsung digunakan untuk memperbaiki kegiatan praktik mengajar selanjutnya. Elevator dalam kegiatan ini adalah Dosen Pembimbing PPL dan Guru Pembimbing, rekan sejawat dan siswa sebagai subjek dalam pembelajaran.

## **BAB II**

### **PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL**

#### **A. Persiapan Kegiatan PPL**

##### **a. Observasi pembelajaran**

Observasi pembelajaran dilakukan dengan cara mengamati secara langsung aktifitas pembelajaran di lapangan. melalui pengamatan tersebut diperoleh gambaran yang nyata mengenai hal-hal yang mungkin akan mempengaruhi metode dan media pembelajaran yang nantinya akan digunakan dalam pelaksanaan PPL. Informasi yang diperoleh pada observasi pembelajaran, diantaranya adalah mengenai perilaku siswa ketika mengikuti pembelajaran penjasorkes teknik-teknik mengajar yang dipergunakan oleh guru, serta media apa yang dapat digunakan sebagai penunjang pembelajaran. Observasi pembelajaran penjasorkes dilaksanakan pada tanggal 5 Maret 2016.

##### **b. Praktik Pengajaran Mikro**

Pengajaran mikro merupakan kegiatan pengalaman mengajar yang pertama. Mahasiswa praktikan tidak hanya melakukan praktik mengajar, tetapi juga membuat perangkat pembelajaran berupa RPP dan media yang di gunakan dalam pengajaran. Dalam kegiatan ini terdapat keterlibatan yang intens antara mahasiswa praktikan dan dosen pembimbing sehingga dapat terlaksanan kegiatan evaluasi dan konsultasi seusai praktik pengajaran mikro.

##### **c. Pembuatan persiapan mengajar**

Membuat persiapan mengajar merupakan kegiatan pemenuhan syarat-syarat administratif untuk kegiatan pembelajaran. Kegiatan ini diataranya adalah pembuatan rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) dan media pembelajaran yang akan di gunakan.

#### **B. Pelaksanaan Kegiatan PPL**

**Ada beberapa kegiatan PPL di SMP Negeri 4 Gamping, yaitu :**

##### **a. Penyusunan rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP)**

Sebelum melakukan praktik mengajar, mahasiswa praktikan membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) sesuai dengan kompetensi yang akan diajarkan, dalam kegiatan PPL ini mahasiswa praktikan membuat 8 RPP dengan 8 kompetensi dasar sebagai syarat untuk memenuhi jam PPL dengan model Kurikulum 2013 atau model kurikulum yang terbaru untuk kelas VII.



### b. Penyusunan media pembelajaran

Selain mahasiswa praktikan membuat rencana pelaksanaan pembelajaran sesuai dengan kompetensi yang akan diajarkan, mahasiswa praktikan juga membuat media pembelajaran sesuai dengan kompetensi yang diajarkan. Dalam kegiatan PPL ini setiap mengajar satu kompetensi dasar, mahasiswa diharapkan menyiapkan media pembelajaran yang berfungsi untuk mempermudah pemahaman dan menarik perhatian siswa. Sehingga dengan adanya media siswa lebih semangat untuk mengikuti pembelajaran.

### c. Praktik mengajar

Kegiatan pokok dari praktik pengalaman lapangan adalah praktik mengajar. Praktik mengajar dimulai dari tanggal 26 Juli 2016 sampai 5 September 2016 selama kurun waktu tersebut praktikan melakukan mengajar sebanyak 28 kali pada kegiatan PPL di SMP N 4 Gamping, guru pembimbing memberikan kesempatan kepada praktikan untuk mengajar 10 kelas, yaitu kelas VII A, VII B, VII C, VII D, VII E, VII F dan VIII A, VIII B, VIII C, VIII D. Adapun jadwal mengajar dan kegiatan pembelajaran di setiap pertemuan dapat dilihat pada table praktik mengajar berikut.

No	Hari/ Tanggal	Kelas	Jam ke	Uraian Kegiatan Mengajar
1	Selasa, 26 Juli 2016	VII A	1-3	<ul style="list-style-type: none"><li>• Siswa melakukan gerak spesifik memegang peluru, menolak peluru, melepaskan peluru, dan menjaga keseimbangan.</li><li>• Siswa melakukan gerak rangkaian tolak peluru secara utuh dengan gaya menyamping.</li></ul>
2	Rabu, 27 Juli 2016	VII C	1-3	<ul style="list-style-type: none"><li>• Siswa melakukan gerak spesifik memegang peluru, menolak peluru, melepaskan peluru, dan menjaga keseimbangan.</li><li>• Siswa melakukan gerak</li></ul>

				<p>rangkaian tolak peluru secara utuh dengan gaya menyamping.</p>
3	Kamis, 28 Juli 2016	VII F	4-6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melakukan gerak spesifik memegang peluru, menolak peluru, melepaskan peluru, dan menjaga keseimbangan.</li> <li>• Siswa melakukan gerak rangkaian tolak peluru secara utuh dengan gaya menyamping.</li> </ul>
4	Jumat, 29 Juli 2016	VIII C	3-4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melakukan gerak dasar passing, menggiring, dan pivot dengan koordinasi yang baik</li> <li>• Siswa dapat melakukan teknik pivot di kombinasikan dengan passing ke teman dengan baik</li> <li>• Siswa dapat melakukan permainan bola basket menggunakan peraturan sederhana</li> </ul>
5	Senin, 1 Agustus 2016	VIII B	3-4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melakukan gerak dasar passing, menggiring, dan pivot dengan koordinasi yang baik</li> <li>• Siswa dapat melakukan teknik pivot di kombinasikan dengan passing ke teman dengan baik</li> </ul>

				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa dapat melakukan permainan bola basket menggunakan peraturan sederhana</li> </ul>	
6	Selasa, 2 Agustus 2016	2	VII B	4-6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melakukan keterampilan gerak menendang dengan kaki bagian dalam, menahan dengan kaki bagian dalam dan menggiring bola pada permainan sepak bola.</li> <li>• Siswa menggunakan keterampilan gerak menendang dengan kaki bagian dalam, menahan dengan kaki bagian dalam dan menggiring bola dalam bentuk permainan sepak bola yang dimodifikasi</li> </ul>
7	Rabu, 3 Agustus 2016	3	VII C	1-3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melakukan keterampilan gerak menendang dengan kaki bagian dalam, menahan dengan kaki bagian dalam dan menggiring bola pada permainan sepak bola.</li> <li>• Siswa menggunakan keterampilan gerak menendang dengan kaki bagian dalam, menahan dengan kaki bagian dalam dan menggiring bola dalam bentuk permainan sepak bola yang dimodifikasi</li> </ul>

8	Kamis, Agustus 2016	4	VII F	4-6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melakukan berbagai keterampilan gerak melempar, menangkap, dan menggiring pada permainan bola basket.</li> <li>• Siswa mampu menggunakan berbagai keterampilan gerak melempar, menangkap, dan menggiring permainan bola basket dalam bentuk permainan bola basket yang dimodifikasi.</li> </ul>
9	Jumat, Agustus 6	5	VIII D	1-2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melakukan teknik dasar bermain bola basket yaitu pivot dan lay up dengan di kombinasikan passing terlebih dahulu</li> <li>• Siswa melakukan teknik bermain bola basket dengan lay up dan variasinya</li> <li>• Siswa bermain basket dengan peraturan yang sudah di modifikasi</li> </ul>
10	Senin, Agustus 2016	8	VII A	2-3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melakukan teknik dasar bermain bola basket yaitu pivot dan lay up dengan di kombinasikan passing terlebih dahulu</li> <li>• Siswa melakukan teknik</li> </ul>

				<p>bermain bola basket dengan lay up dan variasinya</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa bermain basket dengan peraturan yang sudah di modifikasi</li> </ul>	
11	Selasa, 9 Agustus 2016	9	VII B	4-6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melakukan berbagai keterampilan gerak melempar, menangkap, dan menggiring pada permainan bola basket.</li> <li>• Siswa mampu menggunakan berbagai keterampilan gerak melempar, menangkap, dan menggiring permainan bola basket dalam bentuk permainan bola basket yang dimodifikasi.</li> </ul>
12	Rabu, 10 Agustus 2016	10	VII D	1-3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melakukan berbagai keterampilan gerak melempar, menangkap, dan menggiring pada permainan bola basket.</li> <li>• Siswa mampu menggunakan berbagai keterampilan gerak melempar, menangkap, dan menggiring permainan bola basket dalam bentuk permainan</li> </ul>

				bola basket yang dimodifikasi.
13	Kamis, 11 Agustus 2016	VII F	4-6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melakukan keterampilan gerak menendang dengan kaki bagian dalam, menahan dengan kaki bagian dalam dan menggiring bola pada permainan sepak bola.</li> <li>• Siswa menggunakan keterampilan gerak menendang dengan kaki bagian dalam, menahan dengan kaki bagian dalam dan menggiring bola dalam bentuk permainan sepak bola yang dimodifikasi</li> </ul>
14	Jumat 12 Agustus 2016	VIII C	3-4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melakukan teknik dasar bermain bola basket yaitu pivot dan lay up dengan di kombinasikan pasing terlebih dahulu</li> <li>• Siswa melakukan teknik bermain bola basket dengan lay up dan variasinya</li> <li>• Siswa bermain basket dengan peraturan yang sudah di modifikasi</li> </ul>
15	Senin 15 Agustus 2016	VIII B	4-5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melakukan gerakan pemanasan dengan peregangan bagian leher dan bahu</li> <li>• Siswa melakukan gerakan</li> </ul>

				<p>senam lantai guling depan dan guling belakang</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa dapat melakukan gerakan guling depan dari posisi jongkok dan guling belakang dari posisi jongkok.</li> <li>• Pengambilan nilai</li> </ul>	
16	Selasa Agustus 2016	16	VII B	4-6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pengambilan nilai teori di kelas 3 materi sebelumnya (tolak peluru, sepak bola, dan bola basket)</li> <li>• Siswa melakukan teknik dasar passing bawah</li> <li>• Siswa melakukan teknik dasar servis bawah</li> <li>• Siswa melakukan permainan bola voli menggunakan peraturan sederhana</li> </ul>
17	Kamis Agustus 2016	18	VII F	4-6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pengambilan nilai teori di kelas 3 materi sebelumnya (tolak peluru, sepak bola, dan bola basket)</li> <li>• Siswa melakukan teknik dasar passing bawah</li> <li>• Siswa melakukan teknik dasar servis bawah</li> <li>• Siswa melakukan permainan bola voli menggunakan peraturan sederhana</li> </ul>
18	Jumat Agustus 2016	19	VIII C	3-4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melakukan gerakan pemanasan dengan peregangan bagian leher dan bahu</li> </ul>

				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melakukan gerakan senam lantai guling depan dan guling belakang</li> <li>• Siswa dapat melakukan gerakan guling depan dari posisi jongkok dan guling belakang dari posisi jongkok.</li> </ul>
19	Senin, 22 Agustus 2016	VIII B	4-5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan teknik dasar passing atas bola voli</li> <li>• Melakukan teknik dasar servis atas bola voli</li> <li>• Melakukan permainan bola voli menggunakan peraturan sederhana</li> </ul>
20	Selasa, 23 Agustus 2016	VII A	1-3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mempelajari kebugaran jasmani</li> <li>• Siswa melakukan tes kebugaran jasmani dengan model circuit training meliputi lari 1200 m, sit up, vertical jump, dan keseimbangan</li> <li>• Pengambilan nilai</li> </ul>
21	Rabu, 24 Agustus 2016	VII C	1-3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pengambilan nilai teori di kelas 3 materi sebelumnya (tolak peluru, sepak bola, dan bola basket)</li> <li>• Siswa melakukan teknik dasar passing bawah</li> <li>• Siswa melakukan teknik dasar servis bawah</li> <li>• Siswa melakukan permainan bola voli menggunakan peraturan sederhana</li> </ul>



21	Kamis, 25 Agustus 2016	VII F	4-6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mempelajari kebugaran jasmani</li> <li>• Siswa melakukan tes kebugaran jasmani dengan model circuit training meliputi lari 1200 m, sit up, vertical jump, dan keseimbangan</li> <li>• Pengambilan nilai</li> </ul>
22	Jumat, 26 Agustus 2016	VIII C	3-4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan teknik dasar passing atas bola voli</li> <li>• Melakukan teknik dasar servis atas bola voli</li> <li>• Melakukan permainan bola voli menggunakan peraturan sederhana</li> </ul>
23	Senin, 29 Agustus 2016	VIII A VIII B	2-3 4-5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan teknik dasar passing atas bola voli</li> <li>• Melakukan teknik dasar servis atas bola voli</li> <li>• Melakukan permainan bola voli menggunakan peraturan sederhana</li> </ul>
24	Selasa, 30 Agustus 2016	VII B	4-6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan teknik dasar servis forehand pada permainan bulutangkis</li> <li>• Melakukan teknik dasar servis backhand pada permainan bulutangkis</li> <li>• Melakukan permainan bulutangkis dengan peraturan yang sudah di modifikasi</li> </ul>
25	Rabu, 31 Agustus 2016	VII C	1-3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajarkan materi kesehatan tentang bahaya kebakaran dan</li> </ul>

				<p>pencegahanya</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menontonkan video animasi pencegahan kebakaran</li> <li>• Menontonkan video pembelajaran tentang olahraga (baseball dan bola voli)</li> </ul>
26	Jumat, 2 September 2016	VIII D	1-2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan teknik dasar passing atas bola voli</li> <li>• Melakukan teknik dasar servis atas bola voli</li> <li>• Melakukan permainan bola voli menggunakan peraturan sederhana</li> </ul>
27	Senin, 5 September 2016	VIII A	2-3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melakukan keterampilan passing, menahan dengan kaki bagian dalam dan menggiring bola pada permainan sepak bola.</li> <li>• Siswa menggunakan keterampilan gerak passing, menahan dengan kaki bagian dalam dan menggiring bola dalam bentuk permainan sepak bola yang dimodifikasi</li> </ul>

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

➤ Menanyakan gambaran materi kepada siswa

2) Penyajian materi

Praktikan menyampaikan materi di dalam kelas untuk kelas VII karena menggunakan kurikulum 2013 dengan gambar atau tayangan dan kelas VIII 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 kearah peserta didik untuk mengetahui secara pasti kesulitan yang dihadapi oleh peserta didik sekaligus membenarkan 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 selslu mengarahkan peserta didik untuk tetap memperhatikan atau konsentrasi pada pelajaran

9) Media pembelajaran

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

10) Bentuk dan cara penilaian

Dalam setiap kegiatan pembelajaran, praktikan menggunakan beberapa aspek penilaian yaitu penilain teori di dalam kelas untuk kelas VII, keaktifan peserta didik dalam praktik lapangan dan tugas

11) Menutup pelajaran

Menutup pelajaran dilakukan dengan menyimpulkan materi yang telah dipelajari, berdoa 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.

### **C. 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 menengok dan melihat kondisi mengajar 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.

#### **D. 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**

Pelaksanaan Program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMP N 4 Gamping telah terselesaikan dengan baik, yaitu dengan praktik mengajar sebanyak 28 kali pertemuan, pada 10 kelas yaitu VII A, VII B, VII C, VII D, VII E, VII F, VIII A, VIII B, VIII C, dan VIII D.

#### **B. Saran**

Untuk meningkatkan kualitas pelaksanaan KKN-PPL UNY pada masa yang akan datang, saran yang mungkin dapat dipertimbangkan adalah:

- 1) Pihak LPPMP
  - a. Pembekalan yang efektif dan efisien sebelum Mahasiswa benar-benar diterjunkan ke lapangan sehingga Mahasiswa akan lebih siap.
  - b. Perlu adanya informasi dan kebijakan yang jelas sebelum adanya publikasi kepada mahasiswa calon peserta PPL agar tidak terlalu simpang siur.
  - c. Pihak LPPMP hendaknya meningkatkan pengontrolan dan monitoring ke lokasi PPL dimana Mahasiswa diterjunkan.
- 2) Pihak SMP N 4 Gamping
  - a. Perlu adanya perawatan dan pemanfaatan sarana dan prasarana yang telah ada secara optimal.
  - b. Perlu ditingkatkan kedisiplinan peserta didik dalam lingkungan sekolah dengan pelaksanaan peraturan yang telah dibuat secara meningkat.
  - c. Koordinasi dengan mahasiswa sebaiknya ditingkatkan agar terjalin pengertian antara yang satu dengan yang lain, sehingga program yang sudah direncanakan dapat berjalan dengan baik dan lancar.
- 3) Pihak Mahasiswa
  - a. Selalu responsif terhadap perkembangan dunia pendidikan dan selalu berusaha untuk meningkatkan kualitas dan kemampuan diri guna mengabdikan diri dalam bidang pendidikan.
  - b. Perlunya koordinasi dan komunikasi yang baik dengan pihak sekolah dalam melaksanakan semua program.

- c. Perlunya di tingkatkan kesiapan dari segi fisik, mental, material, dan ilmu pengetahuan yang sekiranya bermanfaat dalam pelaksanaan PPL



**KARTU BIMBINGAN PPL/MAGANG III DI SEKOLAH/ LEMBAGA**  
**PUSAT PENGEMBANGAN PPL DAN PKL**  
**LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN (LPPMP) UNY**  
**TAHUN .....2016....**

**F04**

**UNTUK MAHASISWA**

Nama Sekolah/ Lembaga : SMP N 4 Gamping  
Alamat Sekolah/ Lembaga : Kalimantan, Desa Ambar Ketawang, Gamping, Sleman Fax./ Telp. Sekolah/Lembaga : (0274) 434269  
Nama DPL PPL/ Magang III : Ermawan Susanto, M.Pd  
Prodi / Fakultas DPL PPL/ Magang III : PJKR / FIK  
Jumlah Mahasiswa PPL/ Magang III : 2

No	Tgl. Kehadiran	Jml Mhs	Materi Bimbingan	Keterangan	Tanda Tangan DPL PPL/ Magang III
1	10 Agustus 2016	2	Pelaksanaan K13 & KTSP penjas.		
2	16 Agustus 2016	2	Materi Mengajar		
3	23 Agustus 2016	2	Materi Mengajar		
4	6 September 2016	2	" — "		

**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.

Mengetahui,  
Kepala Sekolah / Lembaga

Suwito, S.Pd.

NIP. 196212201984121009

Sleman, 18 Juli 2016

Mhs PPL/ Magang III Prodi ..... PJKR

YUSUF Roikhan Rais

NIM. 13601241036

REFERIANA

NIM. 1360124109






NO	KEGIATAN PPL	JUMLAH JAM PER MINGGU KE-										JUMLAH JAM	
		FEB	JU	BULAN		BULAN					BULAN		
		IV	NI	JULI	JULI	AGUSTUS	AGUSTUS	AGUSTUS	AGUSTUS	AGUSTUS	SEPTEMBER		SEPTEMBER
	5. Menyusun materi			2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
	<b>b. Mengajar Terbimbing</b>												
	1. Praktik mengajar di kelas				5	5	5	5	5	5	5	5	40
	2. Evaluasi dan Penilaian				1	1	1	1	1	1	1	1	8
5.	<b>Pembelajaran Ekstrakurikuler (Kegiatan Non-mengajar)</b>												
	<b>a. Piket Jaga</b>				2	2	2	2	2	2	2	2	16
6.	<b>Kegiatan Sekolah</b>												
	a. Upacara bendera hari Senin				1	1	1	1	1	1	1	1	8
	b. Upacara Hari Kemerdekaan RI							3					3
	c. Penerimaan Peserta Didik Baru		21										21
	d. Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah Peserta Didik Baru			18									18
	e. Syawalan Guru		3										3
	f. Syawalan Kepala Sekolah se-Kabupaten Sleman				4								4
	g. Menyambut Kedatangan Siswa Setiap Pagi			1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
	h. Pelatihan baris berbaris siswa baru						4						4
7.	<b>Pembuatan Laporan PPL</b>												
	a. Persiapan										1		1
	b. Pelaksanaan										2	2	4
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut											1	1
8.	<b>Penarikan Mahasiswa PPL</b>											1	1
<b>JUMLAH JAM</b>		2	24	44	25	21	25	24	21	21	24	25	256

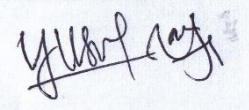
Mengetahui,



Dosen Pembimbing Lapangan,

  
 Ermawan Susanto M.Pd  
 NIP. 19780702 200212 1 004

Mahasiswa

  
 Yusuf Roikhan Rais  
 NIM. 13601241036



Universitas Negeri Yogyakarta

## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**

Untuk  
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMP N 4 GAMPING  
ALAMAT SEKOLAH : KALIMANJUNG, AMBARKETAWANG,  
GAMPING, SLEMAN  
GURU PEMBIMBING : Parman, S.Pd.Jas

NAMA MAHASISWA : Yusuf Roikhan Rais  
NO. MAHASISWA : 13601241036  
FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR  
DOSEN PEMBIMBING : Ermawan Susanto, M.Pd.

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Senin, 18 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none"><li>- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari</li><li>- Upacara Bendera</li><li>- Penerjunan PPL di SMPN 4 Gamping</li><li>- Syawalan Guru, Karyawan dan siswa siswi SMP N 4 gamping serta pengenalan mahasiswa/i PPL UNY kepada siswa</li><li>- Masa pengenalan lingkungan sekolah peserta didik baru</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Memberikan senyum sapa salam di depan pintu masuk SMP N 4 Gamping</li><li>- Upacara terlaksana dengan lancar dan tertib</li><li>- Penyerahan mahasiswa/i PPL dari UNY ke pihak SMPN 4 Gamping</li><li>- Membantu terlaksananya acara Syawalan Guru, Karyawan dan siswa siswi SMP N 4 gamping serta pengenalan mahasiswa/i PPL UNY kepada siswa</li><li>- Membantu menertibkan sholat dhuha, hafalan doa doa dan surah pendek, serta membantu menertibkan sholat dhuhur berjamaah</li></ul>		

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengisi kelas dengan materi motivasi belajar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengisi kelas VIII A dengan materi motivasi belajar</li> </ul>		
2	Selasa, 19 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari</li> <li>- Apel pagi</li> <li>- Syawalan Kepala sekolah SMP se-Kabupaten Sleman</li> <li>- Masa pengenalan lingkungan sekolah peserta didik baru</li> <li>- Mengisi Kelas dengan materi pengelolaan sampah</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memberikan senyum sapa salam di depan pintu masuk SMP N 4 Gamping</li> <li>- Apel pagi berjalan dengan tertib dan lancar</li> <li>- Membantu terlaksananya acara syawalan kepala sekolah se-kabupaten Sleman</li> <li>- Membantu menertibkan sholat dhuha, hafalan doa doa dan surah pendek, serta membantu menertibkan sholat dhuhur berjamaah</li> <li>- Mengisi kelas IX A dengan materi pengenalan jenis sampah dan pengelolaannya agar tidak mencemari lingkungan.</li> </ul>		
3	Rabu, 20 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari</li> <li>- Apel pagi</li> <li>- Jalan Sehat SMP N 4 Gamping</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memberikan senyum sapa salam di depan pintu masuk SMP N 4 Gamping</li> <li>- Apel pagi berjalan dengan tertib dan lancar</li> <li>- Mendampingi jalan sehat bersama siswa siswi SMP N 4 Gamping beserta guru dan karyawan dengan rute mengelilingi lokasi yang berdekatan dengan lokasi SMP N 4 Gamping</li> </ul>		

4	Kamis, 21 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari</li> <li>- Konsultasi dengan guru pembimbing</li> <li>- Pelabelan Buku dari BOS di perpustakaan</li> <li>- Pembuatan RPP Kurikulum 2013 dan mencari materi ajar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memberikan senyum sapa salam di depan pintu masuk SMP N 4 Gamping</li> <li>- Diskusi format RPP dan pembagian jadwal mengajar terbimbing</li> <li>- Memberi label SMP N 4 Gamping pada buku pelajaran dan memberi nomor buku.</li> <li>- Membuat RPP kurikulum 2013 untuk kelas VII</li> </ul>		
5	Jumat, 22 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari</li> <li>- Mengawasi Post-Tes kelas VII</li> <li>- Observasi mengajar Guru Penjas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memberikan senyum sapa salam di depan pintu masuk SMP N 4 Gamping</li> <li>- Mengawasi Post-Tes di kelas VII D dengan materi Matematika dan IPA</li> <li>- Melihat dan mengamati guru penjas dalam mengajar dan mengelola kelas</li> </ul>		

Yogyakarta, 22 Juli 2016

Dosen Pembimbing Lapangan,



Ermawan Susanto M.Pd

NIP. 19780702 200212 1 004

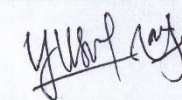
Guru Pembimbing,



Parman S.Pd Jas

NIP.19670515 199303 1 015

Mahasiswa



Yusuf Roikhan Rais

NIM. 13601241036



Universitas Negeri Yogyakarta

## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**

Untuk  
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMP N 4 GAMPING  
ALAMAT SEKOLAH : KALIMANJUNG, AMBARKETAWANG  
GAMPING, SLEMAN  
GURU PEMBIMBING : Parman S.Pd.Jas

NAMA MAHASISWA : Yusuf Roikhan Rais  
NO. MAHASISWA : 13601241036  
FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR  
DOSEN PEMBIMBING : Ermawan Susanto, M.Pd.

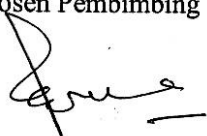
No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Senin, 25 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none"><li>- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari</li><li>- Upacara Bendera</li><li>- Observasi mengajar Guru Penjas</li><li>- Membuat RPP dan mencari materi bahan ajar</li><li>- Membuat Program Semester</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 4 Gamping</li><li>- Upacara terlaksana dengan lancar dan tertib</li><li>- Melihat dan mengamati guru penjas dalam mengajar dan mengelola kelas</li><li>- Membuat RPP kurikulum 2013 untuk kelas VII</li><li>- Menentukan minggu efektif belajar dan program semester kelas VII</li></ul>		
2	Selasa, 26 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none"><li>- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari</li><li>- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 4 Gamping</li><li>- Mengajar kelas VII A dengan materi atletik tolak peluru, menjelaskan materi tentang tolak peluru gaya menyamping, bentuk lapangan, dan</li></ul>		

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pelabelan Buku Pelajaran dari BOS di perpustakaan</li> <li>- Konsultasi dengan guru pembimbing</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>praktek menolak peluru</li> <li>- Memberi label dan nomor buku bantuan dari BOS di perpustakaan SMP N 4 Gamping pada buku pelajaran yang akan di pinjamkan ke siswa kelas VII</li> <li>- Melakukan konsultasi dengan guru pembimbing dan diberikan saran, nasehat terkait dengan pembelajaran dan pengelolaan kelas</li> </ul>		
3	Rabu, 27 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari</li> <li>- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII</li> <li>- Konsultasi dengan guru pembimbing</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 4 Gamping</li> <li>- Mengajar kelas VII A dengan materi atletik tolak peluru, menjelaskan materi tentang tolak peluru gaya menyamping, bentuk lapangan, dan praktek menolak peluru</li> <li>- Melakukan konsultasi dengan guru pembimbing dan diberikan saran, nasehat terkait dengan pembelajaran dan pengelolaan kelas</li> </ul>		
4	Kamis, 28 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari</li> <li>- Pendampingan Mengajar</li> <li>- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 4 Gamping</li> <li>- Mengamati Guru mengajar kelas VII E dengan materi tolak peluru gaya menyamping, penjelasan materi serta cara pengelolaan kelas</li> <li>- Mengajar Kelas VII F dengan materi tolak peluru gaya menyamping,</li> </ul>		

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Piket Jaga</li> </ul>	<p>menjelaskan cara melakukan dan bentuk lapangan, mempraktekan menolak peluru</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Menerima tamu dan mendata administrasi siswa yang izin</li> </ul>		
5	Jumat, 29 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari</li> <li>- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VIII</li>   <li>- Konsultasi dengan guru pembimbing</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 4 Gamping</li> <li>- Mengajar kelas VIII C dengan materi bola basket tentang, dribbling dan pivot serta melakukan permainan bola basket dengan peraturan yang di modifikasi.</li> <li>- Melakukan konsultasi dengan guru pembimbing dan diberikan saran, nasehat terkait dengan pembelajaran dan pengelolaan kelas serta perbedaanya mengajar kelas VII dan VIII</li> </ul>		

Yogyakarta, 29 Juli 2016

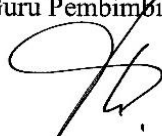
Dosen Pembimbing Lapangan,



Ermawan Susanto M.Pd

NIP. 19780702 200212 1 004

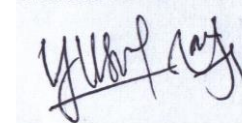
Guru Pembimbing,



Parmam S.Pd Jas

NIP.19670515 199303 1 015

Mahasiswa



Yusuf Roikhan Rais

NIM. 13601241036





Universitas Negeri Yogyakarta

## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**

Untuk  
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMP N 4 GAMPING  
ALAMAT SEKOLAH : KALIMANJUNG, AMBARKETAWANG  
GAMPING, SLEMAN  
GURU PEMBIMBING : Parman S.Pd.Jas

NAMA MAHASISWA : Yusuf Roikhan Rais  
NO. MAHASISWA : 13601241036  
FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR  
DOSEN PEMBIMBING : Ermawan Susanto, M.Pd.

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Senin, 1 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"><li>- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari</li><li>- Upacara Bendera</li><li>- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VIII</li><li>- Membuat RPP dan mencari bahan ajar</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 4 Gamping</li><li>- Upacara bendera hari senin berjalan dengan tertib dan lancar</li><li>- Mengajar kelas VIII B dengan materi bola basket tentang, dribbling dan pivot serta melakukan permainan bola basket dengan peraturan yang di modifikasi.</li><li>- Membuat RPP kurikulum 2013 untuk kelas VII dan mencari bahan ajar.</li></ul>		
2	Selasa, 2 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"><li>- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari</li><li>- Piket jaga</li><li>- Pelaksanaan praktek mengajar</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 4 Gamping</li><li>- Menerima tamu dan mendata administrasi siswa yang izin</li><li>- Mengajar kelas VII B dengan materi</li></ul>		

		<p>kelas VII</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Konsultasi dengan guru pembimbing</li> </ul>	<p>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.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Melakukan konsultasi dengan guru pembimbing dan diberikan saran, nasehat terkait dengan pembelajaran permainan sepakbola dan pengelolaan kelas</li> </ul>		
3	Rabu, 3 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII</li> <li>- Piket jaga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengajar kelas VII 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.</li> <li>- Menerima tamu dan mendata administrasi siswa yang izin</li> </ul>		
4	Kamis, 4 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Piket Jaga</li> <li>- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menerima tamu dan mendata administrasi siswa yang izin</li> <li>- Mengajar kelas VII F dengan materi permainan bola basket, menjelaskan materi di kelas tentang bola basket,</li> </ul>		

			praktek mengajar tentang chest pass dan dribbling bola, serta melakukan permainan bola basket yang di modifikasi peraturanya.		
5	Jumat, 5 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VIII</li>   <li>- Konsultasi dengan guru pembimbing</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengajar kelas VIII D dengan materi bola basket tentang, dribbling dan pivot serta melakukan permainan bola basket dengan peraturan yang di modifikasi.</li>   <li>- Melakukan konsultasi dengan guru pembimbing dan diberikan saran, nasehat terkait dengan pembelajaran permainan bola basket dan pengelolaan kelas.</li> </ul>		

Yogyakarta, 5 Agustus 2016

Dosen Pembimbing Lapangan,



Ermawan Susanto M.Pd

NIP. 19780702 200212 1 004

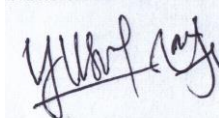
Guru Pembimbing,



Parman S.Pd Jas

NIP.19670515 199303 1 015

Mahasiswa



Yusuf Roikhan Rais

NIM. 13601241036



Universitas Negeri Yogyakarta

## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**

Untuk  
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMP N 4 GAMPING  
ALAMAT SEKOLAH : KALIMANJUNG, AMBARKETAWANG  
GAMPING, SLEMAN  
GURU PEMBIMBING : Parman S.Pd.Jas

NAMA MAHASISWA : Yusuf Roikhan Rais  
NO. MAHASISWA : 13601241036  
FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR  
DOSEN PEMBIMBING : Ermawan Susanto, M.Pd.

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Senin, 8 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"><li>- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari</li><li>- Upacara Bendera</li><li>- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VIII</li><li>- Konsultasi dengan guru pembimbing</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 4 Gamping</li><li>- Upacara bendera hari senin berjalan dengan tertib dan lancar</li><li>- Mengajar kelas VIII A dengan materi bola basket tentang, dribbling, pivot dan lay up shoot, serta melakukan permainan bola basket dengan peraturan yang di modifikasi.</li><li>- Melakukan konsultasi dengan guru pembimbing dan diberikan saran, nasehat terkait dengan pembelajaran permainan bola basket dan pengelolaan kelas. Serta memberitahukan materi selanjutnya untuk kelas VII</li></ul>		

2	Selasa, 9 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari</li> <li>- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII</li>   <li>- Pelatihan baris berbaris untuk kelas VII</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 4 Gamping</li> <li>- Mengajar kelas VII F dengan materi permainan bola basket, menjelaskan materi di kelas tentang bola basket, praktek mengajar tentang chest pass dan dribbling bola, serta melakukan permainan bola basket yang di modifikasi peraturanya.</li> <li>- Mendampingi dan memandu berjalanya pelatihan baris berbaris kelas VII</li> </ul>		
3	Rabu, 10 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Piket jaga</li> <li>- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menerima tamu dan mendata administrasi siswa yang izin</li> <li>- Mengajar kelas VII D dengan materi permainan bola basket, menjelaskan materi di kelas tentang bola basket, praktek mengajar tentang chest pass dan dribbling bola, serta melakukan permainan bola basket yang di modifikasi peraturanya.</li> </ul>		
4	Kamis, 11 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Piket Jaga</li> <li>- Pelaksanaan prakter mengajar kelas VII</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menerima tamu dan mendata administrasi siswa yang izin</li> <li>- Mengajar kelas VII F dengan materi permainan sepak bola, menjelaskan materi di kelas tentang permainan sepak bola, praktek mengajarkan mengoper bola menggunakan kaki bagian dalam, menggiring dengan</li> </ul>		

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pelatihan baris berbaris untuk kelas VII</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>kaki bagian dalam dan bermain sepak bola dengan permainan yang di modifikasi.</li> <li>- Mendampingi dan memandu berjalanya pelatihan baris berbaris kelas VII</li> </ul>		
5	Jumat, 12 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VIII</li> <li>- Konsultasi dengan guru pembimbing</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengajar kelas VIII C dengan materi bola basket tentang, dribbling, pivot dan lay up shoot, serta melakukan permainan bola basket dengan peraturan yang di modifikasi.</li> <li>- Melakukan konsultasi dengan guru pembimbing dan diberikan saran, nasehat terkait dengan pembelajaran permainan bola basket dan pengelolaan kelas.</li> </ul>		

Yogyakarta, 12 Agustus 2016

Dosen Pembimbing Lapangan,



Ermawan Susanto M.Pd

NIP. 19780702 200212 1 004

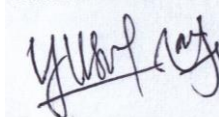
Guru Pembimbing,



Parman S.Pd Jas

NIP.19670515 199303 1 015

Mahasiswa



Yusuf Roikhan Rais

NIM. 13601241036



Universitas Negeri Yogyakarta

## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**

Untuk  
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMP N 4 GAMPING  
ALAMAT SEKOLAH : KALIMANJUNG, AMBARKETAWANG  
GAMPING, SLEMAN  
GURU PEMBIMBING : Parman S.Pd.Jas

NAMA MAHASISWA : Yusuf Roikhan Rais  
NO. MAHASISWA : 13601241036  
FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR  
DOSEN PEMBIMBING : Ermawan Susanto, M.Pd.

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Senin, 15 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"><li>- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari</li><li>- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VIII</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 4 Gamping</li><li>- Mengajar kelas VIII B dengan materi senam lantai yang berfokus pada guling depan dan belakang, melakukan pemanasan dan persiapan gerak untuk senam lantai, serta mengajarkan guling depan dan belakang dari posisi jongkok.</li></ul>		
2	Selasa, 16 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"><li>- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari</li><li>- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 4 Gamping</li><li>- Pengambilan nilai untuk teori dengan 3 materi yang sudah di ajarkan (tolak peluru, bola basket, dan sepak bola) di kelas VII B. Menjelaskan sedikit</li></ul>		

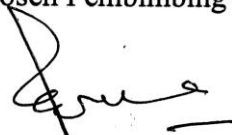
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jaga piket</li> </ul>	<p>materi tentang bola voli serta melakukan praktek mengajar passing bawah serta servis bawah dalam bola voli dan melakukan permainan dengan materi yang sudah di modifikasi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Menerima tamu dan mendata administrasi siswa yang izin</li> </ul>		
3	Rabu, 17 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Upacara HUT RI ke 71</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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.</li> </ul>		
4	Kamis, 18 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jaga piket</li> <li>- Pelaksanaan prkatek mengajar kelas VII</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menerima tamu dan mendata administrasi siswa yang izin</li> <li>- Pengambilan nilai untuk teori dengan 3 materi yang sudah di ajarkan (tolak peluru, bola basket, dan sepak bola) di kelas VII F. Menjelaskan sedikit materi tentang bola voli serta melakukan praktek mengajar passing bawah serta servis bawah dalam bola voli dan melakukan permainan dengan materi yang sudah di modifikasi</li> </ul>		
5	Jumat, 19 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jaga piket</li> <li>- Pelaksanaan prkatek mengajar kelas VIII</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menerima tamu dan mendata administrasi siswa yang izin</li> <li>- Mengajar kelas VIII C dengan materi senam lantai yang berfokus pada</li> </ul>		



		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Konsultasi dengan guru pembimbing</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Melakukan pemanasan dan persiapan gerak untuk senam lantai, serta mengajarkan guling depan dan belakang dari posisi jongkok.</li> <li>- Melakukan konsultasi dengan guru pembimbing dan diberikan saran, nasehat terkait dengan pembelajaran permainan bola basket dan pengelolaan kelas ketika materi senam lantai serta memberitahukan materi selanjutnya untuk kelas VIII yaitu bola voli dan kelas VII kebugaran jasmani.</li> </ul>		
--	--	---	---	--	--

Yogyakarta, 19 Agustus 2016

Dosen Pembimbing Lapangan,



Ermawan Susanto M.Pd

NIP. 19780702 200212 1 004

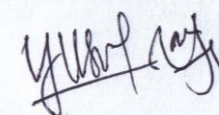
Guru Pembimbing,



Parmam S.Pd Jas

NIP.19670515 199303 1 015

Mahasiswa



Yusuf Roikhan Rais

NIM. 13601241036



Universitas Negeri Yogyakarta

## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**

Untuk  
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMP N 4 GAMPING  
ALAMAT SEKOLAH : KALIMANJUNG, AMBARKETAWANG  
GAMPING, SLEMAN  
GURU PEMBIMBING : Parman S.Pd.Jas

NAMA MAHASISWA : Yusuf Roikhan Rais  
NO. MAHASISWA : 13601241036  
FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR  
DOSEN PEMBIMBING : Ermawan Susanto, M.Pd.

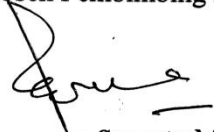
No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Senin, 22 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"><li>- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari</li><li>- Pendampingan mengajar</li><li>- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VIII</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 4 Gamping</li><li>- Mengamati proses pembelajaran kelas VIII A yang dilaksanakan oleh Guru terkait materi bola voli tentang passing atas dan servis atas serta permainan bola voli yang telah dimodifikasi</li><li>- Mengajar praktek kelas VIII B dengan materi permainan bola voli yang berfokus pada passing atas dan servis atas bola voli serta melakukan permainan bola voli yang di modifikasi.</li></ul>		
2	Selasa, 23 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"><li>- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 4 Gamping</li></ul>		

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII</li> <li>- Pelabelan Buku dari BOS di perpustakaan</li> <li>- Piket Jaga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengajar kelas VII A dengan materi kebugaran jasmani, menjelaskan di kelas tentang kebugaran jasmani dan latihanya. Melakukan praktek tes kebugaran jasmani dengan model circuit training serta di catat hasilnya.</li> <li>- Memberi label dan nomor buku bantuan dari BOS di perpustakaan SMP N 4 Gamping pada buku pelajaran yang akan di pinjamkan ke siswa kelas VII</li> <li>- Menerima tamu dan mendata administrasi siswa yang izin</li> </ul>		
3	Rabu, 24 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII</li> <li>- Piket jaga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pengambilan nilai untuk teori dengan 3 materi yang sudah di ajarkan (tolak peluru, bola basket, dan sepak bola) di kelas VII C. Menjelaskan sedikit materi tentang bola voli serta melakukan praktek mengajar passing bawah serta servis bawah dalam bola voli dan melakukan permainan dengan materi yang sudah di modifikasi</li> <li>- Menerima tamu dan mendata administrasi siswa yang izin</li> </ul>		
4	Kamis, 25 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Piket jaga</li> <li>- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menerima tamu dan mendata administrasi siswa yang izin</li> <li>- Mengajar kelas VII F dengan materi kebugaran jasmani, menjelaskan di kelas tentang kebugaran jasmani dan</li> </ul>		

			latihanya. Melakukan praktek tes kebugaran jasmani dengan model circuit training serta di catat hasilnya.		
5	Jumat, 26 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Piket jaga</li> <li>- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VIII</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menerima tamu dan mendata administrasi siswa yang izin</li> <li>- Mengajar praktek kelas VIII C dengan materi permainan bola voli yang berfokus pada passing atas dan servis atas bola voli serta melakukan permainan bola voli yang di modifikasi</li> </ul>		

Yogyakarta, 26 Agustus 2016

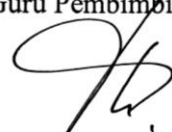
Dosen Pembimbing Lapangan,



Ermawan Susanto M.Pd

NIP. 19780702 200212 1 004

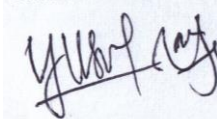
Guru Pembimbing,



Parman S.Pd Jas

NIP.19670515 199303 1 015

Mahasiswa



Yusuf Roikhan Rais

NIM. 13601241036



Universitas Negeri Yogyakarta

## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**

Untuk  
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMP N 4 GAMPING  
ALAMAT SEKOLAH : KALIMANJUNG, AMBARKETAWANG  
GAMPING, SLEMAN  
GURU PEMBIMBING : Parman S.Pd.Jas

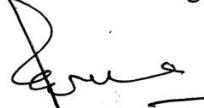
NAMA MAHASISWA : Yusuf Roikhan Rais  
NO. MAHASISWA : 13601241036  
FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR  
DOSEN PEMBIMBING : Ermawan Susanto, M.Pd.

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Senin, 29 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"><li>- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari</li><li>- Upacara Bendera</li><li>- Pelaksanaan praktik mengajar kelas VIII</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 4 Gamping</li><li>- Upacara berjalan dengan tertib dan lancar</li><li>- Mengajar kelas VIII A pada jam 2-3 dan kelas VIII B pada jam 4-5 dengan materi permainan bola voli dengan fokus pembelajaran passing atas dan servis atas bola voli serta melakukan permainan bola voli yang sudah di modifikasi.</li></ul>		
2	Selasa, 30 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"><li>- Piket jaga</li><li>- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Menerima tamu dan mendata administrasi siswa yang izin</li><li>- Mengajar kelas VII B pada jam 4-6 dengan materi bulutangkis dengan fokus pembelajaran servis forehand</li></ul>		

			dan backhand, serta melakukan permainan bulutangkis yang sudah di modifikasi.		
3	Rabu, 31 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari</li> <li>- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VII</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menyambut kedatangan siswa dengan memakai pakaian adat jawa di hari keistimewaan Yogyakarta</li> <li>- Mengajar kelas VII C pada jam 1-3 dengan materi pencegahan bahaya kebakaran, menayangkan video pembelajaran (bola voli dan baseball)</li> </ul>		
4	Kamis, 1 September 2016	Ijin	Ijin		
5	Jumat, 2 September 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari</li> <li>- Pelaksanaan praktek mengajar kelas VIII</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 4 Gamping</li> <li>- Mengajar kelas VIII D dengan materi permainan bola voli yang berfokus pada passing atas dan servis atas bola voli, serta melakukan permainan yang sudah di modifikasi.</li> </ul>		

Yogyakarta, 2 September 2016

Dosen Pembimbing Lapangan,



Ermawan Susanto M.Pd

NIP. 19780702 200212 1 004

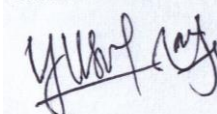
Guru Pembimbing,



Parmam S.Pd Jas

NIP.19670515 199303 1 015

Mahasiswa



Yusuf Roikhan Rais

NIM. 13601241036



Universitas Negeri Yogyakarta

## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**

Untuk  
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMP N 4 GAMPING  
ALAMAT SEKOLAH : KALIMANJUNG, AMBARKETAWANG  
GAMPING, SLEMAN  
GURU PEMBIMBING : Parman S.Pd.Jas

NAMA MAHASISWA : Yusuf Roikhan Rais  
NO. MAHASISWA : 13601241036  
FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR  
DOSEN PEMBIMBING : Ermawan Susanto, M.Pd.

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Senin, 5 September 2016	<ul style="list-style-type: none"><li>- Menyambut kedatangan siswa siswi pagi hari</li><li>- Upacara Bendera</li><li>- Pelaksanaan praktik mengajar kelas VIII</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Memberikan sambutan di depan pintu masuk SMP N 4 Gamping</li><li>- Upacara berjalan dengan tertib dan lancar</li><li>- Mengajar kelas VIII A pada jam 2-3 dengan materi permainan sepak bola dengan fokus pembelajaran passing menggunakan kaki bagian dalam serta melakukan permainan sepak bola yang sudah di modifikasi baik lapangan dan peraturan permainan.</li></ul>		
2		-	-		
3		-	-		



HASIL OBSERVASI  
PEMBELAJARAN DI  
KELAS DAN OBSERVASI  
PESERTA DIDIK

NP. ma1

Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA MAHASISWA : YUSUF ROIKHAN RAIS  
PUKUL : 09.00 WIB  
NO. MAHASISWA : 13601241036  
TEMPAT PRAKTIK : SMP N 4 GAMPING  
TGL. OBSERVASI : 23 Febuari 2015  
FAK/JUR/PROD : FIK / POR / PJKR

No.	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
<b>A.</b>	<b>Perangkat Pembelajaran</b>	
	1. Silabus	Guru Penjas di SMP N 4 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>B</b>	<b>Proses Pembelajaran</b>	
	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 dijelaskan. 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 berdoa'a.
<b>C</b>	<b>Perilaku siswa</b>	
	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 Mata Pelajaran

Pengamat

Parman, S.Pd.Jas

Yusuf Roikhan Rais

NIP 19670515 199303 1 015

NIM 13601241036

## KRITERIA KETUNTASAN MINIMAL (KKM)

### SMP N 4 GAMPING

#### TAHUN PELAJARAN 2016/2017

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Satuan Pendidikan : SMP / M.Ts

Kelas/Program : VII (Tujuh)

Tahun Pelajaran : 2016/2017

Kompetensi Inti :

KI 1 : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.

KI 2 : Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.

KI 3 : Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.

KI 4 : Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

No	Kompetensi Dasar	Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM)				
		Kompleksitas	Daya Dukung	Intake	KKM	Konversi
	1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.					
	2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.					

	<p>2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>					
<p><b>1.</b></p>	<p>3.1 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola besar.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Permainan bola besar menggunakan permainan sepak bola*).</li> <li>• Permainan bola besar menggunakan permainan bola voli*).</li> <li>• Permainan bola besar menggunakan permainan bola basket*).</li> </ul> <p>4.1 mempraktikkan teknik dasar permainan bola besar dengan menekankan gerak dasar fundamental.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Permainan bola besar menggunakan permainan sepak</li> </ul>					

	<p>bola*).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Permainan bola besar menggunakan permainan bola voli*).</li> <li>• Permainan bola besar menggunakan permainan bola basket*).</li> </ul>					
2.	<p>3.2 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola kecil.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Permainan bola kecil menggunakan permainan Kasti*).</li> </ul> <p>4.2 Mempraktikkan teknik dasar permainan bola kecil dengan menekankan gerak dasar fundamental.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Permainan bola kecil menggunakan permainan Kasti*).</li> </ul>					
3.	<p>3.3 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pembelajaran Atletik (Jalan Cepat).</li> </ul> <p>4.3 Mempraktikkan teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) menekankan gerak dasar fundamentalnya.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pembelajaran Atletik (Jalan Cepat).</li> </ul>					
4.	<p>3.4 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental olahraga beladiri.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variasi dan Kombinasi Keterampilan Gerak Beladiri</li> </ul>					

	<p>(Pencak Silat).</p> <p>4.4 Mempraktikkan teknik dasar olahraga beladiri dengan menekankan gerak dasar fundamentalnya.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pembelajaran Beladiri (Pencak Silat)</li> </ul>					
5.	<p>3.5 Memahami konsep latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan, dan pengukuran hasilnya.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pembelajaran Kebugaran Jasmani</li> </ul> <p>4.5 Mencoba mengukur komponen kebugaran jasmani terkait kesehatan dan keterampilan berdasarkan norma instrumen yang digunakan.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pembelajaran Kebugaran Jasmani</li> </ul>					
6.	<p>3.6 Memahami konsep gabungan pola gerak dominan dalam bentuk rangkaian keterampilan dasar senam lantai.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keterampilan Gerak Senam lantai.</li> </ul> <p>4.6 Mempraktikkan gabungan pola gerak dominan menuju teknik dasar senam lantai.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keterampilan Gerak Senam lantai.</li> </ul>					
7.	<p>3.7 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental (langkah dan ayunan lengan) dalam bentuk rangkaian keterampilan dasar aktivitas gerak ritmik.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keterampilan Gerak Aktivitas</li> </ul>					

	<p style="text-align: center;">Gerak Ritmik</p> <p>4.7 Mempraktikkan aktivitas pola gerak melangkah dan irama gerak dalam aktivitas gerak.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keterampilan Gerak Aktivitas Gerak Ritmik</li> </ul>						
8.	<p>3.9 Memahami tindakan P3K pada kejadian darurat, baik pada diri sendiri maupun orang lain.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K).</li> </ul> <p>4.9 Mencoba mempraktikkan tindakan P3K pada kejadian darurat, baik pada diri sendiri maupun orang lain.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K).</li> </ul>						
<b>JUMLAH KKM SEMESTER 1</b>							

No	Kompetensi Dasar	Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM)				
		Kompleksitas	Daya Dukung	Intake	KKM	Konversi
	<p>1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.</p> <p>1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.</p>					
	<p>2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.</p> <p>2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai</p>					

	<p>aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>					
1.	<p>3.1 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola besar.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Permainan bola besar menggunakan permainan sepak bola*).</li> <li>• Permainan bola besar menggunakan permainan bola voli*).</li> <li>• Permainan bola besar menggunakan permainan bola basket*).</li> </ul> <p>4.3 mempraktikkan teknik dasar permainan bola besar dengan menekankan gerak dasar fundamental.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Permainan bola besar menggunakan permainan sepak bola*).</li> <li>• Permainan bola besar menggunakan permainan bola voli*).</li> <li>• Permainan bola besar menggunakan permainan bola basket*).</li> </ul>					



2.	<p>3.3 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola kecil.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Permainan bola kecil menggunakan permainan Bulutangkis*).</li> <li>• Permainan bola kecil menggunakan permainan Tenis Meja*).</li> </ul> <p>4.4 Mempraktikkan teknik dasar permainan bola kecil dengan menekankan gerak dasar fundamental.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Permainan bola kecil menggunakan permainan Bulutangkis*).</li> <li>• Permainan bola kecil menggunakan permainan Tenis Meja*).</li> </ul>					
3.	<p>3.3 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pembelajaran Atletik (Lompat Tinggi)</li> </ul> <p>4.3 Mempraktikkan teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) menekankan gerak dasar fundamentalnya.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pembelajaran Atletik (Lompat Tinggi).</li> </ul>					
4.	<p>3.4 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental olahraga beladiri.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variasi dan Kombinasi Keterampilan Gerak Beladiri (Pencak Silat).</li> </ul>					

	<p>4.4 Mempraktikkan teknik dasar olahraga beladiri dengan menekankan gerak dasar fundamentalnya.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pembelajaran Beladiri (Pencak Silat)</li> </ul>					
5.	<p>3.5 Memahami konsep latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan, dan pengukuran hasilnya.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pembelajaran Kebugaran Jasmani</li> </ul> <p>4.5 Mencoba mengukur komponen kebugaran jasmani terkait kesehatan dan keterampilan berdasarkan norma instrumen yang digunakan.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pembelajaran Kebugaran Jasmani</li> </ul>					
6.	<p>3.6 Memahami konsep gabungan pola gerak dominan dalam bentuk rangkaian keterampilan dasar senam lantai.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keterampilan Gerak Senam lantai.</li> </ul> <p>4.6 Mempraktikkan gabungan pola gerak dominan menuju teknik dasar senam lantai.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keterampilan Gerak Senam lantai.</li> </ul>					
7.	<p>3.7 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental (langkah dan ayunan lengan) dalam bentuk rangkaian keterampilan dasar aktivitas gerak ritmik.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keterampilan Gerak Aktivitas Gerak Ritmik</li> </ul>					

	4.7 Mempraktikkan aktivitas pola gerak melangkah dan irama gerak dalam aktivitas gerak. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keterampilan Gerak Aktivitas Gerak Ritmik</li> </ul>						
<b>8.</b>	3.9 Memahami konsep gaya hidup sehat untuk mencegah berbagai penyakit. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Budaya Hidup Sehat.</li> </ul> 4.9 Mencoba menerapkan konsep gaya hidup sehat untuk mencegah berbagai penyakit. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Budaya Hidup Sehat.</li> </ul>						
<b>JUMLAH KKM SEMESTER 2</b>							

Yogyakarta, 26 Juli 2016

Mengetahui,  
Guru Pembimbing

Guru Mata Pelajaran

Parman S.Pd.Jas  
NIP. 19670515 199303 1 015

Yusuf Roikhan Rais  
NIM. 13601241036

## KRITERIA KETUNTASAN MINIMAL (KKM)

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Satuan Pendidikan : SMP N 4 GAMPING

Kelas/Program : VII (Tujuh)

Tahun Pelajaran : 2016/2017

No. Urut	SMT	Kompetensi Inti (KI)	KKM KD			KET
			Sikap Sosial	Pengetahuan	Keterampilan	
1	I	Teknik dasar permainan bola besar dengan menekankan gerak dasar fundamental				
2		Teknik dasar permainan bola kecil dengan menekankan gerak dasar fundamental				
3		Teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) menekankan gerak dasar fundamentalnya				
4		Teknik dasar olahraga beladiri dengan menekankan gerak dasar fundamentalnya.				
5		Latihan peningkatan derajat kebugaran				

		jasmani yang terkait dengan kesehatan, dan pengukuran hasilnya				
<b>6</b>		Pola gerak dominan dalam bentuk rangkaian keterampilan dasar senam lantai				
<b>7</b>		Keterampilan gerak fundamental (langkah dan ayunan lengan) dalam bentuk rangkaian keterampilan dasar aktivitas gerak ritmik				
<b>8</b>		Tindakan P3K pada kejadian darurat, baik pada diri sendiri maupun orang lain.				
<b>9</b>	<b>II</b>	Teknik dasar permainan bola besar dengan menekankan gerak dasar fundamental				
<b>10</b>		Teknik dasar permainan bola kecil dengan menekankan gerak dasar fundamental				
<b>11</b>		Teknik dasar				

		atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) menekankan gerak dasar fundamentalnya				
<b>12</b>		Teknik dasar olahraga beladiri dengan menekankan gerak dasar fundamentalnya.				
<b>13</b>		Latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan, dan pengukuran hasilnya				
<b>14</b>		Pola gerak dominan dalam bentuk rangkaian keterampilan dasar senam lantai				
<b>15</b>		Keterampilan gerak fundamental (langkah dan ayunan lengan) dalam bentuk rangkaian keterampilan dasar aktivitas gerak ritmik				
<b>16</b>		Gaya hidup sehat untuk mencegah				

		berbagai penyakit..				
		<b>KKM MAPEL</b>				

Yogyakarta, 26 Juli 2016

Mengetahui,  
Guru Pembimbing

Guru Mata Pelajaran

Parman S.Pd.Jas  
NIP. 19670515 199303 1 015

Yusuf Roikhan Rais  
NIM. 13601241036



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN  
 DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA, DAN OLARAGA  
**SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 4 GAMPING**  
 Alamat : Ambarketawang , Gamping, Sleman, Yogyakarta 55294 telp (0274) 4342648

**JADWAL MENGAJAR SEMESTER GASAL TAHUN PELAJARAN 2016 /2017**

HARI	JAM KE	KELAS VII						KELAS VIII						KELAS IX						NO KD	NAMA GURU	MENGAJAR MATA PELAJARAN
		A	B	C	D	E	F	A	B	C	D	E	F	A	B	C	D	E	F			
S E N I N	1	UPACARA						UPACARA						UPACARA						1	Siti Noor H, S.Ag.	P.Agama Islam
	2	20	17	24	19	30	28	23	31	38	14	10	12	16	27	29	26	37	2	Erma Rahmawati, M.Si	Pend.Agama Islam	
	3	20	17	24	19	30	28	23	31	25	14	10	12	16	27	29	26	11	3	Winaryanti	Pend.Agama Kristen	
	4	9	2	13	33	30	41	18	28	38	25	26	10	12	37	1	27	5	11	4	Leurena DC, S.Pd	Pend.Agama Katholik
	5	9	2	13	33	24	41	18	28	23	8	26	25	21	12	1	27	5	7	5	Paryono, S.Pd.	P Kn
	6	39	13	30	6	24	33	18	38	23	8	10	25	21	12	37	11	16	7	6	Pambudi H, S.Pd	P Kn
	7	20	13	9	17	41	33	PD	22	10	8	7	1	21	11	29	16	7	B. Sri Setyasih, S.Pd	Bhs.Indonesia, PD		
	8	20	30	9	17	41	13	PD	22	38	8	7	1	21	37	29	16	8	Supaini, S.Pd.	Bhs.Indonesia, PD		
S E L A S A	9																			9	Supriyana, S. Pd	Bhs.Indonesia, PD
	1	28	17	13	31	19	30	23	8	26	25	21	10	15	32	12	11	16	22	10	Sudiyono, S.Pd.	Matematika
	2	28	17	13	31	19	39	23	8	26	25	21	10	15	32	12	11	16	22	11	Sunarni, M.Pd	Matematika
	3	28	13	2	20	6	24	8	18	1	26	5	25	33	23	7	21	16	11	12	Ulfah M, S.Pd.	Matematika
	4	13	28	2	20	6	24	8	18	1	26	5	25	33	23	7	21	32	11	13	Umi Mubarakah, M.Pd	Matematika
	5	9	28	30	2	17	18	31	33	10	1	25	21	23	29	6	26	32	24	14	Badrun, M.Pd	IPA, PD
	6	9	28	30	2	17	18	31	33	10	1	25	21	23	29	6	26	22	24	15	Supriyono, S.Pd.	IPA, PD
	7	17	30	20	9	13	6	12	31	8	PD	32	7	29	33	22	16	16	Dra. Yasmiyati	IPA, PD		
8	17	30	20	9	13	6	12	31	8	PD	32	7	29	33	11	16	17	Widik Pujiantoro	IPA			
R A B U	18																			18	Sihnarman, M.Pd	IPA
	1	9	34	28	6	41	24	26	11	8	10	21	33	7	12	23	16	27	15	19	Suwito, S.Pd	IPS
	2	9	34	28	17	41	24	26	11	8	10	21	33	7	12	23	16	27	15	20	Subagyo, S.Pd.	IPS
	3	34	25	28	17	6	19	22	8	18	14	31	21	23	26	12	32	33	27	21	Sumarsiyah, S.Pd	IPS
	4	34	25	17	28	2,3	19	22	8	18	14	31	21	23	26	12	32	33	27	22	Koestiyah S, S.Pd	IPS
	5	25	13	34	28	2,3	18	1	22	32	31	10	26	16	6	7	15	24	11	23	Sri kustiyah, S.Pd	Bhs. Inggris
	6	25	13	34	28	17	18	1	22	32	31	10	26	16	6	7	15	24	11	24	Nining H. S.Pd	Bhs. Inggris
	7	13	9	6	30	17	41	33	32	22	5	1,3	14	PD	24	7	29	25	25	Th. Wahyu P, S. Pd	Bhs. Inggris	
8	13	9	6	30	39	41	33	32	22	5	1,3	14	PD	24	7	29	26	Mitri Hervia, S.Pd	Bhs. Inggris, IPD			
K A M I S	27																			27	Danang P, S.Pd	Penjasorkes
	1	13	9	25	24	28	31	12	11	23	32	27	10	16	21	15	6	22	7	28	Parman, S.PdJas	Penjasorkes, PD
	2	13	9	25	24	28	31	12	11	23	32	27	38	16	21	15	6	22	7	29	Eni Wuryanti, S.Pd	Seni Budaya
	3	31	39	17	9	28	18	8	23	5	29	14	27	26	33	21	1	37	22	30	An. Titi Sawitri, S.Pd	Seni Budaya
	4	31	2	17	9	30	28	8	23	5	29	14	27	26	33	21	1	11	22	31	Drs. Ferdinand	TIK/Keterampilan, PD
	5	17	25	31	13	30	28	32	29	18	10	33	14	6	12	26	16	11	24	32	Ponimin, S.Pd	TIK
	6	30	25	31	2	13	28	32	29	18	10	33	14	6	12	26	16	11	24	33	Bardini, S.Pd	Bahasa Jawa
	7	6	17	9	39	33	13	5	18	29	8	10	32	1	15	12	PD	34	Anna Andari, S.Pd	Bahasa Jawa		
8	6	17	9	30	33	13	5	18	29	8	10	32	1	15	12	PD	35	Eni Nooryandari, S.Pd	TataBoga/PD			
J U M A T	36																			36	Fermanto N, SE	Pertukangan kayu/PD
	1	6	20	2	13	41	2,4	12	22	28	10	8	29	27	23	16	7	24	33	37	Lintang Samodra, Drs	B. Konseling
	2	25	20	6	13	41	2,4	12	22	28	10	8	29	27	23	16	7	24	33	38	Gogo Hastiwi, S. Pd	B. Konseling
	3	25	31	9	6	13	19	38	5	10	33	32	1,4	12	27	23	11	7	26	39	Hermawati, S. Pd	B. Konseling
	4	20	31	9	17	13	19	18	5	10	33	32	1,4	12	27	23	11	7	26	40	2, 14, 15, 26, 31, 35, 36	Pengembangan diri
	5	20	6	25	9	31	13	22	1	33	28	29	8	21	16	32	24	11	5	41	Sri Suharyanti, S, Pd	Bahasa Indonesia
6	2	17	25	9	31	13	22	1	33	28	29	8	21	16	32	24	11	5				
		IBADAH & PERS. MENGAJAR						IBADAH & PERS. MENGAJAR						IBADAH & PERS. MENGAJAR, LES								
S A B U T	1																					
	2	PENUMBUHAN BUDI PEKERTI						PENUMBUHAN BUDI PEKERTI						PENUMBUHAN BUDI PEKERTI								
	3																					
	4	17	9	20	13	24	2,4	23	26	22	14	25	31	29	21	16	7	1,3	32			
	5	17	9	20	13	24	6	23	26	22	14	25	31	29	21	16	7	1,3	32			
	6	30	6	13	20	17	41	29	11	10	22	8	5	12	7	33	21	15	1,4			
	7	30	6	39	20	2,3	41	29	11	10	22	8	5	37	7	33	21	15	1,4			

Gamping, 12 Juli 2016  
 Kepala Sekolah  
 DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA, DAN OLARAGA  
 SMP NEGERI 4 GAMPING





PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN  
 DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA, DAN OLARHAGA  
**SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 4 GAMPING**  
 Alamat : Ambarketawang , Gamping, Sleman, Yogyakarta 55294 telp (0274) 4342648

JADWAL KEGIATAN AWAL SEMEMESTER GASAL KELAS VIII DAN IX  
 TAHUN PELAJARAN 2016/2017

No	Hari/Tanggal	Pukul	Kelas												Keterangan	
			8A	8B	8C	8D	8E	8F	9A	9B	9C	9D	9E	9F		
1	Senin 18 Juli 2016	07.00 - 07.40	Upacara bendera dan Syawalan												Wali kelas	
		07.40 - 08.20	Kebersihan kelas dan lingk. Kelas												Wali kelas	
		08.20 - 09.00	Pembentukan pengurus kelas												Wali kelas	
		09.00 - 09.20	ISTIRAHAT													
		09.20 - 10.00	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
		10.00 - 10.40	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
		10.40 - 11.20	MB	MB	MB	MB	MB	MB	MB	MB	MB	MB	MB	MB	MB	
		11.20 - 12.00	MB	MB	MB	MB	MB	MB	MB	MB	MB	MB	MB	MB	MB	
2	Selasa 2016 19 Juli 2016	07.00 - 07.40													Wali kelas	
		07.40 - 08.20	Berdoa dan Lagu-lagu Nasional dan daerah													
		08.20 - 09.00	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6		
		09.00 - 09.20	ISTIRAHAT													
		09.20 - 10.00	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6		
		10.00 - 10.40	PS	PS	PS	PS	PS	PS	PS	PS	PS	PS	PS	PS		PS
		10.40 - 11.20	PS	PS	PS	PS	PS	PS	PS	PS	PS	PS	PS	PS		PS
3	Rabu 20 Juli 2016	07.00 - selesai	Jalan sehat													

1. Supriyono, S.Pd ( Visi dan Misi Sekolah )
2. Sumarsiyah, S. Pd (Visi dan misi Sekolah )
3. Sri Kustiyah, S. Pd ( Visi dan Misi Sekolah )
4. Dra. Sunarni, M.Pd ( Visi dan Misi Sekolah )
5. Ulfah Musriyatmi, S. Pd ( Vdan dan Misi Seko
6. Sudyono, S. Pd ( Visi dan Misi Sekolah )
7. Badrun, M.Pd ( Tata Tertib Sekolah )
8. Koestiyah S. S. Pd ( Tata Tertib Sekolah )
9. Th. Wahyu Purwanti, s. Pd ( Tata Tertib Seko
10. Mitri Hervia R.S, S. Pd ( Tata Tertib Sekolah
11. Drs, Lintang Samodra ( Tata Tertib Sekolah )
12. Gogo Hastiwi, S. Pd ( Tata Tertib Sekolah )
13. Mahasiswa PPL ( Motivasi Belajar )
14. Mahasiswa PPL ( Pengelolaan Sampah )



Gamping, 12 Juli 2016  
 Kepala Sekolah  
 Suwito, S. Pd  
 NIP. 19621220 198412 1 004

**DAFTAR HADIR MAHASISWA PPL UNY 2016**  
**PADA PENERIMAAN PESERTA DIDIK BARU SMPN 4 GAMPING**

No.	NIM Mahasiswa	Nama Mahasiswa	Prodi	Paraf		
				27 Juni 2016	28 Juni 2016	29 Juni 2016
1.	13201241058	Arihunnisa Dzakhirah	Pend. Bhs dan Sastra Ind	1. <i>AM</i>	1. <i>i</i>	1. <i>AM</i>
2.	13201244011	Dewi Putri Pertiwi	Pend. Bhs dan Sastra Ind	2. <i>Yoni</i>	2. <i>Yoni</i>	2. <i>Yoni</i>
3.	13205241013	Ika Rusdiana Mutolifah	Pend. Bhs Jawa	3. <i>i</i>	3. <i>AM</i>	3. <i>i</i>
4.	13205241017	Intan Chosi' Nur <i>Amelia</i>	Pend. Bhs Jawa	4. <i>AM</i>	4. <i>AM</i>	4. <i>i</i>
5.	13209241005	Ditta Febrinia	Pend. Seni Tari	5. <i>AM</i>	5. <i>AM</i>	5. <i>i</i>
6.	13209244008	Dita Kinanti	Pend. Seni Tari	6. <i>i</i>	6. <i>i</i>	6. <i>i</i>
7.	13301241076	Yazid Fathoni	Pend. Matematika	7. <i>Yoni</i>	7. <i>i</i>	7. <i>i</i>
8.	13301244023	Nuha Fazlussalam	Pend. Matematika	8. <i>i</i>	8. <i>i</i>	8. <i>i</i>
9.	13312241053	Eka Septiyaningrum	Pend. IPA	9. <i>AM</i>	9. <i>AM</i>	9. <i>AM</i>
10.	13312241063	Siska Febriani	Pend. IPA	10. <i>AM</i>	10. <i>AM</i>	10. <i>AM</i>
11.	13401241067	Fitri Dwi Astuti	PKN	11. <i>AM</i>	11. <i>AM</i>	11. <i>AM</i>
12.	13401244013	Fitri Astuti	PKN	12. <i>AM</i>	12. <i>AM</i>	12. <i>AM</i>
13.	13416241004	Chandra Saputra Indah	Pend. IPS	13. <i>i</i>	13. <i>i</i>	13. <i>i</i>
14.	13416241010	Muhammad Fajar Shodiq	Pend. IPS	14. <i>i</i>	14. <i>AM</i>	14. <i>AM</i>
15.	13601241036	Yusuf Roikhan Rais	PJKR	15. <i>Yoni</i>	15. <i>Yoni</i>	15. <i>Yoni</i>
16.	13601241051	Referiana Kurnia Putri	PJKR	16. <i>AM</i>	16. <i>AM</i>	16. <i>AM</i>

Mengetahui  
 Koordinator PPL

*[Signature]*  
 Supriyono, S.Pd.  
 NIP 19570825 198103 1 011

Gamping, 27 Juni 2016  
 Ketua PPL

*[Signature]*  
 Nuha Fazlussalam  
 NIM 13301244023



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN  
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA, DAN OLAH RAGA  
**SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 4 GAMPING**  
Alamat : Ambarketawang, Gamping, Sleman, Yogyakarta

**JADWAL PENGAWAS PRE-TEST BRIDGING COURSE KELAS VII**  
**TAHUN PELAJARAN 2016/ 2017**

No	Hari, tanggal	Jam	Pukul	Mata Pelajaran	Ruang / Pengawas					
					7A	7B	7C	7D	7E	7F
1	Kamis, 21 Juli 2016	1	07.10 - 08.10	B.Indonesia	1--7	2--8	3--9	4--10	5--11	6--12
		2	08.10 - 09.10	IPS						
		3	09.30-10.50	Bhs. Inggris	6-- 18	1-- 13	2--14	3--15	4--16	5--17
2	Jum'at, 22 Juli 2016	1	07.10-08.30	Matematika	19--13	20-- 14	21--15	22-- 23	3--24	2-- 6
		2	08.30-09.50	IPA						

Keterangan :

- |                     |                          |                       |                           |
|---------------------|--------------------------|-----------------------|---------------------------|
| 1 Umi M. M.Pd       | 7 Arihunnisa Dzakhiroh   | 13 Yazid Fathoni      | 19. Pambudi H, S.Pd       |
| 2 Supriyana         | 8 Dewi Putri Pertiwi     | 14 Nuha Fazlussalam   | 20 Subagiyo, S.Pd         |
| 3 Th.Wahyu P.S.Pd   | 9 Ika Rusdiana Mutolifah | 15 Eka Septiyaningrum | 21. Erma Rahmawati, M.Si  |
| 4 Anna Andari, S.Pd | 10 Intan Chosi" Nur      | 16 Siska Febriani     | 22. Muhammad Fajar Shodiq |
| 5 Parman, S.Pd.Jas  | 11 Ditta Fbriana         | 17 Fitri Dwi Astuti   | 23. Yusuf Roikhan Rais    |
| 6 Drs. Ferdinand M  | 12 Dita Kinanti          | 18 Chandra Saputra I  | 24.Referiana Kurnia Putri |



Gamping, 20 Juli 2016

Suwito, S.Pd  
NIP.19622012 198412 1 004

**KALENDER PENDIDIKAN SMP NEGERI 4 GAMPING  
TAHUN PELAJARAN 2016/2017  
SEMESTER KE 1**

Juli 2016					TANGGAL	URAIAN KEGIATAN	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN	
					1 Juli 2016	Daftar Ulang Peserta Didik Baru	14 Juli 2016	Syawalan SMP Negeri 4 Gamping	
Senin				25	1-9 Juli 2016	Libur Kenaikan Kelas	15-16 Juli 2016	Penyusunan RKT, RKS dan RKAS	
Selasa				26	2 Juli 2016	Sosialisasi Program Sekolah dan	18-20 Juli 2016	Hari-hari Pertama Masuk Sekolah/	
Rabu	6			27		Peraturan Akademik pada Orangtua		Pengenalan Lingkungan Sekolah	
Kamis	7		21	28	6-7 Juli 2016	Hari Besar dan Libur Idul Fitri 1437 H	21-23 Juli 2016	Pretest Bridging Course Peserta Didik	
Jumat			22	29	11-16 Juli 2016	Hari Libur Idul Fitri 1437 H		Baru/Kelas VII	
Sabtu	2	9	16	23	30	11-16 Juli 2016	Penyusunan Perangkat PBM dan Jadwal	6-7 Juli 2016	Hari Besar dan Libur Idul Fitri 1437 H
Agustus 2016					TANGGAL	URAIAN KEGIATAN	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN	
Minggu	7	14	21	28	1-2 Agust 2016	Workshop Pengembangan KTSP,			
Senin	1	8	15	22		Silabus dan RPP			
Selasa	2	9	16	23	8-13 Agust 2016	Pengembangan Pendidikan Karakter/PBB			
Rabu	3	10	17	24	31	13-14 Agust 2016	Persami Pramuka Kelas VII		
Kamis	4	11	18	25	15-16 Agust 2016	Posttest Bridging Course Siswa Baru			
Jumat	5	12	19	26	15-27 Agust 2016	Supervisi Kunjungan Kelas ke 1			
Sabtu	6	13	20	27	17 Agust 2016	Upacara HUT Kemerdekaan R.I.			
September 2016					TANGGAL	URAIAN KEGIATAN	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN	
					5 Sept 2016	Awal Kegiatan Ekstrakurikuler			
Senin	5	12	19	26	10 Sept 2016	Akhir Pengumpulan Soal UTS I			
Selasa	6	13	20	27	12 Sept 2016	Hari Raya Idul Adha 1437 H			
Rabu	7	14	21	28	14 Sept 2016	Pelaksanaan Latihan Qurban			
Kamis	1	8	15	22	29	17 Sept 2016	Workshop Penilaian K 13		
Jumat	2	9	16	23	30	26-30 Sept 2016	Ulangan Tengah Semester		
Sabtu	3	10	17	24					
Oktober 2016					TANGGAL	URAIAN KEGIATAN	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN	
Minggu	2	9	16	23	30	1 Okt 2016	Ulangan Tengah Semester	28 Okt 2016	Pelantikan Pengurus OSIS
Senin	3	10	17	24	31	1-31 Okt 2016	Pelaksanaan Penilaian Sumatif PKG	29-30 Okt 2016	LDK Pengurus OSIS
Selasa	4	11	18	25	2 Okt 2016	Libur Tahun Baru Hijriyah 1438 H			
Rabu	5	12	19	26	3 Okt 2016	Awal Pemantapan Persiapan Ujian/Les			
Kamis	6	13	20	27	8 Okt 2016	Kegiatan Kunjung Musium Kelas VII			
Jumat	7	14	21	28	15 Okt 2016	Pembentukan MPK (Kegiatan OSIS)			
Sabtu	1	8	15	22	29	22 Okt 2016	Rapat MPK (Pemilihan Pengurus OSIS)		
November 2016					TANGGAL	URAIAN KEGIATAN	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN	
					7-10 Nov 2016	TPM Program Kemitraan I			
Senin	7	14	21	28	9-28 Okt 2016	Supervisi Kunjungan Kelas ke 2			
Selasa	1	8	15	22	29	14-15 Nov 2016	Tes Uji Coba UN ke 1 (MKKS SMP)		
Rabu	2	9	16	23	30	19 Nov 2016	Akhir Pengumpulan Soal UAS		
Kamis	3	10	17	24		20 Nov 2016	Ultah SMP Negeri 4 Gamping		
Jumat	4	11	18	25	25 Nov 2016	Hari Guru Nasional			
Sabtu	5	12	19	26	26 Nov 2016	Perayaan Ultah SMP Negeri 4 Gamping			
Desember 2016					TANGGAL	URAIAN KEGIATAN	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN	
Minggu	4	11	18	25	1-7 Des 2016	Ulangan Akhir Semester	19 Des 2016	Workshop Peningkatan Kompetensi	
Senin	5	12	19	26	12 Des 2016	Maulid Nabi Muhammad SAW		Profesional Guru	
Selasa	6	13	20	27	13 Des 2016	Rapat Kerja Peningkatan Kompetensi	25 Des 2016	Hari Raya Natal	
Rabu	7	14	21	28		Guru dlm Mengolah Hasil Penilaian			
Kamis	1	8	15	22	29	14-16 Des 2016	Porsenitas SMP Negeri 4 Gamping		
Jumat	2	9	16	23	30	17 Des 2016	Penerimaan laporan Hasil Belajar (LHB)		
Sabtu	3	10	17	24	31	19-31 Des 2016	Libur Semester Gasal		

Kepala Sekolah

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 4 GAMPING  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
Kelas/Semester : VII / 1  
Materi Pokok : Keterampilan Gerak Permainan Bola Basket  
Alokasi Waktu : 2 Kali Pertemuan ( 6 JP )

### A. Kompetensi Inti

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

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.1 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola besar.	3.1.1. Mengidentifikasi berbagai keterampilan gerak melempar, menangkap, dan menggiring permainan bola basket. 3.1.2. Menjelaskan berbagai keterampilan gerak melempar, menangkap, dan menggiring permainan bola basket. 3.1.3. Menjelaskan cara melakukan berbagai keterampilan gerak melempar, menangkap, dan menggiring permainan bola basket.
4.1. Mempraktikkan teknik dasar permainan bola besar dengan menekankan gerak dasar fundamental.	4.1.1. Melakukan berbagai keterampilan gerak melempar, menangkap, dan menggiring permainan bola basket. 4.1.2. Menggunakan berbagai keterampilan gerak melempar, menangkap, dan menggiring permainan bola basket permainan bola basket dalam bentuk permainan bola basket yang dimodifikasi.

## D. Materi Pembelajaran

- Dribble  
Dribble adalah salah satu teknik dasar permainan bola basket dengan cara membawa bola dipantulkan ke lantai atau court.
- Pegang bola bukan dengan telapak tangan, tapi jari  
Pegang bola dengan jari, bukan dengan telapak tangan karena justru membuat mereka kesulitan dalam mengontrol bola jika menggunakan telapak tangan. Jadi, gunakan ujung jari untuk memantulkan bola. Hal ini akan memudahkan kamu untuk mengarahkan bola.
- Rendahkan badan  
Ketika melakukan dribble, jangan biarkan tubuh dalam posisi tegak lurus. Ketika tubuh tegak, bola akan membutuhkan waktu lebih banyak untuk memantul dari lantai ke tangan. Hal tersebut membuat bola lebih mudah untuk dicuri lawan. Oleh karena itu, tekuk lutut menjadi lebih rendah. Namun, jangan pernah menekuk pinggang seperti orang membungkuk. Hal tersebut akan membuat pinggang mudah cedera dari posisi yang nggak stabil.
  - Pantulkan bola ke lantai  
Gunakan ujung jari dari tangan kamu yang lebih dominan untuk memantulkan bola ke lantai. Pantulkan dengan kuat, namun jangan terlalu kuat sampai kamu harus menggunakan seluruh tenaga lengan atau kamu akan kesulitan mengontrol bola. Lakukan gerakan dribble ini dengan cepat, tetapi tetap stabil dan terkontrol. Setiap kali bola memantul kembali ke tangan kamu, gunakan ujung jari untuk memantulkan bola kembali ke lantai dengan bantuan pergerakan pergelangan tangan dan lengan bagian bawah. Bola tersebut harus memantul pada lantai di samping depan kaki yang berada di sisi sama seperti sisi tangan yang melakukan dribble.
  - Pertahankan posisi tangan di atas bola  
Ketika melakukan dribble, sangat penting untuk tetap menjaga bola dalam kendali. Jangan biarkan posisi bola jauh dari jangkauan karena hal ini bisa menguntungkan tim lawan. Cobalah untuk memposisikan telapak tangan melewati bola, supaya saat melakukan dribble ke depan, pantulan bola akan jatuh tepat di ujung jari.
  - Jaga pantulan agar tetap rendah  
Semakin cepat dan rendah pantulan bola, semakin sulit pemain lawan untuk merebut bola. Salah satu cara untuk merendahkan pantulan bola adalah pantulkan bola dekat lantai. Nah karena sudah merendahkan posisi badan dengan menekuk lutut dan merendahkan pinggang, seharusnya tidak akan sulit untuk menjaga tinggi pantulan bola supaya tetap ada di antara lutut dan pinggang.

.Cara Melakukan Chest Pass Dalam Bola Basket :

- Pegang bola dengan kedua tangan ditahan ke depan dada dan ujung jari kedua tangan.
- Posisikan ibu jari di belakang bola dengan tangan dan ujung jari menyebar kearah sisi bola.
- Posisikan siku dekat dengan tubuh.
- Letakkan kaki pada posisi triple threat dengan tumpuan berat badan pada kaki yang belakang.
- Pindahkan berat badan ke depan saat melangkah untuk mengoper bola.
- Luruskan lengan dan putar ibu jari ke bawah sehingga tangan lurus pada saat melakukan tolakan, akhiri dengan sentakan pergelangan tangan.
- Pandangkan mata ke arah bola yang dilempar dan arah bola lurus ke depan

Cara melakukan bounce pass dalam bola basket :

- Pegang bola dengan kedua tangan di tahan ke depan dada dan ujung jari kedua tangan
- Letakkan kaki pada posisi triple threat dengan tumpuan berat badan pada kaki yang belakang.
- Pindahkan berat badan ke depan saat melangkah untuk mengoper bola.
- Luruskan lengan dan putar ibu jari ke bawah sehingga tangan lurus pada saat melakukan tolakan, akhiri dengan sentakan pergelangan tangan.
- Pandangkan mata ke arah bola yang dilempar dan arah bola lurus ke depan
- Pastikan bola memantul pada permukaan lapangan sehingga dapan di sebut bounce pass

Cara melakukan over head pass dalam bola basket :

- Pegang bola dengan kedua tangan di tahan ke depan dada dan ujung jari kedua tangan
- Letakkan kaki pada posisi triple threat dengan tumpuan berat badan pada kaki yang belakang.
- Pindahkan berat badan ke depan saat melangkah untuk mengoper bola.
- Posisikan tangan saat memegang bola di atas kepala
- Operkan bola melewati atas kepala

**E. Kegiatan Pembelajaran**

**Pertemuan Kesatu**

KEGIATAN	DESKRIPSI	WAKTU
<b>Pendahuluan</b>	1. Berbaris, memberi salam, berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik, dan absensi. 2. Guru mempertanyakan keadaan dan kondisi kesehatan peserta didik, jika ada yang sakit peserta didik bersangkutan tidak perlu mengikuti aktivitas fisik, tapi harus tetap berada di pinggir lapangan olahraga.	20 menit

	<p>3. Guru meminta salah seorang peserta didik untuk memimpin melakukan pemanasan. Pemanasan yang dilakukan antara lain: pemanasan untuk seluruh tubuh dan pemanasan secara spesifik untuk jenis aktivitas yang akan diikuti melalui permainan. Saat melakukan pemanasan guru mengamati kebenaran gerak pemanasan, jika terdapat peserta didik yang melakukan kesalahan, guru langsung memperbaiki pada saat kejadian (sambil memberhentikan pemanasan sementara), guru mempertanyakan tujuan dan manfaat melakukan pemanasan sebelum melakukan aktivitas fisik yaitu: untuk mempersiapkan tubuh menerima beban yang lebih berat, untuk mengurangi resiko cedera dalam melakukan aktivitas fisik, dan untuk menciptakan ruang gerak persendian lebih luas.</p> <p>4. Melakukan aktivitas permainan kecil untuk pemanasan sebelum ke materi pembelajaran (saling mengoperkan bola secara beranting, dari samping badan, atas kepala dan bawah).</p>	
<p><b>Inti</b></p>	<p><b>a. Mengamati</b></p> <p>1) Peserta didik mengamati keterampilan gerak melempar bola dari depan dada, atas kepala, samping, dan memantul ke lantai melalui pengamatan buku teks pelajaran dan peragaan peserta didik lain yang dianggap mampu atau contoh dari guru.</p> <p>2) Peserta didik mengamati keterampilan gerak menangkap bola dari depan dada, atas kepala, samping, dan memantul ke lantai melalui pengamatan buku teks pelajaran dan peragaan peserta didik lain yang dianggap mampu atau contoh dari guru.</p> <p>3) Peserta didik mengamati keterampilan gerak melempar dan menangkap bola dari depan dada, atas kepala, samping, dan memantul ke lantai melalui pengamatan buku teks pelajaran dan peragaan peserta didik lain yang dianggap mampu atau contoh dari guru.</p> <p><b>b. Menanya</b></p> <p>Peserta didik saling mempertanyakan yang berkaitan dengan dribble, passing dada “chestpass”, passing bawah “boncepass”, dan passing atas “over head pass”</p> <p><b>c. Mengumpulkan Informasi / Mencoba</b></p> <p>1) Peserta didik mempraktikkan keterampilan gerak melempar dan menangkap bola dari depan dada, atas kepala, samping, dan memantul ke lantai secara</p>	<p>100 menit</p>



berpasangan mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin yang dilakukan di tempat (tidak bergerak). Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.

- 2) Peserta didik mempraktikkan keterampilan gerak melempar dan menangkap bola dari depan dada, atas kepala, samping, dan memantul ke lantai secara berpasangan mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab.
- 3) Peserta didik mempraktikkan keterampilan gerak melempar dan menangkap bola dari depan dada, atas kepala, samping, dan memantul ke lantai secara berkelompok mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin yang dilakukan dalam formasi segitiga. Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.
- 4) Peserta didik mempraktikkan keterampilan gerak melempar dan menangkap bola dari depan dada, atas kepala, samping, dan memantul ke lantai secara berkelompok mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin yang dilakukan dalam formasi berbanjar. Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.

**d. Menalar / Mengasosiasi**

Peserta didik mempraktikkan secara berpasangan atau berkelompok menemukan hubungan jenis melempar dan menangkap bola dengan jarak sasaran lemparan.

**e. Mengomunikasikan**

- 1) Peserta didik menerapkan keterampilan gerak melempar dan menangkap bola dalam bermain bola basket dengan peraturan dimodifikasi (lapangan kecil)

	<p>menggunakan berbagai keterampilan dasar melempar dan menangkap bola dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, menghargai teman, dan disiplin, dan guru mengamati peserta didik selama bermain (yang diamati adalah apakah peserta didik sudah dapat menghubungkan jenis lemparan yang digunakan dengan sasaran yang akan dicapai, misalnya jika sasaran jauh peserta didik akan melempar bola dengan posisi tangan yang tepat, jika sasarannya dalam jarak pendek, maka peserta didik akan melempar bola dengan posisi bola tangan di depan dada).</p> <p>2) Guru mengamati jalannya permainan, bila ada peserta didik yang curang (misalnya bola ditendang dan peserta didik tidak mengakui, melakukan permainan dengan keras) langsung diperingatkan dan menyampaikan arti penting sportifitas selama bermain.</p>	
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Salah satu peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan, guru mempertanyakan apa manfaatnya.</li> <li>2. Guru menyampaikan kemajuan yang diperoleh peserta didik secara umum dan kesalahan-kesalahan yang masih sering timbul saat melakukan praktik.</li> <li>3. Guru menginformasikan kepada peserta didik yang paling baik penampilannya selama melakukan permainan bola basket.</li> <li>4. Guru menugaskan peserta didik untuk membaca dan membuat catatan tentang keterampilan gerak melempar dan menangkap bola dalam permainan bola basket, otot-otot yang dominan bekerja saat bermain bola basket, manfaat permainan bola basket terhadap kesehatan. Hasilnya ditugaskan kepada peserta didik dijadikan sebagai tugas portofolio.</li> <li>5. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.</li> </ol>	15 menit

## Pertemuan Kedua

KEGIATAN	DESKRIPSI	WAKTU
<b>Pendahuluan</b>	1. Berbaris, memberi salam, berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik, dan absensi.	20 menit

	<p>2. Guru mempertanyakan keadaan dan kondisi kesehatan peserta didik, jika ada yang sakit peserta didik bersangkutan tidak perlu mengikuti aktivitas fisik, tapi harus tetap berada di pinggir lapangan olahraga.</p> <p>3. Guru meminta salah seorang peserta didik untuk memimpin melakukan pemanasan. Pemanasan yang dilakukan antara lain: pemanasan untuk seluruh tubuh dan pemanasan secara spesifik untuk jenis aktivitas yang akan diikuti melalui permainan. Saat melakukan pemanasan guru mengamati kebenaran gerak pemanasan, jika terdapat peserta didik yang melakukan kesalahan, guru langsung memperbaiki pada saat kejadian (sambil memberhentikan pemanasan sementara).</p> <p>4. Melakukan aktivitas permainan kecil untuk pemanasan sebelum ke materi pembelajaran (saling mengoperkan bola secara beranting, dari samping badan, atas kepala dan bawah).</p>	
<p><b>Inti</b></p>	<p>Peserta didik mengamati keterampilan gerak menggiring bola sambil berjalan, sambil berlari, maju-mundur, zig-zag, dan melewati rintangan melalui pengamatan buku teks pelajaran dan peragaan peserta didik lain yang dianggap mampu atau contoh dari guru.</p> <p><b>a. Menanya</b></p> <p>Peserta didik saling mempertanyakan yang berkaitan dengan dribble, passing dada “chestpass”, passing bawah “boncepass”, dan passing atas “over head pass”</p> <p><b>b. Mengumpulkan Informasi / Mencoba</b></p> <p>1) Peserta didik mempraktikkan keterampilan gerak menggiring bola sambil berjalan, sambil berlari, maju-mundur, zig-zag, dan melewati rintangan secara perseorangan mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin. Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.</p> <p>2) Peserta didik mempraktikkan keterampilan gerak menggiring bola sambil berjalan, sambil berlari, maju-mundur, zig-zag, dan melewati rintangan secara berpasangan mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru</p>	<p>100 menit</p>

	<p>menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin. Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.</p> <p>3) Peserta didik mempraktikkan keterampilan gerak menggiring bola sambil berjalan, sambil berlari, maju-mundur, zig-zag, dan melewati rintangan secara berkelompok mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin. Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.</p> <p><b>c. Menalar / Mengasosiasi</b> Peserta didik mempraktikkan secara berpasangan atau berkelompok menemukan hubungan jenis menggiring bola (sambil berjalan, sambil berlari, maju-mundur, zig-zag, dan melewati rintangan) dengan ketepatan sasaran menggiring.</p> <p><b>d. Mengomunikasikan</b></p> <p>1) Peserta didik menerapkan keterampilan menggiring bola dalam bermain bola basket dengan peraturan dimodifikasi (lapangan kecil) menggunakan berbagai keterampilan gerak menggiring bola dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, menghargai teman, dan disiplin, dan guru mengamati peserta didik selama bermain (yang diamati adalah apakah peserta didik sudah dapat menghubungkan jenis menggiring bola yang digunakan dengan sasaran yang akan dicapai, misalnya jika sasaran jauh peserta didik akan menggiring sambil berlari, jika sasarannya sangat rapat, maka peserta didik akan menggiring bola dengan zig-zag.</p> <p>2) Guru mengamati jalannya permainan, bila ada peserta didik yang curang (misalnya bola ditendang dan peserta didik tidak mengakui, melakukan permainan dengan keras) langsung diperingatkan dan menyampaikan arti penting sportifitas selama bermain.</p>	
--	--	--

Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Salah satu peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan, guru mempertanyakan apa manfaatnya.</li> <li>2. Guru menyampaikan kemajuan yang diperoleh peserta didik secara umum dan kesalahan-kesalahan yang masih sering timbul saat melakukan praktik.</li> <li>3. Guru menginformasikan kepada peserta didik yang paling baik penampilannya selama melakukan permainan bola basket.</li> <li>4. Guru menugaskan peserta didik untuk membaca dan membuat catatan tentang keterampilan gerak menggiring bola dalam permainan bola basket, otot-otot yang dominan bekerja saat bermain bola basket, manfaat permainan bola basket terhadap kesehatan. Hasilnya ditugaskan kepada peserta didik dijadikan sebagai tugas portofolio.</li> <li>5. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.</li> </ol>	15 menit
---------	---	----------

## 1. Penilaian Pengetahuan

- a. Teknik Penilaian  
Ujian tulis
- b. Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran  
Soal ujian tulis

Nama : .....

Kelas : .....

1. Untuk dapat melempar atau mengoperkan bola dengan baik terlebih dahulu yang harus dikuasai adalah . . . .
  - a. menembak bola
  - b. mengontrol bola
  - c. memegang bola
  - d. menggiring bola
2. Salah satu usaha seorang pemain untuk membagi atau memberi bola kepada temannya agar dapat memasukkan bola ke keranjang lawan disebut . . . .
  - a. menembak bola
  - b. mengontrol bola
  - c. menggiring bola
  - d. mengoper bola
3. Operan yang digunakan untuk operan jarak pendek adalah . . . .
  - a. operan dari samping
  - b. operan pantulan
  - c. operan dari atas kepala
  - d. operan setinggi dada
4. Sebutkan macam-macam teknik dasar permainan bolabasket!
5. Jelaskan cara memegang bolabasket!

### c. Pedoman penskoran

- 1) Penskoran
  - (1) Skor 4, jika penjelasan benar dan lengkap
  - (2) Skor 3, jika penjelasan benar tetapi kurang lengkap

- (3) Skor 2, jika sebagian penjelasan tidak benar dan kurang lengkap
- (4) Skor 1, jika hanya sebagian penjelasan yang benar dan tidak lengkap

**2. Penilaian Keterampilan**

a. Lembar pengamatan proses variasi dan kombinasi keterampilan gerak melempar, menangkap, dan menggiring permainan bola basket.

1) Teknik Penilaian

Uji unjuk kerja oleh rekan sejawat (dalam permainan)

2) Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Peserta didik diminta untuk melakukan variasi dan kombinasi keterampilan gerak melempar, menangkap, dan menggiring permainan bola basket yang dilakukan berpasangan, berkelompok atau dalam bentuk bermain.

Nama : .....  
 Kelas : .....  
 Petugas Pengamatan : .....

a) Petunjuk Penilaian

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan keterampilan gerak yang diharapkan.

b) Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak

no	Aspek yang dinilai	skor			
		1	2	3	4
1	Sikap awal				
2	Cara memegang bola				
3	Pandangan saat mendribble bola				
4	Posisi tangan saat mendribble bola				
5	Posisi tangan saat passing atas, bawah, dada				
<b>Nilai= jumlah skor perolehan /skor maks x100%</b>					

3) Pedoman penskoran

a) Penskoran

(1) Sikap awalan melakukan gerakan

Skor Baik jika :

(a) pandangan mata ke arah datangnya bola

(b) badan sedikit dicondongkan ke depan dan berat badan terletak di antara kedua kaki.

(c) lutut ditekuk, badan condong ke depan dan jaga keseimbangan

Skor Sedang jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor Kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

(2) Sikap pelaksanaan melakukan gerakan

Skor Baik jika :

- (a) bola didorong dari depan
- (b) kedua lengan lurus ke depan
- (c) badan dicondongkan ke depan
- (d) pandangan mata tertuju pada lepasnya bola

Skor Sedang jika : hanya tiga kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor Kurang jika : hanya satu sampai dua kriteria yang dilakukan secara benar.

(3) Sikap akhir melakukan gerakan

Skor Baik jika :

- (a) badan tetap condong ke depan
- (b) pandangan mata tertuju pada lepasnya bola
- (c) kaki kiri ke depan dan kaki kanan di belakang

Skor Sedang jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor Kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

b. Lembar pengamatan penilaian hasil keterampilan gerak melempar, menangkap, dan menggiring permainan bola basket.

1) Penilaian hasil keterampilan gerak melempar dan menangkap bola

a) Tahap pelaksanaan pengukuran

Penilaian hasil/produk keterampilan gerak melempar dan menangkap bola dilakukan peserta didik selama 30 detik dengan dengan cara :

- (1) Mula-mula peserta didik berdiri dengan memegang bola.
- (2) Setelah petugas pengukuran memberi aba-aba “mulai” peserta didik mulai melempar dan menangkap bola ke tembok dengan jarak 3 meter.
- (3) Petugas menghitung ulangan/pantulan bola yang dapat dilakukan oleh peserta didik.
- (4) Jumlah ulangan/pantulan bola yang dilakukan dengan benar memenuhi persyaratan dihitung untuk diberikan skor.

b) Konversi jumlah ulangan dengan skor

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 20 kali	..... > 15 kali	100%	Sangat Baik
17 – 19 kali	12 – 14 kali	90%	Baik
14 – 16 kali	9 – 11 kali	80%	Cukup
11 – 13 kali	6 – 8 kali	70%	Kurang
..... < 11 kali	..... < 6 kali	60%	Kurang Sekali

2) Penilaian hasil keterampilan gerak menggiring bola

a) Tahap pelaksanaan pengukuran

Penilaian hasil/produk keterampilan gerak menggiring bola dilakukan peserta didik selama 30 detik dengan dengan cara :

- (1) Mula-mula peserta didik berdiri dengan memegang bola.
- (2) Setelah petugas pengukuran memberi aba-aba “mulai” peserta didik mulai menggiring bola melewati rintangan (corong atau kursi yang dipasang secara zig-zag) sebanyak 10 rintangan.
- (3) Petugas menghitung ulangan/rintangan yang dilewati yang dapat dilakukan oleh peserta didik.
- (4) Jumlah ulangan/rintangan bola yang dilakukan dengan benar memenuhi persyaratan dihitung untuk diberikan skor.

b) Konversi jumlah ulangan dengan skor

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 17 rintangan	..... > 15 rintangan	100%	Sangat Baik
14 – 16 rintangan	12 – 14 rintangan	90%	Baik
11 – 13 rintangan	9 – 11 rintangan	80%	Cukup
8 – 10 rintangan	6 – 8 rintangan	70%	Kurang
..... < 8 rintangan	..... < 6 rintangan	60%	Kurang Sekali

- c. Penilaian hasil keterampilan gerak melempar, menangkap dan menggiring bola  
 Pengolahan skor keterampilan proses dan skor keterampilan hasil keterampilan gerak menjadi skor akhir.  
 Untuk memperoleh skor akhir, perlu diberikan pembobotan sesuai dengan tujuan akhir dari pembelajaran (contoh 70% untuk skor keterampilan proses keterampilan gerak, dan 30% untuk skor keterampilan hasil gerak), maka skor akhir keterampilan gerak adalah :

$$\begin{aligned} \text{Skor penilaian proses X 70\%} &= \dots\dots\dots \text{ditambah dengan} \\ \text{Skor hasil gerak X 30\%} &= \dots\dots\dots \text{sama dengan } \dots\dots\dots \end{aligned}$$

**G. Media, Alat, dan Sumber Pembelajaran**

1. Media Pembelajaran :
  - a. Gambar variasi dan kombinasi keterampilan gerak melempar, menangkap, dan menggiring permainan bola basket.
  - b. Model peserta didik atau guru yang memperagakan variasi dan kombinasi keterampilan gerak melempar, menangkap, dan menggiring permainan bola basket.
2. Alat Pembelajaran :
  - a. Bola basket atau bola sejenisnya (bola terbuat dari plastik, karet, dll).
  - b. Lapangan permainan bola basket atau lapangan sejenisnya (lapangan bola voli atau halaman sekolah).
  - c. Cone
  - d. Peluit dan Stopwatch.



3. Sumber Belajar :
- a. Muhajir, Buku Penuntun Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, SMP/M.Ts Kelas VII Kurikulum 2013, hal 19 - 27; Bogor: PT. Yudhistira, 2014.
  - b. Muhajir, dkk, Bahan Ajar Pembelajaran Permainan Bola basket, Bogor: PPPPTK Penjas dan BK, 2012.

Mengetahui  
Guru Pembimbing

Yogyakarta, 26 Juli 2016  
Guru Mata Pelajaran

Parman, S.Pd.Jas  
NIP. 19670515 1993 03 1 015

Yusuf Roikhan Rais  
NIM. 13601241036

**PERANGKAT PEMBELAJARAN**  
**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**(RPP)**

**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan  
Kesehatan

**Satuan Pendidikan** : SMP

**Kelas/Semester** : VII/1

**Nama Pengajar** :

**NIM** :

**Sekolah** : SMP Negeri 4 Gamping

**KURIKULUM 2013**

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah	:	SMP Negeri 4 Gamping
Mata Pelajaran	:	Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/ Semester	:	VII/ 1
Alokasi Waktu	:	3 JP ( 3x 40 menit/ 1x pertemuan )

### A. Kompetensi Inti

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

### B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.2 Memahami konsep gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional *)	3.2.1. Mengidentifikasi berbagai gerak memegang raket, servis <i>forehand</i> dan <i>backhand</i> , memukul <i>forehand</i> dan <i>backhand</i> , dan variasi gerak memegang raket dan memukul <i>forehand</i> dan <i>backhand</i> permainan bulu tangkis.

	<p>3.2.2. Menjelaskan berbagai gerak memegang raket, servis <i>forehand</i> dan <i>backhand</i>, memukul <i>forehand</i> dan <i>backhand</i>, dan variasi gerak memegang raket dan memukul <i>forehand</i> dan <i>backhand</i> permainan bulu tangkis.</p> <p>3.2.3. Menjelaskan cara melakukan berbagai gerak memegang raket, servis <i>forehand</i> dan <i>backhand</i>, memukul <i>forehand</i> dan <i>backhand</i>, dan variasi gerak memegang raket dan memukul <i>forehand</i> dan <i>backhand</i> permainan bulu tangkis.</p>
<p>4.2 Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional *)</p>	<p>4.2.1. Melakukan berbagai gerak memegang raket, servis <i>forehand</i> dan <i>backhand</i>, memukul <i>forehand</i> dan <i>backhand</i>, dan variasi gerak memegang raket dan memukul <i>forehand</i> dan <i>backhand</i> permainan bulu tangkis.</p> <p>4.2.2. Menggunakan berbagai gerak memegang raket, servis <i>forehand</i> dan <i>backhand</i>, memukul <i>forehand</i> dan <i>backhand</i>, dan variasi gerak memegang raket dan memukul <i>forehand</i> dan <i>backhand</i> dalam bentuk permainan bulu tangkis yang dimodifikasi.</p>

### C. Materi Pembelajaran

Bulu tangkis adalah cabang olahraga yang termasuk ke dalam kelompok olahraga permainan. Alat yang dipergunakan adalah sebuah raket sebagai alat pemukul serta “shuttlecock” sebagai bola yang dipukul. Permainan dimulai dengan cara menyajikan bola atau service, yang memukul bola dari petak service kanan ke petak service kanan lawan, sehingga jalan bola menyilang. Permainan bulu tangkis ini biasanya dimainkan oleh: (1) Seorang pria melawan seorang pria (tunggal putra), (2) Seorang wanita melawan seorang wanita (tunggal putri), (3) Sepasang pria melawan sepasang pria (ganda putera), (4) Sepasang wanita melawan sepasang wanita (ganda puteri), dan (5) Sepasang pria/wanita melawan sepasang pria/wanita (ganda campuran).

Menurut sejarah, permainan bulu tangkis berasal dari permainan yang bernama “Poona” dan berasal dari India. Oleh beberapa perwira tentara Kerajaan Inggris yang menjajah India pada waktu itu, permainan ini dibawa ke Inggris dan dikembangkan di sana. Pada tahun 1873, permainan ini dimainkan di taman istana milik Duke de Beaufort di Badminton Gloucester Shore, hingga karenanya permainan ini kemudian diberi nama “Badminton”. Badminton atau bulu tangkis kemudian berkembang di banyak negara dan masuk ke Indonesia dibawa oleh orang-orang Belanda.

Karena perkembangannya sangat pesat, maka perlu didirikan organisasi internasional untuk mengatur kegiatan bulu tangkis internasional dan diberi nama “International Badminton Federation” (IBF) pada tanggal 5 Juli 1934 yang beranggotakan persatuan-persatuan bulu tangkis dari beberapa negara. Di Indonesia dibentuk organisasi induk tingkat nasional, yaitu Persatuan Bulu tangkis

Seluruh Indonesia (PBSI) pada tanggal 5 Mei 1951. Kemudian pada tahun 1953, Indonesia menjadi anggota IBF dan dengan demikian berhak untuk mengikuti pertandingan-pertandingan internasional.

Raket atau pemukul terbuat dari bahan yang kuat dan beratnya kurang dari 150 gram. Untuk shuttlecock terbuat dari kayu atau gabus pada bagian kepala dan bulu beratnya 4,73-5,50 gram dan harus mempunyai 14-16 bulu yang di tancapkan ke kayu atau gabus. Ukuran lapangan dapat dilihat pada buku guru atau buku siswa.

#### D. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Pendahuluan</b>	Kegiatan pendahuluan yang harus di lakukan oleh guru : <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membariskan siswa dan mengucapkan salam selamat pagi kepada siswa dan menghitung jumlah siswa.</li> <li>2. Menanyakan kondisi kesehatan siswa secara umum.</li> <li>3. Guru harus memastikan bahwa semua siswa dalam keadaan sehat, dan bila kedapatan siswa menderita penyakit kronis harus diperlakukan secara khusus.</li> <li>4. Menyampaikan Kompetensi Dasar yang harus dikuasai.</li> <li>5. Menyampaikan tehnik penilaian untuk kompetensi yang harus dikuasai, baik kompetensi sikap spiritual dengan observasi dalam bentuk jurnal, kompetensi pengetahuan dan kompetensi ketrampilan.</li> <li>6. Siswa melakukan pemanasan menggunakan</li> </ol>	15 menit

	<p>permainan bintang beralih</p> <p>Siswa berjalan atau berlari kecil membentuk lingkaran besar, jika terdengar peluit siswa berhenti dan mengikuti aba aba pembentukan kelompok dari guru, siswa yang kekurangan anggota kelompok atau tidak dapat kelompok maka akan mendapat hukuman kecil dari guru.</p>	
<b>Kegiatan inti</b>	<p><b>1. Mengamati</b></p> <p>Peserta didik melakukan kegiatan pertama yaitu mengamati gambar atau video permainan badminton yang di sediakan guru atau praktik dari guru sebagai model pembelajaranya. Guru memperagakan gerak dan siswa yang lainnya diminta untuk memperhatikan dan mengamatinya.</p> <p><b>2. Menanya</b></p> <p>Guru memotivasi siswa untuk bertanya, dengan cara guru mengajukan beberapa pertanyaan atau mengajukan permasalahan seputar permainan badminton.</p> <p><b>3. Mengumpulkan data/informasi</b></p> <p>Siswa mencoba mempraktekan gerakan dasar pada permainan badminton yang di ajarkan untuk menemukan jawaban atas pertanyaan-pertanyaan tersebut melalui kegiatan eksplorasi gerak secara individual, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan sikap kerja sama dan disiplin, sehingga ditemukan gerak yang efektif dan efisien sesuai dengan kebutuhan setiap siswa.</p> <p><b>4. Menalar</b></p> <p>Siswa mencoba memahami kembali apa yang telah di pelajari dengan yang sudah di praktekan untuk menemukan hubungan ketrampilan gerak</p> <p><b>5. Mengkomunikasikan</b></p> <p>Siswa menerapkan berbagai gerak dasar permainan badminton yang sudah di ajarkan dengan menerapkan perbaikan gerak yang</p>	90 menit

	sudah di pelajari sehingga gerakan menjadi efektif dan efisien. Dalam hal ini siswa melakukannya melalui permainan badminton yang sudah di modifikasi oleh guru baik aturan permainannya maupun lapangnya.	
<b>Penutup</b>	<p>Kegiatan penutup pembelajaran yang harus dilakukan oleh guru :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membariskan kembali dan menghitung kembali jumlah siswa yang mengikuti pelajaran dan melakukan evaluasi serta tanya jawab terhadap proses aktivitas berkenaan dengan materi aktivitas yang telah diberikan.</li> <li>2. Memberikan penghargaan kepada siswa yang mampu melakukan aktivitas gerak dengan baik, dan memberikan tugas remedial kepada siswa yang belum mampu melakukan aktivitas gerak dengan baik.</li> <li>3. Melakukan pelepasan yang dipimpin oleh guru dan menjelaskan kepada siswa tujuan dan manfaat melakukan pelepasan setelah melakukan aktivitas fisik/olahraga yaitu agar dapat melemaskan otot dan tubuh tetap bugar (segar).</li> <li>4. Menginformasikan materi minggu depan, memimpin doa penutup dan membubarkan barisan</li> </ol>	15 menit

#### **E. Penilaian (terlampir)**

1. Jenis/teknik penilaian
2. Bentuk instrumen dan instrument
3. Pedoman penskoran

#### **F. Media/alat, Bahan, dan Sumber Belajar**

1. Media/alat
  - a. Gambar atau video permainan badminton
  - b. Raket
  - c. shuttlecock
  - d. Peluit



- e. Stopwatch
- 2. Sumber Belajar
  - a. Buku siswa: Muhajir. 2016. PJOK. Jakarta: Kemdikbud (hal. 118-128)
  - b. Buku guru: Muhajir. 2016. PJOK. Jakarta: Kemdikbud (hal. 118-128)

**Mengetahui,**  
**Kepala SMP Negeri 4 Gamping**

**SUWITO, S.Pd**  
**NIP. 19621220 198412 1 004**

**Gamping, Juli 2012**  
**Guru Mapel PJOK.**

**PARMAN, S.Pd.Jas.**  
**NIP. 19670515 1993 03 1 015**

## Lampiran 1.

### 1. Rancangan Penilaian Pengetahuan :

#### a. Teknik penilaian

Ujian Tulis

#### b. Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Soal ujian tulis

Nama : .....

Kelas : .....

No	Butir Soal	Jawaban
1	Permainan Bulu tangkis ini berasal dari daerah mana? a. India b. Indonesia c. Amerika d. Inggris	A
2	Berapa berat maksimal raket yang di gunakan untuk bermain bulutangkis? a. 170 gram b. 155 gram c. 145 gram d. 150 gram	D
3	Berapakah panjang dan lebar lapangan bulutangkis? a. 13,40 m dan 6,20 m b. 13,60 m dan 7,0 m c. 13,40 m dan 6.10 m d. 14,0 m dan 6,20 m	C

Butir Soal Uraian

4. Ada berapakah nomor yang di lombakan pada pertandingan bulutangkis? Sebutkan!

Pedoman penskoran

a) Soal nomor 1 sampai 3

(1) Skor 1 jika jawaban bernar dan 0 jika jawaban salah

b) Soal no 4

- (1) Skor 3, jika jenis disebut secara lengkap
- (2) Skor 2, jika jenis disebut secara kurang lengkap
- (3) Skor 1, jika jenis disebut tidak lengkap

$$\text{Nilai} = \frac{\text{total skor perolehan}}{\text{total skor maksimum}} \times 100$$

## 2. Penilaian Sikap Sosial

a. Lembar pengamatan proses variasi dan kombinasi gerak spesifik memegang peluru, menolak peluru, melepaskan peluru, dan menjaga keseimbangan tolak peluru.

### 1. Teknik Penilaian

Uji unjuk kerja oleh rekan sejawat (dalam perlombaan)

### 2. Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Siswa diminta untuk melakukan variasi dan kombinasi gerak spesifik memegang peluru, menolak peluru, melepaskan peluru, dan menjaga keseimbangan tolak peluru yang dilakukan berkelompok dalam bentuk perlombaan.

Nama : .....

Kelas : .....

Petugas Pengamatan : .....

#### a) Petunjuk Penilaian

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan gerak yang diharapkan.

#### b) Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak Spesifik

No	Indikator Penilaian	Hasil penilaian		
		Baik (3)	Sedang (2)	Kurang (1)
1	Sikap awal melakukan gerakan			
2	Sikap pelaksanaan melakukan gerakan			
3	Sikap akhir melakukan gerakan			
Skor maksimal (9)				

- Pedoman Penskoran

(1) Sikap awalan melakukan gerakan

Skor baik jika:

- a. pandangan mata ke arah datangnya bola.
- b. badan sedikit dicondongkan ke depan dan berat badan terletak di antara kedua kaki.
- c. lutut ditekuk, badan condong ke depan dan jaga keseimbangan. Skor Sedang jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar. Skor Kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

(2) Sikap pelaksanaan melakukan gerakan

Skor baik jika:

- a. pandangan mata ke arah lajunya bola
- b. badan sedikit dicondongkan ke depan dan beratnya terletak di antara dua kaki.
- c. kedua lengan diayun ke arah depan, sehingga arah gerak *shuttlecock* membentuk lintasan lurus.
- d. salah satu kaki kemudian kedua tungkai diluruskan hingga kaki jingjit bersamaan dengan memukul *shuttlecock*. Skor Sedang jika : hanya tiga kriteria yang dilakukan secara benar. Skor Kurang jika : hanya satu sampai dua kriteria yang dilakukan secara benar.

(3) Sikap akhir melakukan gerakan

Skor baik jika :

- a. badan sedikit dicondongkan ke depan dan beratnya terletak di antara kedua kaki.
- b. kedua telapak tangan beraga di depan menghadap ke bawah dengan lengan diluruskan ke depan secara rileks.
- c. kedua tungkai sedikit ditekuk dengan lutut tetap menghadap ke depan dan di buka selebar bahu. Skor Sedang jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar. Skor Kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

• Pengolahan skor

Skor maksimum: 9

Skor perolehan siswa: SP

Nilai keterampilan yang diperoleh siswa:  $SP/9 \times 100$

- Lembar pengamatan penilaian hasil gerak spesifik pukulan *forehand* dan *backhand* permainan bulu tangkis.

1) Penilaian hasil gerak pukulan *forehand* dan *backhand*

- a) Tahap pelaksanaan pengukuran Penilaian hasil/produk gerak spesifik melempar dan menangkap bola dilakukan siswa selama 30 detik dengan dengan cara:
- (1) Mula-mula siswa berdiri dengan memegang raket dan *shuttlecock*.
  - (2) Setelah petugas pengukuran memberi aba-aba “mulai” siswa mulai memukul *shuttlecock* dengan pukulan *forehand* maupun *backhand* ke tembok dengan jarak 2 meter.
  - (3) Petugas menghitung ulangan/pantulan *shuttlecock* yang dapat dilakukan oleh siswa.
  - (4) Jumlah ulangan/pantulan *shuttlecock* yang dilakukan dengan benar memenuhi persyaratan dihitung untuk diberikan skor.

b) Konversi jumlah ulangan dengan skor

Perolehan Nilai		Preidikat Nilai	Klasifikasi Nilai
Putra	Putri		
..... $\geq$ 20 kali	..... $\geq$ 15 kali	86 - 100	Sangat baik
17 - 19 kali	12-14 kali	71 - 85	Baik
14-16 kali	9-11 kali	56 - 70	Cukup
..... $\leq$ 13 kali	..... $\leq$ 8 kali	..... $\leq$ 55 Kurang	Kurang

**PERANGKAT PEMBELAJARAN**  
**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**(RPP)**

**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan  
Kesehatan

**Satuan Pendidikan** : SMP

**Kelas/Semester** : VII/1

**Nama Pengajar** :

**NIM** :

**Sekolah** : SMP Negeri 4 Gamping

**KURIKULUM 2013**

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN ( RPP )

Sekolah : SMP Negeri 4 Gamping  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/ Semester : VII/ 1  
Alokasi Waktu : 3 JP ( 3x 40 menit/ 1x pertemuan )

### A. Kompetensi Inti

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

### B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.5 Memahami konsep latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan pengukuran hasilnya.	3.5.1. Mengidentifikasi berbagai bentuk latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan pengukurannya. 3.5.2. Menjelaskan berbagai bentuk latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan pengukurannya 3.5.3. Menjelaskan cara melakukan berbagai bentuk latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan pengukurannya.

<p>4.5 Mempraktikkan latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan pengukuran hasilnya.</p>	<p>4.5.1. Melakukan berbagai bentuk latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan pengukurannya</p> <p>4.5.2. Menggunakan berbagai bentuk latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan pengukurannya dalam bentuk sirkuit <i>training</i>.</p>
---	---

### C. Materi Pembelajaran

#### a. Kebugaran Jasmani

Kebugaran jasmani adalah kesanggupan dan kemampuan tubuh melakukan penyesuaian terhadap pembebanan fisik yang diberikan kepadanya (dari kerja yang dilakukan sehari-hari) tanpa menimbulkan kelelahan yang berlebihan. Derajat kebugaran jasmani seseorang sangat menentukan kemampuan fisiknya dalam melaksanakan tugas-tugasnya sehari-hari. Kian tinggi derajat kebugaran jasmani seseorang kian tinggi pula kemampuan kerja fisiknya.

Komponen-komponen kebugaran jasmani adalah faktor penentu derajat kondisi setiap individu. Seseorang dikatakan bugar jika mampu melakukan segala aktivitas kehidupan sehari-hari tanpa mengalami hambatan yang berarti, dan dapat melakukan tugas berikutnya dengan segera.

Manfaat melakukan latihan kebugaran jasmani secara teratur dan benar dalam jangka waktu yang cukup adalah sebagai berikut : menurunkan berat badan dan mencegah obesitas, mencegah penyakit jantung, Mencegah dan mengatur penyakit diabetes, Meningkatkan kualitas hormone, Menurunkan tekanan darah tinggi dan masih banyak lainnya.

Sehubungan dengan kebugaran jasmani ini ada beberapa komponen yang perlu diketahui seseorang dapat dikatakan memiliki kebugaran, sebagai berikut : (a) Daya tahan jantung/peredaran darah dan paru-paru, (b) Keseimbangan (c) Bentuk

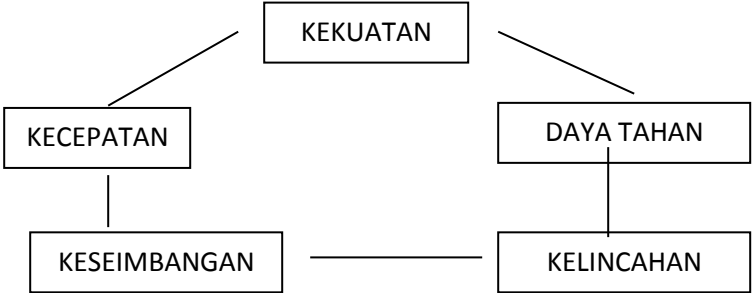


tubuh, (c) Kekuatan otot, (d) Tenaga ledak otot, (e) Daya tahan otot, (f) Kecepatan, (g) Kelincahan, (h) Kelentukan, (i) Kecepatan reaksi, (j) Koordinasi

b. Pengukuran kebugaran jasmani dengan bermain / perlombaan

#### D. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<p>Kegiatan pendahuluan yang harus di lakukan oleh guru :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membariskan siswa, mengucapkan salam selamat pagi kepada siswa, menghitung jumlah siswa dan berdoa sebelum memulai pembelajaran</li> <li>2. Guru harus memastikan bahwa semua siswa dalam keadaan sehat, dan bila kedapatan siswa menderita penyakit kronis harus diperlakukan secara khusus.</li> <li>3. Menyampaikan Kompetensi Dasar yang harus dikuasai.</li> <li>4. Menyampaikan tehnik penilaian untuk kompetensi yang harus dikuasai, baik kompetensi sikap spiritual dengan observasi dalam bentuk jurnal, kompetensi pengetahuan dan kompetensi ketrampilan.</li> <li>5. Siswa melakukan pemanasan dan peregangan otot sebelum memulai aktivitas.</li> </ol>	15 menit
Kegiatan inti	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Mengamati</b> Peserta didik melakukan kegiatan pertama yaitu mengamati praktik dari guru sebagai model pembelajarannya. Guru memperagakan gerak push up, sit up dan naik turun bangku. siswa yang lainnya diminta untuk memperhatikan dan mengamatinya.</li> <li><b>2. Menanya</b> Guru memotivasi siswa untuk bertanya, dengan cara guru mengajukan beberapa pertanyaan atau mengajukan permasalahan seputar permainan badminton.</li> <li><b>3. Mengumpulkan data/informasi</b></li> </ol>	90 menit

	<p>siswa mencoba melakukan salah satu atau serangkaian gerakan kebugaran jasmani yang telah di pelajari dan mengidentifikasi gerakan yang efektif dan efisien untuk di lakukan.</p> <p><b>4. Menalar</b></p> <p>Siswa mencoba memahami kembali apa yang telah di pelajari dengan yang sudah di praktekan untuk menemukan hubungan ketrampilan gerak</p> <p><b>5. Mengkomunikasikan</b></p> <p>Peserta didik melakukan game dengan materi kebugaran jasmani yang telah di modifikasi oleh guru baik dari peraturan dan lapanganya yang menggunakan model circuit training.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Kekuatan (sit up) selama 60 detik</li> <li>Kecepatan (sprint 60 m)</li> <li>Keseimbangan (berdiri dengan 1 kaki setelah berputar terlebih dahulu sebanyak 5x)</li> <li>Daya ledak (vertical jump/ loncat tegak)</li> <li>Daya tahan (lari 1200 m)</li> </ol>  <pre> graph TD     K[KEKUATAN] --&gt; KE[KECEPATAN]     K --&gt; DT[DAYA TAHAN]     KE --&gt; KES[KESEIMBANGAN]     DT --&gt; KEL[KELINCAHAN]     KES --- KEL   </pre>	
<p>Penutup</p>	<p>Kegiatan penutup pembelajaran yang harus dilakukan oleh guru :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Membariskan kembali dan menghitung kembali jumlah siswa yang mengikuti pelajaran dan melakukan evaluasi serta tanya jawab terhadap proses aktivitas berkenaan dengan materi aktivitas yang telah diberikan.</li> <li>Memberikan penghargaan kepada siswa yang mampu melakukan aktivitas gerak dengan baik, dan memberikan</li> </ol>	<p>15 menit</p>

	<p>tugas remedial kepada siswa yang belum mampu melakukan aktivitas gerak dengan baik.</p> <p>3. Melakukan pelepasan yang dipimpin oleh guru dan menjelaskan kepada siswa tujuan dan manfaat melakukan pelepasan setelah melakukan aktivitas fisik/olahraga yaitu agar dapat melemaskan otot dan tubuh tetap bugar (segar).</p> <p>4. Menginformasikan materi minggu depan, memimpin doa penutup dan membubarkan barisan</p>	
--	--	--

#### **E. Penilaian**

1. Jenis/teknik penilaian
2. Bentuk instrumen dan instrument
3. Pedoman penskoran

#### **F. Media/alat, Bahan, dan Sumber Belajar**

1. Media/alat
  - a. Peluit
  - b. cone
  - c. Stopwatch
2. Sumber Belajar
  - a. Buku siswa: Muhajir. 2016. PJOK. Jakarta: Kemdikbud (hal. 258-278)
  - b. Buku guru: Muhajir. 2016. PJOK. Jakarta: Kemdikbud (hal. 258-278)

**Mengetahui,**  
**Kepala SMP Negeri 4 Gamping**

**Gamping, Juli 2012**  
**Guru Mapel PJOK.**

**SUWITO, S.Pd**  
**NIP. 19621220 198412 1 004**

**PARMAN, S.Pd.Jas.**  
**NIP. 19670515 1993 03 1 015**

#### **Lampiran 1.**

##### **1. Rancangan Penilaian Pengetahuan :**

- a. Teknik penilaian

## Ujian Tulis

### b. Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Soal ujian tulis

Nama : .....

Kelas : .....

No	Butir Soal	Jawaban
1	Kemampuan tubuh melakukan penyesuaian terhadap pembebasan fisik yang diberikan kepadanya (dari kerja yang dilakukan sehari-hari) tanpa menimbulkan kelelahan yang berlebihan yang berarti disebut . . . . a. kebugaran jasmani b. ketahanan tubuh c. daya tahan tubuh d. kekuatan tubuh	A
2	Kemampuan otot tubuh untuk melakukan suatu ketahanan akibat suatu beban dinamakan . . . . a. kekuatan b. daya tahan c. kelenturan d. kelincahan	B
3	Kemampuan seseorang untuk melakukan kerja atau aktivitas dalam waktu yang relatif lama dinamakan . . . . a. kecepatan b. kelenturan c. daya tahan otot d. daya tahan paru-paru/kardiovaskuler	D

Butir Soal Uraian

1. Sebutkan minimal 5 aspek komponen kebugaran jasmani dan berikan contoh latihannya!

Pedoman penskoran

a) Soal nomor 1 sampai 3

(1) Skor 1 jika jawaban benar dan 0 jika jawaban salah

b) Soal no 4

(1) Skor 3, jika jenis disebut secara lengkap

(2) Skor 2, jika jenis disebut secara kurang lengkap

(3) Skor 1, jika jenis disebut tidak lengkap

$$\text{Nilai} = \frac{\text{total skor perolehan}}{\text{total skor maksimum}} \times 100$$

## 2. Penilaian Sikap Sosial

a. Lembar pengamatan proses variasi dan kombinasi gerak spesifik memegang peluru, menolak peluru, melepaskan peluru, dan menjaga keseimbangan tolak peluru.

### 1. Teknik Penilaian

Uji unjuk kerja oleh rekan sejawat (dalam perlombaan circuit training)

### 2. Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Siswa diminta untuk melakukan variasi dan kombinasi gerak spesifik memegang peluru, menolak peluru, melepaskan peluru, dan menjaga keseimbangan tolak peluru yang dilakukan berkelompok dalam bentuk perlombaan.

Nama : .....

Kelas : .....

Petugas Pengamatan : .....

#### a) Petunjuk Penilaian

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan gerak yang diharapkan.

#### b) Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak Spesifik

No	Indikator Penilaian	Hasil penilaian		
		Baik (3)	Sedang (2)	Kurang (1)
1	Sikap awal melakukan gerakan			
2	Sikap pelaksanaan melakukan gerakan			
3	Sikap akhir melakukan gerakan			
Skor maksimal (9)				

- Pedoman Penskoran

(1) Sikap awalan melakukan gerakan sit up

Skor baik jika:

1. sikap baring terlentang
2. kedua lutut ditekuk dan dirapatkan

3. kedua tangan menopang leher bagian belakang

Skor sedang jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

- (2) Sikap pelaksanaan melakukan gerakan sit up

Skor baik jika:

1. angkat badan ke atas sampai mencium lutut
2. kemudian turunkan lagi badan sampai posisi berbaring
3. kedua tangan tetap memegang leher
4. pandangan mata tetap ke atas

Skor sedang jika : hanya tiga kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor kurang jika : hanya satu sampai dua kriteria yang dilakukan secara benar.

- (3) Sikap akhir melakukan gerakan

Skor baik jika :

1. posisi badan tidur terlentang dan tetap rileks
2. kedua tangan tetap memegang leher bagian belakang
3. kedua tungkai diluruskan dan dibuka selebar bahu

Skor sedang jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

- Pengolahan skor

Skor maksimum: 9

Skor perolehan siswa: SP

Nilai keterampilan yang diperoleh siswa:  $SP/9 \times 100$

- Lembar pengamatan penilaian hasil gerak latihan kekuatan, kelenturan, dan daya tahan jantung dan paru-paru untuk meningkatkan kebugaran jasmani.

1. Penilaian hasil latihan kekuatan

- a) Tahap pelaksanaan pengukuran

Penilaian hasil/produk latihan kekuatan, kelenturan, keseimbangan, kelincahan, dan daya tahan yang dilakukan siswa selama 60 detik setiap butir tes dengan cara:

- a. Mula-mula siswa tidur terlentang dengan kedua tangan menempel pada leher.
- b. Setelah petugas pengukuran memberi aba-aba “mulai” siswa mulai melakukan latihan kekuatan, kelenturan, keseimbangan, kelincahan, dan daya tahan yang dilakukan selama 30 detik per butir tes.
- c. Petugas menghitung ulangan yang dapat dilakukan oleh siswa.
- d. Jumlah ulangan yang dilakukan dengan benar memenuhi persyaratan dihitung untuk diberikan skor.

2. Konversi jumlah ulangan dengan skor

Penilaian produk/prestasi tes kebugaran jasmani siswa Putera SMP

Lari 60 m	Berdiri 1 kaki	Sit up	Loncat tegak	Lari 1200 m	Predikat nilai	Klasifikasi nilai
..... ≤ 7.2 dtk	≥20 detik	..... ≥ 41 kali	..... ≥ 73	..... ≤ 3.14 mnt	86 - 100	Sangat Baik
7.3 – 8.3 dtk	16-19 detik	30 – 40 kali	60 – 72	3.15 – 4.25 mnt	71 - 85	Baik
8.4 – 9.6 dtk	12-15 detik	21 – 29 kali	50 – 59	4.26 – 5.12 mnt	56 - 70	Cukup
..... ≥11.0 dtk	≤11 detik	..... ≤ 20 kali	..... ≤ 49	..... ≥ 5.13 mnt	..... ≤ 55	Kurang

Penilaian produk/prestasi tes kebugaran jasmani siswa Puteri SMP

Lari 60 m	Berdiri 1 kaki	Sit up	Loncat tegak	Lari 1200 m	Predikat nilai	Klasifikasi nilai
..... ≤ 8.4 dtk	≥20 detik	..... ≥ 28 kali	..... ≥ 50	..... ≤ 3.52 mnt	86 - 100	Sangat Baik
8.5 – 9.8 dtk	16-19 detik	20 – 28 kali	39 – 49	3.53 – 4.56 mnt	71 - 85	Baik
9.9 – 11.4 dtk	12-15 detik	10 – 19 kali	31 – 38	4.57 – 5.58 mnt	56 - 70	Cukup
..... ≥ 11.5 dtk	≤11 detik	..... ≤ 9 kali	..... ≤ 30	..... ≥ 5.59 mnt	..... ≤ 55	Kurang

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 4 GAMPING  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
Kelas/Semester : VII / 1  
Materi Pokok : Keterampilan Gerak Senam Lantai  
Alokasi Waktu : 2 Kali Pertemuan ( 6 JP )

### A. Kompetensi Inti

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

### B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

B.Kompetensi Dasar	C.Indikator Pencapaian Kompetensi
3.5 Memahami konsep gabungan pola gerak dominan dalam bentuk rangkaian keterampilan dasar senam lantai.	3.5.1 Mengidentifikasi rangkaian keterampilan gerakan senam lantai (guling depan, guling belakang dan guling lenting). 3.5.2 Menjelaskan rangkaian keterampilan gerakan senam lantai (guling depan, guling belakang dan guling lenting). 3.5.3 Menjelaskan cara melakukan rangkaian keterampilan gerakan senam lantai (guling depan, guling belakang dan guling lenting).
4.5 Mempraktikkan gabungan pola gerak dominan menuju teknik dasar senam lantai.	4.5.1 Melakukan rangkaian keterampilan gerakan senam lantai (guling depan, guling belakang dan guling lenting). 4.5.2 Menggunakan rangkaian keterampilan gerakan senam lantai (guling depan, guling belakang dan guling lenting) dalam bentuk perlombaan senam lantai.



### C. Materi Pembelajaran

Senam lantai adalah satu dari rumpun senam. Sesuai dengan istilah lantai, maka gerakan-gerakan/bentuk pembelajarannya dilakukan di lantai. Jadi lantai/matraslah yang merupakan alat yang dipergunakan. Senam lantai disebut juga dengan istilah pembelajaran bebas.

Tujuan melakukan senam lantai selain untuk meningkatkan kemampuan melakukan bentuk-bentuk gerakan senam lantai sendiri juga sebagai pembelajaran pembentukan kemampuan untuk melakukan gerakan senam dengan alat.

Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam mempelajari senam lantai adalah sebagai berikut.

- a. Hendaknya selalu menggunakan matras atau tempat yang aman.
- b. Matras harus diletakkan di atas tanah atau lantai yang rata dan aman dari bahaya yang mencelakakan anak.
- c. Letakkan matras jauh dari dinding atau benda-benda lain yang akan menyebabkan benturan.
- d. Periksa matras dan keamanan disekitarnya yang mungkin dapat mengganggu peserta didik.
- e. Pembelajaran dilakukan dari gerakan yang mudah dahulu atau tahap demi tahap.
- f. Sebelum melakukan pembelajaran senam lantai hendaknya melakukan senam pemanasan yang cukup.
- g. Peserta didik dilarang melakukan pembelajaran sendiri di luar pengawasan guru, kecuali ada peserta didik yang dianggap dapat membantu dan menguasai gerakan senam lantai dengan benar.
- h. Agar matras tidak cepat rusak, hendaknya matras dijaga sebaik mungkin dan jaga kesebersihannya serta disimpan di tempat yang aman.

#### **Aktivitas Pembelajaran Cara Memberi Bantuan Guling ke Depan**

##### **1) Cara Pertama**

Pegang belakang kepala peserta didik (membantu menekukkan) dan menolak pada kedua lutut.

##### **2) Cara Kedua**

Mendorong pada punggung peserta didik pada saat akan duduk.

##### **3) Cara Ketiga**

Mengangkat panggul dengan menempatkan tangan di sisi kedua paha. Dapat juga menolong berdiri di sisi peserta didik dengan kedua tangan agak mengangkat panggul peserta didik dan membawanya ke arah depan pada saat yang sama memperingatkan peserta didik agar tetap menekuk kepala sedalamdalamnya.

##### **4) Cara Keempat**

Membantu menekukkan kepala dan menempatkannya di lantai di antara kedua tangan.

#### **Aktivitas Pembelajaran Guling Belakang**

Guling ke belakang (*back roll*) adalah menggelundung ke belakang, posisi badan tetap harus membulat yaitu kaki dilipat, lutut tetap melekat di dada, kepala ditundukkan sampai dagu melekat di dada. Gerakan guling ke belakang dapat dilakukan dengan cara guling ke belakang dengan sikap jongkok.

#### **Posisi awal guling ke belakang (Roll Belakang):**

1. Posisi jongkok, kedua kaki rapat, dan tumit diangkat.
2. Kepala menunduk dan dagu rapat ke dada.
3. Kedua tangan berada disamping telinga dan telapak tangan menghadap ke atas.

4. Jatuhkan pantat ke belakang, badan tetap bulat.
5. Pada saat punggung menyentuh matras, kedua lutut cepat ditarik ke belakang kepala.
6. Pada saat kedua ujung kaki menyentuh matras di belakang kepala, kedua telapak tangan menekan matras hingga tangan lurus dan kepala terangkat.
7. Ambil sikap jongkok, dengan lurus ke depan sejajar bahu, lalu berdiri.

#### D. Kegiatan Pembelajaran

KEGIATAN	DESKRIPSI	WAKTU
<b>Pendahuluan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris, memberi salam, berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik, dan absensi.</li> <li>2. Guru mempertanyakan keadaan dan kondisi kesehatan peserta didik, jika ada yang sakit peserta didik bersangkutan tidak perlu mengikuti aktivitas fisik, tapi harus tetap berada di pinggir lapangan olahraga.</li> <li>3. Guru meminta salah seorang peserta didik untuk memimpin melakukan pemanasan. Pemanasan yang dilakukan antara lain: pemanasan untuk seluruh tubuh dan pemanasan secara spesifik untuk jenis aktivitas yang akan diikuti melalui permainan. Saat melakukan pemanasan guru mengamati kebenaran gerak pemanasan, jika terdapat peserta didik yang melakukan kesalahan, guru langsung memperbaiki pada saat kejadian (sambil memberhentikan pemanasan sementara), guru mempertanyakan tujuan dan manfaat melakukan pemanasan sebelum melakukan aktivitas fisik yaitu: untuk mempersiapkan tubuh menerima beban yang lebih berat, untuk mengurangi resiko cedera dalam melakukan aktivitas fisik, dan untuk menciptakan ruang gerak persendian lebih luas.</li> <li>4. Melakukan aktivitas permainan kecil untuk pemanasan sebelum ke materi pembelajaran (lomba lompat-lompat katak).</li> <li>5. Guru mempertanyakan “Siapa atlet senam lantai idola kalian?”, Apa jenis keterampilan gerakan senam lantai?, dan pertanyaan lainnya yang relevan.</li> <li>6. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran pada pertemuan tersebut, yaitu : rangkaian gerakan senam lantai (rangkaian gerakan sikap keseimbangan, sikap lilin, berdiri dengan kepala, guling ke depan, guling ke belakang dan guling lenting).</li> <li>7. Guru menyampaikan tahapan kegiatan pembelajaran yang akan dilalui selama pertemuan (membagi pasangan/ kelompok, pengamat/pelaku, membagikan Lembar Pratikum Siswa, mengatur giliran peran, melakukan klasifikasi, dan melakukan penilaian).</li> </ol>	15 menit

<p style="text-align: center;"><b>Inti</b></p>	<p>Melakukan rangkaian kegiatan pembelajaran dengan pendekatan <i>Scientific</i> dan dengan metode resiprokal dan penugasan antara lain:</p> <p><b>a. Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Peserta didik mengamati rangkaian gerakan sikap keseimbangan, sikap lilin, dan berdiri dengan kepala senam lantai melalui pengamatan buku teks pelajaran dan peragaan peserta didik lain yang dianggap mampu atau contoh dari guru.</li> <li>2) Peserta didik mengamati rangkaian gerakan guling ke depan, guling ke belakang dan guling lenting senam lantai melalui pengamatan buku teks pelajaran dan peragaan peserta didik lain yang dianggap mampu atau contoh dari guru.</li> <li>3) Peserta didik mengamati rangkaian gerakan sikap keseimbangan, sikap lilin, berdiri dengan kepala, guling ke depan, guling ke belakang dan guling lenting senam lantai melalui pengamatan buku teks pelajaran dan peragaan peserta didik lain yang dianggap mampu atau contoh dari guru.</li> </ol> <p><b>b. Menanya</b></p> <p>Peserta didik saling mengajukan pertanyaan dengan secara bergantian mengenai materi guling depan dan guling belakang.</p> <p><b>c. Mengumpulkan Informasi / Mencoba</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Peserta didik mempraktikkan rangkaian gerakan sikap keseimbangan, sikap lilin, dan berdiri dengan kepala senam lantai secara berkelompok mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin yang dilakukan secara bergantian dan saling membantu. Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.</li> <li>2) Peserta didik mempraktikkan rangkaian gerakan guling ke depan, guling ke belakang dan guling lenting senam lantai secara berkelompok mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin yang dilakukan secara bergantian dan saling membantu. Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.</li> </ol>	<p>90 menit</p>
--	---	-----------------

	<p>3) Peserta didik mempraktikkan rangkaian gerakan sikap keseimbangan, sikap lilin, berdiri dengan kepala, guling ke depan, guling ke belakang dan guling lenting senam lantai secara berkelompok mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin yang dilakukan secara bergantian dan saling membantu. Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.</p> <p><b>d. Menalar / Mengasosiasi</b> Peserta didik mempraktikkan secara berkelompok menemukan hubungan tumpuan kedua lengan dan tolakan kedua kaki saat melakukan rangkaian gerakan sikap keseimbangan, sikap lilin, berdiri dengan kepala, guling ke depan, guling ke belakang dan guling lenting senam lantai.</p> <p><b>e. Mengomunikasikan</b></p> <p>1) Peserta didik menerapkan rangkaian gerakan sikap keseimbangan, sikap lilin, berdiri dengan kepala, guling ke depan, guling ke belakang dan guling lenting senam lantai dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, menghargai teman, dan disiplin, dan guru mengamati peserta didik selama berlomba (yang diamati adalah apakah peserta didik sudah dapat menghubungkan jenis rangkaian gerakan senam lantai yang digunakan dengan ketepatan rangkaian gerakan.</p> <p>2) Guru mengamati jalannya perlombaan, bila ada peserta didik yang curang (misalnya menggerser matras atau kuda-kuda lompat dan peserta didik tidak mengakui, melakukan perlombaan kurang sportif) langsung diperingatkan dan menyampaikan arti penting sportifitas selama berlomba.</p>	
<p>Penutup</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Salah satu peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan, guru mempertanyakan apa manfaatnya.</li> <li>2. Guru menyampaikan kemajuan yang diperoleh peserta didik secara umum dan kesalahan-kesalahan yang masih sering timbul saat melakukan praktik.</li> <li>3. Guru menginformasikan kepada peserta didik yang paling baik penampilannya selama melakukan senam lantai.</li> <li>4. Guru menugaskan peserta didik untuk membaca dan membuat catatan tentang rangkaian gerakan sikap keseimbangan, sikap lilin, berdiri dengan kepala, guling ke</li> </ol>	<p>15 menit</p>

	<p>depan, guling ke belakang dan guling lenting senam lantai, otot-otot yang dominan bekerja saat berlomba senam lantai, manfaat senam lantai terhadap kesehatan. Hasilnya ditugaskan kepada peserta didik dijadikan sebagai tugas portofolio.</p> <p>5. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.</p>	
--	--	--

## E. Penilaian Pembelajaran

### 1. Penilaian Pengetahuan

- a. Teknik Penilaian  
Ujian tulis
- b. Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran  
Soal ujian tulis

Nama : .....

Kelas : .....

1. Gerakan mengguling atau menggelinding ke depan membulat dinamakan . . . .
  - a. guling ke depan
  - b. guling ke belakang
  - c. guling lenting
  - d. meroda
  
2. Sikap awal gerakan berguling ke depan adalah . . . .
  - a. berdiri
  - b. berjongkok
  - c. berbaring
  - d. duduk
  
3. Pada gerakan guling ke depan ketika panggul menyentuh matras, peganglah tulang kering dengan kedua tangan menuju posisi . . . .
  - a. berdiri
  - b. duduk
  - c. berjongkok
  - d. berbaring
  
4. Bagaimana cara melakukan gerakan guling depan yang benar !
  
5. Bagaimana cara melakukan gerakan guling belakang yang benar !
  
- c. Pedoman penskoran
  - 1) Penskoran
    - (1) Skor 4, jika urutan benar dan lengkap
    - (2) Skor 3, jika urutan benar tetapi kurang lengkap
    - (3) Skor 2, jika sebagian urutan tidak benar dan kurang lengkap
    - (4) Skor 1, jika hanya sebagian urutan yang benar dan tidak lengkap.

**a. Penilaian Keterampilan**

a. Lembar pengamatan proses rangkaian gerakan sikap keseimbangan, sikap lilin, sikap berdiri dengan kepala, guling ke depan, guling ke belakang, dan guling lenting senam lantai.

1) Jenis/teknik penilaian

Uji unjuk kerja oleh rekan sejawat (dalam perlombaan)

2) Bentuk Instrumen dan instrumen

Peserta didik diminta untuk melakukan rangkaian gerakan sikap keseimbangan, sikap lilin, sikap berdiri dengan kepala, guling ke depan, guling ke belakang, dan guling lenting senam lantai yang dilakukan secara berkelompok atau dalam bentuk perlombaan.

Nama : .....

Kelas : .....

Petugas Pengamatan : .....

a) Petunjuk Penilaian

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan keterampilan gerak yang diharapkan.

b) Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak

No.	Indikator Penilaian	Hasil Penilaian		
		Baik (3)	Cukup (2)	Kurang (1)
1.	Sikap awalan melakukan gerakan			
2.	Sikap pelaksanaan melakukan gerakan			
3.	Sikap akhir melakukan gerakan			
Skor Maksimal (9)				

3) Pedoman penskoran

a) Penskoran

(1) Sikap gerakan awal

Skor Baik jika :

(a) sikap berdiri tegak

(b) kedua lengan lurus

(c) tumpukan kedua tangan di lantai selebar bahu

Skor Sedang jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor Kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

(2) Sikap gerakan pelaksanaan

Skor Baik jika :

(a) dari sikap jongkok masukkan kepala diantara dua tangan

(b) dorong bahu hingga menyentuh lantai

(c) dilanjutkan dengan berguling ke depan

(d) pada saat kaki berada di atas, kedua tangan memeluk lutut

Skor Sedang jika : hanya tiga kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor Kurang jika : hanya satu sampai dua kriteria yang dilakukan secara benar.

(3) Sikap posisi badan

Skor Baik jika :

- (a) badan condong ke depan
- (b) posisi kedua tangan berada di depan
- (c) berjongkok menghadap ke depan

Skor Sedang jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor Kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

b. Lembar pengamatan penilaian hasil rangkaian gerakan sikap keseimbangan, sikap lilin, sikap berdiri dengan kepala, guling ke depan, guling ke belakang, dan guling lenting senam lantai.

1) Penilaian hasil rangkaian gerakan sikap keseimbangan, sikap lilin, sikap berdiri dengan kepala, guling ke depan, guling ke belakang, dan guling lenting senam lantai

a) Tahap pelaksanaan pengukuran

Penilaian hasil/produk keterampilan gerak senam lantai yang dilakukan peserta didik memperagakan rangkaian gerakan sikap keseimbangan, sikap lilin, sikap berdiri dengan kepala, guling ke depan, guling ke belakang, dan guling lenting senam lantai dengan cara :

- (1) Mula-mula peserta didik berdiri dibelakang matras.
- (2) Setelah petugas pengukuran memberi aba-aba “mulai” peserta didik mulai melakukan rangkaian gerakan sikap keseimbangan, sikap lilin, sikap berdiri dengan kepala, guling ke depan, guling ke belakang, dan guling lenting senam lantai.
- (3) Petugas menilai ketepatan melakukan gerakan yang dilakukan oleh peserta didik.
- (4) Ketepatan gerakan yang dilakukan dengan benar memenuhi persyaratan dihitung untuk diberikan skor.

b) Konversi ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan dengan skor

No.	Jenis Gerakan	Kriteria Pengskoran
1.	Gerakan awalan berguling	3
2.	Sikap badan bulat saat berguling	3
3.	Kedua kaki ditekuk dengan kedua tangan	3
4.	Posisi akhir kedua lengan sejajar di depan badan	3
5.	Menjaga keseimbangan	3
Jumlah Skor Maksimal		15

c. Penilaian hasil rangkaian gerakan sikap keseimbangan, sikap lilin, sikap berdiri dengan kepala, guling ke depan, guling ke belakang, dan guling lenting senam lantai. Pengolahan skor keterampilan proses dan skor keterampilan hasil keterampilan gerak menjadi skor akhir.

Untuk memperoleh skor akhir, perlu diberikan pembobotan sesuai dengan tujuan akhir dari pembelajaran (contoh 70% untuk skor keterampilan proses keterampilan gerak, dan 30% untuk skor keterampilan hasil gerak), maka skor akhir keterampilan gerak adalah :

Skor penilaian proses X 70% = ..... ditambah dengan  
Skor hasil gerak X 30% = ..... sama dengan .....

#### **F. Media, Alat, dan Sumber Pembelajaran**

Media Pembelajaran :

- a. Gambar rangkaian gerakan guling ke depan, guling ke belakang, dan guling lenting.
- b. Model peserta didik atau guru yang memperagakan rangkaian gerakan guling ke depan, guling ke belakang, dan guling lenting.

Alat Pembelajaran :

- a. Lapangan / halaman sekolah.
- b. Matras senam
- c. Peluit dan Stopwatch.
- d. Lembar Pratikum Siswa (Judul: Lembar Pratikum Siswa oleh MGMP PJOK SMP/M.Ts).

Sumber Belajar :

- b. Muhajir, Buku Penuntun Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, SMP/M.Ts Kelas VII Kurikulum 2013, hal 80 - 89; Bogor: PT. Yudhistira, 2014.
- c. Muhajir, dkk, Bahan Ajar Pembelajaran Senam lantai, Bogor: PPPPTK Penjas dan BK, 2012.

Mengetahui  
Guru Pembimbing

Yogyakarta, 9 Agustus 2016  
Guru Mata Pelajaran

Parman, S.Pd.Jas  
NIP. 19670515 1993 03 1 015

Yusuf Roikhan Rais  
NIM. 13601241036



## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 4 GAMPING  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
Kelas/Semester : VII / 1  
Materi Pokok : Keterampilan Gerak Permainan Sepak Bola  
Alokasi Waktu : 2 Kali Pertemuan ( 6 JP )

### A. Kompetensi Inti

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

### B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.1 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola besar.	3.1.1. Mengidentifikasi berbagai keterampilan gerak menendang, menahan dan menggiring bola permainan sepak bola. 3.1.2. Menjelaskan keterampilan gerak menendang, menahan dan menggiring bola permainan sepak bola. 3.1.3. Menjelaskan cara melakukan keterampilan gerak menendang, menahan dan menggiring bola permainan sepak bola.
4.1. Mempraktikkan teknik dasar permainan bola besar dengan menekankan gerak dasar fundamental.	4.1.1. Melakukan keterampilan gerak menendang, menahan dan menggiring bola permainan sepak bola. 4.1.2. Menggunakan keterampilan gerak menendang, menahan dan menggiring bola dalam bentuk permainan sepak bola yang dimodifikasi.

### C. Materi Pembelajaran

Teknik permainan sepakbola terdiri dari bermacam-macam gerakan. Keahlian seseorang dalam memainkan bola sangatlah berguna untuk suatu pertandingan yang berkualitas. Untuk dapat bermain sepakbola dengan baik dan terampil, seorang pemain sepakbola dituntut untuk menguasai teknik dasar sepakbola. Tanpa penguasaan teknik yang baik, pemain sepakbola tidak mungkin dapat menguasai atau mengontrol bola dengan baik pula. Tanpa kemampuan menguasai bola dengan baik, tidak mungkin dapat menciptakan kerja sama dengan pemain lain. Kerja sama dalam permainan sepakbola merupakan inti dari permainan sepakbola. Sekarang bermain sepakbola dengan peraturan yang dimodifikasi dengan cara berikut ini.

Salah satu gerak yang dominan dalam permainan sepakbola adalah menendang bola. Mungkin kita masih ingat pada waktu masih kecil pernah bermain sepakbola. Pada waktu itu tentu belum memiliki keterampilan untuk menggunakan semua anggota tubuh dalam memainkan bola. Pada bab ini akan mempelajari aktivitas menendang bola dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki. Bentuk-bentuk aktivitas pembelajaran tersebut adalah sebagai berikut.

#### A. Dribbling menggunakan kakibagian luar dan dalam

Menggiring bola (*dribbling*) pada dasarnya adalah melakukangerakan menendang bola secara terputus-putus dan dilakukan secaraperlahan-lahan. Menggiring bola dapat dilakukan dengan kakibagian dalam, punggung kaki dan kaki bagian luar. Secara umumtujuan menggiring bola adalah melewati lawan, mendekati sasaran,mengecoh lawan, merubah irama permainan dan lain sebagainya.Sebelum kamu mempelajari teknik dasar menggiring bola

Dribbling bola dengan kaki bagian luar, sentuhlah bola dengan sisi kaki bagian luar dan posisikan kaki secara tegak lurus terhadap bola. Tendanglah dengan pelan untuk memperhatikan control bola dan pusatkan kekuatan tendangan pada bagian tengah bola sehingga memudahkan mengontrol bola. Menggiring bola dengan menggunakan kaki bagian luar juga dapat mempermudah untuk melakukan dribbling bola agar tetap seimbang.

#### B. Menghentikan bola

Menghentikan bola dengan menggunakan kaki bagian dalam atau telapak kaki, hal ini di lakukan dengan cara menarik ke belakang kaki untuk bersiap menerima bola, tujuannya menarik kaki kebelakang agar bola tidak langsung memantul kembali ke arah pengumpan.

## D. Kegiatan Pembelajaran

### Pertemuan Pertama

KEGIATAN	DESKRIPSI	WAKTU
<b>Pendahuluan</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Berbaris, memberi salam, berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik, dan presensi.</li><li>2. Guru mempertanyakan keadaan dan kondisi kesehatan peserta didik, jika ada yang sakit peserta didik bersangkutan tidak perlu mengikuti aktivitas fisik, tapi harus tetap berada di pinggir lapangan olahraga.</li><li>3. Guru meminta salah seorang peserta didik untuk memimpin melakukan pemanasan. Pemanasan yang dilakukan antara lain: pemanasan untuk seluruh tubuh dan pemanasan secara spesifik untuk jenis aktivitas yang akan diikuti melalui permainan. Saat melakukan pemanasan guru mengamati kebenaran gerak pemanasan, jika terdapat peserta didik yang melakukan kesalahan, guru langsung memperbaiki pada saat kejadian (sambil memberhentikan pemanasan sementara), guru mempertanyakan tujuan dan manfaat melakukan pemanasan sebelum melakukan aktivitas fisik yaitu: untuk mempersiapkan tubuh menerima beban yang lebih berat, untuk mengurangi resiko cedera dalam melakukan aktivitas fisik, dan untuk menciptakan ruang gerak persendian lebih luas.</li><li>4. Melakukan aktivitas permainan kecil untuk pemanasan sebelum ke materi pembelajaran (kucing-tikus).</li><li>5. Guru mempertanyakan “Siapa permainan sepak bola idola kalian?”, Apa jenis keterampilan gerak permainan sepak bola?, dan pertanyaan lainnya yang relevan.</li><li>6. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran pada pertemuan 1, yaitu :keterampilangerak menendang dan menahan bola permainan sepak bola.</li><li>7. Guru menyampaikan tahapan kegiatan pembelajaran yang akan dilalui selama pertemuan (membagi pasangan/ kelompok, pengamat/pelaku, membagikan Lembar Pratikum Siswa, mengatur giliran peran, melakukan klasifikasi, dan melakukan penilaian).</li></ol>	20 menit
<b>Inti</b>	<p><b>a. Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) Peserta didik mengamati keterampilan gerak menendang bola melalui pengamatan buku teks pelajaran dan peragaan peserta didik lain yang dianggap mampu atau contoh dari guru.</li><li>2) Peserta didik mengamati keterampilan gerakmenahan bola melalui pengamatan buku</li></ol>	100 menit

	<p>teks pelajaran dan peragaan peserta didik lain yang dianggap mampu atau contoh dari guru.</p> <p>3) Peserta didik mengamati keterampilan gerakmenendang dan menahan bola melalui pengamatan buku teks pelajaran dan peragaan peserta didik lain yang dianggap mampu atau contoh dari guru.</p> <p><b>b. Menanya</b></p> <p>1) Peserta didik saling mengajukan pertanyaan berkaitan dengan menendang bola, menahan bola, dan menggiring bola.</p> <p><b>c. Mengumpulkan Informasi / Mencoba</b></p> <p>1) Peserta didik mempraktikkan keterampilan gerak menendang dan menahan bola secara berpasangan mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin yang dilakukan di tempat (tidak bergerak). Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.</p> <p>2) Peserta didik mempraktikkan keterampilan gerak menendang dan menahan bola secara berpasangan mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin yang dilakukan sambil bergerak. Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.</p> <p>3) Peserta didik mempraktikkan keterampilan gerak menendang dan menahan bola secara berkelompok(bermain 2 lawan 1) mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin yang dilakukan sambil bergerak. Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.</p> <p>4) Peserta didik mempraktikkan keterampilan gerak menendang dan menahan bola secara berkelompok(bermain 3 lawan 1) mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru</p>	
--	---	--

	<p>menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin yang dilakukan sambil bergerak. Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.</p> <p>5) Peserta didik mempraktikkan keterampilan gerak menendang dan menahan bola secara berkelompok (bermain 3 lawan 4) mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin yang dilakukan sambil bergerak. Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.</p> <p><b>d. Menalar / Mengasosiasi</b> Peserta didik mempraktikkan secara berpasangan atau berkelompok menemukan hubungan jenis tendangan dan menahan bola dengan jarak sasaran tendangan.</p> <p><b>e. Mengomunikasikan</b></p> <p>1) Peserta didik menerapkan keterampilan gerakmenendang dan menahan bola dalam bermain sepak bola dengan peraturan dimodifikasi (lapangan kecil) dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, dan guru mengamati peserta didik selama bermain (yang diamati adalah apakah peserta didik sudah dapat menghubungkan jenis tendangan yang digunakan dengan sasaran yang akan dicapai, misalnya jika sasaran jauh peserta didik akan menendang bola dengan posisi tangan yang tepat, jika sasarannya dalam jarak pendek, maka peserta didik akan menendang bola dengan kaki bagian dalam).</p> <p>2) Guru mengamati jalannya permainan, bila ada peserta didik yang curang (misalnya bola dipegang dengan tangan dan peserta didik tidak mengakui, melakukan permainan dengan keras) langsung diperingatkan dan menyampaikan arti penting sportifitas selama bermain.</p>	
<p>Penutup</p>	<p>1. Salah satu peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan, guru mempertanyakan apa manfaatnya.</p> <p>2. Guru menyampaikan kemajuan yang diperoleh peserta didik secara umum dan kesalahan-kesalahan yang masih sering timbul saat melakukan praktik.</p>	<p>15 menit</p>

	<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Guru menginformasikan kepada peserta didik yang paling baik penampilannya selama melakukan permainan sepak bola.</li> <li>4. Guru menugaskan peserta didik untuk membaca dan membuat catatan tentang keterampilan gerakmenendang dan menahan bola dalam permainan sepak bola, otot-otot yang dominan bekerja saat bermain sepak bola, manfaat permainan sepak bola terhadap kesehatan. Hasilnya ditugaskan kepada peserta didik dijadikan sebagai tugas portofolio.</li> <li>5. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.</li> </ol>	
--	--	--

### Pertemuan Kedua

KEGIATAN	DESKRIPSI	WAKTU
<b>Pendahuluan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris, memberi salam, berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik, dan absensi.</li> <li>2. Guru mempertanyakan keadaan dan kondisi kesehatan peserta didik, jika ada yang sakit peserta didik bersangkutan tidak perlu mengikuti aktivitas fisik, tapi harus tetap berada di pinggir lapangan olahraga.</li> <li>3. Guru meminta salah seorang peserta didik untuk memimpin melakukan pemanasan. Pemanasan yang dilakukan antara lain: pemanasan untuk seluruh tubuh dan pemanasan secara spesifik untuk jenis aktivitas yang akan diikuti melalui permainan. Saat melakukan pemanasan guru mengamati kebenaran gerak pemanasan, jika terdapat peserta didik yang melakukan kesalahan, guru langsung memperbaiki pada saat kejadian (sambil memberhentikan pemanasan sementara).</li> <li>4. Melakukan aktivitas permainan kecil untuk pemanasan sebelum ke materi pembelajaran (berjalan berkelok-kelok mengikuti rintangan/corong).</li> <li>5. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran pada pertemuan 2, yaitu :keterampilan gerak menggiring bola permainan sepak bola.</li> <li>6. Guru menyampaikan tahapan kegiatan pembelajaran yang akan dilalui selama pertemuan (membagi pasangan/ kelompok, pengamat/pelaku, membagikan Lembar Pratikum Siswa, mengatur giliran peran, melakukan klasifikasi, dan melakukan penilaian).</li> </ol>	20 menit
<b>Inti</b>	<p><b>a. Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Peserta didik mengamati keterampilan gerak menggiring bola secara berpasangan melalui pengamatan buku teks pelajaran dan peragaan</li> </ol>	100 menit

	<p>peserta didik lain yang dianggap mampu atau contoh dari guru.</p> <p>2) Peserta didik mengamati keterampilan gerak menggiring bola secara berkelompok melalui pengamatan buku teks pelajaran dan peragaan peserta didik lain yang dianggap mampu atau contoh dari guru.</p> <p><b>b. Menanya</b></p> <p>1) Peserta didik saling mengajukan pertanyaan berkaitan dengan menendang bola, menahan bola, menggiring bola.</p> <p><b>c. Mengumpulkan Informasi / Mencoba</b></p> <p>1) Peserta didik mempraktikkan keterampilan gerak menggiring bola berpasangan dan saling berhadapan dengan jarak kurang lebih 5 – 7 meter mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin yang dilakukan sambil bergerak. Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.</p> <p>2) Peserta didik mempraktikkan keterampilan gerak menggiring bola dengan berlari berantai memutar bendera/corong dalam bentuk kelompok mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin yang dilakukan sambil bergerak. Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.</p> <p>3) Peserta didik mempraktikkan keterampilan gerak menggiring bola mengikuti gerakan teman yang berada di depan mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin yang dilakukan sambil bergerak. Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.</p> <p><b>d. Menalar / Mengasosiasi</b></p> <p>Peserta didik mempraktikkan secara berpasangan atau berkelompok menemukan hubungan jenis perkenaan bola dengan kaki dengan ketepatan dalam menggiring bola.</p>	
--	--	--

	<p><b>e. Mengomunikasikan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Peserta didik menerapkan keterampilan gerakmenendang, menahan dan menggiring bola dalam bermain sepak bola dengan peraturan dimodifikasi (lapangan kecil) dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, dan guru mengamati peserta didik selama bermain (yang diamati adalah apakah peserta didik sudah dapat menghubungkan jenis tendangan dan giringan bola yang digunakan dengan sasaran yang akan dicapai.</li> <li>2) Guru mengamati jalannya permainan, bila ada peserta didik yang curang (misalnya bola dipegang dengan tangan dan peserta didik tidak mengakui, melakukan permainan dengan keras) langsung diperingatkan dan menyampaikan arti penting sportifitas selama bermain.</li> </ol>	
<p>Penutup</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Salah satu peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan, guru mempertanyakan apa manfaatnya.</li> <li>2. Guru menyampaikan kemajuan yang diperoleh peserta didik secara umum dan kesalahan-kesalahan yang masih sering timbul saat melakukan praktik.</li> <li>3. Guru menginformasikan kepada peserta didik yang paling baik penampilannya selama melakukan permainan sepak bola.</li> <li>4. Guru menugaskan peserta didik untuk membaca dan membuat catatan tentang keterampilan gerakmenendang, menahan dan menggiring bola dalam permainan sepak bola, otot-otot yang dominan bekerja saat bermain sepak bola, manfaat permainan sepak bola terhadap kesehatan. Hasilnya ditugaskan kepada peserta didik dijadikan sebagai tugas portofolio.</li> <li>5. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.</li> </ol>	<p>15 menit</p>

## E. Penilaian

### Penilaian Pengetahuan

- a. Teknik Penilaian  
Ujian tulis
- b. Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran  
Soal ujian tulis

Nama : .....

Kelas : .....



1. Teknik gerakan yang dominan dilakukan dalam permainan sepakbola adalah. . .
  - a. menendang bola
  - b. menahan bola
  - c. menggiring bola
  - d. menyundul bola
2. Teknik menendang bola yang digunakan untuk memberikan bola jarak pendek antarpemain adalah . . . .
  - a. menendang bola dengan kaki bagian luar
  - b. menahan bola dengan kaki bagian dalam
  - c. menendang bola dengan punggung kaki
  - d. menendang bola dengan tumit
3. Awalan, kaki lurus dengan bola, kaki tumpu diletakkan di samping bola dengan jari-jari menghadap ke depan dan lutut sedikit ditekuk, teknik ini merupakan awalan menendang bola dengan . . . .
  - a. kaki bagian luar
  - b. kaki bagian dalam
  - c. punggung kaki
  - d. tumit
4. bagaimana cara melakukan gerakan menahan bola yang benar !
5. jelaskan teknik menendang bola dengan menggunakan kaki bagian dalam !

c. Pedoman penskoran

1) Penskoran

a) Soal nomor 1

- (1) Skor 3, jika jenis disebut secara lengkap
- (2) Skor 2, jika jenis disebut secara kurang lengkap
- (3) Skor 1, jika jenis disebut tidak lengkap

b) Soal nomor 2

- (1) Skor 4, jika penjelasan benar dan lengkap
- (2) Skor 3, jika penjelasan benar tetapi kurang lengkap
- (3) Skor 2, jika sebagian penjelasan tidak benar dan kurang lengkap
- (4) Skor 1, jika hanya sebagian penjelasan yang benar dan tidak

lengkap

c) Soal nomor 3

- (1) Skor 3, jika jenis disebut secara lengkap
- (2) Skor 2, jika jenis disebut secara kurang lengkap
- (3) Skor 1, jika jenis disebut tidak lengkap

d) Soal nomor 4

- (1) Skor 4, jika urutan benar dan lengkap
- (2) Skor 3, jika urutan benar tetapi kurang lengkap
- (3) Skor 2, jika sebagian urutan tidak benar dan kurang lengkap
- (4) Skor 1, jika hanya sebagian urutan yang benar dan tidak lengkap.

## 1. Penilaian Keterampilan

- a. Lembar pengamatan proses keterampilan gerak menendang, menahan dan menggiring bola permainan sepak bola
  - 1) Jenis/teknik penilaian  
Uji unjuk kerja oleh rekan sejawat (dalam permainan)
  - 2) Bentuk Instrumen dan instrumen

Peserta didik diminta untuk melakukan keterampilan gerak menendang, menahan dan menggiring bola permainan sepak bola yang dilakukan berpasangan, berkelompok atau dalam bentuk bermain.

Nama : .....  
 Kelas : .....  
 Petugas Pengamatan : .....

a) Petunjuk Penilaian

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan keterampilan gerak yang diharapkan.

b) Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
1. Bentuk gerakan kaki saat menendang bola ke arah depan tepat pada sasaran				
2. Bentuk gerakan kaki saat menggiring bola dan mendorong bola ke depan arah bola				
3. Posisi kaki saat menerima bola dengan cara meredam agar bola tidak memantul				
4. Posisi kaki saat menggiring bola dengan menggunakan kaki bagian luar				
<b>JUMLAH</b>				

3) Pedoman penskoran

a) Penskoran

(1) Sikap awalan melakukan gerakan

Skor Baik jika :

(a) sikap berdiri menghadap arah bola.

(b) letakkan kaki tumpu di samping bola dengan sikap lutut agak tertekuk.

(c) sikap kedua lengan di samping badan agak terentang.

Skor Sedang jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor Kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

(2) Sikap pelaksanaan melakukan gerakan

Skor Baik jika :

(a) badan menghadap ke arah sasaran. Kemudian jemputlah bola yang meluncur agar mudah mengontrolnya.

(b) putarlah tungkai yang akan digunakan untuk menerima bola yang datang. Dengan sedikit mengangkat kaki, kaki bagian dalam mengenai bola hingga gerakan terhenti.

(c) badan agak membungkuk, lengan mengimbangi badan.

(d) pandangan mengarah ke bola.

Skor Sedang jika :hanya tiga kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor Kurang jika :hanya satu sampai dua kriteria yang dilakukan secara benar.

(3) Sikap akhir melakukan gerakan

Skor Baik jika :

(a) pandangan mata ke arah lepasnya/dorongan bola.

(b) badan sedikit dicondongkan ke depan dan beratnya terletak di antara kedua kaki

(c) kaki yang menyepak bola berada di depan menghadap ke bawah dengan posisi badan rileks.

Skor Sedang jika :hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor Kurang jika :hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

b. Lembar pengamatan penilaian hasil keterampilan gerak menendang, menahan dan menggiring bola permainan sepak bola.

1) Penilaian hasil keterampilan gerak menendang dan menahan bola

a) Tahap pelaksanaan pengukuran

Penilaian hasil/produk keterampilan gerak menendang dan menahan bola dilakukan peserta didik selama 30 detik dengan dengan cara :

(1) Mula-mula peserta didik berdiri ditengan-tengah antara papan pantul.

(2) Setelah petugas pengukuran memberi aba-aba “mulai” peserta didik mulai menendang dan menahan bola secara bergantian ke kiri dan ke kanan.

(3) Petugas menghitung ulangan/pantulan bola yang dapat dilakukan oleh peserta didik.

(4) Jumlah ulangan/pantulan bola yang dilakukan dengan benar memenuhi persyaratan dihitung untuk diberikan skor.

b) Konversi jumlah ulangan dengan skor

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 20 kali	..... > 15 kali	100%	Sangat Baik
17 – 19 kali	12 – 14 kali	90%	Baik
14 – 16 kali	9 – 11 kali	80%	Cukup
11 – 13 kali	6 – 8 kali	70%	Kurang
..... < 11 kali	..... < 6 kali	60%	Kurang Sekali

2) Penilaian hasil keterampilan gerak menggiring bola

a) Tahap pelaksanaan pengukuran

Penilaian hasil/produk keterampilan gerak menendang dan menahan bola dilakukan peserta didik selama 30 detik dengan dengan cara :

- (1) Mula-mula peserta didik berdiri dibelakang garis start.
- (2) Setelah petugas pengukuran memberi aba-aba “mulai” peserta didik mulai menggiring bola melewati rintangan (corong atau kursi yang dipasang secara zig-zag) sebanyak 10 rintangan.
- (3) Petugas menghitung ulangan/rintangan yang dilewati yang dapat dilakukan oleh peserta didik.
- (4) Jumlah ulangan/rintangan yang dilalui yang dilakukan dengan benar memenuhi persyaratan dihitung untuk diberikan skor.

b) Konversi jumlah ulangan dengan skor

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 12 rintangan	..... > 10 rintangan	100%	Sangat Baik
10 – 11 rintangan	8 – 9 rintangan	90%	Baik
8 – 9 rintangan	6 – 7 rintangan	80%	Cukup
6 – 7 rintangan	4 – 5 rintangan	70%	Kurang
..... < 6 rintangan	..... < 4 rintangan	60%	Kurang Sekali

- c. Penilaian hasil keterampilan gerak menendang, menahan dan menggiring bola  
 Pengolahan skor keterampilan proses dan skor keterampilan hasil keterampilan gerak menjadi skor akhir.  
 Untuk memperoleh skor akhir, perlu diberikan pembobotan sesuai dengan tujuan akhir dari pembelajaran (contoh 70% untuk skor keterampilan proses keterampilan gerak, dan 30% untuk skor keterampilan hasil gerak), maka skor akhir keterampilan gerak adalah :

$$\begin{aligned} \text{Skor penilaian proses X 70\%} &= \dots\dots\dots\text{ditambah dengan} \\ \text{Skor hasil gerak X 30\%} &= \dots\dots\dots\text{sama dengan} \dots\dots\dots \end{aligned}$$

**F. Media, Alat, dan Sumber Pembelajaran**

1. Media Pembelajaran :

- a. Gambar keterampilan gerak menendang, menahan dan menggiring bola permainan sepak bola.
- b. Model peserta didik atau guru yang memperagakan keterampilan gerak menendang, menahan dan menggiring bola permainan sepak bola.

2. Alat Pembelajaran :

- a. Sepak bola atau bola sejenisnya (bola terbuat dari plastik, karet, dll).
- b. Lapangan permainan sepak bola atau lapangan sejenisnya (lapangan bola voli atau halaman sekolah).
- c. Cone

d. Peluit dan Stopwatch.

3. Sumber Belajar :

1. Muhajir dan Budi Sutrisno, Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, SMP/M.Ts Kelas VII Kurikulum 2013, hal 2 sampai dengan 18; Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud RI, 2013.
2. Muhajir dan Budi Sutrisno, Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, SMP/M.Ts Kelas VII Kurikulum 2013, hal 10 sampai dengan 28; Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud RI, 2013.
3. Muhajir, Buku Penuntun Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, SMP/M.Ts Kelas VII Kurikulum 2013, hal 2 – 9;Bogor: PT. Yudhistira, 2014.
4. Bahan Ajar Pembelajaran Permainan Sepak Bola, Bogor: PPPPTK Penjas dan BK, 2012.

Mengetahui  
Guru Pembimbing

Yogyakarta, 23 Agustus 2016  
Guru Mata Pelajaran

Parman, S.Pd.Jas  
NIP. 19670515 1993 03 1 015

Yusuf Roikhan Rais  
NIM. 13601241036

**PERANGKAT PEMBELAJARAN  
RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

**Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan  
Kesehatan**

**Satuan Pendidikan : SMP**

**Kelas/Semester : VII/1**

**Nama Pengajar :**

**NIM :**

**Sekolah : SMP Negeri 4 Gamping**

**KURIKULUM 2013**

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP Negeri 4 Gamping  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/ Semester : VII/ 1  
Alokasi Waktu : 3 JP ( 3x 40 menit/ 1x pertemuan )

### A. Kompetensi Inti

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

### B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.2 Memahami konsep gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional *)	3.2.1. Mengidentifikasi berbagai gerak memegang bet, servis <i>forehand</i> dan <i>backhand</i> , memukul <i>forehand</i> dan <i>backhand</i> , dan variasi gerak memegang bet dan memukul <i>forehand</i> dan <i>backhand</i> permainan tenis meja.

	<p>3.2.2. Menjelaskan berbagai gerak memegang bet, servis <i>forehand</i> dan <i>backhand</i>, memukul <i>forehand</i> dan <i>backhand</i>, dan variasi gerak memegang bet dan memukul <i>forehand</i> dan <i>backhand</i> permainan tenis meja.</p> <p>3.2.3. Menjelaskan cara melakukan berbagai gerak memegang bet, servis <i>forehand</i> dan <i>backhand</i>, memukul <i>forehand</i> dan <i>backhand</i>, dan variasi gerak memegang bet dan memukul <i>forehand</i> dan <i>backhand</i> permainan tenis meja.</p>
<p>4.2 Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional *)</p>	<p>4.2.1. Melakukan berbagai gerak memegang bet, servis <i>forehand</i> dan <i>backhand</i>, memukul <i>forehand</i> dan <i>backhand</i>, dan variasi gerak memegang bet dan memukul <i>forehand</i> dan <i>backhand</i> permainan tenis meja.</p> <p>4.2.2. Menggunakan berbagai gerak memegang bet, servis <i>forehand</i> dan <i>backhand</i>, memukul <i>forehand</i> dan <i>backhand</i>, dan variasi gerak memegang bet dan memukul <i>forehand</i> dan <i>backhand</i> dalam bentuk permainan tenis meja dalam bentuk sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi.</p>



### C. Materi Pembelajaran

Tenis meja merupakan cabang olahraga yang dimainkan di dalam gedung (*indoor game*) oleh dua pemain atau empat pemain. Cara memainkannya dengan menggunakan raket yang dilapisi karet untuk memukul bola *celluloid* melewati jaring yang tergantung di atas meja yang dikaitkan pada dua tiang jaring.

Tenis meja berasal dari Eropa, pada abad pertengahan sebagai kombinasi daripada permainan tenis kuno, lawan tenis dan badminton. Mulai populer di Inggris pada pertengahan abad ke-19 dengan beberapa nama seperti “*pingpong*”, “*gossima*” dan “*whiff-whaff*” dikreasikan sebagai permainan hiburan setelah makan malam, lengkap dengan berbusana bagi penggemarnya. Permainan ini mendapatkan wadah resmi yang mengatur pertenismejaan dunia pada tanggal 15 Januari 1926 atas prakarsa Dr. Goerge Lehman dari Jerman.

Tenis meja masuk ke Indonesia pada sekitar tahun 1930-an dan hanya dilakukan di batal-batal pertemuan umum orang Belanda, yang dikenal dengan nama *societeit*. Sekitar tahun 1940-an, sudah mulai masuk ke masyarakat Indonesia menggunakan golongan pamong dan *ambtenaar-ambtenaar* (pegawai negeri) Indonesia.

Pada tahun yang sama PTMSI menjadi anggota dari *Table Tennis Federation of Asia*, disingkat TTFA. Beberapa kejuaraan Asia yang diselenggarakan oleh TTFA telah diikuti oleh PTMSI, terutama yang diselenggarakan di Singapura dan Manila. Pada tahun 1961 PTMSI resmi menjadi anggota *International Table Tennis Federation*, disingkat ITTF, sebagai negara anggota ke-73. Sebagai anggota ITTF, dibandingkan dengan keanggotaan pada TTFA, sebaliknya PTMSI tidak pernah absen di dalam kejuaraan-kejuaraan dunia yang diselenggarakan sejak tahun 1963, dimanapun penyelenggaraannya dilaksanakan. Partisipasi pertama bagi PTMSI adalah di Praha pada tahun 1963, yang diikuti oleh baik putra maupun putri dengan hasil peringkat ke-34 bagi putra dan ke-31 bagi putri.

Raket atau bet tenis meja Ukuran berat, bentuk raket, tidak ditentukan, tetapi daun raket harus datar dan kaku. Ketebalan daun raket, minimal 85 % harus terbuat dari kayu alam; dapat dilapisi dengan bahan perekat yang berserat seperti fiber karbon atau fiber glass atau dari bahan kertas yang dipadatkan, bahan tersebut tidak lebih dari 7,5 % dari total ketebalan 0,35 mm, adalah merupakan bagian yang sangat sedikit/tipis.

Sisi daun raket yang digunakan untuk memukul bola, harus ditutupi oleh karet berbintik biasa, atau karet berbintik yang menonjol keluar; namun memiliki ketebalan termasuk lapisan lem perekat tidak lebih dari 2 mm, atau karet datar (bukan berbintik ke luar) dengan karet berbintik ke dalam harus memiliki ketebalan tidak melebihi dari 4 mm termasuk lem perekat. Untuk ukuran lapangan dengan panjang 2,74 cm dan lebar 1,525 cm, tinggi net 16,26 cm dan tinggi meja 78 cm.

#### D. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<p><b>Pendahuluan</b></p>	<p>Kegiatan pendahuluan yang harus di lakukan oleh guru :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membariskan siswa dan mengucapkan salam selamat pagi kepada siswa dan menghitung jumlah siswa.</li> <li>2. Menanyakan kondisi kesehatan siswa secara umum.</li> <li>3. Guru harus memastikan bahwa semua siswa dalam keadaan sehat, dan bila kedapatan siswa menderita penyakit kronis harus diperlakukan secara khusus.</li> <li>4. Menyampaikan Kompetensi Dasar yang harus dikuasai.</li> <li>5. Menyampaikan tehnik penilaian untuk kompetensi yang harus dikuasai, baik kompetensi sikap spiritual dengan observasi dalam bentuk jurnal, kompetensi pengetahuan dan kompetensi ketrampilan.</li> <li>6. Siswa melakukan pemanasan menggunakan permainan bintang beralih</li> </ol> <p>Siswa berjalan atau berlari kecil membentuk lingkaran besar, jika terdengar peluit siswa berhenti dan mengikuti aba aba</p>	<p>15 menit</p>

	<p>pembentukan kelompok dari guru, siswa yang kekurangan anggota kelompok atau tidak dapat kelompok maka akan mendapat hukuman kecil dari guru.</p>	
<b>Kegiatan inti</b>	<p><b>1. Mengamati</b></p> <p>Peserta didik melakukan kegiatan pertama yaitu mengamati gambar atau video permainan tenis meja yang di sediakan guru atau praktik dari guru sebagai model pembelajarannya. Guru memperagakan gerak dan siswa yang lainnya diminta untuk memperhatikan dan mengamatinya.</p> <p><b>2. Menanya</b></p> <p>Guru memotivasi siswa untuk bertanya, dengan cara guru mengajukan beberapa pertanyaan atau mengajukan permasalahan seputar permainan tenis meja.</p> <p><b>3. Mengumpulkan data/informasi</b></p> <p>Siswa mencoba mempraktekan gerakan dasar pada permainan tenis meja yang di ajarkan untuk menemukan jawaban atas pertanyaan-pertanyaan tersebut melalui kegiatan eksplorasi gerak secara individual, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan sikap kerja sama dan disiplin, sehingga ditemukan gerak yang efektif dan efisien sesuai dengan kebutuhan setiap siswa.</p> <p><b>4. Menalar</b></p> <p>Siswa mencoba memahami kembali apa yang telah di pelajari dengan yang sudah di praktekan untuk menemukan hubungan ketrampilan gerak</p> <p><b>5. Mengkomunikasikan</b></p> <p>Siswa menerapkan berbagai gerak dasar permainan tenis meja yang sudah di ajarkan dengan menerapkan perbaikan gerak yang sudah di pelajari sehingga gerakan menjadi efektif dan efisien. Dalam hal ini siswa melakukannya melalui permainan tenis meja yang sudah di modifikasi oleh guru baik aturan permainannya</p>	90 menit

	maupun lapanganya.	
<b>Penutup</b>	<p>Kegiatan penutup pembelajaran yang harus dilakukan oleh guru :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membariskan kembali dan menghitung kembali jumlah siswa yang mengikuti pelajaran dan melakukan evaluasi serta tanya jawab terhadap proses aktivitas berkenaan dengan materi aktivitas yang telah diberikan.</li> <li>2. Memberikan penghargaan kepada siswa yang mampu melakukan aktivitas gerak dengan baik, dan memberikan tugas remedial kepada siswa yang belum mampu melakukan aktivitas gerak dengan baik.</li> <li>3. Melakukan pelepasan yang dipimpin oleh guru dan menjelaskan kepada siswa tujuan dan manfaat melakukan pelepasan setelah melakukan aktivitas fisik/olahraga yaitu agar dapat melemaskan otot dan tubuh tetap bugar (segar).</li> <li>4. Menginformasikan materi minggu depan, memimpin doa penutup dan membubarkan barisan</li> </ol>	15 menit

#### **E. Penilaian (terlampir)**

1. Jenis/teknik penilaian
2. Bentuk instrumen dan instrument
3. Pedoman penskoran

#### **F. Media/alat, Bahan, dan Sumber Belajar**

1. Media/alat
  - a. Gambar atau video permainan badminton
  - b. Raket/bet
  - c. Bola ping pong
  - d. Peluit
  - e. Stopwatch
2. Sumber Belajar
  - a. Buku siswa: Muhajir. 2016. PJOK. Jakarta: Kemdikbud (hal. 128-135)

b. Buku guru: Muhajir. 2016. PJOK. Jakarta: Kemdikbud (hal. 128-135)

**Mengetahui,**  
**Kepala SMP Negeri 4 Gamping**

**Gamping, Juli 2012**  
**Guru Mapel PJOK.**

**SUWITO, S.Pd**  
**NIP. 19621220 198412 1 004**

**PARMAN, S.Pd.Jas.**  
**NIP. 19670515 1993 03 1 015**

## Lampiran 1.

### 1. Rancangan Penilaian Pengetahuan :

#### a. Teknik penilaian

Ujian Tulis

#### b. Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Soal ujian tulis

Nama : .....

Kelas : .....

No	Butir Soal	Jawaban
1	Berapakah tinggi meja pada permainan tenis meja? a. 100 cm b. 82 cm c. 78 cm d. 68 cm	C
2	Pada tahun berapa tenis meja mulai masuk ke Indonesia? a. 1930 b. 1940 c. 1945 d. 1950	A
3	Apa nama pengurus persatuan tenis meja di indonesia? a. PTMSVI b. PTBB c. PTMSI d. PBVSI	C

Butir Soal Uraian

4. Ada berapa cara pegangan untuk bet tenis meja? Sebutkan!

Pedoman penskoran

a) Soal nomor 1 sampai 3

(1) Skor 1 jika jawaban benar dan 0 jika jawaban salah

b) Soal no 4

- (1) Skor 3, jika jenis disebut secara lengkap
- (2) Skor 2, jika jenis disebut secara kurang lengkap
- (3) Skor 1, jika jenis disebut tidak lengkap

$$\text{Nilai} = \frac{\text{total skor perolehan}}{\text{total skor maksimum}} \times 100$$

## 2. Penilaian Sikap Sosial

a. Lembar pengamatan proses variasi dan kombinasi gerak spesifik memegang peluru, menolak peluru, melepaskan peluru, dan menjaga keseimbangan tolak peluru.

### 1. Teknik Penilaian

Uji unjuk kerja oleh rekan sejawat (dalam perlombaan)

### 2. Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Siswa diminta untuk melakukan variasi dan kombinasi gerak spesifik memegang peluru, menolak peluru, melepaskan peluru, dan menjaga keseimbangan tolak peluru yang dilakukan berkelompok dalam bentuk perlombaan.

Nama : .....

Kelas : .....

Petugas Pengamatan : .....

#### a) Petunjuk Penilaian

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan gerak yang diharapkan.

#### b) Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak Spesifik

No	Indikator Penilaian	Hasil penilaian		
		Baik (3)	Sedang (2)	Kurang (1)
1	Sikap awal melakukan gerakan			
2	Sikap pelaksanaan melakukan gerakan			
3	Sikap akhir melakukan gerakan			
Skor maksimal (9)				

- Pedoman Penskoran

(1) Sikap awalan melakukan gerakan

Skor baik jika:

- a. pandangan mata ke arah datangnya bola.
- b. badan sedikit dicondongkan ke depan dan berat badan terletak di antara kedua kaki.
- c. lutut ditekuk, badan condong ke depan dan jaga keseimbangan. Skor Sedang jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar. Skor Kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

(2) Sikap pelaksanaan melakukan gerakan

Skor baik jika:

- a. pandangan mata ke arah lajunya bola
- b. badan sedikit dicondongkan ke depan dan beratnya terletak di antara dua kaki.
- c. kedua lengan diayun ke arah depan, sehingga arah gerak *shuttlecock* membentuk lintasan lurus.
- d. salah satu kaki kemudian kedua tungkai diluruskan hingga kaki jingjit bersamaan dengan memukul *shuttlecock*. Skor Sedang jika : hanya tiga kriteria yang dilakukan secara benar. Skor Kurang jika : hanya satu sampai dua kriteria yang dilakukan secara benar.

(3) Sikap akhir melakukan gerakan

Skor baik jika :

- a. badan sedikit dicondongkan ke depan dan beratnya terletak di antara kedua kaki.
- b. kedua telapak tangan berada di depan menghadap ke bawah dengan lengan diluruskan ke depan secara rileks.
- c. kedua tungkai sedikit ditekuk dengan lutut tetap menghadap ke depan dan di buka selebar bahu. Skor Sedang jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar. Skor Kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

- Pengolahan skor

Skor maksimum: 9

Skor perolehan siswa: SP

Nilai keterampilan yang diperoleh siswa:  $SP/9 \times 100$

- Lembar pengamatan penilaian hasil gerak spesifik pukulan *forehand* dan *backhand* permainan bulu tangkis.

- 1) Penilaian hasil gerak pukulan *forehand* dan *backhand*



a) Tahap pelaksanaan pengukuran Penilaian hasil/produk gerak spesifik melempar dan menangkap bola dilakukan siswa selama 30 detik dengan dengan cara:

- (1) Mula-mula siswa berdiri dengan memegang bet dan bola
- (2) Setelah petugas pengukuran memberi aba-aba “mulai” siswa mulai memukul bola dengan pukulan *forehand* maupun *backhand* ke meja tenis meja yang di pasang tegak.
- (3) Petugas menghitung ulangan/pantulan *shuttlecock* yang dapat dilakukan oleh siswa.
- (4) Jumlah ulangan/pantulan *shuttlecock* yang dilakukan dengan benar memenuhi persyaratan dihitung untuk diberikan skor.

b) Konversi jumlah ulangan dengan skor

Perolehan Nilai		Preidikat Nilai	Klasifikasi Nilai
Putra	Putri		
..... $\geq$ 20 kali	..... $\geq$ 15 kali	86 - 100	Sangat baik
17 - 19 kali	12-14 kali	71 - 85	Baik
14-16 kali	9-11 kali	56 - 70	Cukup
..... $\leq$ 13 kali	..... $\leq$ 8 kali	..... $\leq$ 55 Kurang	Kurang

**PERANGKAT PEMBELAJARAN**  
**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**(RPP)**

**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan  
Kesehatan

**Satuan Pendidikan** : SMP

**Kelas/Semester** : VII/1

**Nama Pengajar** :

**NIM** :

**Sekolah** : SMP Negeri 4 Gamping

KURIKULUM 2013

**(RPP)**

Sekolah : SMP Negeri 4 Gamping  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/ Semester : VII/ 1  
Alokasi Waktu : 6 JP ( 3x 40 menit/ 2x pertemuan )

**A. Kompetensi Inti**

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

**B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi**

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.3 Memahami konsep gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional.	3.3.1. Mengidentifikasi gerak spesifik memegang peluru, menolak peluru, melepaskan peluru, dan menjaga keseimbangan. 3.3.2. Menjelaskan gerak spesifik memegang peluru, menolak peluru, melepaskan peluru, dan menjaga keseimbangan. 3.3.3. Menjelaskan cara melakukan gerak spesifik memegang peluru, menolak peluru, melepaskan peluru, dan menjaga

	keseimbangan.
4.3 Mempraktikkan gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional.	<p>4.3.1. Melakukan gerak spesifik memegang peluru, menolak peluru, melepaskan peluru, dan menjaga keseimbangan.</p> <p>4.3.2. Menggunakan gerak spesifik memegang peluru, menolak peluru, melepaskan peluru, dan menjaga keseimbangan tolak peluru dalam bentuk perlombaan dengan peraturan yang dimodifikasi.</p>

### C. Materi Pembelajaran

Tolak peluru (*the shot put*) merupakan salah satu nomor yang terdapat dalam nomor lempar pada cabang olahraga atletik. Hal ini sesuai pula dengan peraturan, bahwa peluru itu harus didorong atau ditolak dari bahu dengan satu tangan. Tolak peluru adalah suatu bentuk gerakan menolak atau mendorong suatu alat bundar (peluru) yang terbuat dari logam dengan berat tertentu, yang dilakukan dari bahu dengan satu tangan untuk mencapai jarak sejauh-jauhnya. Berat peluru yang digunakan dalam perlombaan adalah 7,25 kg (untuk putra) dan 4 kg (untuk putri).

#### 1. Materi Pembelajaran Reguler

Latihan menolak peluru dengan penekanan sikap memegang peluru, awalan saat akan menolak peluru, saat melakukan tolakan, dan setelah melakukan tolakan. Keterangan lebih lanjut dapat dilihat pada buku siswa.

#### 2. Materi Pembelajaran Remedial

Pada dasarnya materi pembelajaran remedial adalah materi pembelajaran regular yang disederhanakan sehingga lebih mudah dipahami dan dilakukan

#### 3. Materi Pembelajaran Pengayaan

Materi pengayaan dikembangkan dari materi pembelajaran regular dengan meningkatkan faktor kesulitan dan peraturan serta strategi permainan bola basket sesungguhnya

#### D. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<p><b>pendahuluan</b></p>	<p>Kegiatan pendahuluan yang harus di lakukan oleh guru :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membariskan siswa dan mengucapkan salam atau selamat pagi kepada siswa.</li> <li>2. Sebelum melakukan pembelajaran sebaiknya seluruh siswa dan guru berdoa dan bersalaman.</li> <li>3. Menanyakan kondisi kesehatan siswa secara umum.</li> <li>4. Guru harus memastikan bahwa semua siswa dalam keadaan sehat, dan bila kedapatan siswa menderita penyakit kronis harus diperlakukan secara khusus.</li> <li>5. Menyampaikan Kompetensi Dasar yang harus dikuasai.</li> <li>6. Menyampaikan tehnik penilaian untuk kompetensi yang harus dikuasai, baik kompetensi sikap spiritual dengan observasi dalam bentuk jurnal, kompetensi pengetahuan dan kompetensi ketrampilan.</li> <li>7. Siswa melakukan pemanasan menggunakan permainan bintang beralih Siswa berjalan atau berlari kecil membentuk lingkaran besar, jika terdengar peluit siswa berhenti dan mengikuti aba aba pembentukan kelompok dari guru, siswa yang kekurangan anggota kelompok atau tidak dapat kelompok maka akan mendapat hukuman kecil dari guru.</li> </ol>	<p>15 menit</p>
<p><b>Kegiatan inti</b></p>	<p><b>1. Mengamati</b></p> <p>Peserta didik melakukan kegiatan pertama yaitu mengamati gambar tolak peluru yang di sediakan guru atau praktik dari guru atau siswa yang di anggap mampu sebagai model</p>	<p>90 menit</p>

	<p>pembelajaranya. Guru memperagakan gerak dan siswa yang lainnya diminta untuk memperhatikan dan mengamatinnya.</p> <p><b>2. Menanya</b></p> <p>Guru memotivasi siswa untuk bertanya, dengan cara guru mengajukan beberapa pertanyaan atau mengajukan permasalahan.</p> <p><b>3. Mengumpulkan data/informasi</b></p> <p>Siswa mencoba mempraktekan gerakan tolak peluru yang di ajarkan untuk menemukan jawaban atas pertanyaan-pertanyaan tersebut melalui kegiatan eksplorasi gerak secara individual, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan sikap kerja sama dan disiplin, sehingga ditemukan gerak yang efektif dan efisien sesuai dengan kebutuhan setiap siswa.</p> <p><b>4. Menalar</b></p> <p>Siswa mencoba memahami kembali apa yang telah di pelajari dengan yang sudah di praktekan untuk menemukan hubungan ketrampilan gerak</p> <p><b>5. Mengkomunikasikan</b></p> <p>Siswa menerapkan berbagai gerak dasar tolak peluru yang sudah di ajarkan dengan menerapkan perbaikan gerak yang sudah di pelajari sehingga gerakan menjadi efektif dan efisien.</p>	
<b>Penutup</b>	<p>Kegiatan penutup pembelajaran yang harus dilakukan oleh guru :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan evaluasi dan Tanya jawab terhadap proses aktivitas berkenaan dengan materi aktivitas yang telah diberikan.</li> <li>2. Memberikan penghargaan kepada siswa yang mampu melakukan aktivitas gerak dengan baik, dan memberikan tugas remedial kepada siswa yang belum mampu melakukan aktivitas gerak dengan baik.</li> <li>3. Melakukan pelepasan yang dipimpin oleh guru atau oleh</li> </ol>	15 menit

	<p>salah seorang siswa yang dianggap mampu, dan menjelaskan kepada siswa tujuan dan manfaat melakukan pelepasan setelah melakukan aktivitas fisik/olahraga yaitu agar dapat melemaskan otot dan tubuh tetap bugar (segar).</p> <p>4. Menginformasikan materi minggu depan, berdoa dan bersalaman.</p>	
--	---	--

**E. Penilaian (terlampir)**

1. Jenis/teknik penilaian
2. Bentuk instrumen dan instrument
3. Pedoman penskoran

**F. Media/alat, Bahan, dan Sumber Belajar**

1. Media/alat
  - a. Gambar: passing bawah bola voli
  - b. Cone
  - c. Peluit
  - d. Stopwatch
2. Sumber Belajar
  - a. Buku siswa: Muhajir. 2016. PJOK. Jakarta: Kemdikbud (hal. 24-39)
  - b. Buku guru: Muhajir. 2016. PJOK. Jakarta: Kemdikbud (hal. 27-45)

Mengetahui

Guru Mata Pelajaran

Kepala Sekolah

## Lampiran 1.

### 1. Rancangan Penilaian :

No	Kompetensi Dasar	Teknik Penilaian		Keterangan
		Pengetahuan	Keterampilan	
3	3.3 Memahami konsep gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional.	Tes tertulis		<ul style="list-style-type: none"><li>• Diberikan di akhir pelajaran dengan durasi 5 menit.</li><li>• Bentuk soal uraian</li><li>• Jumlah soal : 3 butir</li></ul>
4	4.3 Mempraktikkan gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional.		Praktik	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dilakukan pada saat proses pembelajaran (penilaian proses)</li><li>• Penilaian produk dilakukan akhir pembelajaran inti</li></ul>

### 2. Penilaian Sikap

#### Penilaian Jurnal

No	Tanggal	Nama Peserta Didik	Catatan pendidik	Aspek Yang Diamati	Sikap
1					
2					



### 3. Penilaian Pengetahuan

No	Kompetensi Dasar	Materi	Indikator Soal	Bentuk Soal	Jml Soal
1	3.3 Memahami konsep gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional.	Tolak peluru	Pegangan peluru	uraian	1
		Tolak peluru	Menjelaskan awalan saat melakukan gerakan tolak peluru	uraian	1
		Tolak peluru	Menjelaskan ukuran lapangan	uraian	1

#### Butir Soal

1. Jelaskan bagaimana cara memegang peluru yang benar!
2. Pada saat gerakan awalan apa saja tahap-tahap yang perlu di lakukan? Jelaskan!
3. Berapakah ukuran lapangan tolak peluru? Jelaskan dengan gambar!

#### Pedoman penskoran

##### 1) Penskoran

##### a) Soal nomor 1

- (1) Skor 3, jika jenis disebut secara lengkap
- (2) Skor 2, jika jenis disebut secara kurang lengkap
- (3) Skor 1, jika jenis disebut tidak lengkap

##### b) Soal nomor 2

- (1) Skor 4, jika penjelasan benar dan lengkap
- (2) Skor 3, jika penjelasan benar tetapi kurang lengkap
- (3) Skor 2, jika sebagian penjelasan tidak benar dan kurang lengkap
- (4) Skor 1, jika hanya sebagian penjelasan yang benar dan tidak lengkap

##### c) soal nomor 3

- (1) skor 2 jika di jawab dengan benar
- (2) skor 0 jika di jawab dengan salah atau tidak di jawab

$$\text{Nilai} = \frac{\text{total skor perolehan}}{\text{total skor maksimum}} \times 100$$

#### 4. Penilaian Sikap Sosial

- a. Lembar pengamatan proses variasi dan kombinasi gerak spesifik memegang peluru, menolak peluru, melepaskan peluru, dan menjaga keseimbangan tolak peluru.

1. Teknik Penilaian

Uji unjuk kerja oleh rekan sejawat (dalam perlombaan)

2. Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Siswa diminta untuk melakukan variasi dan kombinasi gerak spesifik memegang peluru, menolak peluru, melepaskan peluru, dan menjaga keseimbangan tolak peluru yang dilakukan berkelompok dalam bentuk perlombaan.

Nama : .....

Kelas : .....

Petugas Pengamatan : .....

a) Petunjuk Penilaian

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan gerak yang diharapkan.

b) Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak Spesifik

No	Indikator Penilaian	Hasil penilaian		
		Baik (3)	Sedang (2)	Kurang (1)
1	Sikap awal melakukan gerakan			
2	Sikap pelaksanaan melakukan gerakan			
3	Sikap akhir melakukan gerakan			
Skor maksimal (9)				

3. Pedoman penskoran

I. Penskoran

1. Sikap awal melakukan gerakan, skor baik bila :

- a) berdiri tegak kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang
- b) badan condongkan ke depan
- c) pandangan ke depan

Skor sedang jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

2. Sikap saat melakukan gerakan, skor baik bila :

- a) peluru dilemparkan dengan mengayunkan lengan dari belakang ke depan
- b) kaki yang berada di depan (kaki kiri) sebagai tumpuan
- c) badan dicondongkan ke depan

Skor sedang jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

3. Sikap akhir melakukan gerakan, skor baik jika :

- a) setelah melempar jaga keseimbangan badan
- b) badan dicondongkan ke depan
- c) tangan yang digunakan untuk menolak peluru ikut menjaga keseimbangan

Skor sedang jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

II. Pengolahan skor

Skor maksimum: 9

Skor perolehan siswa: SP

Nilai keterampilan yang diperoleh siswa:  $SP/9 \times 100$

b. Lembar pengamatan penilaian hasil gerak spesifik memegang peluru, menolak peluru, melepaskan peluru, dan menjaga keseimbangan tolak peluru.

a) Penilaian hasil gerak tolak peluru

i. Tahap pelaksanaan pengukuran

Penilaian hasil/produk keterampilan gerak spesifik tolak peluru dengan cara:

- 1) Mula-mula siswa berdiri mengambil awalan/ancang-ancang (di dalam sektor tolak peluru).
- 2) Setelah petugas pengukuran memberi aba-aba “mulai” siswa mulai melakukan menolak peluru.
- 3) Petugas menghitung jauhnya hasil tolakan yang dapat dilakukan oleh siswa.

- 4) Jumlah hasil tolakan yang dilakukan dengan benar memenuhi persyaratan dihitung untuk diberikan skor

ii. Konversi skor

Perolehan Nilai		Preidikat Nilai	Klasifikasi Nilai
Putra	Putri		
..... $\geq$ 12 meter	..... $\geq$ 11 meter	86 - 100	Sangat baik
11,00 - 11.99 meter	10.00 - 10.99 meter	71 - 85	Baik
10.00 - 10.99 meter	9.00 - 9.99 meter	56 - 70	Cukup
..... $\leq$ 9.99 meter	..... $\leq$ 8.99 meter	..... $\leq$ 55 Kurang	Kurang

**PERANGKAT PEMBELAJARAN**  
**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**(RPP)**

**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan  
Kesehatan

**Satuan Pendidikan** : SMP

**Kelas/Semester** : VII/1

**Nama Guru** :

**NIP** :

**Sekolah** : SMP Negeri 4 Gamping

**KURIKULUM 2013**

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

### (RPP)

Sekolah : SMP Negeri 4 Gamping  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/ Semester : VII/ 1  
Alokasi Waktu : 6 JP ( 3x 40 menit/ 2x pertemuan )

#### A. Kompetensi Inti

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

#### B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.1 Memahami konsep gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *)	3.1.1. Mengidentifikasi berbagai gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola permainan bola voli. 3.1.2. Menjelaskan gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola permainan bola voli. 3.1.3. Menjelaskan cara melakukan gerakan menendang, menahan dan

	menggiring bola permainan bola voli.
4.1 Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *)	<p>4.1.1. Melakukan gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola permainan bola voli.</p> <p>4.1.2. Menggunakan gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola dalam bentuk permainan bola voli yang dimodifikasi.</p>

### C. Materi Pembelajaran

#### 1. Pengertian dan Asal Usul Bola Voli

Permainan bola voli adalah suatu cabang olahraga melambungkan bola melewati di atas jaring atau net, dengan maksud dapat menjatuhkan bola di dalam lapangan permainan lawan untuk mencari kemenangan dalam bermain. Permainan bola voli mulanya dimainkan untuk aktivitas rekreasi, untuk para usahawan. Permainan bola voli kemudian berkembang dan menjadi populer di daerah pariwisata dan dilakukan di lapangan terbuka, tepatnya di Amerika Serikat pada musim panas tiba. Selanjutnya berkembang ke Kanada. Menggunakan gerakan internasional YMCA, permainan bola voli meluas ke negara lainnya, yaitu Kuba (tahun 1905), Puerto Rico (tahun 1909), Uruguay (tahun 1912), dan Cina serta Jepang (tahun 1913).

#### 2. Lapangan Permainan Bola Voli

#### 3. Aktivitas pembelajaran Gerak Spesifik Permainan Bola voli

- a. Aktivitas pembelajaran gerak dasar passing
- b. Aktivitas pembelajaran servis bawah

#### 4. Aktivitas pembelajaran gerak dasar bermain bola voli dimodifikasi menggunakan passing bawah dan atas

#### D. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
pendahuluan	<p>Kegiatan pendahuluan</p> <p>Siswa dibariskan dan mengucapkan salam atau selamat pagi kepada siswa.</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Sebelum melakukan pembelajaran sebaiknya seluruh siswa dan guru berdoa dan bersalaman.</li><li>2. Tanyakan kondisi kesehatan siswa secara umum.<ul style="list-style-type: none"><li>o Guru harus memastikan bahwa semua siswa dalam keadaan sehat, dan bila kedatangan siswa menderita penyakit kronis harus diperlakukan secara khusus.</li></ul></li><li>3. Menyampaikan Kompetensi Dasar yang harus dikuasai.</li><li>4. Menyampaikan tehnik penilaian untuk kompetensi yang harus dikuasai, baik kompetensi sikap spiritual dengan observasi dalam bentuk jurnal, kompetensi pengetahuan dan kompetensi ketrampilan.</li><li>5. Siswa melakukan pemanasan menggunakan permainan tiga berlian.<ul style="list-style-type: none"><li>o Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok dan masing-masing kelompok terdiri dari 4 siswa. Tiga siswa bergandengan menjadi 1 dan berperan sebagai berlian dan 1 orang bergerak bebas berperan sebagai pengambil berlian</li></ul></li></ol>	15 menit
Kegiatan inti	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Mengamati <p>Peserta didik melakukan kegiatan pertama yaitu mengamati dengan guru atau siswa yang di anggap mampu sebagai model pembelajaranya. Guru memperagakan gerak dan siswa yang lainnya diminta untuk memperhatikan dan mengamatinya.</p></li><li>2. Menanya <p>Guru memotivasi siswa untuk bertanya, dengan cara guru mengajukan beberapa pertanyaan atau mengajukan permasalahan.</p></li><li>3. Mengumpulkan data/informasi <p>Siswa mencoba mempraktekan untuk menemukan jawaban</p></li></ol>	90 menit



	<p>atas pertanyaan-pertanyaan tersebut melalui kegiatan eksplorasi gerak secara individual, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan sikap kerja sama dan disiplin, sehingga ditemukan gerak yang efektif dan efisien sesuai dengan kebutuhan setiap siswa.</p> <p>4. Menalar</p> <p>Siswa mencoba memahami kembali apa yang telah di pelajari dengan yang sudah di praktekan untuk menemukan hubungan ketrampilan gerak</p> <p>5. Mengkomunikasikan</p> <p>Siswa menerapkan berbagai gerak dasar permainan bola voli secara beregu dalam sebuah permainan yang sudah di modifikasi oleh guru dengan menunjukkan sikap kerja sama, sportivitas, tanggung jawab, menghargai teman, dan kedisiplinan.</p>	
<p>Penutup</p>	<p>Kegiatan penutup pembelajaran yang harus dilakukan oleh guru antara lain.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan evaluasi dan Tanya jawab terhadap proses aktivitas berkenaan dengan materi aktivitas yang telah diberikan.</li> <li>2. Memberikan penghargaan kepada siswa yang mampu melakukan aktivitas gerak dengan baik, dan memberikan tugas remedial kepada siswa yang belum mampu melakukan aktivitas gerak dengan baik.</li> <li>3. Melakukan pelepasan yang dipimpin oleh guru atau oleh salah seorang siswa yang dianggap mampu, dan menjelaskan kepada siswa tujuan dan manfaat melakukan pelepasan setelah selakukan aktivitas fisik/olahraga yaitu agar dapat melemaskan otot dan tubuh tetap bugar (segar).</li> <li>4. Menginformasikan materi minggu depan, berdoa dan bersalaman.</li> </ol>	<p>15 menit</p>

**E. Penilaian (terlampir)**

1. Jenis/teknik penilaian
2. Bentuk instrumen dan instrument
3. Pedoman penskoran

**F. Media/alat, Bahan, dan Sumber Belajar**

1. Media/alat
  - a. Gambar: passing bawah bola voli
  - b. Cone
  - c. Peluit
  - d. Stopwatch
2. Sumber Belajar
  - a. Buku siswa: Muhajir. 2016. PJOK. Jakarta: Kemdikbud (hal. 24-39)
  - b. Buku guru: Muhajir. 2016. PJOK. Jakarta: Kemdikbud (hal. 27-45)

Mengetahui

Guru Pembimbing

Guru Mata Pelajaran

Parman, S.Pd.Jas

Yusuf Roikhan Rais

NIP. 19670515 1993 03 1 015

NIM. 13601241036

## Lampiran 1.

### 1. Rancangan Penilaian :

No	Kompetensi Dasar	Teknik Penilaian		Ket.
		Pengetahuan	Keterampilan	
3	3.1 Memahami konsep gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *)	Tes tertulis		<ul style="list-style-type: none"><li>• Diberikan di akhir pelajaran dengan durasi 5 menit.</li><li>• Bentuk soal pilihan ganda.</li><li>• Jumlah soal : 5 butir</li></ul>
4	4.1 Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *)		Praktik	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dilakukan pada saat proses pembelajaran (penilaian proses)</li><li>• Penilaian produk dilakukan akhir pembelajaran inti</li></ul>

### 2. Penilaian Sikap

#### Penilaian Jurnal

No	Tanggal	Nama Peserta Didik	Catatan pendidik	Aspek Yang Diamati	Sikap
1					
2					

## 2. Penilaian Pengetahuan

No	Kompetensi Dasar	Materi	Indikator Soal	Bentuk Soal	Jml Soal
1	3.1 Memahami konsep gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *)	Bola Voli	Langkah dalam melakukan passing bawah	uraian	1
		Bola Voli	Menjelaskan langkah dalam melakukan servis bawah	uraian	1
		Bola voli	Menjelaskan permainan bola voli	uraian	1

### Butir soal

1. Sebutkan langkah spesifik dalam melakukan passing bawah!
2. Jelaskan langkah-langkah dalam melakukan servis bawah!
3. Dalam bola voli ada pemain yang hanya bertugas untuk bertahan saja dan sering keluar masuk lapangan, apakah sebutan untuk pemain tersebut?

### Pedoman penskoran

#### 1) Penskoran

##### a) Soal nomor 1

- (1) Skor 3, jika jenis disebut secara lengkap
- (2) Skor 2, jika jenis disebut secara kurang lengkap
- (3) Skor 1, jika jenis disebut tidak lengkap

##### b) Soal nomor 2

- (1) Skor 4, jika penjelasan benar dan lengkap
- (2) Skor 3, jika penjelasan benar tetapi kurang lengkap
- (3) Skor 2, jika sebagian penjelasan tidak benar dan kurang lengkap
- (4) Skor 1, jika hanya sebagian penjelasan yang benar dan tidak lengkap

##### c) soal nomor 3

- (1) skor 2 jika di jawab dengan benar
- (2) skor 0 jika di jawab dengan salah atau tidak di jawab

$$\text{Nilai} = \frac{\text{total skor perolehan}}{\text{total skor maksimum}} \times 100$$

### 3. Penilaian Keterampilan

- a. Lembar pengamatan proses variasi dan kombinasi gerak spesifik *passing* bawah dan servis bawah permainan bola voli

1. Teknik penilaian

Uji unjuk kerja oleh rekan sejawat (dalam permainan)

2) Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Siswa diminta untuk melakukan variasi dan kombinasi gerak spesifik *passing* bawah dan servis bawah permainan bola voli yang dilakukan berpasangan, berkelompok atau dalam bentuk bermain.

Nama : .....

Kelas : .....

Petugas Pengamatan : .....

a) Petunjuk Penilaian

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan gerak yang diharapkan.

b) Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak Spesifik

No	Nama Siswa	Indikator Penilaian <i>passing</i> bawah				NA
		Sikap awal (1-3)	Sikap pelaksanaan (1-3)	Sikap Akhir (1-3)	Hasil / Prestasi (1-3)	

Skor maksimal 12

### 3) Pedoman penskoran

#### a) Penskoran

(1) Sikap awalan melakukan gerakan. Skor baik jika:

- (1) ambil posisi sikap siap normal.
- (2) Pada saat tangan akan dikenakan pada bola, segera tangan dan juga lengan diturunkan.
- (3) tangan dan lengan dalam keadaan terjulur ke bawah depan dan lurus.

Skor sedang jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

(2) Sikap pelaksanaan melakukan gerakan. Skor baik jika:

- (1) berdiri tegak dengan kedua kaki dibuka selebar bahu dan lutut direndahkan
- (2) rapatkan dan luruskan kedua lengan di depan badan
- (3) dorongkan kedua lengan ke arah datangnya bola
- (4) perkenaan bola yang baik tepat pada pergelangan tangan

Skor Sedang jika : hanya tiga kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor Kurang jika : hanya satu sampai dua kriteria yang dilakukan secara benar.

(3) Sikap akhir melakukan gerakan Skor baik jika:

- (1) Pandangan mata ke arah lepasnya/dorongan bola.
- (2) Badan sedikit dicondongkan ke depan dan beratnya terletak di antara kedua kaki
- (3) lengan yang mempassing bola berada di depan dengan posisi badan rileks.

Skor Sedang jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor Kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

#### b) Pengolahan skor

Skor maksimum: 12

Skor perolehan siswa: SP

Nilai keterampilan yang diperoleh siswa:  $SP/12 \times 4$

2) Penilaian hasil gerak spesifik servis bawah

a) Tahap pelaksanaan pengukuran

Penilaian hasil/produk gerak spesifik servis bawah dilakukan siswa selama

30 detik dengan dengan cara:

- (1) Mula-mula siswa berdiri di belakang lapangan dengan memegang bola.
  - (2) Setelah petugas pengukuran memberi aba-aba “mulai” siswa mulai servis bawah sebanyak enam kali servis.
  - (3) Petugas menghitung bola yang dapat melewati net yang dilakukan oleh siswa.
  - (4) Jumlah bola yang dapat melewati net yang dilakukan dengan benar memenuhi persyaratan dihitung untuk diberikan skor.
- b) Konversi jumlah ulangan dengan skor

Perolehan Nilai Predikat Nilai Klasifikasi Nilai *Putera Puteri*

Perolehan nilai		Predikat nilai	Spesifikasi nilai
Putra	Putri		

SOAL ULANGAN HARIAN KELAS VII

SMP N 4 GAMPING

1. Induk organisasi sepakbola International adalah...
  - a. IBF
  - b. FIFA
  - c. IAAF
  - d. FIBA
2. Kepanjangan dari FIFA adalah...
  - a. Federation International Football Association
  - b. Federation International Basketball Association
  - c. Federation international Athletic Association
  - d. Semuabenar
3. Induk organisasi sepakbola Indonesia adalah...
  - a. PBSI
  - b. PERBASI
  - c. PBVSI
  - d. PSSI
4. Ukuran panjang lapangan sepak bola adalah...
  - a. 100 x 110
  - b. 90 x 110
  - c. 90 x 80
  - d. 90 x 100
5. Ukuran tiang gawang standar nasional untuk sepakbola adalah...
  - a. 5,4m x 2,4m
  - b. 6,3m x 4,2m
  - c. 7,3m x 2,4m
  - d. 8,5m x 3,5m
6. Lama pertandingan sepakbola adalah...
  - a. 30menit x 2
  - b. 40menit x 3
  - c. 45menit x 2
  - d. 45menit x 3
7. Jumlah pemain sepakbola adalah...
  - a. 11 pemain
  - b. 12 pemain
  - c. 10 pemain
  - d. 7 pemain
8. Permainan bola basket di temukan oleh...
  - a. William Morgan
  - b. Max Haizer
  - c. J. Naismith
  - d. M. Jordan
9. Induk organisasi bola basket Internasional adalah...
  - a. FIFA
  - b. FIBA
  - c. IAAI
  - d. IBF
10. Lama waktu permainan bola basket adalah...
  - a. 10menit x 4
  - b. 10menit x 2
  - c. 10menit x 3
  - d. 10menit x 5



11. Jumlah pemain dalam bola basket adalah...
- a. 7 orang
  - b. 8 orang
  - c. 5 orang
  - d. 4 orang
12. Operan setinggi dada disebut...
- a. Chestpass
  - b. Boncepass
  - c. overhead pass
  - d. long pass
13. Induk oraganisasi bola basket Indonesia adalah....
- a. PSSI
  - b. PBSI
  - c. PERBASI
  - d. PBVSI
14. Permainan bola basket di maulai dengan melambungkan bola oleh wasit disebut...
- a. Jumball
  - b. Shooting
  - c. Lay Up
  - d. Fouling
15. Petugas pencatat waktu pada permainan bola basket disebut...
- a. Score Board
  - b. Liness man
  - c. Timer
  - d. Umpere
16. Berat peluru untuk senior putra adalah...
- a. 7,25 kg
  - b. 4 kg
  - c. 5 kg
  - d. 6 kg
17. Diameter atau panjang garis tengah lapangan tolak peluru adalah...
- a. 2,55 meter
  - b. 1,35 meter
  - c. 2,135 meter
  - d. 3,135 meter
18. Besar sudut arah tolakan pada tolak peluru adalah...
- a. 40 derajat
  - b. 30 derajat
  - c. 20 derajat
  - d. 10 derajat
19. Cara memegang peluru yang benar adalah...
- a. Peluru di genggam dengan semua jari
  - b. Peluru di letakkan pada pangkal jari-jari telapak tangan dengan jari terbuka
  - c. Peluru di letakkan pada ujung jari-jari tertutup
  - d. Peluru di letakkan pada punggung telapak tangan
20. Pada saat menolak peluru, sikap badan yang tepat adalah...
- a. Badan tegak
  - b. Bahu kanan di putar kebelakang
  - c. Bahu kanan mendekat lutut kaki kanan
  - d. Badan agak membungkuk.

## DAFTAR HADIR PESERTA DIDIK

Nama Sekolah : SMP Negeri 4 Gamping  
Mata Pelajaran : P10R  
Kelas / Semester : VIIA / .....  
Tahun Pelajaran : 2016/2017  
Wali Kelas : Erma Rahmawati, S.Ag., M.Si.

No. Dokumen	: FM-AKM-02/16-17
No. Revisi	: 0
Tanggal Berlaku	: 18-Jul-16

No.	NIS	NISN	Nama	L/P	Pertemuan																				Jumlah		
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	S	I	A
1	6141	0041372198	ALIVA RISWANDA RAHMANIA	P	26/7/16	26/7/16	26/7/16																				
2	6142	0037060086	ANDIKA INTAN KUSUMA DEWI	P																							
3	6143	0037421900	ARYA SETYA PRABAWA	L																							
4	6144	0037692135	CANDRA KURNIAWAN	L																							
5	6145	0036897822	DANANG BAGUS AJI SAJIWO	L																							
6	6146	0037967791	ELDO RENDI BRAMANTYO AGENG	L																							
7	6147	0042376838	ERVINA ANGGITA KUSUMA RANI	P																							
8	6148	0036738160	FAHEEM ATHAR FAIZI	L																							
9	6149	0037043471	ISNAINI KHASANAH	P																							
10	6150	0021035011	IVA TRI LESTARI	P																							
11	6151	0040797842	KHARISMA RAKHMAN	L																							
12	6152	0037431063	MELIA DAMAYANTI	P																							
13	6153	0042379287	MUFTI SULKHAN KHASANI	L																							
14	6154	0039221380	MUHAMMAD ALDI	L																							
15	6155	0041338965	MUHAMMAD FAKIH AL FAUZHAN	L																							
16	6156	0042832933	MUHAMMAD RIZAN KURNIAWAN	L																							
17	6157	0044860023	NURIA GALIH SETYAWATI	P																							
18	6158	0044460486	PINKAN AMANDA TARINA PUTRI	P																							
19	6159	0021034356	RADEN RORO NILAM CAHYA SILVIANA AR	P																							
20	6160	0048642878	RAHMA ARIFAH	P																							
21	6161	0041339138	RAIHAN VINO SAPUTRA	L																							
22	6162	0036736627	RENDI SETIAWAN	L																							
23	6163	0037431068	RENGGA PUTRA PRATAMA	L																							
24	6164	0043981069	RYAN RAKA NUGRAHA	L																							
25	6165	0037840329	SAFITRI PATMA WIDAYANTI	P																							
26	6166	0021032523	SIDON YADI NUGROHO	L																							
27	6167	0049225629	TRI WULAN LUKVIANA	P																							
28	6168	0035919180	VINA WARTINI	P																							
29	6169	0036258904	WINDA OKTAVIANA	P																							
30	6170	0037431098	YUDITIA KURNIAWAN	L																							
31	6171	0044651791	YULI WIDYA ASTUTI	P																							
32																											

**Keterangan :**

L = 16  
P = 15  
Σ = 31

.....  
Guru Mata Pelajaran

\_\_\_\_\_  
NIP.

## DAFTAR HADIR PESERTA DIDIK

Nama Sekolah : SMP Negeri 4 Gamping  
 Mata Pelajaran : *PJok*  
 Kelas / Semester : VIIB / .....  
 Tahun Pelajaran : 2016/2017  
 Wali Kelas : Supriyana, S.Pd.

No. Dokumen	: FM-AKM-02/16-17
No. Revisi	: 0
Tanggal Berlaku	: 18-Jul-16

No.	NIS	NISN	Nama	L/P	Pertemuan																				Jumlah		
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	S	I	A
					$\frac{2}{8}$ $\frac{16}{16}$	$\frac{4}{8}$ $\frac{16}{16}$	$\frac{6}{8}$ $\frac{16}{16}$	$\frac{8}{8}$ $\frac{16}{16}$																			
1	6172	0035994707	ADETYA WULANDARI	P	✓	✓	✓	✓																			
2	6173	0035919175	AGUSTINA YULIANTI	P	✓	✓	✓	✓																			
3	6174	0042379406	AISYA FEBY YONANTA	P	✓	✓	✓	✓																			
4	6175	0036256573	ALPEN NUR SASONGKO	L	✓	✓	✓	✓																			
5	6176	0021034807	ALVINA MONICA DEWI	P	✓	✓	✓	✓																			
6	6177	0034976296	ANDRIENNE KHANSA	P	✓	✓	✓	✓																			
7	6178	0036040387	ANGGELINA WAHYUNINGRUM	P	✓	✓	✓	✓																			
8	6179	0049168137	ANISA NUR HIDAYAH	P	✓	✓	✓	✓																			
9	6180	0033800790	ANNISA HASNA HANIFAH	P	✓	✓	✓	✓																			
10	6181	0042379403	ANNISA IKA PUTRI SOLIKHAH	P	✓	✓	✓	✓																			
11	6182	0031074530	APRILIA SURYANINGSIH	P	✓	✓	✓	✓																			
12	6183	0021034793	ARNETA RISKI KARIMAH	P	✓	✓	✓	✓																			
13	6184	0038931960	BIMA EKA WIJAYANTO	L	✓	✓	✓	✓																			
14	6185	0020526459	CANDRA GUNAWAN	L	✓	✓	✓	✓																			
15	6186	0041331512	DIAZ TAUFIK KURNIAWAN	L	✓	✓	✓	✓																			
16	6187	0048616067	FADIA SALSABILLA FIRDAUS	P	✓	✓	✓	✓																			
17	6188	0037013698	FATIMAH ROHMIYATI	P	✓	✓	✓	✓																			
18	6189	0037013697	FAUZIAH RAHMAWATI	P	✓	✓	✓	✓																			
19	6190	0040730941	FRISKA SURYA PUSPITASARI	P	✓	✓	✓	✓																			
20	6191	0047051040	GABRIELLE AXL SATRIA	L	✓	✓	✓	✓																			
21	6192	0038177249	GIBRAN RAMADHANI SYAHPUTRA	L	S	✓	✓	✓																			
22	6193	0034831660	KARINA MASITA DEWI	P	✓	✓	✓	✓																			
23	6194	0038421685	M. IRKHAM ZACKY HAIKAL	L	✓	✓	✓	✓																			
24	6195	0036270470	MUHAMMAD ABDURRAHMAN	L	✓	✓	✓	✓																			
25	6196	0051919693	NADINE NABILA ISFAHAN MOHAMMAD	P	✓	✓	✓	✓																			
26	6197	0047757128	RIFKI AJI SAPUTRA	L	✓	✓	✓	✓																			
27	6198	0044001314	RIFQI REDA ASAKAMALIH	L	✓	✓	✓	✓																			
28	6199	0041955272	RISKI ARIFIYANTO	L	✓	✓	✓	✓																			
29	6200	0036258737	RYAN ADIPUTRA PAMUNGKAS	L	✓	✓	✓	✓																			
30	6201	0036258446	SYAFURA MAHARANI PUTRI RAMADHANI	P	✓	✓	✓	✓																			
31	6202	0038446100	SYIHAB HALQI ANNAWAWI	L	✓	✓	✓	✓																			
32	6203	0037692126	YUSUF DAFFA WARDHANA	L	✓	✓	✓	✓																			

**Keterangan :**

L = 14  
 P = 18  
 Σ = 32

.....  
 Guru Mata Pelajaran

\_\_\_\_\_  
 NIP.



## DAFTAR HADIR PESERTA DIDIK

**Nama Sekolah** : SMP Negeri 4 Gamping  
**Mata Pelajaran** : .....  
**Kelas / Semester** : VIII / .....  
**Tahun Pelajaran** : 2016/2017  
**Wali Kelas** : Subagiyo, S.Pd.

No. Dokumen	: FM-AKM-02/16-17
No. Revisi	: 0
Tanggal Berlaku	: 18-Jul-16

No.	NIS	NISN	Nama	L/P	Pertemuan																				Jumlah		
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	S	I	A
					16																						
1	6234	0036872299	AISHA SIERRA HADI	P	✓																						
2	6235	0048625283	AMANDA EGA PUTRI ANDRIANI	P	✓																						
3	6236	0035952994	ANISAH PUTRI IRIANTI	P	✓																						
4	6237	0040377990	ARMAN YASIR ABDILLAH	L	✓																						
5	6238	0042379402	AUZA AKBAR FATONI	L	✓																						
6	6239	0043757872	BETHA ANGGI PRATAMA	L	✓																						
7	6240	0034042372	DANI ARIFIAN	L	✓																						
8	6241	0041054612	DAVIN SATRIA ANANTO	L	✓																						
9	6242	0045639645	DAVY ARQAM NAHYAA	L	✓																						
10	6243	0032804745	DEWI AMBARNINGSIH	P	✓																						
11	6244	0041372177	DINDA RAHMAWATI	P	✓																						
12	6245	0023225354	DODI GUNAWAN	L	✓																						
13	6246	0036258905	ERNA NOVITAMARA	P	✓																						
14	6247	0042832921	FAIZAL DARMAWAN	L	✓																						
15	6248	0044137055	FAUZAN NURROHMAN	L	✓																						
16	6249	0028575059	IRTIFA AZIZ SAPUTRI	P	✓																						
17	6250	0047422488	JANU WIDIANTORO	L	✓																						
18	6251	0053762232	KEYSHA AYAINI	P	✓																						
19	6252	0048097582	MARIYANI	P	✓																						
20	6253	0043757869	MA'RUF AMINATUR RIZQI	L	✓																						
21	6254	0030672142	MUHAMMAD RIZKI SATRIAWAN	L	✓																						
22	6255	0027270051	NUNUNG LUTSFI ROCHANA	P	✓																						
23	6256	0036713597	NUR FAJAR GILANG FIRMANSYAH	L	✓																						
24	6257	0064237508	REVAN ALDO VERNIAWAN	L	✓																						
25	6258	0035247156	RIDWANANDA PRIHANTORO	L	✓																						
26	6259	0041331523	SEMA AURIA AMANDA SAPUTRI	P	✓																						
27	6260	0046058317	SINTA ELVADARI	P	✓																						
28	6261	0042339957	VEGA AQMARINA NUR ABROOR	P	✓																						
29	6262	0041955271	VERA NUR INDAH SARI	P	✓																						
30	6263	0045202198	VERLYAN JOVANA PUTRI	P	✓																						
31	6264	0048126221	WULAN RIZKYANINGRUM	P	✓																						
32																											

**Keterangan :**

L = 15  
 P = 16  
 Σ = 31

.....  
Guru Mata Pelajaran

\_\_\_\_\_  
NIP.





## DAFTAR HADIR PESERTA DIDIK

No.Dokumen	: FM-AKD-02/03-05
No.Revisi	: 0
Tanggal Berlaku	: 18 Juli 2016

Nama Sekolah : SMP Negeri 4 Gamping  
 Mata Pelajaran : Bok  
 Kelas / Semester : VIII A/ I  
 Tahun Pelajaran : 2016 / 2017  
 Wali Kelas : Koestiah Setyaning, S.Pd

No	NIS	Nama	L/P	Pertemuan																				Jumlah Absensi			
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	S	I	A	%
				16/07	20/07	23/07																					
1	5953	ACHMAD ALI HAMZAH	L	✓	✓	✓																					
2	5954	ADDEL RIZKY AGUNG H	L	✓	✓	✓																					
3	5955	ADI FEBRIYANTO	L	✓	✓	✓																					
4	5956	ADITIA HENDRA KUSUMA	L	✓	✓	✓																					
5	5957	ALEX TRI PRASTYA	L	✓	✓	✓																					
6	5958	ASA RIZKA NUR ANNISA	P	✓	✓	✓																					
7	5959	BAGUS BASUKI	L	✓	✓	✓																					
8	5960	CANDRA SRIADA	L	✓	✓	✓																					
9	5961	CINDY RAHMA WATI	P	✓	✓	✓																					
10	5962	DELLA FITRIANA PRANESTI	P	✓	✓	✓																					
11	5963	EVA CAMELIA	P	✓	✓	✓																					
12	5964	FAISAL TANZILA AFDALAS	L	✓	✓	✓																					
13	5965	HELEND FERINA	P	✓	✓	✓																					
14	5966	HERI PRASETYA	L	✓	✓	✓																					
15	6329	IFAN TRI ANDRIANSYAH	L	✓	✓	✓																					
16	5967	INDAH WULANDARI	P	✓	✓	✓																					
17	5968	ISNAINI WULANDARI	P	✓	✓	✓																					
18	5969	MASAYU WANODYA P	P	✓	✓	✓																					
19	5842	MUHAMMAD NIZUWAN IRFAN	L	✓	✓	✓																					
20	5970	MUHAMMAD PUTRA SATRIA	L	✓	✓	✓																					
21	5971	MUHAMMAD YAYAK A	L	✓	✓	✓																					
22	5972	NANDO PUTRA WIJAYA	L	✓	✓	✓																					
23	5973	NAQIYAT AL RO'YI	L	✓	✓	✓																					
24	5974	PRAPTI SAPUTRI	P	✓	✓	✓																					
25	5975	PUTRI GITA DESFITRIYANI	P	✓	✓	✓																					
26	5976	RAHMA PUTRI OKTAVIANI	P	✓	✓	✓																					
27	5977	RAIHAN RAHMADANI	L	✓	✓	✓																					
28	5978	RIO RIZKI PRABOWO	L	✓	✓	✓																					
29	5980	SALSABIL EL ZAHRA	P	✓	✓	✓																					
30	5981	TASYA DWI RAHMAYANI	P	✓	✓	✓																					
31	5982	WAHYU NURYANTO	L	✓	✓	✓																					

Laki - laki = 18  
 Perempuan = 13  


---

 Jumlah = 31

Guru Mata Pelajaran

NIP :



## DAFTAR HADIR PESERTA DIDIK

No.Dokumen	: FM-AKD-02/03-05
No.Revisi	: 0
Tanggal Berlaku	: 14 Juli 2014

Nama Sekolah : SMP Negeri 4 Gamping  
 Mata Pelajaran : *Pjok*  
 Kelas / Semester : VIII B / 1  
 Tahun Pelajaran : 2016 / 2017  
 Wali Kelas : Eni Wuryanti, S.Pd

No	NIS	Nama	L/P	Pertemuan																				Jumlah Absensi			
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	S	I	A	%
				<i>16</i>	<i>16</i>	<i>16</i>	<i>16</i>																				
1	5983	ACHMAD FADHILLAH PTR	L	✓	✓	✓	✓																				
2	5984	ADE IRMA NUR QOTIMAH	P	✓	✓	✓	✓																				
3	5985	ADELA OKTAVIANNISA KRISNA	P	✓	✓	✓	✓																				
4	5986	ADITYA NUR ROHMAN	L	✓	✓	✓	✓																				
5	5987	AGISTA MEGYAWATI	P	✓	✓	✓	✓																				
6	5988	ALDIAN REVA VALENTINO	L	✓	✓	✓	✓																				
7	5989	ALIF RANGGA PRASETYA	L	✓	✓	✓	✓																				
8	5990	AMRUL FADLAN FIANTO	L	✓	✓	✓	✓																				
9	5991	BAGAS TRISMADIANTO	L	✓	✓	✓	✓																				
10	5992	DELAVIA WINDA RESTU ASTUT	P	✓	✓	✓	✓																				
11	5993	DESITA DWI PRATIWI	P	✓	✓	✓	✓																				
12	5994	DEVI DYAH PRAMESTI	P	✓	✓	✓	✓																				
13	5995	ERNI FITRIANA	P	✓	✓	✓	✓																				
14	5996	FAJAR DWIANTO	L	✓	✓	✓	✓																				
15	5997	HELEN PRITADEVI	P	✓	✓	✓	✓																				
16	5998	INDRIANA KRISDIAN	P	✓	✓	✓	✓																				
17	5999	IRFAN AJI DERMAWAN	L	✓	✓	✓	✓																				
18	6000	KEVIN FEBRIYANTO	L	✓	✓	✓	✓																				
19	6001	MELLANIA PUTRI YUFITA	P	✓	✓	✓	✓																				
20	6002	MIFTASYAFANI WINDA P .D	P	✓	✓	✓	✓																				
21	6003	MUHAMMAD ANDRI ARIF	L	✓	✓	✓	✓																				
22	6004	NAUFAL AFAB BERNANTUS	L	✓	✓	✓	✓																				
23	6005	NERRY LINGGAR MARISCHA	P	✓	✓	✓	✓																				
24	6006	PRIMADITYA RAHMAT .M	L	✓	✓	✓	✓																				
25	6007	RAYHAN KAYANA	L	✓	✓	✓	✓																				
26	6008	RESTU PUJI LESTARI	P	✓	✓	✓	✓																				
27	6009	RISKI DWI SAPUTRO	L	✓	✓	✓	✓																				
28	6010	RIZQI RAHMAT HARYONO	L	✓	✓	✓	✓																				
29	6011	SALSABILLA ITSNAINI .M .R	P	✓	✓	✓	✓																				
30	6012	VERY OKTAVIANTO	L	✓	✓	✓	✓																				
31	6013	WANDA ARUM RIYANTI	P	✓	✓	✓	✓																				
32	6014	ZUFI FIRDA ALAWIYAH	P	✓	✓	✓	✓																				

Laki-laki = 16  
 Perempuan = 16  
 Jumlah = 32

Guru Mata Pelajaran

NIP :

## DAFTAR HADIR PESERTA DIDIK

No.Dokumen	: FM-AKD-02/03-05
No.Revisi	: 0
Tanggal Berlaku	: 15 Juli 2014

Nama Sekolah : SMP Negeri 4 Gamping  
 Mata Pelajaran : *2016*  
 Kelas / Semester : VIII C / I  
 Tahun Pelajaran : 2016 / 2017  
 Wali Kelas : Drs. Ferdinand Moningga

No	NIS	Nama	L/P	Pertemuan																				Jumlah Absensi			
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	S	I	A	%
				<i>20/7/16</i>	<i>12/8/16</i>	<i>15/8/16</i>	<i>22/8/16</i>																				
1	6015	AHMAD ABIM MUMTA AZAH	L	✓	✓	✓	✓																				
2	6016	ALICIA YOSTI PERDANA SARI	P	✓	✓	✓	✓																				
3	6017	ALVIN PRATISTA HAFIZH	L	✓	✓	✓	✓																				
4	6018	ANANDA FADHILA S. H	P	✓	✓	✓	✓																				
5	6019	BAGUS BAYU KUNCAHYO	L	✓	✓	✓	✓																				
6	6020	DEVI NUR INDAH RAHMAWATI	P	✓	✓	✓	✓																				
7	6021	DEWI KUSNIAWATI	P	✓	✓	✓	✓																				
8	6022	DHANI KURNIAWAN	L	✓	✓	✓	✓																				
9	6023	ERLANG DANU DEWANTORO	L	✓	✓	✓	✓																				
10	6024	FARAH AMANDA A	P	✓	✓	✓	✓																				
11	6025	FAREL ARDAN ZAKI	L	✓	✓	✓	✓																				
12	6026	HASAN SASTRO	L	✓	✓	✓	✓																				
13	6027	HAYU ISTIQOMAH SYAHPUTRI	P	✓	✓	✓	✓																				
14	6028	KRISNA SURYA PUTRA	L	✓	✓	✓	✓																				
15	6029	LAILI SOLICHAH	P	✓	✓	✓	✓																				
16	6030	LIA LISTIA ANGGRAENI DEWI	P	✓	✓	✓	✓																				
17	6031	MUHAMAD BAGUS ANUGRAH	L	✓	✓	✓	✓																				
18	6032	NILA NARISWARI	P	✓	✓	✓	✓																				
19	6033	NOVA BAGUS RAMADANI	L	✓	✓	✓	✓																				
20	6034	PUTRI ERMEILINDASARI	P	✓	✓	✓	✓																				
21	6035	RAIHAN AQIELLA HADI AFFANDI	L	✓	✓	✓	✓																				
22	6036	RIDHWAN RAIS ABDULLAH	L	✓	✓	✓	✓																				
23	6037	RIFQI CAHYA SAPUTRA	L	✓	✓	✓	✓																				
24	6038	RINDI OKTAVIANI	P	✓	✓	✓	✓																				
25	6039	SALSA APRILIAWATI	P	✓	✓	✓	✓																				
26	6040	SANDRA NATHANIA SUKMA	P	✓	✓	✓	✓																				
27	6041	SIWI APRIANA	P	✓	✓	✓	✓																				
28	6042	UMAR FAJAR ABDULLAH	L	✓	✓	✓	✓																				
29	6043	VIO PUTRA ADI PRATAMA	L	✓	✓	✓	✓																				
30	6044	WINDA PUTRI ANDRIANI	P	✓	✓	✓	✓																				
31	6045	ZUAN FIRDAN FACHREZI	L	✓	✓	✓	✓																				

Guru Mata Pelajaran

Laki - laki        = 16  
 Perempuan       = 15  


---

 Jumlah            = 31

NIP : \_\_\_\_\_

## DAFTAR HADIR PESERTA DIDIK

No.Dokumen	: FM-AKD-02/03-05
No.Revisi	: 0
Tanggal Berlaku	: 14 Juli 2014

**Nama Sekolah** : SMP Negeri 4 Gamping  
**Mata Pelajaran** : *Prok*  
**Kelas / Semester** : VIII D / 1  
**Tahun Pelajaran** : 2016 / 2017  
**Wali Kelas** : Supaini, S.Pd

No	NIS	Nama	L/P	Pertemuan																				Jumlah Absensi			
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	S	I	A	%
				<i>5/8</i>	<i>2/9</i>																						
1	6046	ANANDA PUSPITA DEWANTORO	L	<i>16</i>	<i>16</i>																						
2	6047	ANGGORO TRI PRADIBTO	L	✓	✓																						
3	6048	ANGGUN DWI SAFITRI	P	✓	✓																						
4	6049	ANINTA DESTIANA	P	✓	✓																						
5	6050	BALQIS CHOIRUNISA	P	✓	✓																						
6	6051	BAYU LAKSONO NUGROHO	L	✓	✓																						
7	6052	DANDI DWIKI VONDATO	L	✓	✓																						
8	6053	DHENA VIDANTI	P	✓	✓																						
9	6054	DHENIES AYUNINGTYAS YHOSA PU	P	✓	✓																						
10	6055	DHIEMAS RAKA ALIF SHABHAN	L	✓	✓																						
11	6056	DIAN YASMINA FAJRI	P	✓	✓																						
12	6057	FAHRIZA NASRUL AZLY	L	✓	✓																						
13	6058	FERLIAN ADI SAPUTRA	L	✓	✓																						
14	6059	FIKRI IMAM RAIHAN	L	✓	✓																						
15	6060	HAFIZ KALLAN SURYA PRATAMA	L	✓	✓																						
16	6061	HARYANI	P	✓	✓																						
17	6062	IRFANSYAH BINTANG WIBAWA	L	✓	✓																						
18	6063	IRVAN NUR HIDAYAT	L	✓	✓																						
19	6064	LILIES SEKARSARI	P	✓	✓																						
20	6065	LINA NAFISA	P	✓	✓																						
21	6066	MUHAMMAD AZKA YUDISTRA E	L	✓	✓																						
22	6067	MUHAMMAD AZZAR HUMAZI N	L	✓	✓																						
23	6068	NOVERISTA RAMADHANTI	P	✓	✓																						
24	6069	PUTRI ISNAINI	P	✓	✓																						
25	6070	RAKHA DANNY SURYA P	L	✓	✓																						
26	6071	RISKI DWI NURCAHYA	L	✓	✓																						
27	6072	ROSI HARU DHONI ISFA	L	✓	✓																						
28	6073	SALSHABILA SALMAFITRA HERDAN	P	✓	✓																						
29	6074	SLAMET HERI NUGROHO	L	✓	✓																						
30	6075	SOFIANA SARWINDAH	P	✓	✓																						
31	6076	VISRAMA BINTANG MUKHROM	L	✓	✓																						
32	6077	YONA VEGA AMELIA	P	✓	✓																						

Guru Mata Pelajaran

laki - laki = 18

Perempuan = 14

Jumlah = 32

NIP :

Dokumentasi kegiatan PPL



