

**LAPORAN INDIVIDU  
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SEMESTER KHUSUS TAHUN AKADEMIK 2015/2016**

**Lokasi:**

**SMA NEGERI 1 SEWON  
Jalan Parangtritis km 5 Bangunharjo, Sewon  
Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta, 55187**



**Disusun Oleh :**

**Nama : Aji Suryo Riyanto**

**NIM : 13601244033**

**Prodi : PJKR**

**PUSAT PENGEMBANGAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN DAN  
PRAKTIK KERJA LAPANGAN  
LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU  
PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**2016**

## LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, mahasiswa PPL Universitas Negeri Yogyakarta menyatakan bahwa mulai tanggal 15 Juli 2016 sampai dengan 15 September 2016 telah melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Semester Khusus Tahun Akademik 2016/2017 di SMA Negeri 1 Sewon, Jalan Parangtritis KM 5, Bangunharjo, Sewon, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55187:

Nama : Aji Suryo Riyanto

NIM : 13601244033

Fak/Jurusan/Prodi : FIK / POR / PJKR

Sebagai pertanggungjawaban telah saya susun laporan PPL Semester Khusus Tahun Akademik 2016/2017 di SMA Negeri 1 Sewon.

Yogyakarta, 24 Agustus 2016

Mengesahkan,

Dosen Pembimbing PPL

Guru Pembimbing PPL

Drs. Suhadi, M.Pd

NIP. 19600505 198803 1 006

Tri Jaka Samekta, S.Pd.

NIP. 19680305 200501 1 012

Mengetahui,

Kepala SMA N 1 Sewon

Koordinator PPL SMA N 1

Sewon

Drs. Marsudiyana

NIP. 19590322 198703 1 004

Suwarsono, S.Pd, M.Sc, M.A.

NIP. 19670415 199101 1 003

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) UNY di SMA Negeri 1 Sewon, Jl. Parangtritis km 5 Bangunharjo, Sewon, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta, 55187 dengan baik serta dapat menyelesaikan laporan PPL ini. Laporan PPL ini dibuat berdasarkan data hasil pelaksanaan program-program PPL yang terkumpul selama berada di lokasi PPL setelah sebelumnya melalui tahap observasi.

Laporan ini disusun sebagai pertanggungjawaban pelaksanaan program-program PPL semester khusus tahun akademik 2016/2017 yang dilaksanakan mulai tanggal 15 Juli 2016 sampai dengan 15 September 2016. Laporan ini merupakan informasi tertulis yang berisi tentang uraian program PPL.

Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak, laporan ini tidak dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd.,M.A. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin pelaksanaan PPL.
2. Tim PPL UNY dari Lembaga Pengembangan dan Penjaminan Mutu Pendidikan (LPPMP) yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti PPL.
3. Bapak Dr. Sulis Triyono, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Lapangan yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan saran selama pelaksanaan PPL.
4. Bapak Drs. Suhadi, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing PPL yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan saran selama pelaksanaan PPL.
5. Bapak Drs. Marsudiyana selaku Kepala SMA Negeri 1 Sewon yang telah memberikan ijin, kesempatan, dan masukan dalam pelaksanaan PPL.
6. Bapak Tri Jaka Samekta, S.Pd selaku Guru Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan saran selama pelaksanaan PPL.
7. Seluruh warga SMA Negeri 1 Sewon atas partisipasi dan bantuannya.

8. Rekan-rekan mahasiswa PPL UNY di SMA Negeri 1 Sewon atas bantuan, kritikan, dan saran semoga persahabatan kita akan selalu abadi.
9. Orangtua yang senantiasa memberikan dukungan bagi keberhasilan penulis.
10. Semua pihak lain yang tidak bisa disebutkan satu per satu, yang telah memberikan saran, kritik, dan dorongan sehingga dapat terwujudnya laporan ini.

Semoga bantuan, bimbingan, pengarahan, serta dukungan yang telah diberikan akan menjadi amal yang baik dan akan mendapatkan balasan dari Tuhan Yang Maha Esa. Kami menyadari bahwa dalam penyusunan laporan ini masih memiliki banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan, maka saran dan kritik yang bersifat membangun sangat diharapkan oleh kami. Tak lupa kami sampaikan permohonan maaf yang sebesar-besarnya kepada semua pihak, seluruh warga SMA Negeri 1 Sewon apabila kami melakukan kesalahan baik yang disengaja maupun tidak disengaja selama pelaksanaan PPL. Akhir kata kami berharap semoga laporan ini dapat memberi manfaat bagi semua pihak.

Yogyakarta, 24 Agustus 2016

Penyusun,

Aji Suryo Riyanto

## DAFTAR ISI

<b>Halaman Judul .....</b>	<b>i</b>
<b>Halaman Pengesahan.....</b>	<b>ii</b>
<b>Kata Pengantar .....</b>	<b>iii</b>
<b>Daftar Isi .....</b>	<b>v</b>
<b>Daftar Lampiran .....</b>	<b>vi</b>
<b>Abstrak.....</b>	<b>vii</b>
 <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	 <b>1</b>
A. Analisis Situasi.....	2
B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL .....	12
 <b>BAB II PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL .....</b>	 <b>15</b>
A. Persiapan Kegiatan PPL.....	15
B. Pelaksanaan Kegiatan PPL.....	19
C. Analisis Hasil Pelaksanaan Kegiatan PPL .....	27
D. Refleksi Pelaksanaan PPL.....	28
 <b>BAB III PENUTUP .....</b>	 <b>29</b>
A. Kesimpulan .....	29
B. Saran.....	29
 <b>Daftar Pustaka.....</b>	 <b>31</b>
<b>Lampiran .....</b>	<b>32</b>

## **DAFTAR LAMPIRAN**

**Lampiran 1. RPP**

**Lampiran 2. Matriks Individu Program Kerja PPL**

**Lampiran 3. Matriks Kelompok PPL**

**Lampiran 4. Laporan Mingguan**

**Lampiran 5. Lembar Observasi Sekolah**

**Lampiran 6. Lembar Observasi kelas**

**Lampiran 7. Presensi dan Jadwal**

**Lampiran 8. Dokumentasi**

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

**Di SMA Negeri 1 Sewon**

**Oleh:**

**Aji Suryo Riyanto  
13601244033**

**ABSTRAK**

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) semester khusus tahun 2016 telah dilaksanakan di SMA Negeri 1 Sewon, Jl. Parangtritis km 5 Bangunharjo, Sewon, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55187 selama 2 bulan sejak tanggal 15 Juli 2016 sampai dengan 15 September 2016. PPL sebagai usaha untuk meningkatkan efisiensi dan kualitas penyelenggaraan proses pembelajaran serta mengembangkan kompetensi mahasiswa sebagai calon guru atau tenaga kependidikan. PPL diharapkan dapat memberikan pengalaman belajar bagi mahasiswa, terutama dalam hal pengalaman mengajar, memperluas wawasan, melatih dan mengembangkan kompetensi yang diperlukan dalam bidangnya, meningkatkan keterampilan, kemandirian, tanggung jawab, dan kemampuan memecahkan masalah.

Pada kesempatan PPL yang dilaksanakan dari tanggal 15 Juli 2016 sampai dengan 15 September 2016 ini mahasiswa mencoba merancang serangkaian program kerja yang berhubungan dengan kompetensi yang mahasiswa miliki. Program PPL yang mahasiswa laksanakan mendapat tanggapan positif dari pihak sekolah. Selanjutnya mahasiswa mendapat kesempatan untuk mengajar di kelas XI IPA 1, XI IPA 2, XI IPA 3, XI IPA 4, XI IPA 5, XI IPS 1, XI IPS 2 dan XI IPS 3. Di dalam mengajar mahasiswa memberi pembelajaran yang pada dasarnya banyak di luar kelas, agar peserta didik tidak bosan menerima materi yang diberikan. Dengan adanya kerjasama yang baik dengan pihak sekolah dan guru pembimbing, berbagai permasalahan yang ada dapat mahasiswa atasi dengan baik.

Secara umum, pelaksanaan PPL dapat berjalan dengan baik. Adapun hambatan yang muncul dapat diminimalisir dengan konsultasi dengan guru pembimbing, sehingga pelaksanaan PPL dapat terlaksana dengan baik. Dengan adanya kegiatan PPL diharapkan mahasiswa mendapatkan pengalaman nyata berkaitan dengan perencanaan, penulisan perangkat pembelajaran, proses pembelajaran dan pengelolaan kelas. Mahasiswa telah menerapkan dan mengembangkan ilmu serta ketrampilan yang dimiliki sesuai dengan program studi masing-masing. Selain itu mahasiswa dapat menerapkan dan mengembangkan kompetensi keguruan dan kependidikan yang diperoleh selama dibangku perkuliahan UNY.

*Kata kunci: PPL, SMA Negeri 1 Sewon, Program PPL*

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) memiliki bobot 3 SKS dan merupakan salah satu mata kuliah yang wajib ditempuh oleh seluruh mahasiswa UNY yang mengambil jurusan kependidikan. Program PPL adalah kegiatan yang bertujuan untuk mengembangkan kompetensi mahasiswa sebagai calon pendidik atau tenaga kependidikan. Program PPL mempunyai visi yaitu sebagai wahana pembentukan calon guru atau tenaga kependidikan yang profesional. Misi PPL adalah menyiapkan dan menghasilkan calon guru atau tenaga kependidikan yang memiliki nilai, sikap, pengetahuan, keterampilan profesional, mengintegrasikan dan mengimplementasikan ilmu yang telah dikuasainya ke dalam praktik keguruan dan atau praktik kependidikan, memantapkan kemitraan UNY dengan sekolah serta lembaga kependidikan, dan mengkaji serta mengembangkan praktik keguruan dan praktik kependidikan.

Lokasi PPL adalah sekolah atau lembaga pendidikan yang ada di wilayah Propinsi DIY dan Jawa Tengah. Sekolah yang digunakan sebagai tempat pelaksanaan kegiatan PPL UNY meliputi SD, SLB, SMP, MTs, SMA, SMK, dan MAN. Lembaga pendidikan yang digunakan sebagai tempat pelaksanaan kegiatan PPL UNY mencakup lembaga pengelola pendidikan seperti Dinas Pendidikan, Sanggar Kegiatan Belajar (SKB) milik kedinasan, *club* cabang olah raga, balai diklat di masyarakat atau instansi swasta. Sekolah atau lembaga pendidikan yang digunakan sebagai lokasi PPL dipilih berdasarkan pertimbangan kesesuaian antara mata pelajaran atau materi kegiatan yang dipraktikkan di sekolah atau lembaga pendidikan dengan program studi mahasiswa.

Pada program PPL tahun 2016 ini, penulis mendapatkan lokasi pelaksanaan PPL di SMA Negeri 1 Sewon. SMA Negeri 1 Sewon beralamat di Jl. Parangtritis km 5 Bangunharjo, Sewon, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta.



### **A. Analisis Situasi**

Kegiatan PPL pada tahun 2016 yang berlokasi di SMA Negeri 1 Sewon ini berusaha memberikan salah satu langkah untuk mempersiapkan sumber daya manusia yang berkualitas dan siap menjadi guru yang profesional. SMA Negeri 1 Sewon adalah salah satu SMA yang digunakan sebagai sasaran peserta PPL UNY tahun 2016. Peserta PPL tahun 2016 mencoba memberikan sumbangan dalam mewujudkan visi SMA Negeri 1 Sewon.

Sebelum melaksanakan kegiatan PPL, seluruh peserta PPL SMA Negeri 1 Sewon harus memahami terlebih dahulu lingkungan dan kondisi dari lokasi dilaksanakannya kegiatan PPL tersebut. Sehubungan dengan hal tersebut, setiap peserta telah melaksanakan observasi terhadap lokasi PPL yakni SMA Negeri 1 Sewon. Observasi ini bertujuan agar peserta PPL mendapatkan gambaran fisik serta kondisi psikis yang berkaitan dengan aturan dan tata tertib yang berlaku di SMA Negeri 1 Sewon.

Berdasarkan observasi yang telah kami lakukan, SMA Negeri 1 Sewon terletak di Jl. Parangtritis km 5 Bangunharjo, Sewon, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Hasil analisis berdasarkan observasi yang telah dilaksanakan, diperoleh bahwa SMA Negeri 1 Sewon merupakan salah satu sekolah menengah atas yang bernaung di bawah Kementerian Pendidikan Nasional. Sekolah ini merupakan salah satu tempat yang digunakan untuk lokasi PPL UNY tahun 2016 pada semester khusus.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilaksanakan pada masa pra PPL, diperoleh data atau informasi sebagai berikut.

#### **1. Sejarah Singkat SMA Negeri 1 Sewon**

SMA Negeri 1 Sewon berdiri sejak tahun 1983, namun ketika baru berdiri sekolah ini masih bergabung dengan SMA N 5 Yogyakarta dan masuk pada sore hari. Akan tetapi, pada tanggal 1 Juli 1983, pemerintah melalui Dinas Pendidikan dan Kebudayaan membangun gedung dan ditempati pada bulan September tahun 1983. Sekolah ini kemudian berganti nama menjadi SMA Negeri 1 Sewon. Hal inilah yang menjadi alasan mengapa lirik dari salah satu penggalan lagu mars SMA Negeri 1 Sewon adalah *SMA Sewon di Jogjakarta*, bukan di Bantul.

SMA Negeri 1 Sewon yang sudah berdiri selama 33 tahun ini telah membantu untuk mendidik peserta didiknya agar dapat melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi, selama 33 tahun pulalah SMA Negeri 1 Sewon menghadapi berbagai tantangan dalam dunia pendidikan untuk mencapai Visi dan Misinya. Sejak tahun 2009 SMA Negeri 1 Sewon dipercaya untuk melaksanakan Kelas Khusus bakat Istimewa Olahraga (KKO).

## **2. Visi dan Misi SMA Negeri 1 Sewon**

Dalam hal peningkatan kualitas pendidikan, maka SMA Negeri 1 Sewon memiliki visi dan misi dalam pencapaiannya yang meliputi:

### **VISI :**

Berprestasi berkarakter berbudaya dan religius

### **MISI:**

1. Menyelenggarakan pembelajaran yang efektif dan inovatif.
2. Melengkapi sarana pembelajaran dengan teknologi informatika.
3. Mempersiapkan peserta didik dalam berbagai *event* baik dibidang akademik maupun non akademik.
4. Meningkatkan jiwa nasionalisme yang kuat dan bermartabat berdasarkan Pancasila.
5. Meningkatkan semangat rela berkorban.
6. Meningkatkan olah hati, olah pikir, olah raga, olah rasa, dan olah karsa.
7. Memperluas jaringan kerjasama dengan lembaga lain.
8. Menciptakan budaya membaca dengan didukung perpustakaan yang berkualitas.
9. Menciptakan lingkungan sekolah yang kondusif: aman, nyaman, tertib, disiplin, sehat kekeluargaan, dan penuh tanggungjawab.
10. Menanamkan dan meningkatkan pengamalan nilai-nilai ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari.

### 3. Kondisi Fisik Sekolah

#### a. Sarana dan Prasarana Sekolah

SMA Negeri 1 Sewon merupakan salah satu sekolah menengah atas yang berlokasi di Jl. Parangtritis km 5 Bangunharjo, Sewon, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Lokasi tersebut berada di pinggir jalan raya, tetapi suasana belajar relatif tenang. Lokasi SMA Negeri 1 Sewon mudah dijangkau oleh para guru, karyawan, dan peserta didik dari berbagai daerah bila menggunakan kendaraan pribadi. SMA Negeri 1 Sewon merupakan sebuah institusi pendidikan yang secara struktural berada dalam wilayah koordinasi Dinas Pendidikan Nasional Kabupaten Bantul. SMA Negeri 1 Sewon sebagai sebuah institusi pendidikan, memiliki kelengkapan fisik untuk menunjang proses belajar mengajar maupun administrasi sekolah. Berikut ini beberapa ruangan dan fasilitas yang cukup memadai dan memiliki fungsi masing-masing.

**Tabel 1.** Ruangan dan fasilitas SMA N 1 Sewon

No.	Nama Ruang	Jumlah
1.	Kelas	28 Ruang
2.	Kelas Inklusi	1 Ruang
3.	Kepala Sekolah	1 Ruang
4.	Guru	1 Ruang
5.	Tata Usaha	1 Ruang
6.	Bimbingan Konseling	1 Ruang
7.	Perpustakaan	1 Ruang
8.	UKS	1 Ruang
9.	Kopersai	1 Ruang
10.	Ruang OSIS	1 Ruang
11.	Masjid	1 Ruang
12.	Kantin	1 Ruang
13.	Kamar Mandi Guru	1 Ruang

No.	Nama Ruang	Jumlah
14.	Kamar Mandi Peserta didik/WC	3 Ruang
15.	Tempat Parkir Guru	2 Ruang
16.	Tempat Parkir Peserta didik	1 Ruang
17.	Ruang Piket	1 Ruang
18.	Lapangan Basket	1 Ruang
19.	Lapangan Voli	1 Ruang
20.	Lapangan Sepakbola	1 Ruang
21.	GOR	1 Ruang
22.	Laboratorium Fisika	2 Ruang
23.	Laboratorium Kimia	1 Ruang
24.	Laboratorium Biologi	1 Ruang
25.	Laboratorium Komputer	1 Ruang
26.	Laboratorium Bahasa	1 Ruang
27.	Perpustakaan	1 Ruang
28.	Ruang Pertemuan Guru	1 Ruang
29.	Gudang	1 Ruang
30.	Kelas Inklusif	1 Ruang
31.	Rumah Penjaga Sekolah	1 Ruang
32.	Ruang AVA	1 Ruang
33.	POS Satpam	1 Ruang

Fasilitas tersebut pada umumnya berada dalam kondisi baik dan telah mampu mendukung dalam pembelajaran yang berlangsung disekolahan.

#### **b. Identitas Sekolah**

Nama Sekolah : SMA Negeri 1 Sewon

Alamat Sekolah : Jalan Parangtritis km 5 Bangunharjo, Sewon,  
Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55187

Telepon/Fax : 0274-374459

Website : sman1sewon.sch.id

Nomor Statistik : 20400371

#### **4. Program Pendidikan dan Pelaksanaannya**

##### **a. Kurikulum**

Kurikulum merupakan salah satu perangkat untuk mencapai tujuan pendidikan. Mulai tahun ajaran 2014/2015 sampai dengan tahun ajaran 2016/2017 sekarang ini SMA Negeri 1 Sewon menerapkan Kurikulum 2013 setelah sebelumnya pernah menerapkan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP). Kurikulum 2013 ini diterapkan pada kelas X, XI, dan XII.

##### **b. Kegiatan Akademik**

Kegiatan belajar mengajar berlangsung di gedung SMA Negeri 1 Sewon. Proses belajar mengajar, baik teori maupun praktik untuk hari Senin, Selasa, Rabu, Kamis, dan Sabtu berlangsung mulai pukul 07.00 – 13.40 WIB, sedangkan untuk hari Jumat berlangsung mulai pukul 07.00-11.30 WIB, dengan alokasi waktu 45 menit untuk satu jam tatap muka. SMA Negeri 1 Sewon mempunyai 28 kelas yang terdiri atas:

- 1) Kelas X berjumlah 10 kelas, yaitu kelas X MIPA 1, X MIPA 2, X MIPA 3, X MIPA 4, X MIPA 5, X MIPA 6, X IPS 1, X IPS 2, X IPS 3, dan X IPS 4.
- 2) Kelas XI berjumlah 9 kelas, yaitu kelas XI MIPA 1, XI MIPA 2, XI MIPA 3, XI MIPA 4, XI MIPA 5, XI IPS 1, XI IPS 2, XI IPS 3, dan XI IPS 4.
- 3) Kelas XII berjumlah 9 kelas, yaitu kelas XII MIPA 1, XII MIPA 2, XII MIPA 3, XII MIPA 4, XII MIPA 5, XII IPS 1, XII IPS 2, XII IPS 3, dan XII IPS 4.

##### **c. Kegiatan Kesiswaan**

Kegiatan kesiswaan yang dilaksanakan di SMA Negeri 1 Sewon adalah OSIS (Organisasi Siswa Intra Sekolah), Kerohanian, Olahraga, Jurnalistik Sekolah, dan Kesenian. Semua kegiatan ini dimaksudkan agar peserta didik mampu meningkatkan potensi dan bakat intelektual yang dimiliki.

Pada hari Senin seluruh peserta didik, guru, dan karyawan SMA Negeri 1 Sewon melaksanakan upacara bendera di halaman upacara. Pelaksanaan upacara bendera dimaksudkan untuk mengenang jasa para pahlawan yang telah berkorban demi kemerdekaan bangsa ini dan meningkatkan jiwa nasionalisme bangsa. Oleh karena itu, kegiatan upacara bendera perlu dilaksanakan dengan khidmat dan baik, serta para petugas upacara perlu mendapatkan bimbingan dan pengarahan untuk melakukan tugasnya dengan baik.

Adapun kegiatan ekstrakurikuler yang diselenggarakan di SMA Negeri 1 Sewon antara lain: Pramuka, Pleton Inti (Tonti), Paskibra, Palang Merah Remaja (PMR), Lokananta (Buletin Sekolah), Kesenian (Seni Tari, Seni Musik, Seni Teater, dan Paduan Suara), Olahraga (Bola Voli, Bola Basket, Pencak Silat, Sepakbola, Tenis Meja, dan Bulutangkis), Kerohanian, Karawitan, Karya Ilmiah Remaja (KIR), Nasyid, Sinematografi, dan Pembinaan Olimpiade Sains. Kegiatan ekstrakurikuler ini bertujuan untuk menampung dan menyalurkan minat maupun bakat yang dimiliki oleh peserta didik, serta memberikan pengalaman lain di luar proses pembelajaran yang formal.

#### **d. Potensi Peserta Didik, Guru dan, Karyawan**

##### **1) Potensi Peserta Didik**

Peserta didik SMA Negeri 1 Sewon berasal dari berbagai kalangan masyarakat, baik yang berasal dari Kecamatan Sewon sendiri maupun luar Kecamatan Sewon. Berdasarkan Kurikulum 2013, SMA Negeri 1 Sewon memiliki dua program jurusan yang dimulai dari kelas X dan satu kelas khusus bakat dan minat, yaitu jurusan MIPA (Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam), jurusan IPS (Ilmu Pengetahuan Sosial), dan Kelas Khusus Olahraga (KKO). Pada tahun ajaran 2016/2017 peserta didik SMA Negeri 1 Sewon seluruhnya berjumlah 858 peserta didik, dengan rincian sebagai berikut.

**Tabel 2.** Data Peserta Didik Tahun Ajaran 2016/2017

<b>Kelas</b>	<b>Jumlah Peserta Didik</b>
X MIPA 1	24
X MIPA 2	34
X MIPA 3	34
X MIPA 4	35
X MIPA 5	34
X MIPA 6	34
X IPS 1	26
X IPS 2	28
X IPS 3	25
X IPS 4	27
XI MIPA 1	35
XI MIPA 2	33
XI MIPA 3	36
XI MIPA 4	31
XI MIPA 5	36
XI IPS 1	28
XI IPS 2	25
XI IPS 3	24
XI IPS 4	27
XII MIPA 1	35
XII MIPA 2	35
XII MIPA 3	35
XII MIPA 4	34
XII MIPA 5	32
XII IPS 1	30
XII IPS 2	30
XII IPS 3	25
XII IPS 4	26
<b>Jumlah</b>	<b>858</b>

## 2) Potensi Guru dan Karyawan

SMA Negeri 1 Sewon mempunyai 66 tenaga pendidik. Pendidikan terakhir guru di SMA Negeri 1 Sewon minimal adalah S1. Hal ini menunjukkan bahwa tenaga pendidik di SMA Negeri 1 Sewon sudah memenuhi standar kriteria. Tabel 3 di bawah ini menunjukkan daftar guru di SMA N 1 Sewon.

**Tabel 3.** Daftar Guru di SMA N 1 Sewon

No.	Nama Guru	Mata Pelajaran
1.	Drs. Marsudiyana	Fisika
2.	Drs. H. Sumarsono	Pendidikan Agama Islam
3.	Budi Styono, S.Pd.	PDK
4.	Drs. H. Sumiyono, M.Pd.	Ekonomi
5.	Hj. Karmiyati, S.Pd.	Bimbingan Konseling
6.	Drs. Sudiyono	Bahasa Jerman
7.	Drs. M. Salman	Pendidikan Kewarganegaraan
8.	Suyudi Suhartono, S.Pd.	Matematika
9.	Drs. Agung Supawa	Matematika
10.	Yuliandari, S.Pd.	Matematika
11.	Dra. Nohan Kelaswara	Matematika
12.	Tutik Hartanti, M.Pd.	Bahasa Indonesia
13.	Niken Nunggar W., S.Pd.	Bahasa Indonesia
14.	Dra. Eka Titin Aryani	Kimia
15.	Sunarti, S.Pd.	Kimia
16.	Dra. Endang Herpriyantini	Bahasa Indonesia
17.	Drs. Mardiantara	Biologi
18.	Endang Sudarmiyati, M.Si.	Fisika/PDK
19.	Rr. Esthi Wikan Natri, S.Pd.	Kimia/PDK
20.	A. Agung Kismono, S.Pd.	Biologi
21.	Yumroni, S.Pd.	Bimbingan Konseling
22.	Marharjono, M.Pd.	Sejarah



No.	Nama Guru	Mata Pelajaran
23.	Dra. Alexandra Supartinah	Fisika/PDK
24.	Wahyudi, S.Pd.	Sosiologi
25.	Sumartini, S.Pd.	Ekonomi
26.	Tri Jaka Samekto, S.Pd.	Penjaskes
27.	Y. Anton Kristianto, S.Pd.	Bahasa Inggris
28.	Suwarsono, S.Pd., M.Sc.,M.A.	Biologi
29.	Drs. Muhammad Taufik	Bimbingan Konseling
30.	Nur Rahadi Luwis, S.Sn.	Seni Budaya/Seni Tari
31.	Istri Yulianti, S.Pd.	Ekonomi
32.	Dra. Sri Riyandari	Ekonomi
33.	Karyadi, S.Pd.	Kimia/PDK
34.	Drs. Samsuharjo	Sosiologi
35.	Bambang Utoro, S.Pd., Jas.	Penjaskes
36.	Malichatun, S.Pd.	Bahasa Inggris
37.	Rozani, S.Pd.	Bimbingan Konseling
38.	Hoeriyah, S.Pd.	Bahasa Inggris
39.	Agus Taruki, S.Pd.	Geografi
40.	Riana Wati, S.S.	Bahasa Jawa
41.	Imelda Agustini Trihatmi, S. Sos.	Sosiologi
42.	Agus Riyanto, S. Kom.	TIK/PDK
43.	Witri Windarti, S. Si.	TIK/PDK
44.	Drs. Jamal Sarwana	Fisika
45.	Dra. Dewi Indrapangastuti, M.Pd.	Matematika
46.	Duto Wijayanto, S.Pd., M.A.	Sejarah
47.	Rudiatmoko, S.Pd.	Seni Budaya/Seni Rupa
48.	Siwi Hidayah, M.Pd.	Pendidikan Kewarganegaraan
49.	Sajuri, S.Pd.	Penjaskes
50.	Okta Nur Wulan, S.Pd.	Pendamping ABK
51.	Sumarni, S.Th.	Pendidikan Agama Kristen

No.	Nama Guru	Mata Pelajaran
52.	Wagimin, S. Ag.	Pendidikan Agama Hindu
53.	Tryponia Nining Widyastuti, S.Pd.	Geografi
54.	Purwanti, S.Pd.	Bahasa Indonesia
55.	Ridwan Fauzi, S.Pd.	Penjaskes
56.	Hartanti Sulihandari, S.Pd.,I.	Pendidikan Agama Islam
57.	Fajar Nur Rohmaf	Pendidikan Agama Islam
58.	Herry Wijayanto	Matematika
59.	May Ulfa Atika, S.Si.	Matematika
60.	Gregorius Prasetyo Aji	Pendidikan Agama Katholik
61.	Arif Rochmawan	Bahasa Jawa
62.	Dra. Siti Wahyuningsih	Sejarah
63.	M. Zainudin, M.M.,M.Pd.	Pendidikan Kewarganegaraan
64.	FX. Sugeng Wahyu Widodo, S.Pd.	Sejarah
65.	Iwan Setiawan	Sejarah
66.	Arif Gunawan, S.Pd.	Sejarah

## 5. Permasalahan terkait Proses Belajar Mengajar

Setelah melakukan observasi kegiatan belajar mengajar di SMA Negeri 1 Sewon, terdapat beberapa permasalahan yang teridentifikasi, diantaranya yaitu kondisi peserta didik yang cukup ramai di beberapa kelas, peserta didik sering keluar masuk kelas pada saat KBM berlangsung, dan sebagian peserta didik kurang bisa aktif jika diajak untuk berdiskusi. Selain itu, penggunaan media pembelajaran yang belum inovatif. Tantangan bagi guru dalam hal ini adalah cara pengelolaan kelas yang baik, termasuk di dalamnya yaitu penyampaian materi pembelajaran yang disesuaikan dengan kondisi dan karakteristik peserta didik.

Berkaitan dengan kemampuan awal peserta didik, sebagian besar peserta didik SMA Negeri 1 Sewon adalah peserta didik dari semua kalangan ekonomi. Hal ini menjadi tantangan tersendiri bagi sekolah untuk tetap berprestasi dan menjalankan misi pendidikannya dengan baik.

Pembelajaran yang dilakukan oleh sebagian besar guru masih melakukannya secara konvensional, yang didominasi dengan ceramah. SMA Negeri 1 Sewon memiliki media pembelajaran seperti perangkat LCD, namun dalam hal penggunaan masih belum bisa dimanfaatkan secara maksimal oleh semua guru. Dalam rangka meningkatkan minat para peserta didik selama mengikuti pembelajaran, guru harus pandai memilih strategi pembelajaran yang menarik dan tepat dalam penyampaian materi

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

Pada perumusan program kerja, tidak sepenuhnya semua permasalahan yang teridentifikasi dimasukkan ke dalam program kerja. Pemilihan dan penentuan program kerja dilakukan melalui musyawarah berdasarkan pada permasalahan-permasalahan yang ada di SMA Negeri 1 Sewon dengan pertimbangan-pertimbangan yang matang. Adapun yang menjadi pertimbangan dalam perumusan program-program kerja antara lain: berdasarkan kemampuan peserta didik, visi dan misi sekolah, kebutuhan dan manfaat bagi sekolah, dukungan dari pihak sekolah, waktu yang tersedia, serta sarana dan prasarana yang tersedia di SMA N 1 Sewon.

Dengan adanya kegiatan PPL ini, diharapkan dapat menjadi sarana mahasiswa sebagai calon guru untuk mendapatkan gambaran secara nyata mengenai kegiatan sebagai guru di sekolah. Adapun rencana kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMA Negeri 1 Sewon meliputi:

##### **1. Tahap Persiapan**

Pada tahap persiapan pihak UNY melalui dosen pembimbing lapangan menyerahkan mahasiswa PPL kepada pihak sekolah yang bersangkutan. Kemudian untuk selanjutnya dilakukan observasi lokasi dan dilanjutkan pelaksanaan PPL.

##### **2. Tahap Latihan Mengajar (*micro teaching*)**

Dalam *micro teaching* ini, peserta PPL melakukan praktik mengajar pada kelas yang kecil dengan standar Kurikulum 2013 sesuai dengan yang diterapkan di SMA N 1 Sewon. Mahasiswa PPL berperan sebagai guru

dan peserta didiknya adalah teman satu kelompok yang berjumlah sepuluh orang dengan seorang dosen pembimbing.

3. Tahap Observasi

Tahap observasi ini dilakukan mulai dari observasi keadaan situasi, kondisi fisik atau non-fisik, pendukung pembelajaran di sekolah, observasi peserta didik baik di dalam ataupun di luar kelas, dan observasi kegiatan belajar mengajar di kelas.

4. Tahap Pembekalan

Sebelum melaksanakan kegiatan PPL di sekolah, peserta PPL perlu mempersiapkan diri baik secara mental maupun fisik. Selain itu, perlu juga dilakukan pendalaman materi yang terkait dengan kegiatan belajar mengajar.

5. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan peserta PPL diterjunkan ke sekolah kurang lebih 2 bulan, yaitu mulai tanggal 15 Juli sampai dengan 15 September 2016. Dalam kegiatannya, para peserta PPL menyusun perangkat persiapan pembelajaran, melaksanakan praktik mengajar di kelas, membuat dan mengembangkan media pembelajaran (*job sheet*), dan melakukan evaluasi atau penilaian pada peserta didik.

6. Tahap Akhir

Pada tahap akhir ini terdiri dari:

a. Penyusunan Laporan

Penyusunan laporan ini didasarkan pada pengalaman dan observasi peserta PPL selama di sekolah. Pada laporan ini, berisi data-data lengkap mencakup hal-hal yang berkaitan dengan kegiatan belajar mengajar serta kondisi fisik maupun non-fisik SMA Negeri 1 Sewon.

b. Evaluasi

Evaluasi kegiatan PPL ini bertujuan untuk mengukur kemampuan mahasiswa peserta PPL dalam hal penguasaan kemampuan profesionalisme guru, personal, dan interpersonal.

c. Penarikan Mahasiswa PPL

Penarikan mahasiswa dari lokasi PPL, yaitu SMA N 1 Sewon dilaksanakan pada tanggal 15 September 2016, yang juga menandai berakhirnya tugas yang harus dilaksanakan oleh mahasiswa PPL Universitas Negeri Yogyakarta.

## **BAB II**

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

Kegiatan PPL ini dilaksanakan selama kurang lebih dua bulan, terhitung mulai tanggal 15 Juli sampai dengan 15 September 2016. Sebelum pelaksanaan program ada beberapa persiapan yang perlu dilakukan demi kelancaran program tersebut.

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

Keberhasilan suatu kegiatan sangat tergantung dari persiapannya. Demikian pula untuk mencapai tujuan PPL, maka praktikan melakukan berbagai persiapan sebelum praktik mengajar. Persiapan-persiapan tersebut termasuk kegiatan yang diprogramkan dari Universitas Negeri Yogyakarta, maupun yang diprogramkan secara individu oleh praktikan. Persiapan-persiapan tersebut meliputi:

##### **1. Pengajaran Mikro**

Persiapan paling awal yang dilakukan oleh praktikan adalah mengikuti kuliah pengajaran mikro. Dalam hal ini praktikan sekaligus melakukan praktik mengajar pada kelas yang kecil dengan standar Kurikulum 2013 sesuai dengan kurikulum yang diselenggarakan di SMA N 1 Sewon. Peran sebagai guru adalah praktikan sendiri dan yang berperan sebagai peserta didik adalah teman satu kelompok yang berjumlah sepuluh orang dengan seorang dosen pembimbing.

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

mengajar mikro ini mahasiswa diberi waktu 15 menit dengan kesempatan tampil kurang lebih 4 kali. Mata pelajaran yang dipelajari di mata kuliah *microteaching* adalah mata pelajaran Penjas yang yang disesuaikan dengan pembagian sekolah masing-masing.

## **2. Pendaftaran PPL dan Pemilihan Lokasi PPL**

Sebelum melaksanakan program kuliah PPL mahasiswa wajib melakukan pendaftaran PPL terlebih dahulu. Setiap mahasiswa wajib mendaftarkan diri sesuai peraturan Universitas dan Fakultas masing-masing. Pendaftaran dilakukan secara online yang kemudian dilanjutkan dengan pemilihan sekolah masing-masing. Pendaftaran PPL ini dilakukan sebelum kegiatan pembelajaran mikro sehingga ketika pembelajaran mikro mahasiswa sudah dikelompokkan sesuai dengan lokasi yang ditentukan. Mahasiswa berhak memilih lokasi tempat PPL sesuai dengan pertimbangannya sendiri-sendiri.

## **3. Observasi Lapangan**

Obsevasi lapangan merupakan persiapan yang paling penting sebelum melaksanakan program PPL. Pelaksanaan observasi mampu membantu mahasiswa dalam mendeskripsikan langkah yang harus diambil dalam mengajar di sekolah yang mereka pilih. Dengan terlaksananya persiapan observasi, maka mahasiswa mengetahui kondisi sekolah, cara mengajar guru, dan metode pembelajaran yang digunakan.

Observasi pembelajaran di kelas dilaksanakan oleh mahasiswa sesuai dengan jam mengajar guru pembimbing yang bertujuan untuk memberikan gambaran awal, pengetahuan, dan pengalaman lapangan mengenai tugas guru, khususnya tugas mengajar dan mengatur peserta didik dalam pembelajaran.

Ada beberapa aspek yang perlu diamati oleh mahasiswa dalam kegiatan observasi lapangan ini. Beberapa aspek tersebut antara lain yaitu sebagai berikut:

### **a. Perangkat Pembelajaran**

Guru sudah membuat perangkat pembelajaran atau buku kerja guru yang berisi satuan acara pembelajaran, program tahunan, program semester, alokasi waktu efektif, dan analisis materi pembelajaran.

b. Proses Pembelajaran

Adapun objek pembelajaran yang diamati dalam aspek ini antara lain sebagai berikut:

1) Membuka Pelajaran

Pelajaran dibuka dengan salam, doa, menyanyikan Lagu Indonesia Raya kemudian dilanjutkan dengan apersepsi.

2) Penyajian Materi

Dalam menyajikan materi, guru cukup menguasai materi, materi juga disajikan dengan runtut, jelas, dan lancar. Materi yang digunakan sebagian besar diambil dari buku yang menjadi sumber belajar.

3) Metode Pembelajaran

Dalam pelaksanaan mengajar metode pembelajaran yang digunakan yaitu dengan menerapkan metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Dalam pemberian materi diupayakan kondisi peserta didik dalam keadaan tenang dan kondusif agar memudahkan semua peserta didik dalam memahami pelajaran yang disampaikan.

4) Penggunaan Bahasa

Sebagai pengantar pembelajaran bahasa yang digunakan adalah bahasa Indonesia baku, namun terkadang tidak baku (bercampur dengan Bahasa Jawa).

5) Penggunaan Waktu

Penggunaan waktu efektif, tidak ada waktu terbuang. 1 jam pelajaran adalah 45 menit. Setiap kelas mendapat jam pelajaran penjas 3 x 45 menit setiap pertemuannya.

6) Gerak

Guru tidak hanya diam di tempat saja, tetapi berdiri dan berjalan untuk memberikan arahan dan bimbingan kepada peserta didik.

7) Cara Memotivasi Siswa



Guru mendatangi peserta didik yang ribut atau diam dengan menggunakan kata-kata yang penuh dengan motivasi. Guru selalu meyakinkan dan menasehati peserta didik bahwa mereka dapat menyerap pelajaran dengan baik jika rajin memperhatikan dan berani mencoba.

8) Teknik Bertanya

Pertanyaan berkaitan dengan materi yang disampaikan dalam bentuk lisan dan mengarahkan peserta didik untuk berpikir kritis.

9) Teknik Penguasaan Kelas

Guru menguasai kelas dengan baik peserta didik penuh dengan antusias untuk mengikuti pelajaran walau terkadang ada yang ramai.

10) Bentuk dan Cara Evaluasi

Evaluasi diberikan dengan memberikan latihan soal dan langsung dijawab oleh peserta didik.

11) Menutup Pelajaran

Mengajak peserta didik untuk menyimpulkan materi dan memberikan sedikit ulasan. Sebelum keluar kelas, guru memberikan motivasi kembali kepada peserta didik dan bersalaman dengan peserta didik sebelum keluar kelas.

#### **4. Pembekalan PPL**

Pembekalan diwajibkan untuk semua mahasiswa yang akan melaksanakan PPL. Pembekalan dilakukan pada tanggal 20 Juni 2016 sebelum penerjunan mahasiswa ke lokasi PPL. Materi yang disampaikan mengenai matriks PPL, penyusunan Laporan PPL, dan beberapa solusi apabila mahasiswa ditempat PPL mendapatkan masalah, serta sanksi yang akan diberikan apabila melakukan kesalahan.

#### **5. Penerjunan Mahasiswa PPL di SMA Negeri 1 Sewon**

Penerjuanan mahasiswa PPL di SMA Negeri 1 Sewon dilakukan pada tanggal 16 Juli 2016. Penerjunan ini dihadiri oleh Kepala SMA Negeri 1 Sewon, Wakil Kepala Sekolah Urusan Kesiswaan, Wakil Kepala

Sekolah Urusan Kurikulum, dan beberapa orang guru, serta 25 orang Mahasiswa PPL UNY 2016.

## **B. Pelaksanaan Kegiatan PPL**

### **1. Kegiatan Praktik Mengajar**

Dalam praktik mengajar di kelas setiap praktikan dibimbing oleh seorang guru. Materi yang disampaikan praktikan di kelas disesuaikan dengan apa yang diajarkan oleh guru pembimbing. Sebelum mengajar, mahasiswa PPL diwajibkan untuk membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) dan membuat media pembelajaran yang dapat menunjang pembelajaran di kelas. Selain itu, mahasiswa juga harus menyiapkan diri dengan materi pelajaran agar proses belajar mengajar berjalan dengan lancar. Praktik mengajar di kelas tersebut terdiri dari dua macam yaitu terbimbing dan mandiri.

#### **a. Menyusun skema RPP**

Telah tersusun 6 RPP yaitu tentang materi tolak peluru, bola voli, sepak bola, lompat jauh, bola basket. Penyusunan RPP dilakukan setelah berkonsultasi dengan guru pembimbing.

#### **b. Praktik mengajar secara terbimbing**

Dalam kegiatan ini mahasiswa belum mengajar secara penuh, baik dalam penyampaian materi, penggunaan metode maupun, pengelolaan kelas tetapi masih dalam pengawasan guru pembimbing. Praktik mengajar terbimbing bertujuan agar mahasiswa praktikan dapat menguasai materi pelajaran secara baik dan menyeluruh baik dalam metode pengajaran maupun KBM lainnya. Di samping itu juga mahasiswa praktikan perlu mempersiapkan diri dari segi fisik maupun mental dalam beradaptasi dengan peserta didik. Dengan demikian, mahasiswa praktikan dapat mengetahui kondisi kelas yang meliputi perhatian dan minat peserta didik, sehingga mahasiswa praktikan mempunyai persiapan yang matang dan menyeluruh untuk praktik mengajar.

### **c. Praktik mengajar mandiri**

Setelah mahasiswa mengajar secara terbimbing, maka guru pembimbing memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk mengajar secara mandiri. Dalam kegiatan ini mahasiswa bertanggung jawab sepenuhnya terdapat jalannya KBM di kelas, tetapi guru pembimbing tetap memonitoring jalannya KBM di kelas dengan tujuan agar guru pembimbing mengetahui apabila mahasiswa praktikan masih ada kekurangan dalam kegiatan mengajar atau tidak.

Kegiatan proses belajar mengajar di kelas meliputi kegiatan sebagai berikut:

#### **1) Membuka pelajaran:**

Kegiatan membuka pelajaran meliputi kegiatan seperti di bawah ini, yaitu sebagai berikut:

- a) Membuka pelajaran dengan salam
- b) Berdo'a
- c) Presensi

Presensi dilakukan menyesuaikan keadaan di kelas, tidak ada alokasi waktu khusus untuk presensi. Ketika sudah cukup kenal, presensi dilakukan cukup dengan menanyakan peserta didik yang tidak hadir.

#### **d) Apersepsi**

Apersepsi dilakukan dengan cara menggali pemahaman peserta didik untuk mengemukakan pengetahuan awal mereka terhadap materi yang akan dipelajari.

#### **e) Tujuan pembelajaran**

Sebelum memulai kegiatan pembelajaran, guru menyampaikan tujuan pembelajaran agar kegiatan pembelajaran yang dilakukan lebih terarah.

#### **2) Inti**

Adapun rincian kegiatan pembelajaran yang dilakukan di kelas adalah sebagai berikut:

- a) Menyampaikan Materi Pelajaran

Agar penyampaian materi dapat berjalan lancar, maka pendidik harus menciptakan suasana kondusif yaitu suasana yang tidak terlalu tegang tetapi juga tidak terlalu santai. Hal ini dapat dicapai dengan pendekatan kepada peserta didik dan menerapkan aturan atau menegakkan kedisiplinan.

b) Metode Pembelajaran

Beberapa metode yang digunakan dalam kegiatan belajar mengajar dengan menerapkan Kurikulum 2013 adalah dengan ceramah bervariasi ketika menjelaskan konsep-konsep dasar, demonstrasi untuk lebih meningkatkan pemahaman konsep yang ingin ditanamkan dan supaya peserta didik lebih mempunyai gambaran tentang materi yang akan dipelajari, diskusi kelompok untuk analisis masalah dan menarik kesimpulan, serta tanya jawab jika masih ada yang belum dipahami dari materi yang dipelajari.

c) Penggunaan Bahasa

Bahasa selama praktik mengajar adalah bahasa Indonesia, walaupun begitu terkadang masih bercampur dengan bahasa daerah karena terbawa situasi di dalam kelas yang beberapa siswa lebih suka menggunakan bahasa Jawa.

d) Penggunaan Waktu

Waktu dialokasikan untuk membuka pelajaran, demonstrasi, menyampaikan materi, diskusi, tanya jawab, serta menutup pelajaran. Alokasi waktu sesuai dengan kebutuhan dan kegiatan yang akan dilakukan.

e) Gerak

Selama di dalam kelas, praktikan berusaha untuk tidak selalu di depan kelas. Akan tetapi, berjalan ke arah peserta didik dan memeriksa setiap peserta didik untuk mengetahui secara langsung apakah mereka sudah paham tentang materi yang sudah disampaikan. Di samping itu dengan menghampiri

peserta didik mereka menjadi tidak terlalu sungkan untuk bertanya.

f) Cara Memotivasi Siswa

Cara memotivasi peserta didik dalam penyampaian materi dilakukan dengan cara memberikan contoh aplikasi dari materi yang dipelajari, memberi latihan-latihan soal tentang materi fisika yang telah dipelajari, serta memberi kesempatan kepada peserta didik untuk berpendapat.

g) Teknik Bertanya

Teknik bertanya yang digunakan adalah dengan memberi pertanyaan terlebih dahulu kemudian memberi kesempatan peserta didik untuk menjawab pertanyaan tersebut. Akan tetapi, jika belum ada yang menjawab maka praktikan menunjuk salah satu peserta didik untuk menjawab. Dengan kata lain pertanyaan diajukan kepada seluruh peserta didik, tetapi pada akhirnya menunjuk salah satu peserta didik untuk menjawab jika belum ada yang secara sukarela menjawab pertanyaan.

h) Teknik Penguasaan Kelas

Teknik penguasaan kelas yang dilakukan oleh praktikan adalah dengan berjalan berkeliling. Dengan demikian, diharapkan praktikan bisa memantau apakah peserta didik itu memperhatikan dan bisa memahami apa yang sedang dipelajari. Dalam berbagai kasus seringkali kelas yang diampu suasananya kurang kondusif dan sering muncul pertanyaan-pertanyaan di luar konsep.

i) Bentuk dan Cara Evaluasi

Hal ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik terhadap materi yang telah disampaikan.

j) Menutup Pelajaran

Sebelum pelajaran berakhir yang dilakukan seorang guru adalah sebagai berikut:

- 1) Mengajak peserta didik untuk menyimpulkan materi yang di pelajari.
- 2) Memberikan tugas kepada peserta didik.
- 3) Memberikan pesan dan saran.
- 4) Berdo'a dan salam mengakhiri pelajaran.

Berikut ini jadwal mengajar Penjas di SMA 1 Sewon

<b>Hari</b>	<b>Jam Pelajaran</b>	<b>Mengajar kelas</b>
Senin	2-4	XI IPA 3
Selasa	1-3	XI IPA 1
Rabu	1-3	XI IPA 2
	4-6	XI IPS 3
Kamis	1-3	XI IPA 4
	4-6	XI IPA 5
Jum'at	1-3	XI IPS 1
	4-6	XI IPS 2

## **2. Umpan Balik dari Pembimbing**

Setelah kegiatan pembelajaran berlangsung, guru mengevaluasi sebagai umpan balik terhadap mahasiswa praktikan dengan memberikan arahan dan bimbingan mengenai kekurangan-kekurangan dari praktikan selama kegiatan pembelajaran. Hal ini bertujuan sebagai bahan perbaikan untuk meningkatkan kualitas proses pembelajaran selanjutnya. Umpan balik yang diberikan kepada mahasiswa praktikan ada dua tahap yaitu:

### **a. Sebelum Praktik Mengajar**

Pada tahap ini guru pembimbing memberikan arahan dalam menyusun persiapan kegiatan pembelajaran dan persiapan sikap, tingkah laku, serta persiapan mental untuk mengajar.

### **b. Sesudah Praktikan Mengajar**

Pada tahap ini guru pembimbing memberikan evaluasi, arahan, dan saran-saran terhadap mahasiswa praktikan setelah kegiatan pembelajaran selesai sehingga mahasiswa dapat lebih baik dalam pertemuan berikutnya.

## **3. Pelaksanaan Praktik Persekolahan**

Selain melaksanakan praktik mengajar, mahasiswa praktikan juga melaksanakan praktik persekolahan, yaitu melaksanakan kegiatan sebagai berikut:

### **a. Administrasi Pembelajaran/Guru**

#### **1) Silabus**

Silabus yang disusun hanyalah silabus pada atletik dan permainan bola besar sesuai materi yang diajarkan kepada peserta didik kelas XI.

#### **2) Evaluasi dan tindak lanjut**

Evaluasi dan tindak lanjut meliputi evaluasi kegiatan mengajar yang dilakukan pada hari itu, apa saja kelemahannya dan kelebihanannya serta bagaimana tanggapan peserta didik/respon peserta didik terhadap penyampaian materi. Setelah itu, menentukan tindak lanjut yang sesuai dengan permasalahan yang ada, apakah metode tersebut akan dilanjutkan atau akan berganti

metode. Disamping itu juga ada evaluasi yang mendiagnosa apakah peserta didik memiliki permasalahan/kesulitan secara khusus. Hal tersebut dapat diatasi dengan memberi kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya baik secara langsung ataupun melalui segala bentuk media yang memungkinkan.

b. Pembuatan media pendukung kegiatan pembelajaran di kelas

Media pendukung kegiatan pembelajaran di kelas antara lain RPP, sarana dan prasarana penunjang materi

c. Pembelajaran Ekstrakurikuler

Pembelajaran ekstrakurikuler yang dilakukan adalah ekstrakurikuler Pleton Inti (TONTI) atau baris-berbaris. Peran mahasiswa PPL dalam kegiatan ini adalah sebagai pedamping pelatihan kegiatan. Kegiatan dilakukan setiap hari Kamis dimulai pukul 14.00.

d. Kegiatan Sekolah

1) Piket Harian

Piket harian adalah salah satu tugas guru di luar jam mengajar. Adapun tugas yang dilakukan antara lain melakukan presensi pada setiap kelas, mencatat peserta didik yang datang terlambat, melayani peserta didik yang minta izin baik masuk atau keluar kelas, membunyikan bel jam pelajaran sekolah, dan bel pulang sekolah. Karena terkadang ada kebutuhan yang tidak direncanakan, maka terkadang piket harian belum tentu mahasiswa yang piket hari itu. Mahasiswa yang memiliki waktu luang dan bisa membantu dapat menggantikan petugas piket yang sedang berhalangan.

2) Piket Pagi

Piket pagi adalah salah satu tugas guru di luar jam mengajar. Adapun tugas yang dilakukan mahasiswa PPL selama piket pagi antara lain melakukan jabat tangan dengan guru dan peserta didik yang baru berangkat ke sekolah, memberikan senyum, dan salam kepada peserta didik dan guru.

3) Piket Perpustakaan



Piket perpustakaan adalah salah satu tugas mahasiswa PPL di luar jam mengajar. Adapun tugas yang dilakukan mahasiswa PPL selama piket perpustakaan antara lain menyusun atau merapikan buku pada setiap rak-rak di perpustakaan, mendata buku yang dipinjam oleh guru dan peserta didik, dan mengkondisikan ruangan perpustakaan agar tetap tenag.

4) Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (MPLS)

Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (MPLS) adalah kegiatan bagi peserta didik baru kelas X IPA dan IPS untuk mengenal lingkungan SMA N 1 Sewon. Kegiatan ini dilaksanakan mulai tanggal 18 Juli 2016 sampai dengan 20 Juli 2016. Adapun tugas yang dilakukan oleh mahasiswa PPL selama kegiatan MPLS ini adalah mendampingi peserta didik baru dalam mengenal lingkungan SMA N 1 Sewon dan mengkondisikan peserta didik di dalam kelas masing-masing.

5) Upacara bendera hari Senin

Upacara bendera hari Senin dilaksanakan setiap Senin pagi pukul 07.00 WIB di halaman upacara. Kegiatan biasanya berlangsung selama satu jam pelajaran, terkadang kurang terkadang lebih.

6) Upacara 17 Agustus

Rangkaian kegiatan peringatan upacara 17 Agustus di SMA N 1 Sewon adalah dengan upacara bendera di halaman upacara SMA N 1 Sewon dan dilanjutkan dengan upacara untuk memperingati hari kemerdekaan Republik Indonesia yang ke-71 di lapangan desa Timbulharjo, Kecamatan Sewon.

7) Dies Natalis SMA N 1 Sewon yang ke-33

Rangkaian kegiatan dies natalis SMA N 1 Sewon yang ke-33 adalah dengan upacara di halaman upacara SMA N 1 Sewon, pemotongan tumpeng oleh Kepala SMA N 1 Sewon, dan dilanjutkan dengan acara *colour run* (jalan santai dan pertunjukkan musik).

### **C. Analisis Hasil Pelaksanaan Kegiatan PPL**

Berdasarkan rancangan program PPL individu yang telah disusun dalam matriks program PPL, secara umum berjalan dengan baik dan lancar. Akan tetapi, dalam pelaksanaannya tidak lepas dari hambatan–hambatan, baik itu faktor internal maupun faktor eksternal. Namun demikian, pada pelaksanaannya hambatan–hambatan tersebut dapat diatasi sehingga nantinya program yang telah tersusun dalam matriks kerja dapat terlaksana dengan baik. Adapun program–program yang terlaksana dikarenakan dukungan dari pihak guru pembimbing PPL dan pihak mahasiswa PPL. Adapun hambatan yang dialami selama kegiatan PPL adalah sebagai berikut:

#### **1. Hambatan–Hambatan PPL**

Hambatan-hambatan yang dialami oleh mahasiswa praktikan selama kegiatan PPL di SMA N 1 Sewon yaitu sebagai berikut:

- a. Tidak optimalnya observasi yang dilakukan sebelum pelaksanaan PPL, sehingga banyak program insidental yang tidak terencana.
- b. Adanya jam yang dipotong ataupun hari tidak efektif karena digunakan untuk peringatan hari kemerdekaan.
- c. Tingkat pemahaman peserta didik dalam menerima materi fisika yang berbeda-beda.
- d. Salah satu dari sikap peserta didik yang kadang–kadang kurang mendukung kegiatan pembelajaran..
- e. Masalah klasik seperti kesalahan komunikasi.

#### **2. Solusi untuk Mengatasi Hambatan PPL**

Solusi-solusi yang digunakan untuk mengatasi hambatan selama kegiatan PPL yang mahasiswa praktikan alami yaitu sebagai berikut:

- a. Banyak melakukan koordinasi dengan pihak sekolah dan guru pembimbing dalam melakukan hal-hal yang tidak terencana agar program PPL terlaksana dengan baik dan lancar.
- b. Tingkat pemahaman peserta didik dalam menerima materi yang berbeda-beda, hal yang telah dilakukan adalah berusaha semaksimal mungkin menyampaikan materi kepada peserta didik secara perlahan. Selain itu, memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk

bertanya apabila belum jelas. Solusi yang lain dapat juga ditempuh dengan bimbingan di luar kelas, bagi peserta didik yang memang belum paham tentang materi tersebut.

- c. Sikap peserta didik yang tidak mendukung pelaksanaan kegiatan pembelajaran terjadi pada peserta didik yang tidak memperhatikan saat diberi penjelasan dan perhatian yang lebih. Selain itu, memotivasi peserta didik amatlah penting bagi semangat belajar masing-masing peserta didik.

#### **D. Refleksi Pelaksanaan PPL**

Refleksi pelaksanaan PPL UNY 2016 mengenai kegiatan mengajar dan nonmengajar. Praktik mengajar yang telah dilaksanakan oleh mahasiswa PPL memberikan pengalaman yang banyak, yaitu bagaimana mahasiswa harus menguasai kompetensi pedagogik dan profesionalisme guru secara nyata di sekolah/ kelas. Apa yang dipelajari di praktik pengajaran mikro tentu berbeda ketika dipraktikan secara nyata di kelas. Peserta didik lebih kompleks, dari masalah pengetahuan, psikologi, maupun sikap. Mahasiswa PPL harus bertindak secara profesional menjadi seorang guru. Selain itu, mahasiswa PPL haruslah memiliki penguasaan materi yang mendalam sehingga ilmu diberikan di sekolah dapat bermanfaat.

Kompetensi lain yaitu kepribadian dan sosial, yang harus dimiliki mahasiswa PPL. Selain mahasiswa harus bisa mengajar di kelas, mahasiswa harus bisa bersosialisasi dengan warga sekolah. Oleh karena itu, diadakannya kegiatan nonmengajar. Dari pelaksanaan program kerja PPL yang telah dilaksanakan dan hasil yang diperoleh, dapat dikatakan bahwa program PPL berjalan dengan baik.

## **BAB III**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan uraian pelaksanaan program individu PPL Universitas Negeri Yogyakarta yang dilaksanakan mulai tanggal 15 Juli 2016 sampai dengan tanggal 15 September 2016 di SMA Negeri 1 Sewon, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Mendapatkan pengalaman menjadi calon guru sehingga mengetahui persiapan-persiapan yang perlu dilakukan oleh guru sebelum mengajar sehingga benar-benar dituntut untuk bersikap selayaknya guru profesional.
2. Memperoleh gambaran yang nyata mengenai kehidupan di dunia pendidikan (terutama di lingkungan SMA) karena telah terlibat langsung di dalamnya, yaitu selama melaksanakan praktik PPL.
3. Mendapatkan kesempatan langsung untuk menerapkan dan mempraktikkan ilmu yang telah diperoleh di bangku kuliah dalam pelaksanaan praktik mengajar di sekolah.

#### **B. Saran**

Untuk meningkatkan keberhasilan kegiatan PPL pada tahun-tahun yang akan datang serta dalam rangka menjalin hubungan baik antara pihak sekolah dengan pihak Universitas negeri Yogyakarta, maka saran untuk kemajuan pelaksanaan kegiatan PPL adalah sebagai berikut:

##### **1. Bagi Sekolah**

- a. Pendampingan terhadap mahasiswa PPL lebih ditingkatkan lagi, karena mahasiswa belum berpengalaman dalam mengajar, sehingga kebutuhan terhadap pendampingan oleh guru pembimbing sangat dibutuhkan.
- b. Perlu adanya peningkatan dalam hal penyediaan sarana dan prasarana Penjas

## **2. Bagi Mahasiswa**

- a. Komunikasi antara mahasiswa dengan guru pembimbing agar lebih diintensifkan lagi sehingga proses PPL berjalan secara maksimal.
- b. Diharapkan mampu memanfaatkan seoptimal mungkin program ini sebagai sarana untuk menggali, meningkatkan bakat dan keahlian yang pada akhirnya kualitas sebagai calon pendidik dan pengajar dapat diandalkan.

## **3. Bagi Universitas**

- a. Lebih dapat meningkatkan pelayanan terhadap proses pelaksanaan PPL.
- b. Dalam memberikan informasi atau sebuah pengumuman hendaknya jelas dan tidak bersifat mendadak, supaya mahasiswa dapat menyiapkan apa yang diperlukan.
- c. Melakukan sosialisasi ke sekolah terkait peran dan tugas mahasiswa PPL supaya tidak terjadi kesalahpahaman.

## DAFTAR PUSTAKA

- Tim PPL UNY. 2015. *MATERI PEMBEKALAN PPL*. Yogyakarta: LPPMP UNY
- Tim Pembekalan PPL UNY. 2015. *PANDUAN PPL/MAGANG III*. Yogyakarta: LPPMP UNY
- Tim UPPL UNY. 2015. *Panduan PPL Universitas negeri Yogyakarta Edisi 2015*. Yogyakarta: UNY.
- Tim UPPL UNY. 2015. *Pedoman Pengajaran Mikro*. Yogyakarta: UNY
- Tim PPL UNY. 2015. *101 TIPS MENJADI GURU SUKSES*. Yogyakarta: LPPMP UNY.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan: SMA N 1 SEWON  
Mata Pelajaran : Penjasorkes  
Kelas/Semester : X/Satu  
Materi Pokok : Permainan Bola Besar ( Bolabasket)  
Alokasi Waktu : 1 x 3 JP (3 X 45 menit)

A. Kompetensi Inti

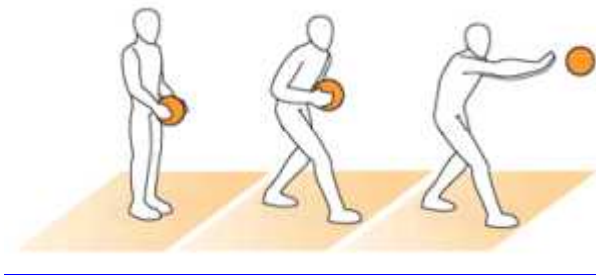
- KI 1 : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
- KI 2 : Mengembangkan perilaku (jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli, santun, ramah lingkungan, gotong royong, kerjasama, cinta damai, responsif dan pro-aktif) dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan bangsa dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
- KI 3 :Memahami dan menerapkan pengetahuan faktual, konseptual, prosedural dalam ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait 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.

B. Kompetensi Dasar

No.	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1	1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.	1.1.1. Berdo'a sebelum dan sesudah pembelajaran 1.1.2. Melakukan pemanasan di awal pembelajaran 1.1.3. Memelihara kesehatan tubuh
2	2.1 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran. 2.4 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan. 2.5 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.	2.2.1 Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya 2.2.2 Menyiapkan peralatan pembelajaran yang akan digunakan 2.2.3 Mengembalikan peralatan pembelajaran ketempat yang telah disediakan 2.2.4 Menjaga ketertiban lingkungan sekitar pembelajaran
3	3.1Menganalisis keterampilan gerak	3.1.1 Menjelaskan tahapan teknik mengumpan ( <i>chest pass, bounce pas, overhead pass</i> )

	salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan *)	3.1.3 Menjelaskan variasi dan kombinasi teknik mengumpan ( <i>chest pass</i> , <i>bounce pass</i> , <i>overhead pass</i> ) serta sikap tubuh pada waktu melakukan latihan teknik tersebut
4	4.1 Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan *)	4.1.1 Melakukan latihan teknik dasar mengumpan ( <i>chest pass</i> , <i>bounce pass</i> , <i>overhead pass</i> ) serta sikap tubuh pada waktu melakukan latihan teknik tersebut. 4.1.2 Melakukan variasi dan kombinasi teknik mengumpan ( <i>chest pass</i> , <i>bounce pass</i> , <i>overhead pass</i> ) serta sikap tubuh pada waktu melakukan latihan teknik tersebut. 4.1.3 Melakukan permainan bolabasket dengan peraturan yang dimodifikasi.

C. Materi Pembelajaran  
PASSING



Passing atau operan adalah memberikan bola ke kawan dalam permainan bola basket. Cara memegang bola basket adalah sikap tangan membentuk mangkuk besar. Bola berada di antara kedua telapak tangan. Telapak tangan melekat di samping bola agak ke belakang, jari-jari terentang melekat pada bola. Ibu jari terletak dekat dengan badan di bagian belakang bola yang menghadap ke arah tengah depan. Kedua kaki membentuk kuda-kuda dengan salah satu kaki di depan. Badan sedikit condong ke depan dan lutut rileks.



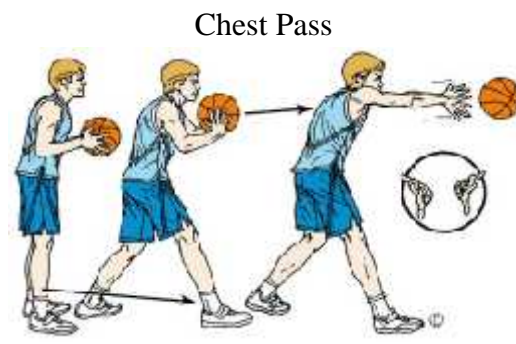
Dalam menangkap bola harus diperhatikan agar bola berada dalam penguasaan. Bola dijemput telapak tangan dengan jari-jari tangan terentang dan pergelangan tangan rileks. Saat bola masuk di antara kedua telapak tangan, jari tangan segera melekat ke bola dan ditarik ke belakang atau mengikuti arah datangnya bola. Menangkap bola (*catching ball*) terdiri dari dua macam cara yaitu menangkap bola di atas kepala dan menangkap bola di depan dada.

Jenis Jenis Passing (no 1-3 adalah jenis passing standar).

1.Bounce Pass



- 2.Chest Pass
- 3.Overhead Pass



Chest artinya dada. Chest pass adalah memberikan bola ke kawan dengan cara di passing tepat diarah depan dada. Kelebihan chest pass adalah lebih cepat, lebih kuat untuk mencapai kawan. Cocok untuk team dengan tipe quick passing.

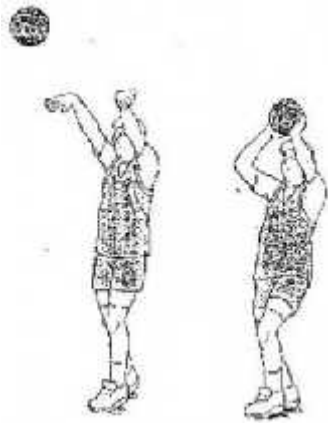


Sesuai namanya bounce artinya memantul, maka bounce pass adalah memberikan bola ke kawan dengan cara dipantulkan ke tanah. Teorinya adalah memantulkan ke tanah dengan titik pantul  $\frac{2}{3}$  jarak kita ke target kawan.

Cara melakukan Bounce pass :

1. Metode pelaksanaannya (sikap permulaan) sama dengan operan setinggi dada
2. Bola dilepaskan atau didorong dengan tolakan dua tangan menyerong ke bawah dari letak badan lawan dengan jarak kira-kira  $\frac{1}{3}$  dari penerima.
3. Pandangan mata ke arah bola yang dipantulkan, kemudian ke penerima
4. Bila berhadapan dengan lawan, maka sasaran pantulan bola berada di samping kanan atau kiri lawan.

Overhead pass



Overhead artinya diatas kepala. Overhead pass adalah memberikan passing ke kawan dengan memegang bola diatas kepala, lalu lemparkan. Overhead pass biasa digunakan pada team dengan tipikal wall center. Maksudnya center maupun pemain dengan badan tinggi yang memiliki matchup lawan yang lebih kecil. Maka overhead pass sangat berguna.

Cara melakukan Overhead pass :

1. Cara memegang bola sama dengan lemparan dari depan dada, hanya saja posisi permulaan bola di atas kepala sedikit di depan dahi dan siku agak ditekuk.
2. Bola dilemparkan dengan lekukan pergelangan tangan yang arahnya agak menyarong ke bawah disertai dengan meluruskan lengan.
3. Lepasnya bola dari tangan menggunakan jentikan ujung jari tangan.

**D. Metode Pembelajaran**

- Pendekatan : Scientific
- Model : Problem based learning

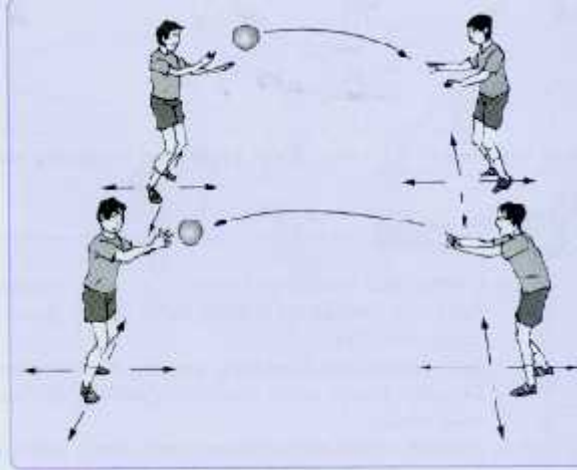
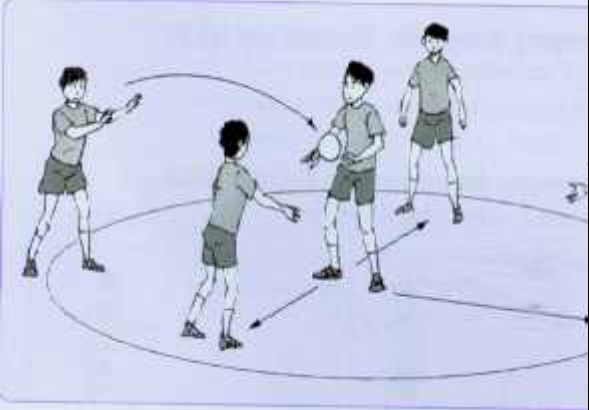

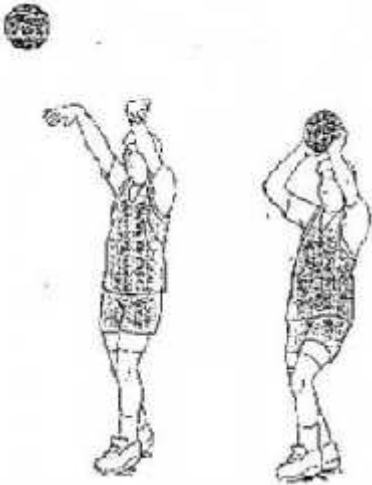
**E. Alat/Media/Bahan**

- Alat : Bola basket, peluit, lapangan, stopwatch, bendera, corong
- Bahan ajar : Buku pegangan Penjasorkes
- Media : video pembelajaran teknik /permainan bolabasket, gambar, model (peragaan oleh guru atau siswa yang memiliki kemampuan permainan bola basket)

**F. Langkah Kegiatan/Skenario Pembelajaran**

Kegiatan	Rincian Kegiatan	Waktu
	<div>1. Guru memimpin berdoa, melakukan presensi , dan apersepsi.</div> <div>2. Menyampaikan kompetensi (KD) yang akan diajarkan</div> <div>3. Menyampaikan tujuan pembelajaran</div> <div>4. Meminta beberapa orang siswa mengemukakan pengalaman setelah melihat/melakukan latihan teknik dasar bolabasket dari berbagai sumber.</div>	25 menit

Kegiatan	Rincian Kegiatan	Waktu
Pendahuluan	<p>5. Mengaitkan apa dikemukakan siswa dengan materi yang akan dipelajari</p> <p>6. Melakukan pemanasan (jarring menangkap ikan)</p> <p>a. Dimulai dengan memilih 2 anak untuk bergandengan tangan</p> <p>b. Dua siswa tersebut berlari mengejar teman-teman lain yang bebas berlari kemana saja selama tidak melewati garis lapangan basket</p> <p>c. Jika dua siswa tersebut berhasil menyentuh teman yang lain, maka yang tersentuh bergabung dengan yang bergandengan tadi untuk mengejar mencari mangsa yang lain</p> <p>7. Guru Membagi siswa dalam kelompok-kelompok</p>	
Inti	<p><b>Mengamati</b></p> <p>1. Siswa menyimak peragaan teknik dasar bolabasket yang dilakukan oleh siswa lain</p> <p>2. <i>Guru memperhatikan keterampilan teknik dasar passing (chest pass, bounce pas, overhead pass), siswa mengamati</i></p> <p><b>Menanya</b></p> <p>1. Siwa mengajukan pertanyaan berdasarkan pengamatan mereka.</p> <p>2 Siwa mengajukan pertanyaan mengenai teknik dasar bolabasket yang belum dipahami.</p> <p>3. <i>Guru memberi kesempatan bagi siswa lain yang ingin menanggapi atau menjawab pertanyaan siswa.</i></p> <p><b>Mencoba</b></p> <p>1.Siswa membentuk kelompok dengan jumlah yang sama banyak. Guru mengatur formasi barisan siswa.</p> <p>2.Siswa dalam kelompok melakukan latihan teknik dasar bolabasket dengan baik dan benar.</p> <p>3.Mencoba melakukan teknik chest pass berpasangan dengan teman</p>	90 menit

Kegiatan	Rincian Kegiatan	Waktu
	 <p>4. Mencoba melakukan teknik chest pass berpasangan dengan berkelompok</p>  <p>5. Mencoba melakukan teknik <i>bounce pass</i></p>  <p>Mecoba melakukan teknik overhead pass</p>  <p>6. Guru menilai keaktifan dan kerjasama kelompok siswa dalam melakukan latihan teknik dasar</p>	

Kegiatan	Rincian Kegiatan	Waktu
	<p>bolabasket .</p> <p><b>Menalar</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Masing-masing kelompok berdiskusi mengurutkan tahapan teknik yang benar dari masing masing teknik dasar bolabasket dan memberikan alasan/argumen.</li><li>2. Guru menilai kemampuan siswa mengolah informasi dalam mengurutkan tahapan teknik bolabasket .</li></ol> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Secara bergilir setiap kelompok diberi kesempatan memperagakan latihan teknik dasar yang benar.</li><li>2. Kelompok lain dapat memberi tanggapan dan pertanyaan</li><li>3. Guru memberi penilaian atas hasil kerja kelompok dan kemampuan siswa berkomunikasi lisan.</li></ol>	
<b>Penutup</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Meminta siswa menyimpulkan teknik dasar bolabasket yang baik dan benar.</li><li>2. Evaluasi</li><li>3. Memberikan tugas pengamatan variasi latihan teknik dasar bolabasket dan permainan bolabasket melalui media baca , video atau internet.</li><li>4. Mengingatnkan materi pertemuan berikutnya tentang latihan variasi teknik dasar bolabasket dan bermain bolabasket.</li></ol>	20 menit

G. PENILAIAN

- A. Penilaian Sikap
- a. Jenis / Teknik penilaian : Observasi
  - b. Bentuk instrument : Lembar pengamatan sikap

**Pedoman penskoran**

1 = tidak pernah

2= kadang-kadang

3= sering

4= selalu

No.	Aspek	Skor			
		1	2	3	4
1.	Disiplin				
	a. Hadir tepat waktu				
	b. Mengikuti seluruh proses pembelajaran				
	c. Mentaati prosedur pembelajaran				
	d. Selesai tepat waktu				
2.	Tanggung jawab				
	a. Berusaha menyelesaikan tugas yang diberikan				
	b. Menggunakan peralatan olahraga dengan baik				
3.	Toleransi				
	a. Berbagi alat olahraga dengan teman				
	b. Saling membantu dengan teman				
SKOR					

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai =

x 100

Jumlah skor maksimal

Konversi Nilai sikap

No.	Nilai	Predikat	Nilai Sikap
1	91-100	A	Sangat baik
2	81-90	B	Baik
3	71-80	C	Cukup
4	<70	D	Kurang

B. Penilaian Pengetahuan

- a. Jenis / teknik penilaian : Uji Tulis
- b. Bentuk Instrument

No.	Soal Uji Tulis	Jawaban	Skor
1.	Bagaimana cara melakukan teknik <i>chest pass</i> yang baik dan benar !	<div>1. Berdiri dengan memegang bola dengan dua tangan di depan dada</div> <div>2. Dorong bola ke depan dengan meluruskan kedua lengan bersamaan kaki belakang ke depan dan berat badan dibawa kedepan</div> <div>3. kedua tangan lurus rileks pandangan mengikuti arah gerakan bola</div>	<div>Skor 5 jika menyebutkan 3 langkah dengan benar</div> <div>Skor 3 jika menyebutkan 2 langkah dengan benar</div> <div>Skor 1 jika menyebutkan 1 langkah dengan benar</div>

2.	Bagaimana cara melakukan teknik <i>bounce pass</i> yang baik dan benar !	1..Berdiri dengan memegang bola dengan dua tangan di depan dada 2. Dorong bola ke depan dengan meluruskan kedua lengan arah bola memantul kelantai bersamaan kaki belakang ke depan dan berat badan dibawa kedepan 3. kedua tangan lurus rileks pandangan mengikuti arah gerakan bola.	Skor 5 jika menyebutkan 3 langkah dengan benar Skor 3 jika menyebutkan 2 langkah dengan benar Skor 1 jika menyebutkan 1 langkah dengan benar
3.	Bagaimana cara melakukan teknik overhead pass yang baik dan benar !	1. Memegang bola menggunakan kedua tangan dengan posisi dibelakang kepala dan posisi kaki sejajar 2. Dorong bola ke depan dengan arah bola melambung bersamaan salah satu kaki maju kedepan 3. kedua tangan lurus rileks pandangan mengikuti arah gerakan bola.	Skor 5 jika dapat menyebutkan 3 langkah dengan benar Skor 3 jika menyebutkan 2 langkah dengan benar Skor 1 jika menyebutkan 1 langkah dengan benar

Jumlah skor yang diperoleh

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

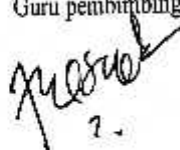
C. Penilaian Keterampilan

- a. Jenis/Teknik Penilaian :Uji unjuk kerja praktik chest pass, bounce pass dan overhead pass
- b. Bentuk instrument :
  - Siswa Melakukan chest pass pada dinding yang sudah diberi tanda ( setinggi 1 meter) selama 30 detik.
  - Siswa Melakukan bounce pass pada lantai kemudian terpantul ke dinding yang sudah diberi tanda ( setinggi 1 meter) selama 30 detik.
  - Siswa Melakukan over pass pada dinding yang sudah diberi tanda ( setinggi 1 meter) selama 30 detik.
- 1. Mula-mula siswa berdiri dengan memegang bola
- 2. Petugas memberi aba-aba "mulai", siswa mulai melakukan chest pass ke dinding
- 3. Guru menghitung ulangan chest pass yang dilakukan siswa

- 4. Guru menghitung ulangan bounce pass yang dilakukan siswa
- 5. Guru menghitung ulangan overhead pass yang dilakukan siswa
- 4. Jumlah ulangan chest pass, bounce pass dan overhead pass yang tepat sasaran dan memenuhi syarat dihitung untuk diberikan skor
- 5. Konversi jumlah dengan skor

Perolehan passing		Kriteria	Status
Putera	Puteri		
>30 kali	>25 kali	100	Sangat baik
22-29 kali	18-24 kali	90	baik
14-21 kali	13-17 kali	80	cukup
7-13 kali	6-12 kali	70	kurang
<7 kali	<6 kali	60	Kurang sekali

Sewon,25 Juli 2016

Mengetahui :  
Guru pembimbing  


TRI JAKA SAMEKTA,S.Pd.  
NIP. 19680305 200501 1 012

Guru Mata Pelajaran  


AJI SURYO RIYANTO  
NIM 13601244033



## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah	: SMA N 1 Sewon
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Kelas/Semester	: XI / 1
Materi Pokok	: Permainan Bolavoli
Alokasi Waktu	: 3 x 45 menit

### A. Kompetensi Inti (KI)

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

### B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

- 3.1. Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.
  - 3.1.1. Menjelaskan teknik gerakan passing bawah
  - 3.1.2. Menjelaskan teknik gerakan lengan dan kaki passing bawah
  - 3.1.3. Menjelaskan perkenaan bola pada teknik passing bawah
  - 3.1.4. Menjelaskan arah gerakan bola pada teknik passing bawah
- 4.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan dalam memainkan salah satu permainan bola besar dengan koordinasi gerak yang baik.
  - 4.1.1. Mempraktekan variasi gerakan teknik passing bawah tanpa bola
  - 4.1.2. Mempraktekan variasi gerakan teknik passing bawah dengan bola
  - 4.1.2. Mempraktekan variasi gerakan teknik passing bawah dengan bola berpasangan

### C. Tujuan Pembelajaran

Setelah melalui proses pembelajaran peserta didik dapat :

1. Membiasakan berdoa sebelum melakukan aktivitas.
2. Menunjukkan sikap sportif dalam bermain.

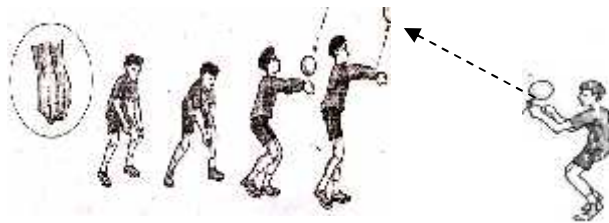
3. Menerapkan prinsip keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
4. Menunjukkan sikap disiplin selama mengikuti pembelajaran.
5. Menjelaskan teknik dasar passing bawah
6. Menjelaskan konsep gerak passing bawah .
7. Melakukan teknik dasar passing bawah
8. Melakukan teknik dasar passing bawah melalui permainan dengan peraturan yang dimodifikasi

#### D. Materi Pembelajaran

##### 1. *Passing* bawah bola voli.

*Passing* dalam permainan bolavoli adalah usaha atau upaya seorang pemain bolavoli dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk mengoperkan bola yang dimainkannya itu kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri.

Teknik dasar (pasing bawah) dengan rincian kegiatan sebagai berikut:



Elemen dasar bagi pelaksanaan operan lengan depan atau *passing* bawah yang baik adalah: a). Gerakan mengambil bola. b). Mengatur posisi. c). Memukul bola dan d). Mengarahkan bola kearah sasaran.

##### 1) Persiapan (Sikap awal)

- (a) bergerak kearah bola dan atur posisi tubuh
- (b) genggam jemari tangan
- (c) kaki dalam posisi meragang dengan santai, bahu terbuka lebar
- (d) tekuk lutut, tahan tubuh dalam posisi rendah.
- (e) bentuk landasan dengan lengan
- (f) sikut terkunci
- (g) lengan sejajar dengan paha
- (h) pinggang lurus
- (i) pandangan kearah bola



Gb. 1 Gerakan persiapan *passing* bawah

##### 2) Pelaksanaan (Perkenaan bola)

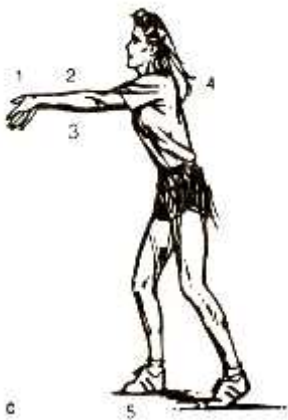
- (a) menerima bola di depan badan

- (b) sedikit mengulurkan kaki
- (c) berat badan dialihkan kedepan
- (d) perkenaan bola yang baik tepat pada pergelangan tangan
- (e) pukulalah bola jauh dari badan
- (f) pinggul bergerak ke depan
- (g) perhatikan bola saat menyentuh lengan



Gb. 2 Gerakan pelaksanaan *passing* bawah

- 3) Gerakan Lanjutan (Sikap akhir)
  - (a) jari tangan tetap digenggam
  - (b) sikut tetap terkunci
  - (c) landasan mengikuti bola kesasaran.
  - (d) pindahkan berat badan arah kesasaran
  - (e) perhatikan bola bergerak kesasaran




Gb. 3 Gerakan lanjutan *passing* bawah

E. Pendekatan dan Metode Pembelajaran.

Pendekatan : saintifik (*scientific*)

F. Kegiatan Pembelajaran.

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	1. Berbaris, berdoa, presensi, dan apersepsi dengan Mengaitkan materi pembelajaran sekarang dengan pengalaman peserta didik atau pembelajaran sebelumnya.	15 menit

	<div>2. Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran.</div> <div>3. Pemanasan (<i>warming up</i>) dengan permainan lempar tangkap bola .<div><div>a.Siswa dibagi 2 tim, 1 tim sebagai pelempar bola terhadap teman se-tim, dan tim yang kedua bertugas merebut bola yang saling dilempar tim 1</div><div>b. Melempar bola dengan kedua tangan dari arah bawah sehingga bola akan melambung secara parabola</div><div>c. Semua pemain hanya diperbolehkan bergerak ke samping (kanan dan kiri), tidak diperbolehkan bergerak maju mundur</div><div>d. Tim akan mendapatkan poin apabila tim berhasil melempar sebanyak 10 kali ke teman se tim dan tidak direbut dengan tim lawan (tim kedua)</div><div>e. Apabila tim pertama berhasil melakukan pelemparan 10 kali, tim kedua mendapat hukuman lompat pagar lima kali</div></div></div>	
	<div><div>A. Mengamati</div><div>1. Siswa mengamati salah satu siswa yang memberikan contoh gerakan passing bawah sesuai arahan guru</div><div><div>Passing bawah</div></div><div><div>2. Siswa mencermati dan mengeksplorasi kesulitan dalam melakukan gerakan passing bawah</div><div>3. Guru memfasilitasi dan membimbing siswa dalam mengamati peragaan siswa lain.</div></div><div><div>B. Menanya (Question)</div><div>1.Guru memberi pertanyaan kepada siswa bagaimana awalan posisi tangan yang benar</div><div>2. Guru memberi pertanyaan kepada siswa</div></div></div> <td>95 menit</td>	95 menit

	<p>“Dimana letak perkenaan bola pada tangan?”</p> <p>3. Guru memberi pertanyaan kepada siswa “Bagaimana cara agar bola yang dipassing tepat sasaran ?”</p> <p><b>C. Mengeksplorasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Siswa mencoba passing bawah di tempat secara individu dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin.</li><li>2. Siswa mencoba passing bawah sambil berjalan</li><li>3. Siswa mencoba passing bawah secara berpasangan, dimana salah satu siswanya melempar bola dan siswa yang satunya lagi melakukan passing bawah sebanyak 10 kali , kemudian bergantian melakukan passing bawah</li><li>4. Kemudian siswa yang berpasangan tersebut mencoba saling passing bawah</li></ol> <p><b>D. Mengasosiasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Dengan didampingi guru, siswa saling berdiskusi bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan teknik passing bawah</li><li>2. Menemukan gerak passing bawah yang paling tepat untuk kebutuhan individual</li></ol> <p><b>E. Mengkomunikasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Melakukan permainan bola voli menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan teknik passing bawah yang telah dipelajari.<ol style="list-style-type: none"><li>a.Setiap kelompok terdiri dari 6 orang kemudian melakukan permainan bola voli yang telah dimodifikasi.</li><li>b. Perturannya:<ul style="list-style-type: none"><li>- Melakukan servis atau dengan cara melemparkan bola</li><li>- Penerima bola pertama, kedua dan ketiga melakukan passing bawah</li></ul></li></ol></li></ol>	
<b>Penutup</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Pendinginan.</li><li>2. Evaluasi proses pembelajaran dengan</li></ol>	<b>25 Menit</b>

	<p>memberikan tes lisan tentang materi passing bawah.</p> <p>3. Melakukan refleksi oleh guru dengan melibatkan peserta didik tentang materi passing bawah</p> <p>4. Memberikan umpan balik dan penugasan pada peserta didik</p> <p>5. Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran, dan berdoa</p>	
--	--	--

**G. Alat dan Sumber Belajar**

**1. Alat :**

- Lapangan, Bolavoli, net, cone, pluit.

**2. Sumber Belajar**

- Buku Guru dan Buku Siswa Kurikulum 2013
- Buku referensi lain yang sesuai

**H. Penilaian**

**1. Penilaian sikap**

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

Keterangan:

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

- a. Menyusun kisi-kisi penilaian sikap, misalnya sikap disiplin, kerja sama, dan tanggung jawab dalam konteks permainan bola besar. Kisi-kisi ini sekaligus dapat dijadikan sebagai instrument penilaian.

Aspek yang Diukur	Deskripsi Sikap yang Diukur	B	S	K
1. Disiplin	Hadir tepat waktu			
	Mengikuti seluruh proses pembelajaran			
	Selesai tepat waktu			
	Mengenakan seragam sesuai peraturan			
2. Kerja sama	Bersama-sama menyiapkan peralatan			
	Mau memberi umpan ketika bermain			
	Mau menjadi penjaga bola			

	Merapihkan dan mengembalikan peralatan setelah melaksanakan pembelajaran			
3. Tanggung jawab	Mau mengakui kesalahan yang dilakukan			
	Tidak mencari cari kesalahan teman			
	Mengerjakan tugas yang diterima			

**Keterangan:**

- a. B : Baik
- b. S : Sedang
- c. K : Kurang

**Pengetahuan:**

- a. Menyusun kisi-kisi instrument penilaian pengetahuan

**Tes Pengetahuan (Kognitif)**

No .	Nama Siswa	Butir pertanyaan										NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.												
2.												
3.												
4.												
5.												
dst												

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai =  X 100

Jumlah skor maksimal

**Butir Pertanyaan dan jawaban**

No	Butir Pertanyaan	Jawaban	Penskoran
1.	Bagaimana langkah-langkah sikap tangan persiapan awal passing bawah?	a. bergerak ke arah bola dan atur posisi tubuh b. genggam jemari tangan c. kaki dalam posisi meragang dengan santai, bahu terbuka lebar d. tekuk lutut, tahan tubuh dalam posisi rendah. e. bentuk landasan dengan lengan f. sikut terkunci g. lengan sejajar dengan paha h. pinggang lurus i. pandangan ke arah bola	Skor 3 jika menyebutkan 9 langkah Skor 2 jika menyebutkan minimal 6 langkah Skor 1 jika menyebutkan minimal 3 langkah
2.	Bagaimana langkah pelaksanaan (perkenaan bola) pada passing bawah?	a. menerima bola di depan badan b. sedikit mengulurkan kaki c. berat badan dialihkan kedepan d. perkenaan bola yang baik tepat pada pergelangan tangan e. pukul bola jauh dari badan f. pinggul bergerak ke depan g. perhatikan bola saat menyentuh lengan	Skor 3 jika menyebutkan 7 langkah Skor 2 jika menyebutkan minimal 4 langkah Skor 1 jika menyebutkan minimal 2 langkah
3.	Bagaimana gerakan Lanjutan (Sikap akhir) passing bawah?	a. jari tangan tetap digenggam b. sikut tetap terkunci c. landasan mengikuti bola kesasaran. d. pindahkan berat badan arah kesasaran e. perhatikan bola bergerak kesasaran	Skor 3 jika menyebutkan 5 langkah Skor 2 jika menyebutkan minimal 2 langkah Skor 1 jika menyebutkan 1 langkah

**2. Tes unjuk kerja (keterampilan):**

Peserta didik diminta menerapkan passing bawah dalam permainan bola voli. Penskoran yang diberikan oleh guru dan siswa meliputi banyaknya melakukan passing.



No	Nama	Aspek yang dinilai								Jumlah skor	Nilai
		Passing									
		1		2		3		4			
1											
2											
3											
4											

**Petunjuk Penilaian Keterampilan**

1. Perintah : Menerapkan gerak pasing bawah dalam permainan bola voli!  
 Kriteria penskoran:

Skor 4 jika peserta didik dapat melakukan 10-.. passing

Skor 3 jika peserta didik dapat melakukan 7-9 passing

Skor 2 jika peserta didik dapat melakukan 4-6 passing

Skor 1 jika peserta didik dapat melakukan 1-3 passing

Jumlah skor yang diperoleh

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

Jumlah skor maksimal

Jumlah skor yang diperoleh

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

Tiga Aspek Penilaian

**Keterangan :**

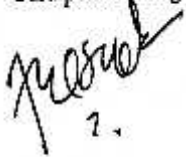
- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%

- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Sewon, 14 Juli 2016

Mengetahui :

Guru pembimbing



TRI JAKA SAMEKTA, S.Pd.

NIP. 19680305 200501 1 012

Guru Mata Pelajaran



AJI SURYO RIYANTO

NIM 13601244033

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah	: SMA N 1 Sewon
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Kelas/Semester	: XI / 1
Materi Pokok	:Sepak Bola (Passing Bawah, Kontrol, Umpan Lambung)
Alokasi Waktu	: 3 x 45 menit

### A. Kompetensi Inti (KI)

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

### B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

- 3.1. Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.
  - 3.1.1 Mengetahui dan melakukan teknik passing kaki dalam sepak bola dengan benar.
  - 3.1.2 Mengetahui dan melakukan control bola dengan benar
  - 3.1.3 Mengetahui dan melakukan teknik umpan lambung.
- 4.1 . Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan dalam memainkan salah satu permainan bola besar dengan koordinasi gerak yang baik
  - 4.1.1 Mempratekkan passing kaki dalam,control bola, dan umpan lambung dalam sepak bola

### C. Materi Pembelajaran

Passing adalah teknik memberikan bola kepada teman agar mudah diterima. Passing berasal dari kata PASS yang berarti tidak kurang dan tidak lebih.. passing dapat dilakukan dengan berbagai cara misalnya menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki, dan telapak kaki. tetapi untuk kali

ini kita membahas cara melakukan teknik dasar passing menggunakan kaki bagian dalam.

Cara melakukan passing bawah :

1. sikap permulaan

- a) letakkan salah satu kaki tumpu di sebelah bola ( sejajar dengan bola ) kaki tumpu jangan terlalu jauh atau melebihi bola
- b) pergelangan kaki untuk menendang dikunci kuat hingga membentuk seperti stik golf
- c) kaki penendang ditarik kebelakang
- d) pandangan tertuju pada arah sasaran operan

2. sikap menendang/ saat perkenaan dengan bola

- a) kaki untuk menendang ditarik kebelakang kemudian diayun mengenai bola. perlu diperhatikan saat kaki mengenai bola, perkenaan bola harus tepat ditengah bola atau sedikit keatas, apabila terlalu kebawah bola dapat melambung dan lebih sulit dikuasai teman.
- b) posisi tubuh sedikit membungkuk
- c) pandangan luas kedepan

Kesalahan dalam melakukan passing :

1. posisi kaki tumpu tidak sejajar dengan bola, sehingga laju bola tidak lurus dan laju bola cenderung liar
2. posisi kaki penendang tidak dikunci kuat sehingga laju bola tidak kencang dan lemah
3. perkenaan dengan bola terlalu kebawah sehingga bola melambung
4. pandangan hanya kearah bola, sehingga tidak melihat sasaran operan



Pengertian Mengontrol Bola Dalam Permainan Sepak Bola  
Mengontrol dalam permainan sepak bola disebut juga menghentikan bola, yaitu suatu upaya untuk menghentikan bola sebelum bola di hentikan dengan kaki. Saat mengontrol bola yang datang seorang pemain harus dalam posisi siap dengan pengamanaan yang tepat agar bola dapat di kuasai dengan sepenuhnya tanpa curia lawan. Ada beberapa cara untuk menghentikan bola, yaitumenghentikan bola dengan telapak kaki, menghentikan bola dengan punggung kaki, menghentikan

bola dengan dada, menghentikan bola dengan paha dan menghentika bola dengan perut.

#### Teknik-Teknik Dasar Mengontrol/Menghentikan Bola

##### 1. Mengontrol Bola Dengan Kaki Bagian Dalam:

- a) Kemudian langkah sikap tubuh menghadap ke arah datangnya bola.
- b) Selanjutnya pergelangan kaki yang digunakan untuk mengontrol diputar ke arah luar.
- c) Kaki tumpu lututnya sedikitnya ditekuk dan kedua tangan bergerak secara rileks untuk keseimbangan.
- d) Kaki yang digunakan untuk mengontrol bola diangkat diarahkan ke datangnya bola.
- e) Bola disentuh pada kaki bagian dalam, kemudian kaki ditarik ke belakang, selanjutnya bola dikuasai.

Chipping yaitu operan yang digunakan untuk melintasi lawan dengan umpan lambung yang memblok jalur operan bola bawah. Situasi ini juga dapat terjadi pada permainan atau jika lawan membentuk dinding untuk bertahan menghadapi tendangan bebas.

Pada saat melakukan *umpan lambung* tempatkan kaki tumpu lebih dekat dari teknik passing yang lain. Gunakan bagian bawah kaki diantara tali sepatu dan jari kaki ( finger ) tetapi bukan ujung kaki, perkenaannya di bagian paling bawah bola. Jika kita menarik tubuh bagian atas dan mengangkat kaki dengan cepat saat menendang maka bola akan melambung dengan jarak yang jauh, ini digunakan saat kita melakukan umpan lambung di belakang lawan bola akan naik dengan cepat dan turun dengan perlahan di belakang lawan. Gerakan umpan lambung akan mudah dilakukan jika bola dalam keadaan diam dan ketika bola menuju ke arah kita tetapi akan sulit jika bola tersebut jauh di depan kita atau bola berjalan menjauhi kita.



Untuk *mengumpan lambung* harus diperhatikan hal-hal sebagai berikut :

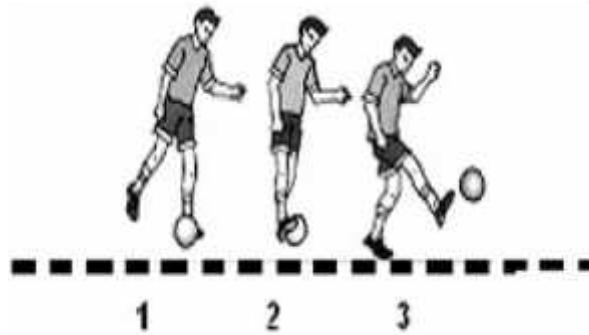
- a) Tempatkan kaki tumpu di samping bola dengan jari-jari kaki lurus menghadapi arah yang akan kita tuju, bukan kaki untuk melakukan
- b) Gunakan bagian ujung kaki bagian atas untuk mengumpan lambung
- c) Konsentrasikan pandangan ke arah bola tepat di bawah bola menyentuh bola
- d) Kunci atau kuatkan tumit agar saat sentuhan dengan bola lebih kuat
- e) Posisi badan ditegakkan saat mengumpan lambung, dan disertai mengangkat kedua tangan ke samping untuk menjaga keseimbangan
- f) Diteruskan dengan gerakan lanjutan ( follow thought), di mana setelah sentuhan dengan bola dalam mengumpan lambung ayunan kaki jangan dihentikan

#### **D. Pendekatan dan Metode Pembelajaran.**

Pendekatan : saintifik (*scientific*)

E. Kegiatan Pembelajaran.

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<div>1. Berbaris, berdoa, presensi, dan apersepsi dengan Mengaitkan materi pembelajaran sekarang dengan pengalaman peserta didik atau pembelajaran sebelumnya.</div> <div>2. Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran.</div> <div>3. Pemanasan (<i>warming up</i>) yang dilakukan secara statis dan dinamis</div> <div><div>a. yang diawali dengan lari mengitari lapangan sebanyak dua kali</div><div>b. melakukan penguluran dari atas ke bawah , dimulai dari kepala, tangan, badan dan kaki dengan hitungan 1 x 8</div><div>c. melakukan gerakan dinamis dari tangan hingga kaki dengan hitungan 2 x 8.</div></div>	15 menit
	<div>A. Mengamati</div> <div>1. Siswa mengamati salah satu siswa yang memberikan contoh gerakan passing kaki dalam,, mengontrol bola dan teknik umpan lambung sesuai arahan guru</div> <div> </div>	boleh



2. Siswa mencermati dan mengeksplorasi kesulitan dalam melakukan melakukan gerakan passing kaki dalam, mengontrol bola dan mengumpan lambung bola
3. Guru memfasilitasi dan membimbing siswa dalam mengamati peragaan siswa lain.

### B. Menanya (Question)

1. Guru bertanya kepada siswa, “ untuk apa passing bawah ?”  
Kaki bagian mana yang digunakan saat passing?”
2. Guru bertanya, “ Bagaimana gerakan saat melakukan control bola?, agar efektif, menggunakan kaki bagian mana saat mengontrol bola ?.”
3. Guru bertanya “ menggunakan kaki bagian mana saat melakukan umpan lambung?, apa tujuan melakukan umpan lambung?.
4. Secara bergantian saling bertanya tentang manfaat permainan sepak bola terhadap kesehatan dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan sepak bola

### C. Mengeksplorasi

- a) Melakukan passing kaki dalam menggunakan kaki kanan dan kiri.
  - Siswa membuat lingkaran, kemudian ada beberapa siswa yang lain berada di dalam lingkaran.
  - Siswa yang berada didalam lingkaran membawa bola, kemudian passing kepada siswa yang diluar/membentuk lingkaran.
  - Siswa yang di luar menjadi tembok, dengan mengontrol bola kemudian dikembalikan ke teman yang mengoper tadi dengan passing kaki dalam.
  - Siswa yang diluar harus mencari

	<p>tembok yang kosong untuk dipassing.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>b) Mengkombinasikan gerakan menggiring, mengontrol dan menendang menggunakan kaki kanan dan kiri.</li><li>c) Melakukan umpan lambung menggunakan kaki yang paling kuat.<ul style="list-style-type: none"><li>- Sama seperti latihan passing kaki dalam hanya saja jarak pada lingkaran diperbesar, sehingga area untuk melakukan umpan lambung lebih luas.</li></ul></li><li>d) Mendiskusikan setiap teknik dasar keterampilan gerak sepakbola (mengumpan, mengontrol, dan mengumpan lambung) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</li><li>e) Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, mengontrol, dan mengumpan lambung) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</li><li>f) Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, mengontrol, dan mengumpan lambung) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</li></ul> <p><b>D. Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>a) Menemukan variasi pola ( menggiring, posisi, dan menembak bola ke gawang) yang paling sesuai untuk kebutuhan sendiri</li><li>b) Menemukan dan menetapkan pola yang sesuai untuk kebutuhan individual peserta didik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain., merubah posisi/bagian kaki yang berkenaan dengan bola.</li></ul> <p><b>E. Mengkomunikasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>1. Melakukan permainan sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan variasi dan kombinasi teknik menggiring, mengontrol dan mengumpan lambung serta menunjukkan</li></ul>	
--	--	--



	<p>perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <p>Perturannya:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>a. Mencetak gol hanya menggunakan passing ataupun bola lambung</li><li>b. Tidak diperbolehkan menggunakan shooting</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>2. Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih</li><li>3. Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan</li></ul>	
<b>Penutup</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>1. Pendinginan.</li><li>2. Evaluasi proses pembelajaran dengan memberikan tes lisan tentang materi passing kaki dalam, mengontrol, dan mengumpan lambung.</li><li>3. Melakukan refleksi oleh guru dengan melibatkan peserta didik tentang materi passing kaki dalam, mengontrol, dan mengumpan lambung.</li><li>4. Memberikan umpan balik dan penugasan pada peserta didik</li><li>5. Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran, dan berdoa</li></ul>	<b>25 Menit</b>

F. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat :

- Lapangan, Bola sepak, cone, pluit.

2. Sumber Belajar

- Buku Guru dan Buku Siswa Kurikulum 2013
- Buku referensi lain yang sesuai

G. Penilaian

1. Penilaian sikap

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

Keterangan:

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

- a. Menyusun kisi-kisi penilaian sikap, misalnya sikap disiplin, kerja sama, dan tanggung jawab dalam konteks permainan bola besar. Kisi-kisi ini sekaligus dapat dijadikan sebagai instrument penilaian.

Aspek yang Diukur	Deskripsi Sikap yang Diukur	B	S	K
1. Disiplin	Hadir tepat waktu			
	Mengikuti seluruh proses pembelajaran			
	Selesai tepat waktu			
	Mengenakan seragam sesuai peraturan			
2. Kerja sama	Bersama-sama menyiapkan peralatan			
	Mau memberi umpan ketika bermain			
	Mau menjadi penjaga bola			
	Merapihkan dan mengembalikan peralatan setelah melaksanakan pembelajaran			
3. Tanggung jawab	Mau mengakui kesalahan yang dilakukan			
	Tidak mencari cari kesalahan teman			
	Mengerjakan tugas yang diterima			

Keterangan:

- a. B : Baik
- b. S : Sedang
- c. K : Kurang

2. Pengetahuan:

- a. Teknik: tes
- b. Bentuk Instrumen: essay
- c. Kisi-kisi:

No.	Indikator	Butir Instrumen
1.	Dapat menyebutkan cara melakukan passing bawah menggunakan kaki dalam!	1
2.	Dapat menyebutkan teknik mengontrol bola menggunakan kaki dalam!	2
3.	Dapat menyebutkan teknik melakukan tendangan umpan lambung!	3
4.	Dapat menjelaskan tujuan melakukan umpan lambung?	4
5.	Dapat menjelaskan tujuan melakukan passing kaki dalam?	5

No	Butir Pertanyaan	Jawaban
1.	Sebutkan cara melakukan passing bawah menggunakan kaki dalam!	<div>1. sikap permulaan<ul style="list-style-type: none"><li>a) letak kan salah satu kaki tumpu di sebelah bola ( sejajar dengan bola ) kaki tumpu jangan terlalu jauh atau melebihi bola</li><li>b) pergelangan kaki untuk menendang dikunci kuat hingga membentuk seperti stik golf</li><li>c) kaki penendang ditarik kebelakan</li><li>d) pandangan tertuju pada arah sasaran operan</li></ul></div> <div>2. sikap menendang/ saat perkenaan dengan bola<ul style="list-style-type: none"><li>a) kaki untuk menendang ditarik kebelakang kemudian diayun mengenai bola. perlu diperhatikan saat kaki mengenai bola,</li></ul></div>

		<p>perkenaan bola harus tepan ditengah bola atau sedikit keatas, apabila terlalu kebawah bola dapat melambung dan lebih sulit dikuasai teman.</p> <p>b) posisi tubuh sedikit membungkug</p> <p>c) pandangan luas kedepan</p>
2.	Sebutkan teknik mengontrol bola menggunakan kaki dalam!	<ol style="list-style-type: none"><li>1. langkah sikap tubuh menghadap ke arah datangnya bola.</li><li>2. Selanjutnya pergelangan kaki yang digunakan untuk mengontrol diputar ke arah luar.</li><li>3. Kaki tumpu lututnya sedikitnya ditekuk dan kedua tangan bergerak secara rileks untuk keseimbangan.</li><li>4. Kaki yang digunakan untuk mengontrol bola diangkat diarahkan ke datangnya bola.</li><li>5. Bola disentuhkan pada kaki bagian dalam, kemudian kaki ditarik ke belakang, selanjutnya bola dikuasai.</li></ol>
3.	Sebutkan teknik melakukan tendangan umpan lambung!	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Tempatkan kaki tumpu di samping bola dengan jari-jari kaki lurus menghadapi arah yang akan kita tuju, bukan kaki untuk melakukan</li><li>2. Gunakan bagian ujung kaki bagian atas untuk mengumpan lambung</li><li>3. Konsentrasikan pandangan ke arah bola tepat di bawah bola menyentuh bola</li><li>4. Kunci atau kuatkan tumit</li></ol>

		<p>agar saat sentuhan dengan bola lebih kuat</p> <p>5. Posisi badan ditegakkan saat mengumpan lambung, dan disertai mengangkat kedua tangan ke samping untuk menjaga keseimbangan</p> <p>6. Diteruskan dengan gerakan lanjutan ( follow through), di mana setelah sentuhan dengan bola dalam mengumpan lambung ayunan kaki jangan dihentikan</p>
4.	Apa tujuan melakukan umpan lambung?	Untuk mengoper teman dengan passing lambung sehingga bola melintasi kepala pemain lawan .
5.	Apa tujuan melakukan passing kaki dalam?	Tujuan melakukan passing dalam adalah untuk mengoper teman yang dekat.

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan																NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
Dst																		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 20																		

3. Tes unjuk kerja (keterampilan):

Peserta didik diminta menerapkan passing kaki dalam, mengontrol bola, dan mengumpan lambung dalam permainan sepakbola. Penskoran yang diberikan oleh guru berdasar keakuratan passing dan control.

No	Nama	Aspek									Jumlah skor	nilai
		Passing kaki dalam			Mengontrol bola			Mengumpan lambung				
		Sikap Awal	Pelaksanaan	Sikap akhir	Sikap awal	Pelaksanaan	Sikap akhir	Sikap awal	Pelaksanaan	Sikap akhir		

1												
2												
3												
4												
5												
6												
d st												

Kriteria Penilaian 1 :

NO.	KRITERIA	SCOR
1	<u>Gerakan passing kaki dalam</u> Sikap awal : Posisi badan, sikap kaki, pandangan	1 - 3
2	Pelaksanaan : gerakan kaki, sikap badan, pandangan, arah bola	1 - 5
3	Sikap akhir : sikap badan, gerak bola	1 - 2
	Scor maksimal	10

Kriteria Penilaian 2 :

NO.	KRITERIA	SCORE
1	<u>Gerakan mengontrol bola</u> Sikap awal : pandangan, sikap badan	1 - 3
2	Pelaksanaan : Pandangan, gerakan kaki, sikap badan, ketepatan bola	1 - 5
3	Sikap akhir : gerak ikutan, posisi kaki/ tangan	1 - 2
	Score maksimal	10

Kriteria Penilaian 3 :

NO.	KRITERIA	SCORE
1	<u>Gerakan mengumpan lambung</u> Sikap awal : Posisi badan, sikap kaki, pandangan	1 - 3
2	Pelaksanaan : gerakan kaki, sikap badan, pandangan, arah bola	1 - 5
3	Sikap akhir : sikap badan, gerak bola	1 - 2
	Score maksimal	10

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

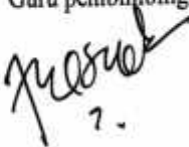
$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian (afektif, kognitif, psikomotor)}} \times 100\%$$

**Keterangan :**

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Sewon, 15 Agustus2016

Mengetahui :  
Guru pembimbing



**TRI JAKA SAMEKTA,S.Pd.**  
NIP. 19680305 200501 1 012

Guru Mata Pelajaran



**AJI SURYO RIYANTO**  
NIM 13601244033

## **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)**

**Nama Sekolah** : SMA NEGERI 1 SEWON  
**Kelas/Semester** : XI / 1 (Ganjil)  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
**Tema/Topik** : Atletik (Lompat Jauh Gaya Jongkok )  
**Pertemuan ke** : 1 (pertama)  
**Waktu** : 3 X 45 menit ( 1 X pertemuan )

### **A. Kompetensi Inti :**

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

### **B. Kompetensi Dasar dan Indikator :**

- 1.1 Menghargai tubuh dan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugerah Tuhan yang tidak ternilai
  - 1.1.1. Berdo'a sebelum dan sesudah pembelajaran
  - 1.1.2. Melakukan pemanasan di awal pembelajaran
  - 1.1.3. Memelihara kesehatan tubuh
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran
  - 2.2.1 Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya
  - 2.2.2 Menyiapkan peralatan pembelajaran yang akan digunakan



- 2.2.3 Mengembalikan peralatan pembelajaran ketempat yang telah disediakan
- 2.2.4 Menjaga ketertiban lingkungan sekitar pembelajaran
- 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik
  - 2.4.1 Dalam aktivitas fisik yang dilakukan secara berkelompok, beregu, dan berpasangan memperhatikan kondisi teman, baik fisik atau psikis
  - 2.4.2 Saling membantu teman bila ada kesulitan gerakan
  - 2.4.3 Menghargai kemampuan teman
- 2.6 Disiplin selama mengikuti berbagai aktivitas fisik
  - 2.6.1 Mengikuti seluruh proses kegiatan pembelajaran
  - 2.6.2 Mengikuti kegiatan pembelajaran sesuai waktu yang sudah ditentukan
  - 2.6.3 Menggunakan pakaian seragam olahraga yang sesuai
- 3.3 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar).
  - 3.3.1 Mengidentifikasi rangkaian gerak dasar lompat jauh dari sikap awal pelaksanaan hingga akhir.
  - 3.3.2 Mengumpulkan informasi rangkaian gerak dasar lompat jauh dari sikap awal ancang-ancang hingga sikap akhir mendarat yang benar.
  - 3.3.3 Melakukan analisis dan evaluasi pada gerak dasar lompat jauh sehingga menghasilkan koordinasi gerak yang baik.
- 4.3 mempraktikkan teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) menekankan gerak dasar fundamentalnya.
  - 4.3.1 Mempraktikkan variasi keterampilan lompat jauh gaya jongkok.
  - 4.3.2 Mempraktikkan keterampilan lompat jauh gaya jongkok.
  - 4.3.3 Melakukan seluruh rangkaian gerakan lompat jauh gaya jongkok dengan benar dan baik.

## **C. Materi Pembelajaran**

### **Lompat Jauh**

Lompat jauh adalah suatu bentuk gerakan melompat mengangkat kaki ke atas-kedepan dalam upaya membawa titik berat badan selama mungkin di udara

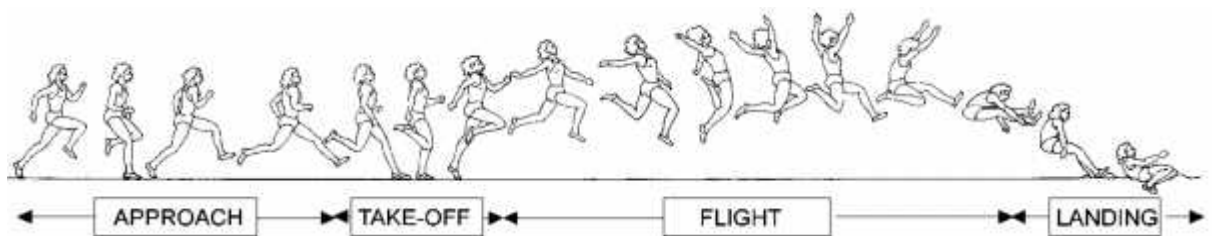
(melayang diudara) yang dilakukan dengan cepat dan dengan jalan melakukan tolakan pada satu kaki untuk mencapai jarak sejauh–jauhnya.

Untuk memperoleh suatu hasil yang optimal dalam lompat jauh harus memiliki daya ledak, kecepatan, ketepatan, kelentukan, dan koordinasi gerakan, disamping itu harus dilakukan dengan cepat, tepat, luwes, dan lancar.

Tahapan lompat jauh yaitu:

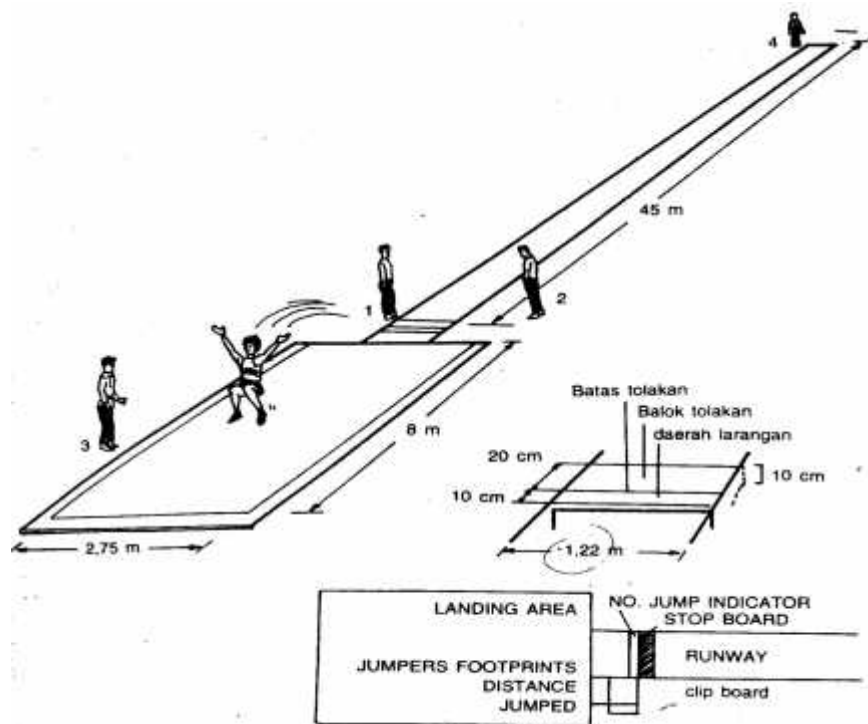
- (1) Awalan/ancang-ancang,
- (2) Tolakan/tumpuan,
- (3) Sikap badan diudara,
- (4) Sikap mendarat.

Cara melakukan teknik lompat jauh gaya jongkok.  
Gerak keseluruhan:

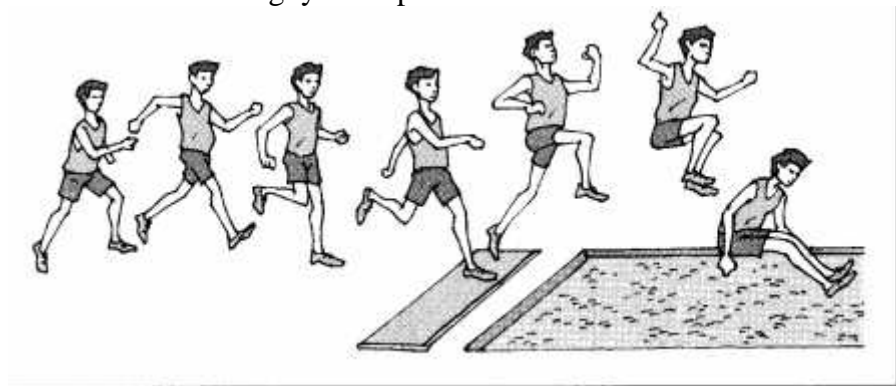


Lompat jauh dibagi dalam tahap-tahap berikut ini: awalan, menolak, melayang dan mendarat

1. Dalam tahap awalan, pelompat melakukan percepatan menuju kecepatan maksimum yang dapat dikontrol.



2. Dalam tahap menolak, pelompat membangun kecepatan vertikal dan meminimalkan hilangnya kecepatan horisontal.



3. Dalam tahap melayang, pelompat saat melayang kedua kaki rapat dan luruskan ke depan untuk persiapan mendarat.



4. Dalam tahap mendarat, pelompat memaksimalkan jarak potensial dari jalur melayang dan meminimalkan hilangnya jarak saat menyentuh pasir.

Gambar : saat pendaratan



### **Tahap awalan**

Tujuan: untuk mencapai kecepatan maksimum yang dapat dikontrol

Karakteristik teknik:

1. Panjangnya bervariasi, 3 langkah, 5 langkah, 7 langkah (latihan) dan lebih dari 20 langkah (latihan sebenarnya), untuk melatih jarak awalan dan ketepatan tumpuan tolakan dengan menggunakan kaki terkuat.
2. Teknik berlari mirip seperti lari sprint.
3. Kecepatan meningkat secara menerus sampai ke papan tolak.

### **Tahap tolakan**

Tujuan : untuk memaksimalkan kecepatan vertikal dan memperkecil hilangnya kecepatan horisontal.

Karakteristik teknik:

1. Penumpuan kaki, aktif dan cepat dengan suatu gerakan “ke bawah dan ke belakang”. (gerakan mengkais).
2. Waktu tolakan dipersingkat, pembengkokan minimum dari kaki tumpu.
3. Paha kaki bebas didorong ke posisi horisontal.
4. Ankle kaki, lutut dan pinggang diluruskan sepenuhnya.

### **Tahap melayang di udara**

Tujuan: persiapan untuk mendarat yang efisien.

Karakteristik teknik:

1. Kaki tolak membuat gerak berlawanan ke depan.
2. Langkah jalan yang khas.
3. Lengan mengikuti irama kebalikan dengan gerak kaki.
4. Kaki ayun dibawa ke belakang ditekuk hingga hampir menyentuh pantat kemudian diayun ke depan.

### **Tahap mendarat**

Tujuan : untuk memperkecil hilangnya jarak lompatan.

Karakteristik teknik:

1. kedua kaki hampir sepenuhnya diluruskan.
2. badan dibengkokkan kedepan.
3. kedua lengan ditarik ke belakang.
4. pinggul didorong ke depan menuju titik pendaratan.

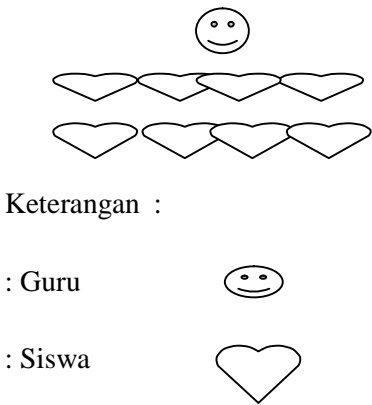


D. Metode Pembelajaran

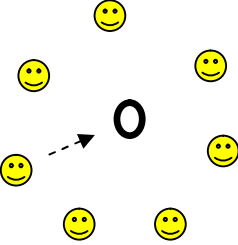
- Pendekatan pembelajaran saintifik (scientific)
- Demonstrasi

E. Alat/Media/Bahan

- Alat : bak lompat jauh, meteran, kun, cangkul, peluit.
- Bahan ajar : Buku pegangan Penjasorkes kelas XI, Media pembelajaran teknik lompat jauh gaya jongkok.

F. Langkah Kegiatan/Skenario Pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<div>a. Membariskan siswa, berdoa dan mempresensi.</div> <div><p>Keterangan :</p><p>: Guru </p><p>: Siswa </p></div>	15 menit
	<div>b. Pemusatan perhatian dan memotivasi siswa untuk cabang lompat jauh gaya jongkok..</div> <div>c. Apersepsi dengan guru bertanya pengetahuan siswa mengenai lompat jauh gaya jongkok.</div> <div>- Apa yang kalian tau tentang olahraga atletik?</div> <div>- Apa yang kalian tau tentang macam-macam olahraga cabang atletik?</div> <div>- Apa yang kalian tau tentang lompat jauh gaya jongkok?</div> <div>d. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini mengenai cabang olahraga atletik lompat jauh gaya jongkok.</div> <div>e. Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti seperti:</div> <div>Peregangan anggota tubuh dan atau,</div> <div>Permainan menuju ke inti pembelajaran.</div> <div>Siswa membentuk lingkaran dan di tengah-tengah</div>	

	<p>ada kun, nanti jarak antar siswa ke kun sama semua, permainannya siswa melakukan gerakan lari pelan dan variasi gerakan pemanasan setelah ada peluit nanti siswa melakukan lompatan ke arah kun secara bergantian di mulai sesuai perintah guru, nanti siswa yang paling sedikit jumlah lompatan ke kun dia lah yang menang. Dilakukan menyesuaikan keperluan guru.</p> 	
	<p>Membimbing siswa untuk :</p> <p><b>Pengumpulan Data</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) Menggali informasi mengenai olahraga lompat jauh gaya jongkok yang diperlombakan melalui buku atau internet.</li><li>2) Mencari informasi atau contoh video peraga tentang teknik dasar lompat jauh gaya jongkok di antaranya teknik awalan, tolakan, melayang, mendarat.</li></ol> <p><b>A. Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) Siswa menyimak media gambar yang di bawa guru dan juga memperhatikan peragaan lompat jauh gaya jongkok yang dilakukan oleh guru atau peserta didik lain..</li><li>2) Siswa mencermati dan mengeksplorasi kesulitan dalam melakukan ketepatan tumpuan tolakan lompat jauh gaya jongkok</li><li>3) Guru memfasilitasi dan membimbing siswa dalam mengamati peragaan siswa lain.</li></ol> <p><b>B. Menanya (Question)</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) Siswa mengajukan pertanyaan berdasarkan pengamatan mereka</li></ol>	<p><b>95 menit</b></p>

	<div>2) Siswa mengajukan pertanyaan mengenai teknik lompat jauh gaya jongkok yang belum dipahami</div> <div>3) Guru memberi kesempatan bagi peserta didik lain yang ingin menjawab atau menanggapi pertanyaan siswa.</div> <div><b>C. Mengeksplorasi</b><div>1) Guru mengatur formasi barisan peserta didik</div><div>2) Peserta didik secara berurutan melakukan gerakan lompat jauh gaya jongkok tanpa awalan lari , lalu memakai awalan lari 3 langkah, 5 langkah dan 7 langkah.</div><div>3) Guru menilai keaktifan peserta didik dalam melakukan lakukan latihan gerakan lompat jauh gaya jongkok</div></div> <div><b>D. Mengasosiasi</b><div>1) Disajikan peragaan teknik dari peserta didik yang memiliki teknik dasar lompat jauh gaya jongkok yang baik dan benar atau menyajikan beberapa gambar atau video klip berisi latihan teknik gerakan lompat jauh gaya jongkok</div><div>2) Buat kelompok untuk berdiskusi tentang gerakan yang baik dan benar lompat jauh gaya jongkok.</div><div>3) Masing-masing kelompok berdiskusi mengurutkan tahapan teknik yang benar dari masing masing teknik lompat jauh gaya jongkok dari sikap awalan, tolakan, melayang, mendarat dan memberikan alasan/argumen.</div><div>4) Guru menilai kemampuan peserta didik mengolah informasi dalam mengurutkan tahapan teknik lompat jauh gaya jongkok.</div></div> <div><b>E. Mengkomunikasi</b></div>	
--	---	--

	<div>1) Mempraktikkan dan menerapkan posisi atau gerakan tubuh yang benar sesuai dengan gerakan lompat jauh gaya jongkok<ul style="list-style-type: none"><li>Siswa melakukan gerakan lompat jauh gaya jongkok yang benar tanpa awalan bergantian.</li><li>Siswa melakukan gerakan lompat jauh gaya jongkok memakai awalan bergantian.</li></ul></div> <div>2) Hal-hal yang belum diketahui dengan benar dapat ditanyakan kepada guru.</div> <div>3) Melakukan simulasi lompat jauh gaya jongkok sesuai dengan teknik dasar yang telah diajarkan.<ul style="list-style-type: none"><li>Siswa melakukan lompat jauh gaya jongkok dengan mengkombinasikan semua tahapan, awalan, tolakan, melayang, mendarat dengan baik dan benar.</li></ul></div> <div>4) Guru memberi penilaian atas hasil kerja dan kemampuan peserta didik berkomunikasi lisan.</div>	
<div>Penutup</div>	<div>a) Meminta peserta didik menyimpulkan gerakan lompat jauh gaya jongkok yang baik dan benar.</div> <div>b) Cooling down.</div> <div>c) Evaluasi.</div> <div>d) Memberikan tugas pengamatan variasi lompat jauh gaya jongkok melalui media baca , video atau internet.</div> <div>e) Mengingatkan materi pertemuan berikutnya.</div>	<div>25 Menit</div>

F. Penilaian

1. Mekanisme dan prosedur



Penilaian dilakukan dari proses dan hasil. Penilaian proses dilakukan melalui observasi kerja kelompok, kinerja latihan teknik, dan laporan tertulis. Sedangkan penilaian hasil dilakukan melalui tes praktek.

2. Aspek dan Instrumen penilaian

Instrumen observasi menggunakan lembar pengamatan dengan fokus utama pada aktivitas dalam kelompok, tanggungjawab, kerjasama dan disiplin. Instrumen tes menggunakan penilaian sikap, tes tertulis dan tes praktek,

3. Contoh Instrumen (Terlampir)

Mengetahui :

Guru pembimbing



**TRI JAKA SAMEKTA,S.Pd.**

NIP. 19680305 200501 1 012

Sewon, 13 Juli 2016

Guru Mata Pelajaran



**AJI SURYO RIYANTO**

NIM 13601244033

Lampiran Rubrik/Instrumen Penilaian Teknik Lompat Jauh Gaya Jongkok

1. Instrumen Penilaian Sikap

a. Observasi

Petunjuk :

Lembaran ini diisi oleh guru untuk menilai sikap spiritual peserta didik. Berilah tanda cek (v) pada kolom skor sesuai sikap spiritual yang ditampilkan oleh peserta didik, dengan kriteria sebagai berikut :

- 4 = selalu, apabila selalu melakukan sesuai pernyataan
- 3 = sering, apabila sering melakukan sesuai pernyataan dan kadang-kadang tidak melakukan
- 2 = kadang-kadang, apabila kadang-kadang melakukan dan sering tidak melakukan
- 1 = tidak pernah, apabila tidak pernah melakukan

Nama Peserta Didik : .....  
Kelas : .....  
Tanggal Pengamatan : .....  
Materi Pokok : .....

No.	Aspek Pengamatan	SKOR			
		1	2	3	4
1	Mengucapkan rasa syukur atas karunia Tuhan.				V
2	Berupaya menyelesaikan seluruh tugas yang diberikan.			V	
3	Tidak mengganggu peserta didik lain.				V
4	Mentaati prosedur kerja sesuai peran.				V
Jumlah skor					

Petunjuk Penskoran :  
Skor akhir menggunakan skala 1 sampai 4  
Perhitungan skor akhir menggunakan rumus :  
Skor diperoleh  
\_\_\_\_\_ X 4 = Skor akhir  
Skor maksimum

Tabel 1 : Konversi Kompetensi Pengetahuan, Keterampilan, dan Sikap

PREDIKAT	NILAI KOMPETENSI		
	PENGETAHUAN	KETERAMPILAN	SIKAP
A	4	4	SB
A-	3.66	3.66	
B+	3.33	3.33	
B	3	3	B
B-	2.66	2.66	
C+	2.33	2.33	
C	2	2	C

C-	1.66	1.66	K
D+	1.33	1.33	
D	1	1	

Contoh :

Skor diperoleh 15, skor tertinggi 4 x 4 pernyataan = 16, maka skor akhir :

15

X 4 = 3,7 (Sangat Baik)

16

- b. Penilaian Diri: Bertanggung jawab
- Nama Peserta Didik : Budiman
- Kelas : .....
- Materi Pokok : .....
- Tanggal : .....

PETUNJUK

- Bacalah pernyataan yang ada di dalam kolom dengan teliti
- berilah tanda cek ( ) sesuai dengan kondisi dan keadaan kalian sehari-hari

No.	Pernyataan	TP	KD	SR	SL
1	Saya berupaya menyelesaikan seluruh tugas yang diberikan.				
2	Saya menggunakan waktu secara efisien untuk mengerjakan seluruh tugas.				
3	Saya mempersiapkan dan merapikan peralatan pembelajaran				
4	Saya mengikuti pembelajaran sesuai dengan petunjuk guru.				
Jumlah skor					

Keterangan :

SL = Selalu , apabila selalu melakukan sesuai pernyataan

SR = Sering, apabila sering melakukan sesuai pernyataan dan kadang-kadang tidak melakukan

KD = Kadang-kadang, apabila kadang-kadang melakukan dan sering tidak melakukan

TP = Tidak pernah, apabila tidak pernah melakukan

c. Antar Peserta Didik

Petunjuk :

Berilah tanda cek (v) pada kolom skor sesuai sikap tanggung jawab yang ditampilkan oleh peserta didik, dengan kriteria sebagai berikut :

4 = selalu, apabila selalu melakukan sesuai pernyataan

3 = sering, apabila sering melakukan sesuai pernyataan dan kadang-kadang tidak melakukan

2 = kadang-kadang, apabila kadang-kadang melakukan dan sering tidak melakukan

1 = tidak pernah, apabila tidak pernah melakukan

Nama : .....  
Kelas : .....  
Tanggal Pengamatan : .....  
Materi Pokok : .....

No.	Pernyataan	Skor			
		1	2	3	4
1	Masuk kelas tepat waktu				
2	Mengumpulkan tugas tepat waktu				
3	Memakai seragam sesuai tata tertib				
4	Mengerjakan tugas yang diberikan				
5	Tertib dalam mengikuti pembelajaran				
Jumlah skor					

2. Instrumen Penilaian Pengetahuan

a. Tes Tertulis

Uraian:

- Diskripsikan teknik awalan lompat jauh gaya jongkok dengan benar.
- Diskripsikan gerakan lompat jauh gaya jongkok dengan benar.
- Diskripsikan sikap badan di udara saat lompat jauh gaya jongkok dengan benar.
- Diskripsikan gerakan pendaratan lompat jauh gaya jongkok dengan benar.

Rubrik penilaian:

Setiap butir soal yang benar mendapat nilai 25

b. Penugasan

Buatlah Kliping tentang lompat jauh, dan berilah ulasan seperlunya. Minimal kliping 6 lembar.

3. Instrumen Penilaian Keterampilan

a. Uji Praktik

Lakukan teknik lompat jauh gaya jongkok, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses), kecepatan dan ketepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).  
Penilaian proses teknik lompat jauh gaya jongkok (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama	Awalan	Tolakan	Sikap melayang	Pendaratan		Nilai
----	------	--------	---------	----------------	------------	--	-------

		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1.																			
2.																			
3.																			
4.																			
5.																			
dsb																			

Rubrik Penilaian:

Awalan:

- 1. Lari dengan kecepatan maksimal
- 2. Lari tidak mengubah kecepatan
- 3. Sikap badan rilek/tidak kaku
- 4. Kaki rilek dan seimbang

Tolakan:

- 1. Tolakan tepat di papan tolakan
- 2. Tumpuan tolakan menggunakan ujung telapak kaki
- 3. Tolakan kuat dan cepat
- 4. Kedua lengan diayun untuk keseimbangan

Sikap melayang:

- 1. Kaki tolak membuat gerak berlawanan ke depan
- 2. Langkah jalan yang khas
- 3. Lengan mengikuti irama kebalikan dengan gerak kaki
- 4. Kaki ayun dibawa ke belakang ditekuk hingga hampir menyentuh pantat kemudian diayun ke depan

Mendarat:

- 1. Kedua kaki diluruskan rapat
- 2. Lutut agak ditekuk
- 3. Kedua lengan lurus ke depan
- 4. Telapak kaki mengarah ke pendaratan serta mendarat dengan kedua kaki bersama-sama

Petunjuk Penskoran :  
Skor akhir menggunakan skala 1 sampai 4  
Perhitungan skor akhir menggunakan rumus :

Skor diperoleh  
\_\_\_\_\_ X 4 = Skor akhir  
Skor maksimum

Contoh :  
Skor diperoleh 14, skor tertinggi 4 x 4 pernyataan = 16, maka skor akhir :  
14  
\_\_\_\_ X 4 = 3,5 (sangat baik)  
16

## **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)**

<b>Nama Sekolah</b>	: SMA NEGERI 1 SEWON
<b>Kelas/Semester</b>	: XI/ 1 (Ganjil)
<b>Mata Pelajaran</b>	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
<b>Tema/Topik</b>	: Atletik (Post Test Teknik Tolak Peluru Gaya Ortodock)
<b>Pertemuan ke</b>	: 2 (kedua)
<b>Waktu</b>	: 3 x 45 menit ( 1 x pertemuan )

### **A. Kompetensi Inti :**

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

### **B. Kompetensi Dasar**

- 1.1. Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.
- 1.2. Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.
- 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.
- 3.3 Menganalisis keterampilan jalan, lari, lompat, dan lempar untuk menghasilkan gerak yang efektif serta menyusun rencana perbaikan\*)

4.3 mempraktikkan hasil analisis keterampilan jalan, lari, lompat, dan lempar untuk menghasilkan gerak yang efektif serta menyusun rencana perbaikan\*)

C. Indikator

- 3.3.1 Mengidentifikasi rangkaian gerak dasar tolak peluru dari sikap awal pelaksanaan hingga akhir.
- 3.3.2 Mengumpulkan informasi rangkaian gerak dasar tolak peluru dari sikap awal pelaksanaan dan akhir.
- 3.3.3 Melakukan analisis dan evaluasi pada gerak dasar tolak peluru sehingga menghasilkan koordinasi gerak yang baik.
- 4.3.1 Mempraktikkan variasi keterampilan tolak peluru gaya ortodock.
- 4.3.2 Mempraktikkan keterampilan tolak peluru gaya ortodock.
- 4.3.3 Melakukan seluruh rangkaian gerakan tolak peluru gaya ortodock dengan benar dan baik.

D. Materi Pembelajaran

Pada pertemuan kedua tidak terdapat materi pembelajaran, dikarenakan kegiatan pertemuan kedua adalah post test berdasarkan materi pembelajaran pada pertemuan pertama.

E. Metode Pembelajaran

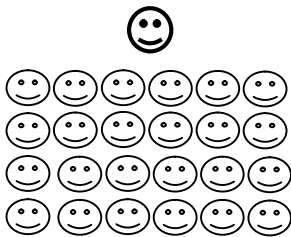
- Demonstrasi
- Komando

F. Alat/Media/Bahan

Alat : Lapangan yang aman dan nyaman  
Peluru 6 buah  
Cone 10 buah

Bahan ajar : Buku pegangan Penjasorkes, Media pembelajaran teknik tolak peluru gaya ortodock

G. Langkah Kegiatan/Skenario Pembelajaran  
Pertemuan Kedua (3 x 45 menit)

Kegiatan	Diskripsi	Waktu
Pendahuluan	<div><div>a. Membariskan siswa 4 syaf, berdoa dan mempresensi.</div><div><u>Formasi Posisi</u><div></div></div></div> <div><div>a. Pemusatan perhatian dan memotivasi siswa untuk cabang gerakan tolak peluru gaya</div></div>	25 menit

	<p>ortodock</p> <p>b. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini mengenai pengambilan nilai</p> <p>e. Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti seperti:</p> <p>a). Pemanasan dilakukan dengan lari mengitari lapangan sepakbola sebanyak dua kali</p> <p>b). Melakukan penguluran statis dan dinamis yang berfokus pada tangan , bahu dan pinggang</p>	
Kegiatan Inti	<p>1. Membimbing siswa untuk melakukan latihan perulangan yang telah dipelajari minggu lalu , yakni</p> <p>a Meletakkan kaki kanan di depan dan sedikit ditekuk dengan posisi badan condong ke depan dan posisi tangan tetap seperti pada contoh awal</p> <p>b Mengangkat kaki kiri dan ditekuk kearah belakang</p> <p>c Kemudian kaki kiri tersebut diayun sebanyak 2 sampai 3 kali</p> <p>d Bersamaan dengan ayunan kaki yang ketiga kalinya, kaki kanan ditarik ke belakang</p> <p>e Sesaat setelah kaki kanan ditarik ke belakang, posisi kaki kiri menjadi tumpuan ke belakang bersamaan memutar badan 180 derajat dan diikuti dengan gerakan menolak peluru</p> <p>f Saat melakukan penolakan, gantian kaki kanan maju ke depan untuk menjadi tumpuan sebagai gerakan lanjutan</p> <p>g Melakukan perulangan latihan gerakan kaki poin a) hingga f)</p> <p>2. Guru memanggil siswa satu persatu sesuai presensi untuk melakukan praktek sesuai latihan yang telah diajarkan.</p> <p>3. Guru mengambil nilai jarak lemparan peluru yang dilakukan tiap siswanya dibantu dengan beberapa siswa lain untuk mengamati dan mengukur jarak lemparan peluru.</p>	90 menit
Penutup	<p>a. Guru memberi evaluasi</p> <p>b. Siswa diberiskan</p> <p>c. Guru menyampaikan materi pertemuan berikutnya</p> <p>d. Berdoa penutup</p>	20 menit



	e. Siswa dibubarkan oleh guru	
--	-------------------------------	--

### H. Penilaian

#### 1. Penilaian sikap

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

Keterangan:

Berikan tanda cek ( ) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian

Aspek yang Diukur	Deskripsi Sikap yang Diukur	BT	MT	TN
1. Disiplin	Hadir tepat waktu			
	Menggunakan seragam OR			
	Mengikuti seluruh proses pembelajaran			
	Selesai tepat waktu			
2. Kerja sama	Bersama-sama menyiapkan peralatan			
	Saling memberikan umpan secara bergantian			
	Menjaga bola secara bergantian			
3. Tanggung jawab	Menyelesaikan tugas yang diterima			
	Menjaga keselamatan diri dn orang lain			
	Tidak mencari cari kesalahan teman			
	Saling menghargai			
	Mau mengakui kesalahan yang dilakukan			

menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

#### Pengetahuan:Keterangan:

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

Jawab secara lisan atau tulisan, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak Gaya sampling (Ortodock) dalam tolak peluru.

### B. INSTRUMEN KISI-KISI PENILAIAN PENGETAHUAN

No	Kompetensi Dasar	Indikator Esensial	Jumlah Butir	No Soal	Pen-skoran

1.	Menentukan variasi dan kombinasi teknik dasar tolak peluru	a. Menyebut bagian kaki mana saja yang dapatdigunakan melangkah dalam gayaortodock	1	1	Skor 3, jika jenis disebut secara lengkap  Skor 2, jika jenis disebut secara kuranglengkap  Skor 1, jika jenis disebut tidak lengkap
		b. Menjelaskan berbagai kegunaan melempar dalam tolak peluru gaya ortodock.	1	2	Skor 4, jika penjelasan baik dan lengkap  Skor 3, jika penjelasan baik tetapi kurang lengkap  Nilai2, jika sebagian penjelasan tidak baik dan kurang lengkap  Skor 1, jika hanya sebagian penjelasan yang baik dan tidak lengkap
		c. Menjelaskan cara melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar tolak peluru gaya ortodock.	1	3	Skor 4, jika urutan baik dan lengkap  Skor 3, jika urutan baik tetapi kurang lengkap  Nilai2, jika sebagian urutan tidak baik dan kurang lengkap  Skor 1, jika hanya sebagian urutan yang baik dan tidak lengkap

C. INSTRUMEN KISI-KISI PENILAIAN KETERAMPILAN

No	Kompetensi Dasar	Indikator Esensial	Uraian Gerak	Pen-skoran
1.	Mempraktikkan keterampilan dasa rmelempar Gaya Ortodock	a. Posisi dan sikap awal	<ul style="list-style-type: none"><li>- Tangan memegang peluru di atas pundak</li><li>- Sikap awal berat badan berada di belakang</li><li>- Salah satutanganluruskearah</li><li>- Badan agak didorong ke bawah</li></ul>	<p>Skor 4, jika seluruh uraian gerak dilakukan dengan baik</p> <p>Skor 3, jika tiga uraian gerak dilakukan dengan baik</p> <p>Skor 2, jika hanya dua uraian gerak dilakukan dengan baik</p> <p>Skor 1, jika hanya satu uraian gerak dilakukan dengan baik</p>
		b. Pelaksanaan gerakan	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cara melepaskan peluru</li><li>- Kekuatan melempar</li><li>- Posisi tangan saat menolak</li><li>- Ayunan kaki saat akan menolak</li></ul>	<p>Skor 4, jika seluruh uraian gerak dilakukan dengan baik</p> <p>Skor 3, jika tiga uraian gerak dilakukan dengan baik</p> <p>Skor 2, jika hanya dua uraian gerak dilakukan dengan baik</p> <p>Skor 1, jika hanya satu uraian gerak dilakukan</p>

No	Kompetensi Dasar	Indikator Esensial	Uraian Gerak	Pen-skoran
				dengan baik
		c. Posisi dan sikap akhir	<ul style="list-style-type: none"><li>- Posisi badan setelah menolak</li><li>- Lecutan padal engan setelah menolak</li><li>- Pandangan mata setelah menolak</li><li>- Tumpuan kaki pada sikap akhir</li></ul>	<p>Skor 4, jika seluruh uraian gerak dilakukan dengan baik</p> <p>Skor 3, jika tiga uraian gerak dilakukan dengan baik</p> <p>Skor 2, jika hanya dua uraian gerak dilakukan dengan baik</p> <p>Skor 1, jika hanya satu uraian gerak dilakukan dengan baik</p>

Keterangan:

- 1. Skor 4: Jika peserta didik mampu menjelaskan tiga indikator (kaki, tangan, dan pandangan)
  - 2. Skor 3: Jika peserta didik mampu menjelaskan dua indikator.
  - 3. Skor 2: Jika peserta didik mampu menjelaskan salah satu indikator.
  - 4. Skor 1: Jika pesertadidik tidak satu pun pertanyaan di atas mampu dijelaskan
- Penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai =  X 100

Jumlah skor maksimal

**2. Tes unjuk kerja (keterampilan):**

- 1). Lakukan teknik dasar menolak Gaya Ortodock

Keterangan:

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

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

D. Dari kisi-kisi tersebut dapat disusun contoh instrument penilaian dalam bentuk lembar pengamatan,

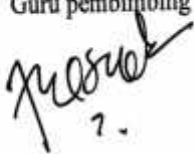
No	Indikator Esensial	Uraian Gerak	Ya (1)	Tidak (0)
1.	Posisi dan Sikap Awal	a. Kaki		
		b. Badan		
		c. Lengan		
		d. Pandangan mata		
2.	Pelaksanaan Gerak	a. Kaki		
		b. Badan		
		c. Lengan		
		d. Pandangan mata		
3.	Posisi dan Sikap Akhir	a. Kaki		
		b. Badan		
		c. Lengan		
		d. Pandangan mata		

Atau dapat disederhanakan menjadi:

[illegible]

No	Nama Peserta Didik	Posisi/ Sikap Awal				Pelaksanaan Gerak				Posisi/ Sikap Akhir				Jumlah Skor
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	
.	.....	.	.	.	.					.	.	.	.	

Mengetahui :  
Guru pembimbing



**TRI JAKA SAMEKTA,S.Pd.**  
NIP. 19680305 200501 1 012

Sewon, 20 Juli 2016

Guru Mata Pelajaran



**AJI SURYO RIYANTO**  
NIM 13601244033

## **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)**

<b>Nama Sekolah</b>	: SMA NEGERI 1 SEWON
<b>Kelas/Semester</b>	: XI/ 1 (Ganjil)
<b>Mata Pelajaran</b>	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
<b>Tema/Topik</b>	: Atletik (Teknik Tolak Peluru Gaya Ortodock)
<b>Pertemuan ke</b>	: 1 (pertama)
<b>Waktu</b>	: 3 x 45 menit ( 1 x pertemuan )

### **A. Kompetensi Inti :**

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

### **B. Kompetensi Dasar**

- 1.1. Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.
- 1.2. Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.
- 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.
- 3.3 Menganalisis keterampilan jalan, lari, lompat, dan lempar untuk menghasilkan gerak yang efektif serta menyusun rencana perbaikan\*)
- 4.3 mempraktikkan hasil analisis keterampilan jalan, lari, lompat, dan lempar untuk menghasilkan gerak yang efektif serta menyusun rencana perbaikan\*)

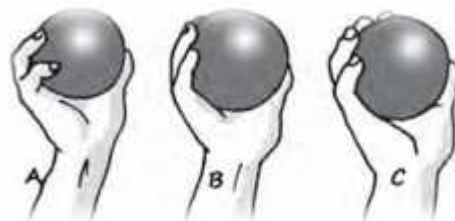
### C. Indikator

- 3.3.1 Mengidentifikasi rangkaian gerak dasar tolak peluru dari sikap awal pelaksanaan hingga akhir.
- 3.3.2 Mengumpulkan informasi rangkaian gerak dasar tolak peluru dari sikap awal pelaksanaan dan akhir.
- 3.3.3 Melakukan analisis dan evaluasi pada gerak dasar tolak peluru sehingga menghasilkan koordinasi gerak yang baik.
- 4.3.1 mempraktikkan variasi keterampilan tolak peluru gaya ortodock.
- 4.3.2 mempraktikkan keterampilan tolak peluru gaya ortodock.
- 4.3.3 Melakukan seluruh rangkaian gerakan tolak peluru gaya ortodock dengan benar dan baik.

### D. Materi Pembelajaran

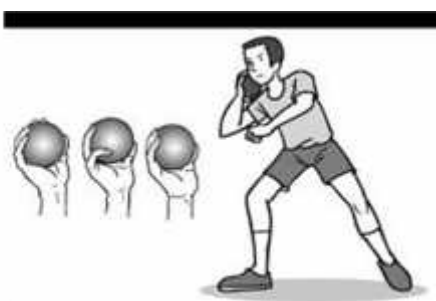
#### a. Cara memegang peluru

Peluru diletakkan pada ujung telapak tangan, jari-jari tangan terbuka menutupi peluru, ibu jari menahan peluru agar tidak tergelincir ke dalam dan kelingking menahan peluru agar tidak tergelincir keluar.



#### b. Cara menempatkan peluru pada bahu

Peluru yang sudah dipegang ditempatkan diantar tulang selangka dengan rahang bagian bawah, bagian peluru atas sedikit menempel tulang rahang bawah. Dalam gaya menyamping, arah sasaran pada bahu kiri menghadap ke samping, ke arah sasaran. Kedua kaki dibuka selebar bahu, tangan kanan memegang peluru dan menempelkannya antara tulang rahang dengan selangka siku yang mengarah ke samping bawah. Dan lengan kiri mengimbangnya dalam posisi yang wajar.





c. Gerakan

Lakukan gerakan pendahuluan dengan kaki kiri. Gerak pendahuluan dilakukan dengan kaki kiri diayunkan lurus ke samping kiri secara bersamaan dengan menjingkrakkan kaki kanan. Gerakan jingkrak serendah-rendahnya segaris dengan arah tolakan dan mendarat dengan kaki kanan kanan terlebih dahulu setelah kaki kiri dengan cepat dan kuat dengan tekukan lutut kaki kanan yang diluruskan disertai sedikit putaran badan ke arah kiri. Kemudian berat badan dipindahkan ke kaki kiri yang masih ditekuk. Tangan kanan mulai diluruskan ke arah lemparan pada sudut tolakan, kemudian peluru dilepaskan dengan bantuan dorongan dan lecutan tangan.



d. Sikap Akhir

Kaki kanan melangkah pendek dan kaki kiri diayunkan ke belakang untuk menjaga keseimbangan lengan kanan. Lemparan mengarah ke depan atas dan dalam posisi tetap menjaga keseimbangan badan

E. Metode Pembelajaran

- Pendekatan pembelajaran saintifik (scientific)
- Demonstrasi
- Komando

F. Alat/Media/Bahan

Alat	: Lapangan yang aman dan nyaman	
Peluru		6 buah
Cone		10 buah

Bahan ajar : Buku pegangan Penjasorkes, Media pembelajaran teknik tolak peluru gaya ortodock

G. Langkah Kegiatan/Skenario Pembelajaran

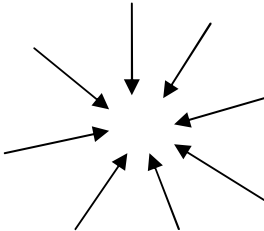
Pertemuan Pertama (3 x 45 menit)

Kegiatan	Diskripsi	Waktu
Pendahuluan	<p>a. Membariskan siswa 4 syaf, berdoa dan mempresensi.</p> <p><u>Formasi Posisi</u></p> <div></div>	25 menit



	<p>2)Siswa mencermati dan mengeksplorasi kesulitan dalam melakukan melakukan gerakan tolak peluru gaya ortodock</p> <p>3) Guru memfasilitasi dan membimbing siswa dalam mengamati peragaan siswa lain.</p> <p><b>Menanya</b></p> <p>1) Siswa mengajukan pertanyaan berdasarkan pengamatan mereka</p> <p>2) Siswa mengajukan pertanyaan mengenai teknik tolak peluru gaya ortodock yang belum dipahami</p> <p>3) Guru memberi kesempatan bagi peserta didik lain yang ingin menjawab atau menanggapi pertanyaan siswa.</p> <p><b>Mencoba</b></p> <p>Untuk latihan pertama,</p> <p>1) Siswa di bariskan menjadi 4 berbanjar</p> <p>2) Siswa yang di depan melakukan latihan dengan cara kaki dibuka selebar bahu kemudian tangan diletakkan sesuai yang telah dicontohkan oleh guru sebelumnya</p> <p>3) Siswa menolak peluru kearah atas depan , setiap anak melakukan 2x percobaan</p> <p>Untuk latihan kedua,</p> <p>1). kaki kiri di depan dan posisi tangan seperti yang telah dicontohkan.</p> <p>2). Kemudian pinggang hingga kepala menghadap ke kanan dengan posisi kaki tetap menghadap depan</p> <p>3). Waktu menolak, mengarahkan pinggang hingga kepala kearah depan dengan cara memutar pinggang bersamaan dengan menolak peluru</p> <p>4). Melakukan perulangan latihan kedua poin 1) hingga 3) sebanyak 2 kali</p> <p>Untuk latihan ketiga,</p> <p>1). Kaki kiri ke depan, posisi tangan tetap</p> <p>2). Kemudian pinggang hingga kepala menghadap ke kanan dengan posisi kaki tetap menghadap depan</p> <p>3). Posisi tangan kiri di letakkan di depan dada untuk menjaga keseimbangan</p> <p>4). Saat menolak dengan mengarahkan pinggang hingga kepala kearah depan dengan cara memutar pinggang dibarengi dengan kaki kanan maju ke depan untuk gerakan lanjutan</p> <p>5). Melakukan perulangan latihan ketiga poin 1) hingga 4) sebanyak 2 kali</p> <p>Untuk latihan gerakan kaki,</p>	
--	---	--

	<ol style="list-style-type: none"> <li>1). Meletakkan kaki kanan di depan dan sedikit ditekuk dengan posisi badan condong ke depan dan posisi tangan tetap seperti pada contoh awal</li> <li>2). Mengangkat kaki kiri dan ditekuk kearah belakang</li> <li>3). Kemudian kaki kiri tersebut diayun sebanyak 2 sampai 3 kali</li> <li>4). Bersamaan dengan ayunan kaki yang ketiga kalinya, kaki kanan ditarik ke belakang</li> <li>5). Sesaat setelah kaki kanan ditarik ke belakang, posisi kaki kiri menjadi tumpuan ke belakang bersamaan memutar badan 180 derajat dan diikuti dengan gerakan menolak peluru</li> <li>6). Saat melakukan penolakan, gantian kaki kanan maju ke depan untuk menjadi tumpuan sebagai gerakan lanjutan</li> <li>7). Melakukan perulangan latihan gerakan kaki poin 1) hingga 6) sebanyak 2 kali</li> </ol> <p><b>Menalar</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1). Buat kelompok untuk berdiskusi tentang gerakan yang baik dan benar tolak peluru gaya ortodock</li> <li>2). Masing-masing kelompok berdiskusi mengurutkan tahapan teknik yang benar dari masing masing teknik tolak peluru gaya ortodock dari sikap awalan, tolakan, pelaksanaan, gerakan akhir dan memberikan alasan/argumen.</li> <li>3). Guru menilai kemampuan peserta didik mengolah informasi dalam mengurutkan tahapan teknik tolak peluru gaya ortodock</li> </ol> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Hal-hal yang belum diketahui dengan benar dapat ditanyakan kepada guru.</li> <li>2) mempraktikan simulasi tolak peluru gaya ortodock sesuai dengan teknik dasar yang telah diajarkan. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melakukan tolak peluru gaya ortodock dengan mengkombinasikan semua tahapan, awalan, tolakan pelaksanaan, gerakan akhir dengan baik dan benar.</li> </ul> </li> <li>3) Guru memberi penilaian atas hasil kerja dan kemampuan peserta didik berkomunikasi lisan.</li> </ol>	
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>a) Meminta peserta didik menyimpulkan gerakan tolak peluru gaya ortodock yang baik dan benar.</li> <li>b) Cooling down</li> </ol>	20 menit

	<p>Melakukan pendinginan dengan permainan siap tembak dor</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Membuat kelompok dengan jumlah per kelompoknya sebanyak 3 siswa</li><li>2. Tiap kelompok baris berbanjar dan kelompok lain berada di sampingnya hingga membentuk lingkaran seperti ilustrasi berikut</li></ol>  <ol style="list-style-type: none"><li>3. Guru menunjuk satu kelompok untuk memulai permainan</li><li>4. Tiga anggota kelompok yang ditunjuk guru mengatakan dengan cepat : "siap" , "tembak", "dor" dimulai dari belakang</li><li>5. Bersamaan dengan siswa yang paling depan mengatakan "dor", siswa tersebut menunjuk kelompok lain dengan cepat pula</li><li>6. Kemudian kelompok yang ditunjuk tersebut melakukan hal yang sama seperti poin ke 5.</li><li>7. Kelompok dianggap gugur jika tidak cepat tanggap saat ditunjuk</li></ol> <p>c. Evaluasi.</p> <p>d. Memberikan tugas pengamatan variasi tolak peluru gaya ortodock melalui media baca , video atau internet.</p> <p>e. Guru memberi tahu bahwa pertemuan selanjutnya adalah pengambilan nilai</p>	
--	---	--

**H. Penilaian**

**1. Penilaian sikap**

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

Keterangan:

Berikan tanda cek ( ) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian

Aspek yang Diukur	Deskripsi Sikap yang Diukur	BT	MT	TN
1. Disiplin	Hadir tepat waktu			
	Menggunakan seragam OR			
	Mengikuti seluruh proses pembelajaran			
	Selesai tepat waktu			
2. Kerja sama	Bersama-sama menyiapkan peralatan			
	Saling memberikan umpan secara bergantian			
	Menjaga bola secara bergantian			
3. Tanggung jawab	Menyelesaikan tugas yang diterima			
	Menjaga keselamatan diri dn orang lain			
	Tidak mencari cari kesalahan teman			
	Saling menghargai			
	Mau mengakui kesalahan yang dilakukan			

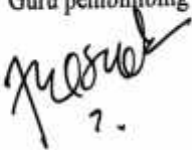
menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

**Pengetahuan:Keterangan:**

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

Sewon, 20 Juli 2016

Mengetahui :  
Guru pembimbing



**TRI JAKA SAMEKTA,S.Pd.**  
NIP. 19680305 200501 1 012

Guru Mata Pelajaran



**AJI SURYO RIYANTO**  
NIM 13601244033



**MATRIKS PERENCANAAN PROGRAM KERJA KEGIATAN PPL  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
TAHUN 2016**

**NAMA MAHASISWA : AJI SURYO RIYANTO**  
**NIM : 13601244033**  
**FAK/JUR/PRODI : FAKULTAS ILMU**  
**KEOLAHRAGAAN/POR/PJKR**  
**DOSEN PEMBIMBING : Drs Suhadi, M. Pd.**

**NAMA SEKOLAH : SMA NEGERI 1 SEWON**  
**ALAMAT SEKOLAH : JL. PARANGTRITIS KM. 5,**  
**BANGUNHARJO, SEWON, BANTUL**  
**GURU PEMBIMBING : TRI JAKA SAMEKTA, S.Pd**  
**WAKTU PELAKSANAAN PPL : 15 JULI - 15 SEPTEMBER 2016**

NO	Program/Kegiatan	Bulan Juli - September										Jumlah Jam
		Jumlah Jam per Minggu										
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	
1	Pembuatan Program PPL											
	a. Observasi	2										2
	b. Menyusun Matriks Program PPL		2	2	2	2	2					10
2	Kegiatan Mengajar Terbimbing											
	a. Persiapan											
	1) Konsultasi		2	1	1	1	1					6
	2) Mengumpulkan Materi		2	1	1	1	1	1				7
	3) Membuat RPP		2			2	2					6
	4) Menyiapkan/Membuat Media		2									2
	b. Mengajar Terbimbing											
	1) Praktik Mengajar di Kelas		8	13	13	13	13	13				73

[illegible]



1) Upacara Pelepasan PPL di GOR	4											4
2) Upacara Penerimaan PPL di SMA N 1 Sewon	3											3
3) Upacara Penarikan PPL di SMA N 1 Sewon										2		2
<b>Jumlah Jam Total</b>	9	38.5	30.5	27.5	29.5	40.5	26.5	14	30			250

Yogyakarta, 15 Juli 2016

Mengetahui,




Kepala SMA N 1 Sewon

Drs. Marsudiyana

NIP. 19590322 198703 1 004

Dosen Pembimbing Lapangan



Drs Suhadi, M.Pd

NIP. 19600505 198803 1 006

Mahasiswa



**AJI SURYO RIYANTO**

NIM 13601244033



**NAMA SEKOLAH : SMA NEGERI 1 SEWON**  
**ALAMAT SEKOLAH : JL. PARANGTRITIS KM. 5,**  
**BANGUNHARJO, SEWON, BANTUL**  
**GURU PEMBIMBING : TRI JAKA SAMEKTA, S.Pd**  
**WAKTU PELAKSANAAN PPL : 15 JULI - 15 SEPTEMBER 2016**

[illegible]

[illegible]

6	Lain-lain											
	1) Upacara Pelepasan PPL di GOR	4										4
	2) Upacara Penerimaan PPL di SMA N 1 Sewon	3										3
	3) Upacara Pelepasan PPL di SMA N 1 Sewon										2	2
<b>Jumlah Jam Total</b>		9	53.5	46.5	31.5	40.5	39.5	28.5	25	50	4	328

Yogyakarta, 15 September 2016


Mengetahui,

Kepala SMA N 1 Sewon



Drs. Marsudiyana  
NIP. 19590322 198703 1 004

Dosen Pembimbing Lapangan



Drs Suhadi, M.Pd  
NIP. 19600505 198803 1 006

Mahasiswa



**AJI SURYO RIYANTO**  
NIM 13601244033



UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL/MAGANG III

**F02**

**untuk  
Mahasiswa**

---

NAMA MAHASISWA : Aji Suryo Riyanto  
NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMA NEGERI 1 SEWON NIM : 13601244033  
ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA : Jl. Parangtritis KM 5 Bantul, 55187 FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR  
GURU PEMBIMBING : Tri Jaka Samekta S,Pd DOSEN PEMBIMBING : Drs. Suhadi, M.Pd

### Kegiatan Minggu 1 PPL

NO	HARI,TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
1.	Jumat, 15 Juli 2016	<b>Upacara pelepasan mahasiswa PPL UNY</b> Pukul 07.30-11.00	Melaksanakan upacara pelepasan PPL UNY di GOR UNY dihadiri oleh seluruh mahasiswa PPL SMA N 1 Sewon dan seluruh mahasiswa PPL UNY		

NO	HARI,TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
2.	Sabtu, 16 juli 2016	<b>Upacara Penerimaan Mahasiswa PPL UNY tahun 2016 di SMA N 1 Sewon</b> Pukul 10.00-13.00	Upacara penerimaan mahasiswa PPL UNY tahun 2016 di SMA N 1 Sewon dihadiri oleh 24 mahasiswa PPL, DPL, kepala SMA N 1 Sewon, dan guru-guru.		
		<b>Gotong Royong Pembersihan Posko PPL UNY</b> Pukul 13.30-14.40	Kegiatan gotong royong pembersihan posko PPL UNY yang dilaksanakan oleh seluruh mahasiswa PPL UNY.		

**Minggu 2 PPL**

1.	Senin, 18 Juli 2016	<b>Upacara Bendera</b> Pukul 07.00-08.30	Melaksanakan upacara bendera pada hari Senin bersama mahasiswa PPL UNY dan mahasiswa PPL USD tahun 2016 serta seluruh warga SMA Negeri 1 Sewon yang dilaksanakan di halaman upacara SMA N 1 Sewon.	Mahasiswa PPL belum mengetahui teknis pelaksanaan upacara bendera hari Senin di SMA N 1 Sewon dan belum mengetahui posisi mahasiswa PPL dalam upacara.	Datang lebih pagi dan menyesuaikan diri dengan yang lain.
		<b>Syawalan dan Apel Pagi Masa</b>	Kegiatan syawalan diikuti oleh seluruh warga SMA N 1 Sewon	Mahasiswa belum mengathui teknis pelaksanaan	Mahasiswa mengikuti kegiatan apel pagi dengan

		<b>Pengenalan Lingkungan Sekolah (MPLS)</b> Pukul 08.00-08.30	dengan mahasiswa PPL UNY dan USD. Kegiatan MPLS dihadiri oleh kepala SMA N 1 Sewon, wakaur kesiswaan, mahasiswa PPL UNY dan USD yang berjumlah 840 orang	kegiatan apel pagi MPLS dan susunan acara pada kegiatan MPLS.	datang lebih awal dan bertanya tentang agenda kegiatan MPLS kepada peserta didik baru dan pihak guru.
		<b>Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (MPLS)</b> Pukul 08.30-12.00	Mahasiswa PPL UNY mendampingi peserta didik baru dalam acara MPLS di Kelas dan GOR.	Mahasiswa belum mengetahui jadwal kegiatan MPLS di SMA N 1 Sewon dan belum ada pemberitahuan tentang pendampingan peserta didik baru dan peserta didik baru sulit dikenadalikan.	Mahasiswa mengikuti setiap kegiatan MPLS baik di Kelas maupun di GOR dan peserta didik baru perlahan-lahan mulai mendengarkan mahasiswa PPL UNY, sehingga mahasiswa PPL UNY mampu mengkondisikan KLS dengan berbagai permainan.

		<b>Rapat kelompok PPL guna membahas kegiatan MPLS pada hari Selasa 19 Juli 2016</b> Pukul 14.00-14.30	Mahasiswa PPL UNY melakukan rapat guna membahas kegiatan MPLS pada hari Selasa 19 Juli 2016 dengan tujuan untuk memperjelas kegiatan MPLS dan membagi mahasiswa untuk mendampingi pada masing-masing kelas.	Tidak semua anggota kelompok PPL hadir pada rapat tersebut karena ada beberapa anggota yang berada di posko PPL UNY.	Memberi tahu anggota lain yang tidak mengikuti rapat tentang bagian setiap individu dalam mendampingi peserta didik baru pada kelas masing-masing.
2.	Selasa, 19 Juli 2016	<b>Apel Pagi Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (MPLS)</b> Pukul 07.00-07.30	Kegiatan apel pagi MPLS dihadiri oleh kepala SMA N 1 Sewon, wakaup kesiswaan, mahasiswa PPL UNY dan USD yang berjumlah 840 orang	Tidak ada	Tidak ada
		<b>Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (MPLS)</b> Pukul 07.30-13.30	Mahasiswa PPL UNY mendampingi peserta didik baru dalam acara MPLS di Kelas dan GOR.		
		<b>Rapat kelompok PPL guna membahas kegiatan MPLS pada hari</b>	Mahasiswa PPL UNY melakukan rapat guna membahas kegiatan MPLS pada hari Rabu 20 Juli 2016 dengan	Tidak semua anggota kelompok PPL hadir pada rapat tersebut	Memberi tahu anggota lain yang tidak mengikuti rapat tentang



		<b>Rabu 20 Juli 2016</b> Pukul 13.30-14.00	tujuan untuk memperjelas kegiatan MPLS dan mengumumkan tentang seragam yang dipakai pada hari Rabu 20 Juli 2016 yaitu memakai pakain adala Jawa.	karena ada beberapa anggota yang berada di posko PPL UNY dan terdapat perubahan agenda MPLS pada hari Rabu 20 Juli 2016.	berbagai macam acara MPLS pada hari Rabu 20 Juli 2016 yang mengalami pergantian dan mengumumkan tentang seragam yang dipakai pada hari Rabu 20 Juli 2016 yaitu memakai pakain adala Jawa.
		<b>Membantu guru</b> Pukul 14.00 – 14.15	Membantu pak Ridwan menyeleksi siswa yang ingin pindah sekolahan dan ingin masuk kelas olahraga dan proses seleksi sesuai cabang olahraga yaitu sepak bola.		
3.	Rabu, 20 Juli 2016	<b>Apel Pagi Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (MPLS)</b>	Kegiatan apel pagi MPLS dihadiri oleh kepala SMA N 1 Sewon, wakaur kesiswaan, mahasiswa PPL UNY dan USD		

		Pukul 07.00-07.30	yang berjumlah 840 orang		
		<b>Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (MPLS)</b> Pukul 07.30-13.30	Mahasiswa PPL UNY mendampingi peserta didik baru dalam acara MPLS di Kelas dan GOR.		
		<b>Upacara Penutupan Kegiatan MPLS</b> Pukul 13.30-14.00	Penutupan kegiatan MPLS di SMA N 1 Sewon dilaksanakan di GOR yang dihadiri oleh kepala SMA N 1 Sewon, peserta didik baru, dan mahasiswa PPL UNY.		
4.	Kamis, 21 Juli 2016	<b>Mengajar dikelas XI MIA 3</b> Pukul 07.00 – 9.15	Masuk ke kelas sesuai jadwal yang telah diedarkan. Dalam pertemuan pertama ini baru tahap pengenalan		
		<b>Mengajar dikelas XI MIA 2</b> Pukul 09.15-11.30	Dalam pertemuan pertama ini baru tahap pengenalan dan sedikit memberi gambaran untuk olahraga minggu depan.		
		<b>Konsul dengan Dosen Pembimbing</b> Pukul 12.00-14.00	Konsultasi dengan dosen pembimbing mengenai pembuatan silabus dan RPP		

5.	Jumat, 22 juli 2016	<b>Piket pagi</b> Pukul 06.15-07.00	Piket salaman pagi di lobi sekolahan dengan beberapa guru dan teman-teman PPL		
		<b>Mengajar dikelas XI IPS 2</b> Pukul 07.00-09.15	Seperti hari sebelumnya masih dengan pengenalan dan murid sangat senang karena minggu pertama tidak pelajaran.		
		<b>Mengajar dikelas XI IPS 1</b> Pukul 09.15-11.00	Masih dengan tahap pengenalan dengan siswa. Namun untuk hari jumat tidak seperti hari biasa karena ada pemotongan jam.		
6.	Sabtu, 23 juli 2016	<b>Piket harian</b> Pukul 07.00-13.30	Berhubung tidak ada jadwal mengajar, disini saya mendapat tugas untuk piket harian sekolah yaitu menjaga lobi, keliling presensi kelas.		

**Minggu 3 PPL**

1.	Senin, 25 Juli 2016	<b>Upacara Bendera</b> Pukul 07.00-07.45	Upacara bendera hari senin tanggal 25 Juli 2016 diahdiri oleh kepala sekolah, guru, dan mahasiswa PPL UNY.		
----	---------------------	---	--	--	--

		<b>Mengajar</b> <b>Kelas XI MIA 4</b> Pukul 08.20 – 10.05	Kegiatan pembelajaran mata pelajaran penjas dikelas XI Mipa 4 dengan materi tolak peluru(cara memegang peluru, langkah-langkah menolak peluru). Siswa sangat antusias mengikuti pelajaran penjas.	Tidak ada lapangan khusus untuk tolak peluru.	Mencari tempat kosong yang sekiranya tidak merusak tanah
		<b>Mengajar</b> <b>Kelas XI MIA 5</b> Pukul 10.05 – 12.10	Mengajar praktek dikelas XI Mipa 5 dengan materi tolak peluru yang sama dengan kelas sebelumnya.	Siswa banyak yang mengeluh karena cuaca panas.	Memberi motivasi supaya anak mau melakukan kegiatan pembelajaran.
2.	Selasa, 26 juli 2016	<b>Piket Harian</b> Pukul 07.00 - 12.00	Melakukan piket harian yaitu dengan presensi keliling kelas kemudian dilanjut menjaga lobi. Untuk piket harian dilaksanakan oleh beberapa teman PPL UNY dan USD		
		<b>Konsul dengan Dosen Pembimbing</b> Pukul 12.00-14.00	Konsultasi dengan dosen pembimbing mengenai RPP Atletik.		

		<b>Pendampingan Pelatihan TONTI</b> Pukul 14.00-17.00	Mendampingi peserta didik dalam pelatihan baris-berbaris atau tonti. Kegiatan ini diikuti oleh peserta didik kelas X IPA dan X IPS.		
3.	Rabu, 27 juli 2016	<b>Mengajar Kelas XI IPS 3</b> Pukul 07.00-09.15	Kegiatan pembelajaran mata pelajaran penjas dikelas XI IPS 3 dengan materi tolak peluru(cara memegang peluru, langkah-langkah menolak peluru). Siswa melakukan satu per satu.		
		<b>Mengajar Kelas XI MIA 1</b> Pukul 09.15-11.30	Kegiatan pembelajaran mata pelajaran penjas dikelas XI IPS 3 dengan materi tolak peluru(cara memegang peluru, langkah-langkah menolak peluru). Siswa melakukan satu per satu.		
4.	Kamis, 28 juli 2016	<b>Mengajar Kelas XI MIA 3</b> Pukul 07.00-09.15	Mengajar olahraga dilapangan olahraga belakang dengan materi tolak peluru (pengenalan tentang		

			olahraga tolak peluru, langkah-langkah menolak peluru).		
		<b>Mengajar Kelas XI MIA 2 Pukul 09.15-11.30</b>	Mengajar olahraga dilapangan olahraga belakang dengan materi tolak peluru (pengenalan tentang olahraga tolak peluru, langkah-langkah menolak peluru).		
		<b>Membuat RPP Pukul 12.00-14.00</b>	Membuat RPP di lobbi		
5.	Jumat, 29 juli 2016	<b>Piket Harian Pukul 06.15-07.00</b>	Piket di depan lobbi, bersalaman dengan murid-murid bersama guru dan beberapa teman dari PPL UNY dan USD		
		<b>Mengajar Kelas XI IPS 2 Pukul 07.00-09.00</b>	Mengajar olahraga dilapangan olahraga belakang dengan materi tolak peluru (pengenalan tentang olahraga tolak peluru, langkah-langkah menolak peluru).		
		<b>Mengajar Kelas XI IPS 1 Pukul 07.00-09.00</b>	Mengajar olahraga dilapangan olahraga belakang dengan materi tolak peluru (pengenalan tentang		

			olahraga tolak peluru, langkah-langkah menolak peluru).		
6.	Sabtu , 30 juli 2016	<b>Mengajar</b> <b>Kelas XI IPS 4</b> Pukul 07.00-09.15	Mengajar olahraga dilapangan olahraga belakang dengan materi tolak peluru (pengenalan tentang olahraga tolak peluru, langkah-langkah menolak peluru). Menggantikan Bapak Ridwan karena beliau berhalangan hadir, sehingga menyuruh saya untuk mengajar dikelas tersebut.		
		<b>Piket Harian</b> Pukul 09.15-13.30	Melakukan kegiatan piket harian di lobi sekolah untuk mencatat tamu, surat yang masuk ke sekolah, dan menulis peserta didik yang ijin.		

Minggu 4 PPL

1.	Rabu, 3 Agustus 2016	<b>Mengajar</b> <b>Kelas XI IPS 2</b> Pukul 07.00-09.15	Melakukan pre test tolak peluru, dengan langkah-langkah yang sudah diajarkan minggu lalu. Pre test ini berupa pengambilan jarak tolakan peluru. Dan jadwal		
----	----------------------	---	--	--	--

			untuk mulai tanggal 1 Agustus mengalami perubahan dari seminggu sebelumnya.		
		<b>Mengajar</b> <b>Kelas XI IPS 3</b> Pukul 09.15-11.30	Melakukan pre test tolak peluru, dengan langkah-langkah yang sudah diajarkan minggu lalu. Pre test ini berupa pengambilan jarak tolakan peluru.		
2.	Kamis , 4 agustus 2016	<b>Mengajar</b> <b>Kelas XI MIA 5</b> Pukul 07.00-09.15	Melakukan pre test tolak peluru, dengan langkah-langkah yang sudah diajarkan minggu lalu. Pre test ini berupa pengambilan jarak tolakan peluru.		
		<b>Mengajar</b> <b>Kelas XI MIA 4</b> Pukul 09.15-11.30	Melakukan pre test tolak peluru, dengan langkah-langkah yang sudah diajarkan minggu lalu. Pre test ini berupa pengambilan jarak tolakan peluru.		
		<b>Konsultasi dengan</b> <b>Guru Pembimbing</b> Pukul 11.30-13.00	Konsultasi dengan Bapak Joko selaku guru pembimbing penjaskes. Hal yang		



			dikonsultasikan yaitu terkait RPP dan materi pembelajaran.		
3.	Jum'at, 5 Agustus 2016	<b>Piket Harian</b> Pukul 06.30-07.00	Piket di depan lobi sekolah, bersalaman dengan murid-murid bersama beberapa guru dan teman-teman PPL dari USD		
		<b>Mengajar</b> <b>Kelas XI IPS 1</b> Pukul 07.00-09.00	Melakukan pre test tolak peluru, dengan langkah-langkah yang sudah diajarkan minggu lalu. Pre test ini berupa pengambilan jarak tolakan peluru.		
		<b>Mengajar</b> <b>Kelas XI IPS 2</b> Pukul 09.00-11.00	Melakukan pre test tolak peluru, dengan langkah-langkah yang sudah diajarkan minggu lalu. Pre test ini berupa pengambilan jarak tolakan peluru .		
4.	Sabtu, 6 Agustus 2016	<b>Piket Harian</b> Pukul 07.00-13.30	Melakukan kegiatan piket harian di lobi sekolah untuk mencatat tamu, surat yang masuk ke sekolah, dan menulis peserta didik yang ijin.		

Minggu ke 5 PPL

1.	Senin, 8 Agustus 2016	<b>Upacara Bendera</b> Pukul 07.00-07.45	Upacara bendera hari senin tanggal 8 Agustus 2016 dilaksanakan secara khidmat yang dihadiri oleh kepala sekolah, guru, mahasiswa PPL UNY, USD dan peserta didik SMA N 1 Sewon.		
		<b>Mengajar Kelas XI MIA 3</b> Pukul 07.45-09.45	Mengajar praktek olahraga di kelas XI MIA 3 dengan materi passing bawah bola voli dan dilanjutkan dengan game bola voli		
		<b>Membuat RPP</b> Pukul 10.00-12.00	Membuat RPP di posko		
	Selasa, 9 Agustus 2016	<b>Mengajar Kelas XI IPS 2</b> Pukul 07.00-09.15	Mengajar olahraga dikelas XI IPS 2 dengan materi passing bawah bola voli dan kemudian dilanjutkan dengan game bermain bola voli		

		<b>Konsultasi dengan Guru Pembimbing</b> Pukul 09.15-11.00	Konsultasi dan evaluasi kekurangan dalam mengajar.		
	Rabu, 10 Agustus 2016	<b>Mengajar Kelas XI MIA 2</b> Pukul 07.00-09.15	Mengajar olahraga dikelas XI MIA 2 dengan materi passing bawah bola voli dan kemudian dilanjutkan dengan game bermain bola voli di lapangan bola voli outdoor		
		<b>Mengajar Kelas XI MIA 3</b> Pukul 09.15-11.30	Mengajar olahraga dikelas XI MIA 3 dengan materi passing bawah bola voli dan kemudian dilanjutkan dengan game bermain bola voli di dalam GOR		
		<b>Mendata nama pohon</b> Pukul 14.00-16.00	Pendataan tanaman di halaman depan SMA N 1 Sewon dilaksanakan bersama teman-teman PPL UNY dan USD		
	Kamis, 11 agustus 2016	<b>Mengajar Kelas XI MIA 5</b> Pukul 07.00-09.15	Mengajar olahraga dikelas XI MIA 5 dengan materi passing bawah bola voli dan kemudian dilanjutkan dengan game		

			bermain bola voli di lapangan bola voli outdoor		
		<b>Mengajar</b> <b>Kelas XI MIA 4</b> Pukul 09.15-11.30	Mengajar olahraga dikelas XI MIA 3 dengan materi passing bawah bola voli dan kemudian dilanjutkan dengan game bermain bola voli di dalam GOR		
		<b>Rapat Pembahasan</b> <b>Penamaan Tanaman</b> Pukul 13.40-14.30	Rapat dilakukan oleh mahasiswa PPL UNY dan USD guna melakukan pembahsan terkait penamaan tanaman di sekitar SMA N 1 Sewon. Rapat tersebut membahas pula daftar tanaman yang telah terdata oleh mahasiswa PPL UNY dan USD serta membahas plang nama dari tanaman tersebut.		
	Jumat, 12 agustus 2016	<b>Mengajar</b> <b>Kelas XI IPS 1</b> Pukul 07.00-09.00	Mengajar olahraga dikelas XI IPS 1 dengan materi passing bawah bola voli dan kemudian dilanjutkan dengan game bermain bola voli		

		<b>Mengajar</b> <b>Kelas XI IPS 2</b> Pukul 09.00-11.00	Mengajar olahraga dikelas XI IPS 2 dengan materi passing bawah bola voli dan kemudian dilanjutkan dengan game bermain bola voli. Untuk hari jum'at ada pemotongan jam pelajaran.		
	Sabtu, 13 agustus 2016	<b>Mengajar</b> <b>Kelas XII MIA 4</b> Pukul 07.00-09.15	Mengajar dikelas XII MIPA 4 yang biasanya diajar Bapak Sajuri. Karena beliau berhalangan hadir kemudian disuruh untuk menggantikan mengajar, untuk materinya itu bola basket khususnya passing.		
		<b>Piket Harian</b> Pukul 09.15-13.30	Melakukan kegiatan piket harian di lobi sekolah untuk mencatat tamu, surat yang masuk ke sekolah, dan menulis peserta didik yang ijin.		

### Minggu 6 PPL

1.	Senin, 15 agustus 2016	<b>Mengajar</b> <b>Kelas XII MIA 3</b> Pukul 07.00-09.15	Mengajar penjas dikelas XI MIA 3 dilapangan sepak bola yang berada di belakang sekolahan dengan materi sepak bola (passing dalam, control, dan umpan lambung) setelah itu dilanjutkan dengan permainan sepak bola.		
		<b>Konsul dengan</b> <b>Dosen Pembimbing</b> Pukul 10.00-11.00	Konsultasi dengan dosen pembimbing mengenai RPP Permainan.		
	Selasa, 16 Agustus 2016	<b>Mengajar</b> <b>Kelas XII MIA 1</b> Pukul 07.00-09.15	Mengajar penjas dikelas XI MIA 1 dilapangan sepak bola yang berada di belakang sekolahan dengan materi sepak bola (passing dalam, control, dan umpan lambung) setelah itu dilanjutkan dengan permainan sepak bola.		

	Rabu, 17 agustus 2016	<b>Upacara Bendera Hari Kemerdekaan RI ke-71 SMA N 1 Sewon</b> Pukul 07.00-08.00	Upacara bendera hari rabu tanggal 17 Agustus 2016 untuk memperingati hari kemerdekaan RI yang ke-71 dilaksanakan di halaman SMA N 1 Sewon dengan khidmat yang dihadiri oleh kepala sekolah, guru, mahasiswa PPL UNY, USD, UAD, dan peserta didik SMA N 1 Sewon. Petugas upacara yang bertugas adalah Dewan Tonti SMA N 1 Sewon.		
		<b>Upacara Detik-detik Proklamasi Hari Kemerdekaan RI ke-71 di Kecamatan Sewon</b> Pukul 09.00-11.00	Upacara detik-detik proklamasi hari kemerdekaan Republik Indonesia yang ke-71 untuk Kecamatan Sewon dilaksanakan di Lapangan Timbulharjo dengan petugas upacara dari SMK N 2 Sewon. Upacara dilaksanakan dengan khidmat yang dihadiri oleh kepala sekolah dan guru SD, SMP,		

			SMA seKecamatan Sewon, peserta didik SD, SMP, SMA seKecamatan Sewon, mahasiswa PPL UNY, USD, UAD, UMY, dan UPY, perwakilan dari polsek Sewon, koramil Sewon, dan pejabat pemerintahan kecamatan Sewon		
		<b>Upacara Penurunan Bendera Hari Kemerdekaan RI ke-71 di Kecamatan Sewon</b> Pukul 15.00-17.00	Upacara penurunan bendera hari kemerdekaan Republik Indonesia yang ke-71 untuk Kecamatan Sewon dilaksanakan di Lapangan Timbulharjo dengan petugas upacara dari SMK N 2 Sewon. Upacara dilaksanakan dengan khidmat yang dihadiri oleh kepala sekolah dan guru SD, SMP, SMA seKecamatan Sewon, peserta didik SD, SMP, SMA seKecamatan Sewon, mahasiswa PPL UNY, USD, UAD, UMY,		



			dan UPY, perwakilan dari polsek Sewon, koramil Sewon, dan pejabat pemerintahan kecamatan Sewon		
	Kamis, 18 Agustus 2016	<b>Mengajar Kelas XI MIA 5</b> Pukul 07.00-09.15	Mengajar penjas dikelas XI MIA 5 dilapangan sepak bola yang berada di belakang sekolahan dengan materi sepak bola (passing dalam, control, dan umpan lambung) setelah itu dilanjutkan dengan permainan sepak bola.		
		<b>Mengajar Kelas XI MIA 4</b> Pukul 09.15-11.30	Mengajar penjas dikelas XI MIA 4 dilapangan sepak bola yang berada di belakang sekolahan dengan materi sepak bola (passing dalam, control, dan umpan lambung) setelah itu dilanjutkan dengan permainan sepak bola.	Murid banyak mengeluh karena cuaca yang sangat panas sehingga pembelajaran sempat terhenti sebentar	Memberi motivasi dan menyuruh siswa untuk istirahat sejenak jika sudah melakukan intruksi dari guru

	Jumat, 19 agustus 2016	<b>Mengajar</b> <b>Kelas XI IPS 1</b> Pukul 07.00-09.00	Mengajar penjas dikelas XI IPS 1 dilapangan sepak bola yang berada di belakang sekolahan dengan materi sepak bola (passing dalam, control, dan umpan lambung) setelah itu dilanjutkan dengan permainan sepak bola.		
		<b>Mengajar</b> <b>Kelas XI IPS 2</b> Pukul 09.00-11.00	Mengajar penjas dikelas XI IPS 2 dilapangan sepak bola yang berada di belakang sekolahan dengan materi sepak bola (passing dalam, control, dan umpan lambung) setelah itu dilanjutkan dengan permainan sepak bola. Untuk hari Jumat ada pemotongan jam pelajaran.		
	Sabtu, 20 agustus 2016	<b>Dies Natalis SMA N</b> <b>1 Sewon</b> Pukul 07.00-12.00	Kegiatan dies natalis di SMA N 1 Sewon meliputi acara upacara untuk memperingati dies natalis, jalan santai, dan pertunjukan seni. Kegiatan ini diikuti oleh		

			seluruh warga SMA N 1 Sewon dan mahasiswa PPL UNY dan USD.		
--	--	--	--	--	--

Minggu 7 PPL

1.	Senin, 22 Agustus 2016	<b>Upacara bendera Pukul 07.00-07.45</b>	Upacara bendera hari Senin tanggal 22 Agustus 2016 dilaksanakan secara khidmat yang dihadiri oleh kepala sekolah, guru, mahasiswa PPL UNY, USD dan peserta didik SMA N 1 Sewon.		
		<b>Mengajar Kelas XI MIA 3 Pukul 07.45-09.45</b>	Diminta mendampingi Bapak Joko untuk membantu proses penganbilen nilai tolak peluru.		
1.	Rabu, 24 Agustus 2016	<b>Mengajar Kelas XI MIA 2 Pukul 07.00-09.15</b>	Diminta mendampingi Bapak Joko untuk membantu proses penganbilen nilai tolak peluru. Dimana hanya sedikit yang mengikuti remidi.		
		<b>Mengajar Kelas XI IPS 3 Pukul 09.15-11.30</b>	Diminta mendampingi Bapak Joko untuk membantu proses penganbilen nilai tolak peluru.		

			Dan hanya sedikit yang mengikuti remidi.		
2.	Kamis , 25 Agustus 2016	<b>Mengajar</b> <b>Kelas XI MIA 5</b> Pukul 07.00-09.15	Berhubung Pak Joko tidak bisa mengajar yang harusnya minggu ini ambil nilai tolak perluru karena ada suatu acara, beliau meminta tolong untuk mengajar dengan materi apa saja boleh yang sesuai dengan silabus. Untuk kelas XI MIA 5 dengan materi bola voli passing atas		
		<b>Mengajar</b> <b>Kelas XI MIA 4</b> Pukul 09.15-11.30	. Berhubung Pak Joko tidak bisa mengajar yang harusnya minggu ini ambil nilai tolak perluru karena ada suatu acara, beliau meminta tolong untuk mengajar dengan materi apa saja boleh yang sesuai dengan silabus. Untuk kelas XI MIA 4 dengan materi bola basket (passing). Disini saya mengajar		

			menyesuaikan tempat/lapangan yang tidak dipakai.		
3.	Jumat, 26 Agustus 2016	<b>Entri Data Siswa Baru</b> Pukul 09.00-11.00	Dimintai tolong oleh Pak Agus TIK untuk entri data siswa baru. Ada beberapa teman-teman PPL UNY dan USD. Dan dipandu oleh pak Agus TIK		
4.	Sabtu, 27 Agustus 2016	<b>Piket Harian</b> Pukul 07.00-14.00	Melakukan kegiatan piket harian di lobi sekolah untuk mencatat tamu, surat yang masuk ke sekolah, dan menulis peserta didik yang ijin.		
		<b>Konsultasi dengan Dosen Pembimbing</b> Pukul 08.30-10.30	Konsultasi dengan Bapak Suhadi selaku Dosen Pembimbing. Disini saya dan Madwa berkonsultasi mengenai RPP dan jam mengajar.		

Minggu 8 PPL

1.	Senin, 29 Agustus 2016	<b>Upacara bendera</b> Pukul 07.00-07.45	Upacara bendera hari Senin tanggal 29 Agustus 2016 dilaksanakan secara khidmat yang dihadiri oleh kepala		
----	------------------------	---	--	--	--

			sekolah, guru, mahasiswa PPL UNY, USD dan peserta didik SMA N 1 Sewon.		
		<b>Piket UKS</b> Pukul 09.00-12.00	Melakukan kegiatan piket harian di uks untuk membantu siswa yang sakit		
1.	Selasa, 30 agustus 2016	<b>Piket UKS</b> Pukul 08.00-11.00	Melakukan kegiatan piket harian di uks untuk membantu siswa yang sakit		
		<b>Kerja Bakti</b> <b>Adiwiyata</b> Pukul 14.00-16.30	Beberapa teman-teman PPL UNY melakukan kerja bakti di depan sekolahan untuk acara adiwiyata. Disini PPL UNY dibagi menjadi beberapa kelompok. Sehingga dapat bergantian dalam melakukan kerja bakti		
2.	Rabu, 31 agustus 2016	<b>Mengerjakan</b> <b>Administrasi PPL</b> Pukul 08.00-11.00	Kegiatan ini dilakukan di posko PPL SMA N 1 Sewon dengan mengerjakan administrasi yang diperlukan selama kegiatan PPL, yaitu berupa pembenahan		

			matriks kegiatan PPL, laporan kegiatan individu PPL, dan laporan mingguan kegiatan PPL.		
3.	Kamis, 1 September 2016	<b>Piket UKS</b> Pukul 08.00-12.00	Melakukan kegiatan piket harian di uks untuk membantu siswa yang sakit, menjaga ruangan dan menata ruang obat. Karena pada saat itu obat sempat berserakan.		
4.	Jumat, 2 September 2016	<b>Piket Harian</b> Pukul 07.00-11.30	Melakukan kegiatan piket harian di lobi sekolah untuk mencatat tamu, surat yang masuk ke sekolah, dan menulis peserta didik yang ijin.		
5.	Sabtu, 3 September 2016	<b>Piket Harian</b> Pukul 07.00-13.30	Melakukan kegiatan piket harian di lobi sekolah untuk mencatat tamu, surat yang masuk ke sekolah, dan menulis peserta didik yang ijin. Ada beberapa teman-teman PPL UNY yang ikut piket harian dilobi sekolahan.		

Minggu 9 PPL

1.	Senin, 5 September 2016	<b>Piket Harian</b> Pukul 07.00-10.00	Melakukan kegiatan piket harian di lobi sekolah untuk mencatat tamu, surat yang masuk ke sekolah, dan menulis peserta didik yang ijin. Ada beberapa teman-teman PPL UNY yang ikut piket harian dilobi sekolahan.		
		<b>Membuat RPP</b> Pukul 11.00-13.00	Membuat RPP di perpustakaan		
1.	Selasa, 6 September 2016	<b>Piket Harian</b> Pukul 07.00-11.00	Melakukan kegiatan piket harian di lobi sekolah untuk mencatat tamu, surat yang masuk ke sekolah, dan menulis peserta didik yang ijin.		
		<b>Kerja Bakti Adiwiyata</b> Pukul 14.00-16.00	Beberapa teman-teman PPL UNY melakukan kerja bakti di samping sekolahan untuk acara adiwiyata. Disini PPL UNY dibagi menjadi beberapa		



			kelompok. Sehingga dapat bergantian dalam melakukan kerja bakti		
3.	Rabu, 7 September 2016	<b>Piket Harian</b> Pukul 07.00-11.00	Melakukan kegiatan piket harian di lobi sekolah untuk mencatat tamu, surat yang masuk ke sekolah, dan menulis peserta didik yang ijin.		
		<b>Piket UKS</b> Pukul 12.00.-14.00	Melakukan kegiatan piket harian di uks untuk membantu siswa yang sakit dan menjaga ruang uks.		
4	Kamis, 8 September 2016	<b>Piket Harian</b> Pukul 07.00-10.00	Melakukan kegiatan piket harian di lobi sekolah untuk mencatat tamu, surat yang masuk ke sekolah, dan menulis peserta didik yang ijin. Ada beberapa teman-teman PPL UNY yang ikut piket harian di lobi sekolah.		

		<b>Piket UKS</b> Pukul 11.00.-14.00	Melakukan kegiatan piket harian menjaga ruang uks dan membantu siswa yang sedang sakit.		
5.	Jumat, 9 September 2016	<b>Piket Harian</b> Pukul 07.00-08.00	Melakukan kegiatan piket harian di lobi sekolah untuk mencatat tamu, surat yang masuk ke sekolah, dan menulis peserta didik yang ijin. Ada beberapa teman-teman PPL UNY yang ikut piket harian dilobi sekolahan.		
		<b>Piket UKS</b> Pukul 08.00-11.30	Melakukan kegiatan piket harian menjaga ruang uks dan membantu siswa yang sedang sakit.		

Minggu 10 PPL

1.	Senin ,12 September 2016	<b>Piket Harian</b> Pukul 08.00-10.00	Melakukan kegiatan piket harian di lobi sekolah untuk mencatat tamu, surat yang masuk ke sekolah, dan menulis peserta didik yang ijin. Ada beberapa		
----	--------------------------	--	---	--	--

			teman-teman PPL UNY yang ikut piket harian dilobi sekolahan.		
1.	Kamis,15 September 2016	<b>Upacara pelepasan PPL</b> Pukul 08.00-10.00	Upacara pelepasan PPL UNY diikuti semua mahasiswa PPL UNY yang bertempat gedung lantai 2 SMA N 1 SEWON. Pelepasan ini dihadiri oleh kepala sekolah dan DPL dari UNY Bapak Sulis.		

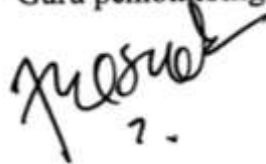
Mengetahui,

Dosen Pembimbing Lapangan



Drs Suhadi, M.Pd  
NIP. 19600505 198803 1 006

Guru pembimbing



TRI JAKA SAMEKTA, S.Pd.  
NIP. 19680305 200501 1 012

Mahasiswa PPL



AJI SURYO RIYANTO  
NIM 13601244033



LEMBAR OBSERVASI KONDISI SEKOLAH

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMA Negeri 1 Sewon NAMA MAHASISWA : Aji Suryo Riyanto  
ALAMAT SEKOLAH : Jln. Parangtritis km 5, NO. MAHASISWA : 13601244033  
Bangunharjo, Sewon,  
Bantul

FAK/JUR/PRODI :FIK / POR/ PJKR

No	Aspek yang Diamati	Deskripsi Pengamatan
1	Kondisi fisik sekolah	Bangunan kokoh, rapi, dan di cat dengan warna dominan krem dan putih.
2	Potensi peserta didik	Peserta didik berprestasi dalam bidang akademik maupun non-akademik.
3	Potensi guru	Sebagian besar lulusan S1 dan ada yang lulusan S2
4	Potensi karyawan	Kinerja karyawan bagus, ramah, dan sopan.
5	Fasilitas, KBM, dan media	Papan tulis putih besar, LCD proyektor, <i>slide</i> proyektor, spidol, kapur, penggaris besar.
6	Perpustakaan	Koleksi buku lama dan baru banyak dengan pendataan buku yang dilakukan dengan cara manual, pendataan buku belum menggunakan sistem <i>barcode</i> , dan terdapat beberapa komputer yang digunakan sebagai katalog dan sumber informasi tambahan.
7	Bimbingan konseling	Berjalan lancar, tertib, dan ruangan bimbingan konseling tertata secara rapi.
8	Ekstrakurikuler	Ada banyak pilihan ekstrakurikuler diantaranya Pramuka, Pleton Inti (Tonti), Paskibra, Palang Merah Remaja (PMR), Lokananta (Buletin Sekolah), Kesenian (Seni Tari, Seni Musik, Seni Teater, dan Paduan Suara), Olahraga (Bola Voli, Bola Basket, Pencak Silat, Sepakbola, Tenis Meja, dan Bulutangkis), Kerohanian, Karawitan, Karya Ilmiah Remaja (KIR), Nasyid, Sinematografi, dan Pembinaan Olimpiade Sains.
9	Organisasi dan fasilitas OSIS	Ruangan OSIS cukup memadai untuk menunjang kinerja kepengurusan OSIS dan mulai penyusunan kegiatan program kerja.
10	Organisasi dan Fasilitas UKS	Perlengkapan obat-obatan cukup lengkap dengan tempat tidur, bantal, dan selimut.
11	Administrasi (karyawan, sekolah, dinding)	Tertata rapi, dan sudah cukup lengkap.
12	Koperasi	Memiliki pengurus koperasi dari peserta didik dan karyawan.

No	Aspek yang Diamati	Deskripsi Pengamatan
13	Tempat Ibadah	Bersih, rapi, terdapat sajadah, mukena, Al-Qur'an, dan perlengkapan <i>mic</i> serta <i>speaker</i> .
14	Toilet dan WC	Beberapa pintu toilet rusak, minim perlengkapan, dan minim penerangan.
15	Laboratorium :	
	a. Fisika	Alat dan bahan kurang lengkap serta kurang perawatan/
	b. Kimia	Alat dan bahan cukup.
	c. Biologi	Alat dan bahan cukup.
	d. Komputer	Peralatan komputer cukup memadai dengan kondisi fisik yang cukup baik.
	e. Bahasa	Peralatan cukup memadai dengan kondisi fisik yang cukup baik.

Yogyakarta , 22 Juni 2016

Mahasiswa

Koordinator PPL SMA N 1 Sewon

Suwarsono, S.Pd, M.Sc, M.A.  
NIP. 19670415 199101 1 003



**AJI SURYO RIYANTO**  
NIM 13601244033



LEMBAR OBSERVASI  
PEMBELAJARAN DI KELAS DAN  
OBSERVASI PESERTA DIDIK

Universitas Negeri Yogyakarta

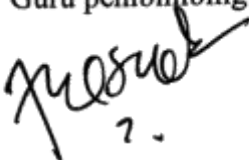
NAMA MAHASISWA : Aji Suryo Riyanto PUKUL : 07.00 – 08.30 WIB  
NO. MAHASISWA : 13601244033 TEMPAT PRAKTIK : Kelas XI  
TGL. OBSERVASI : 22 Juni 2016 FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

No	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
A	Perangkat Pembelajaran	
	1. Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran (KTSP)/ Kurikulum 2013	Menggunakan Kurikulum 2013
	2. Silabus	Ada, administrasi tertib, lengkap, sesuai dengan silabus pada Kurikulum 2013
	3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)	Ada, administrasi tertib, lengkap, sesuai dengan RPP pada Kurikulum 2013
B	Proses Pembelajaran	
	1. Membuka pelajaran	Guru membuka dengan salam, berdoa, menyanyikan Lagu Indonesia Raya, dan mengecek kehadiran siswa melalui presensi.
	2. Penyajian materi	Menyajikan materi dengan cara guru memberi arahan kepada salah satu siswa untuk memberi contoh melalui siswa lalu ditirukan oleh siswa lain.
	3. Metode pembelajaran	<i>Dirrect instruction</i> dan tanya jawab.
	4. Penggunaan bahasa	Menggunakan bahasa Indonesia dan bahasa jawa halus.
	5. Penggunaan waktu	Waktu digunakan secara efektif untuk menyampaikan materi pembelajaran dan siswa juga diberi waktu lebih untuk istirahat serta berganti pakaian
	6. Gerak	Guru aktif mengelilingi siswa saat pembelajaran berlangsung
	7. Cara memotivasi siswa	Guru memotivasi siswa dengan menghubungkan materi yang disampaikan dengan contoh nyata pada kehidupan sehari-hari yang dialami oleh siswa.

No	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
	8. Teknik bertanya	Memberi kesempatan kepada siswa untuk bertanya dan menunjuk siswa untuk menjawab pertanyaan yang diajukan oleh guru.
<b>B</b>	<b>Proses Pembelajaran</b>	
	9. Teknik penguasaan kelas	Cukup baik untuk mengingatkan siswa yang kurang aktif dalam pembelajaran dan juga menegur dengan halus siswa yang berteduh saat siswa lain sedang berolahraga
	10. Penggunaan media	Media yang digunakan yaitu sarana dan prasaran yang berkaitan dengan materi yang disampaikan
	11. Bentuk dan cara evaluasi	Guru mengistirahatkan siswa setelah pembelajaran selesai dan member evaluasi kepada mereka
	12. Menutup pelajaran	Guru bersama dengan siswa menyimpulkan kegiatan pembelajaran pada pertemuan tersebut dan menutup kegiatan pembelajaran dengan salam.
<b>C</b>	<b>Perilaku Peserta Didik</b>	
	1. Perilaku siswa saat pembelajaran	Siswa banyak yang berteduh dan mengeluh saat pelajaran olahraga berlangsung

Yogyakarta,22 Juni 2016

Guru pembimbing



**TRI JAKA SAMEKTA,S.Pd.**  
NIP. 19680305 200501 1 012

Guru Mata Pelajaran



**AJI SURYO RIYANTO**  
NIM 13601244033



DAFTAR HADIR KELAS XI IPA 1  
SMA NEGERI 1 SEWON  
TAHUN PELAJARAN 2016/2017

No. Abs	Nama	L/ P	Minggu Ke (juli-agustus)					
			20	27	2	9	16	23
1.	ACHMAD GUSTIAN NUGROHO	L	.	.	.	.	.	.
2.	ADINDA ARUM MARYATI	P	.	.	.	l	.	.
3.	AINAYA ALFATIAH FIKRUL HAQ	p	.	.	.	.	.	.
4.	ALANA ARRUM MASYITHOH	P	.	.	.	.	.	.
5.	ANGGI SASMITA RISTIVANI	P	.	.	.	.	.	.
6.	ANNISA TRILUSIANI	P	.	.	.	.	.	.
7.	AURA LATIFA	p	.	.	.	.	.	.
8.	AURELLIA RAHAQIA PUTRI	P	.	.	.	.	.	.
9.	AYU SETYA MURDANINGSIH	P	.	.	.	l	.	.
10.	AZIZAH OCTAVIA	P	.	.	.	.	.	.
11.	BINTANG PARIKESIT	L	.	.	.	.	.	.
12.	CINDY ALIFFIA ZULFA	P	.	.	.	.	.	.
13.	CLARISA NADIA PUTRI FARIKA	P	.	.	.	.	.	.
14.	DWI APRILIANA	P	.	.	.	.	.	.
15.	FARHAN ZAIDAN ALFAJRI	L	.	.	.	.	.	.
16.	FARKHAN YUSUF PERMANA	L	.	.	.	.	.	.
17.	GHOZALI ABDUL HARIS	L	.	.	.	.	.	.
18.	HELNIA DELLA RIKNANDA WARANINGTYAS	P	.	.	.	.	.	.
19.	INTAN NURMALASARI	P	.	.	.	.	.	.
20.	IVAN NUGROHO	L	.	.	.	.	.	.
21.	KHALESA OKFAYSA ZUDIAKE	P	.	.	.	.	.	.
22.	KRESNOMURTI PRAMUDYANTO	L	.	.	.	.	.	.
23.	LAILA LUTHFIANA	P	.	.	.	.	.	.
24.	LINTANG ADELYA	P	.	.	.	.	.	.
25.	MAYASRI MANGESTI WIDAYANTI K.	P	.	.	.	.	.	.
26.	MILENIA DEVI KUSUMA	P	.	.	.	.	.	.
27.	MIRA PUSPITA	P	.	.	.	.	.	.
28.	MUTYA LALITA SANTASYACITTA	P	.	.	.	.	.	.
29.	NABILLA ZAHROO SULTONA	P	.	.	.	.	.	.
30.	NADA SYIFA' SYARIF	P	.	.	.	.	.	.
31.	NAFISA MUFIDATUS SHOLIAH	P	.	.	.	.	.	.
32.	NIDA NUR IRFANI	P	.	.	.	.	.	.
33.	ROMADHON FIKRI AKBAR	L	.	.	.	.	.	.
34.	YOGMA PUTRA	L	.	.	.	.	.	.
35.	ZIDAN PUTRA SYAKBANA	L	.	.	.	.	.	.
Paraf Guru								

Jumlah Siswa : 35

L : 10

P: 25





PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL  
DINAS PENDIDIKAN MENENGAH DAN NON FORMAL  
**SMA NEGERI 1 SEWON**

Jl. Parangtritis Km 5 Sewon Bantul Yogyakarta Telp. (0274) 37445



DAFTAR HADIR KELAS XI IPA 2  
**SMA NEGERI 1 SEWON**  
TAHUN PELAJARAN 2016/2017

No. Abs	Nama	L/ P	(Juli-september)					
			21	28	3	10	17	24
1.	ADITYA RESTU ARI PRATAMA	L	.	.	S	.		.
2.	AL AYUBI ANCASMANA FEBTINO	L	.	.	.	.		.
3.	ALIFIA NURRAHMAWATI	P	.	.	.	.		.
4.	ANISA NUR AINI	P	.	.	.	.		.
5.	ANNIDA RIFKA LARASTUTI	P	.	.	.	S		.
6.	ANNISA FITRI NURLAILA	P	.	.	.	.		.
7.	ARINA TRI SEPTIANTI	P	.	.	.	.		.
8.	ASTY ARI WIJAYANTI	P	.	.	.	.		.
9.	ATIKATUL AZZAH	P	.	.	.	.		.
10.	DHEA FAULINA KHOFIFAH	P	.	.	.	.		.
11.	DILA ULLISTIYA	P	.	.	I	.	U	.
12.	DITA NUR WIDYA	P	.	.	.	.	P	.
13.	ELEN NOVITA	P	.	.	I	.	A	.
14.	ENDANG RUKMINI ENDARWATI	P	.	.	I	.	C	.
15.	ENDRAJID LESTIANO ADRIAN	L	.	.	.	.	A	.
16.	ERIKA AYU SHALSHABELA	P	.	.	I	.	R	.
17.	HARJUNO	L	.	.	.	.	A	.
18.	HASNAA OKTAFIANA DEWI	P	.	.	.	.		.
19.	HENI RAHMAWATI	P	.	.	.	.	H	.
20.	IDHAM ICHSANUL IRCHAM	L	.	.	.	.	U	.
21.	ISNA NUR FADHILA	P	.	.	.	.	T	.
22.	ISSAM SHYAHDHURIN IKHSAN	L	.	.	.	.		.
23.	MUH. RIZQUN BIVANDI BUDIMAN	L	.	.	I	S	R	.
24.	MUHAMMAD 'AMMAR ZULHAJI	L	.	.	.	.	I	.
25.	MUHAMMAD ROKHIQIL MAHTUM	L	.	.	.	.		.
26.	MUHAMMAD WAFI	L	.	.	.	.		.
27.	NILA NADYA RAHMA	P	.	.	.	.		.
28.	NUR FANNY PRATIWI	P	.	.	.	.		.
29.	NURUL NISA MADANI	P	.	.	.	.		.
30.	NUZUUL RIZKY RAMADHANI	L	.	.	.	.		.
31.	OCTAVIANTO DWI NUGROHO	L	.	.	.	.		.
32.	SALSABILLAH ADDYSSA PUTRI	P	.	.	.	.		.
33.	YULIANA DWININGRUM	P	.	.	.	I		.
34.								
Paraf Guru								

Jumlah Siswa : 33

L : 12

P: 21



DAFTAR HADIR KELAS XI IPA 3

SMA NEGERI 1 SEWON

TAHUN PELAJARAN 2016/2017

No. Abs	Nama	L/ P	(Juli-september)					
			21	28	1	8	15	22
1.	ANGESTI BRILIAN PUTRI	P	.	.	.	.	.	.
2.	ANGGITA MUNDHI LESTARI	P	.	.	.	.	.	.
3.	BETTI HANDAYANI	P	.	.	.	.	.	.
4.	BRIGITTA DANASTRI WINTANG P.	P	.	.	.	.	.	.
5.	CLAUDIA ADININGTYAS HUTAMI	P	.	.	.	.	.	.
6.	DIANA OCTAVIANI	P	.	.	.	.	.	.
7.	ERVINTA APRILLIANA	P	.	.	.	.	.	.
8.	FIDELIS DYASKARA DEWANA P.	L	.	.	.	.	.	.
9.	GALUH HERAWATI	P	.	.	.	.	.	.
10.	HAMDI AWAN FARUQI	L	.	.	.	.	.	.
11.	IGNASIA TALENTA BUMI	L	.	.	.	.	.	.
12.	IMAINA SYAFIRA	P	.	.	.	.	.	.
13.	INTAN NINGTYAS WIDARBEKTI	P	.	.	.	.	.	.
14.	KUKUH WARDANA	L	.	.	.	.	S	.
15.	MUHAMMAD FENDY SAPUTRA	L	.	.	.	.	.	.
16.	MUHAMMAD ILHAM PRIAMBODO	L	.	.	.	.	.	.
17.	MUHAMMAD MAULANA SADID	L	.	.	.	.	.	.
18.	MUHAMMAD RADINTA RAIHAN S.	L	.	.	.	.	.	.
19.	MUHAMMAD RAIHAN BEY	L	.	.	.	.	.	.
20.	NIKEN VIDYA AMBARWATI	P	.	.	.	.	.	.
21.	NINDA SHELLA CHRISTABEL	P	.	.	.	.	.	.
22.	PIKO SUSTRONG JAYABANDA	L	.	.	.	.	.	.
23.	RACHMADEVI CHOIRUNISA ARNADITA	P	.	.	.	.	.	.
24.	RAGIL MUHAMMAD AKBAR	L	.	.	.	.	.	.
25.	RASYIDHANI ADITYA RIZKY	L	.	.	.	.	.	.
26.	RIDWAN HERI WIBOWO	L	.	.	.	.	.	.
27.	RIYAN HIDAYAT	L	.	.	.	.	.	.
28.	SHOLEKHAH TIFANI	P	.	.	.	.	.	.
29.	SHONIYA OCTARYA	P	.	.	.	.	.	.
30.	SINGGIH ADI NUGROHO	L	.	.	.	.	.	.
31.	TIARA AYUNING DIRINDRA	P	.	.	.	.	.	.
32.	VINA DAMAYANTI	P	.	.	.	.	.	.
33.	WAHYU RAHMAWATI	P	.	.	.	.	.	.
34.	YOGA YUSANTO	L	.	.	.	.	.	.
35.	YOHANA BAPTISTA	P	.	.	.	.	.	.
36.	YUANINDA ASTRI RACHMAWATI	P	.	.	.	.	.	.
Paraf Guru								

Jumlah Siswa : 36

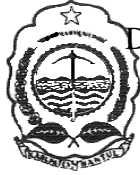
L : 15

P: 21



DAFTAR HADIR KELAS XI IPA 4  
**SMA NEGERI 1 SEWON**  
TAHUN PELAJARAN 2016/2017

No. Abs	Nama	L/ P	(Juli-september)					
			25	4	11	18	25	
1.	ADHITYA LAKSANA PUTRA	L	.	.	.	.	.	
2.	ADITYA AGUNG WICAKSONO	L	.	.	.	.	.	
3.	AHMAD NURCHOLIS	L	.	.	.	.	.	
4.	ALIF PURNOMO AJI	L	.	.	.	.	.	
5.	ARKA ARADANA	L	.	.	.	.	.	
6.	ARMANDO BILARDO	L	.	.	.	.	.	
7.	A'YUN LAILY KUSUMASARI	P	.	.	.	.	.	
8.	BITA MALANA	P	.	.	.	.	.	
9.	DELLA ANNISA HAKIM	P	.	.	.	.	.	
10.	DINDA EVANIA	P	.	.	.	.	.	
11.	ELMA NUR AZIZAH	P	.	.	.	.	.	
12.	JULIAN AKMAL RAHARJA	L	.	.	.	.	.	
13.	KHRISMACANTIKA GUSTI PUTRI L.	P	.	.	.	.	.	
14.	LAELA NUR RAHMAWATI	P	.	.	S	.	S	
15.	LIANA DIAN KUSUMA	P	.	.	.	.	.	
16.	LUTFIA NABHA WENAFDZA	P	.	.	.	.	.	
17.	MELATI SUKMA	P	.	.	.	.	.	
18.	MERY MELIANA	P	.	.	.	.	.	
19.	NABILA ASHA WAHYUDI	P	.	.	.	.	.	
20.	NISRINA AFIFATURROHMAH	P	.	.	.	.	.	
21.	NOOR PRATIWI AYU UTAMI	P	.	.	.	S	.	
22.	NOVIA RAHMAWATI	P	.	.	.	.	.	
23.	NURULLITA PUSPITA SARI	P	.	.	S	.	.	
24.	RANI YULIANTI	P	.	S	.	S	S	
25.	RAYINDA PUTRI MELIASARI	P	.	.	.	.	.	
26.	RENI NUR SAFITRI	P	.	.	.	.	.	
27.	SALMA HASNA HANIFAH	P	.	.	.	.	.	
28.	SALMA SHOLEHA M	P	.	.	.	S	S	
29.	SALSHADILA OKTHALIA IRAWAN	P	.	.	.	.	.	
30.	SHAHNAZ AMADEA	P	.	.	.	.	.	
31.	WINDA LUTFIKA	P	.	.	A	.	S	
Paraf Guru								
Jumlah Siswa : 31			L : 7		P: 24			



DAFTAR HADIR KELAS XI IPA 5  
**SMA NEGERI 1 SEWON**  
TAHUN PELAJARAN 2016/2017

No. Abs	Nama	L/ P	(Juli-september)					
			25	4	11	18	25	
1.	ADRIANSYAH ANDRA KUSUMA	L	.	.	.	.	.	
2.	ALFARIL AGRIAWAN AFIFULLAH	L	.	.	.	.	.	
3.	ALFIANITA ATIQ JUNAELIS SUBARCAH	P	.	.	.	.	.	
4.	ALIA HASNA	P	.	.	.	.	.	
5.	ALIFIA ASMARA DEVI PURNAMASARI	P	.	.	.	.	.	
6.	ARKAN ROJA SUKMANA	L	.	.	.	.	.	
7.	AZIZAH NUR MUALLIFAH	P	.	.	.	.	.	
8.	DESY YASTININGSIH	P	.	.	.	.	.	
9.	DHANI MEILINDRA SUWARNI	P	.	.	.	.	.	
10.	DHISA INDHI ARVINTI	P	.	.	.	.	.	
11.	DIMAS ARWANSYAH PUTRA	L	.	.	.	.	.	
12.	EMA MELIDA AZKIA	P	.	.	.	.	.	
13.	FADEL MUHAMMAD ALFIAN HIDAYAT	L	.	.	.	.	.	
14.	GRAHITA NARASETYA	L	.	.	.	.	.	
15.	HEPTARINA SETYAWATI	P	.	.	.	.	.	
16.	I'TIMADDIN IS'AD ATHALLA TRAFIRATAMA	L	.	.	.	.	.	
17.	KHARISMAWATI	P	.	.	.	.	.	
18.	MELYA PUTRI ASTARI	P	.	.	.	.	.	
19.	MILA PRATIKA FITRI	P	.	.	.	.	.	
20.	MUHAMMAD ABID WIRATAMA	L	.	.	.	.	.	
21.	NAFIDIAH DWI PUSPITASARI	P	.	.	.	.	.	
22.	NAMIRA SALSABILA	P	.	.	.	.	.	
23.	NUR ANISA	P	.	.	.	.	.	
24.	NUR FATIMAH	P	.	S	.	.	.	
25.	PUTRI AYU NABILLA	P	.	.	.	.	.	
26.	QONITA ZUKHRUFA	P	.	.	.	.	.	
27.	R.A SYARIFAH NUR ANNISA A.S	P	.	.	.	.	.	
28.	RAFIKA ALLENDE SALSABILA	P	.	.	.	.	.	
29.	RAHIL QONING	P	.	.	.	.	.	
30.	REZA FAJAR JUNE	P	.	S	.	.	.	
31.	RUNENTI	P	.	.	.	.	.	
32.	SHELINDA MELATI PUTRI	P	.	.	.	.	.	
33.	SHINTA ALFIANA	P	.	.	.	.	.	
34.	TIARA YANIA IFANI LAKITA	P	.	.	.	.	.	
35.	WAHYU PUTRI ANDHINI	P	.	.	.	.	.	
36.	ZAHRINA NADINE	p	.	.	.	.	.	
Paraf Guru								

Jumlah Siswa : 36

L : 8

P: 28



DAFTAR HADIR KELAS XI IPS 1  
**SMA NEGERI 1 SEWON**  
TAHUN PELAJARAN 2016/2017

No. Abs	Nama	L/ P	(Juli-september)					
			22	29	5	12	19	
1.	ADINDA NURINA AMRIN	p	.	.	.	.	S	
2.	AFIFAH MELIANA WATI	P	.	.	.	.	.	
3.	AKHSANUL A'MAL AR-ROFI	L	.	.	.	.	.	
4.	AMIRUL RUSYDIANSYAH	L	.	.	.	.	.	
5.	ANNISA PUTRI DAMAYANTI	P	.	.	.	.	.	
6.	BERTA INDRIANI PRAATMA	P	.	.	.	.	.	
7.	DITA ADITYA ARIMBI	P	.	.	.	.	.	
8.	EDI TRI KUNCORO	L	.	.	.	.	.	
9.	ELVAN WAHYU RAMADYA ALMUSSAWA	L	.	.	.	.	.	
10.	HANA WULANSARI	p	.	.	.	.	.	
11.	KHANSA ZEYA LABIBAH	P	.	.	S	S	.	
12.	LILIS SEPTIYANA	P	.	.	.	.	.	
13.	MAULANA ALI AKBAR	L	.	.	.	.	.	
14.	MUHAMAD ANDIKA HASANUDIN	L	.	.	A	.	S	
15.	NADZARUDIN ARISTYA ARFIANZAH	L	.	.	.	.	.	
16.	NAILY ANANDA PUTRI	P	.	.	.	.	.	
17.	NINCHIA AGUSTIRAHMAN	P	.	.	.	.	.	
18.	NUR FITRI ZAHRO	p	.	.	.	.	.	
19.	NUR SABRINA NAIMY	P	.	.	.	.	.	
20.	NUR WAHYUNI	P	.	.	.	.	.	
21.	PERDANI NURJANAH	p	.	.	.	.	.	
22.	PRAWESTI EKA LISTYANINGRUM	p	.	.	.	.	.	
23.	RIFA NABILA	p	.	.	.	S	.	
24.	RIMA PUJI ASTUTI	p	.	.	.	.	.	
25.	RONA WAHYU MURDANINGSIH	p	.	.	.	.	.	
26.	SALMA ANNISA FAUZIYAH	p	.	.	.	.	.	
27.	SANIA ARDYANI	P	.	.	.	.	.	
28.	SITI SUNDARI	p	.	.	S	.	.	
Paraf Guru								

Jumlah Siswa : 28

L : 7

P: 21



DAFTAR HADIR KELAS XI IPS 2

SMA NEGERI 1 SEWON

TAHUN PELAJARAN 2016/2017

No. Abs	Nama	L/ P	(Juli-september)					
			22	29	5	12	19	
1.	ADE MUGEN SEMPANA	L	.	.	.	.	.	
2.	ANGELLIA ANNAKKE SETIAWAN	P	.	.	.	.	.	
3.	ANGGITA SUBEKTI	p	.	.	.	.	.	
4.	ANNISA NANDA PRADANI	p	.	.	.	.	.	
5.	CAHAYANI LESTARI	p	.	.	.	.	.	
6.	CHEMITHA WASKITA DEWI	P	.	.	.	.	.	
7.	CHONI DWI NURITA	p	.	.	.	.	.	
8.	DEDEN LUTHFIANTO	L	.	.	.	.	.	
9.	DEFI SEPTIAREMA	P	.	.	.	.	.	
10.	DESTI INSANI	P	.	.	.	.	.	
11.	DIAZ ARUMSARI MINA PRAYITNA	p	.	.	.	.	.	
12.	EMA KUMALASARI	p	.	.	.	.	.	
13.	FRANCISKA DELIPHIA SUNARYA	P	.	.	.	.	.	
14.	LAILY NOVRISA KURNIA PUTRI	P	.	.	.	.	.	
15.	MARISKA SANTI	p	.	.	.	.	.	
16.	MILLENIA SYAMSIANI	p	.	.	.	.	.	
17.	MUHAMMAD ALVIN ULYA FIDDINE	L	.	.	.	.	.	
18.	NADIA NIDA USHOLIKAH	p	.	.	.	.	.	
19.	NATALIA DESHINTA WIDYANINGRUM	P	.	.	.	.	S	
20.	RAGIL NURHIDAYATUN	p	.	.	.	.	.	
21.	RAHMADI ADAM PURWOKO	L	.	.	.	.	.	
22.	SHINTA AGIS SETYANI	p	.	.	.	.	.	
23.	SYAIFUL MUJIB	L	.	.	.	.	.	
24.	TAUFIK RAHMADI	L	.	.	.	.	.	
25.	TAUFIK WAHYU HIDAYAT	L	.	.	.	.	.	
Paraf Guru								
Jumlah Siswa : 25		L : 7				P: 18		



PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL  
DINAS PENDIDIKAN MENENGAH DAN NON FORMAL  
**SMA NEGERI 1 SEWON**

Jl. Parangtritis Km 5 Sewon Bantul Yogyakarta Telp. (0274) 37445



**DAFTAR HADIR KELAS XI IPS 3**

**SMA NEGERI 1 SEWON**

TAHUN PELAJARAN 2016/2017

No. Abs	Nama	L/ P	(Juli-september)					
			20	27	3	10	17	24
1.	AHMAD SA'AD	L	.	.	.	.		.
2.	AKHSAN NUR RAHMANTO	L	.	.	.	.		.
3.	ANWAR MUHAMMAD IQBAL	L	.	.	.	.		.
4.	ARTHA CAHYASARI	P	.	.	.	.		.
5.	DARU KARTIKA RAKHMAWATI	P	.	.	.	.		.
6.	DEWA KUSUMA NURDIANSYAH	L	.	.	.	.	U	.
7.	DHEKA CARANGGA PUTRA	L	.	.	.	.	P	.
8.	DIAN KUSUMANINGRUM	P	.	.	.	.	A	.
9.	ELINA INDRI ASTUTI	P	.	.	.	.	C	.
10.	ELVINA IKA FITRIANA	P	.	.	.	.	A	.
11.	ENI TRI WAHYUNI	P	.	.	.	.	R	.
12.	FACHRY ALI	L	.	.	.	.	A	.
13.	FARHAN YUDANANTO	L	.	.	.	.		.
14.	GALIH REZHA MAYANGSARI	P	.	.	.	.	H	.
15.	GITA ALMARATU SOLIHAH	P	A	A	A	A	U	A
16.	KHASNAN FATKHIYATUL FIKRI	L	.	.	.	.	T	.
17.	MIFTAHHUSIFA SAUSAN AZA A.	L	.	.	.	.		.
18.	MIFTAHUL MUNIR ALKARIM	L	.	.	.	.	R	.
19.	NOVI NOVIANTARI	P	.	.	.	.	I	.
20.	OKKA BAGUS SUBEKTI	L	.	.	.	.		.
21.	RICO CHOIRUL AZHAR	L	.	.	.	.		.
22.	SALMA ARDIANI ALMASAH	P	.	.	.	.		.
23.	SHINTIA AGATHA	P	.	.	.	.		.
Paraf Guru								

Jumlah Siswa : 23

L : 12

P: 11



JADWAL MENGAJAR OLAAHRAGA KELAS XI

**SMA N 1 SEWON**

TAHUN PELAJARAN 2016/2017

Hari	Jam Pelajaran	Mengajar kelas
Senin	2-4	XI IPA 3
Selasa	1-3	XI IPA 1
Rabu	1-3 4-6	XI IPA 2 XI IPS 3
Kamis	1-3 4-6	XI IPA 4 XI IPA 5
Jum'at	1-3 4-6	XI IPS 1 XI IPS 2





- Mengamati siswa yang sedang praktek



- membariskan siswa dan membuka pelajaran



- mendampingi siswa yang sedang memberikan contoh



- Memberikan intruksi pada siswa tentang materi bola voli



- mendampingi siswa bermain bola voli



- mendampingi siswa bermain bola voli sekaligus menjadi wasit



- mengamati dan mendampingi siswa putra bermain bola



- memberikan evaluasi setelah pembelajaran selesai