

Laporan Individu
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Materi Pelajaran : PENJASORKES
Satuan Pendidikan : SMA N 3 Bantul

Laporan PPL ini disusun dalam rangka memenuhi Tugas Individu dalam Mata Kuliah PPL UNY 2016

Dosen Pengampu Mikro : Drs. Suhadi, M. Pd
NIP : 19600505 198803 1 006
Guru Pendamping : Wakhyu Nurhidayati, S.Pd.
NIP : 19820106 200502 2 006



Oleh :

SATRIAWAN WIJANARKA
13601244019/FIK UNY
PENJASORKES/ 2016

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2016

HALAMAN PENGESAHAN

Pengesahan Laporan Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMA N 3
Bantul:

Nama : Satriawan Wijanarka
NIM : 13601244019
Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMA Negeri 3
Bantul dari tanggal 15 Juli - 15 September 2016. Hasil kegiatan tercakup dalam
naskah laporan ini.

Bantul, 15 September 2016

Dosen Pembimbing Lapangan Mengetahui

PPL



Drs. Suhadi, M.Pd.

NIP. 19600505 198803 1 006

Pelaksana PPL

SMA N 3 Bantul

Satriawan Wijanarka

NIM. 13601244019

Mengesahkan,

Koordinator PPL

SMA Negeri 3 Bantul



Dra. Hasiti

NIP. 19650528 199003 2 006

Guru Pembimbing



Wakhyu Nurhidayati, S.Pd.

NIP. 19820106 200502 2 006

Kepala Sekolah

SMA Negeri 3 Bantul

SMA 3 BANTUL

Drs. Endah Hardjanto, M.Pd.

NIP. 19631115 1990031 007

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) yang diselenggarakan pada semester khusus Tahun Ajaran 2016/2017 berjalan dengan baik dan lancar. Laporan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) ini merupakan salah satu bentuk pertanggungjawaban tertulis atas terlaksananya kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) selama kurang lebih 9 (sembilan) minggu terhitung mulai tanggal 15 Juli sampai dengan 15 September 2016.

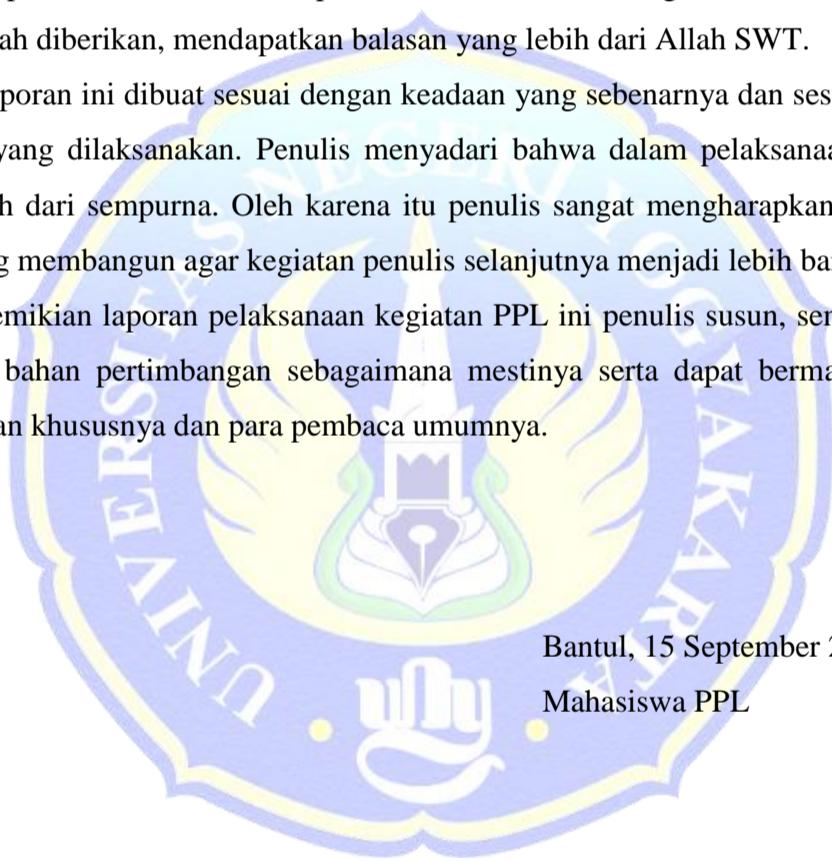
Kegiatan PPL ini tentu tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak yang telah ikut berperan dalam terlaksananya kegiatan ini, baik secara langsung maupun tidak langsung. Sebagai ungkapan rasa syukur, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Rochmat Wahab, MA selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan kegiatan PPL.
2. Tim LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan arahan, informasi dan bekal dalam melaksanakan PPL.
3. Dra. Yuliati M.Kes. selaku Dosen Pembimbing PPL yang telah memberikan bimbingan dan motivasi dari awal hingga akhir kegiatan PPL.
4. Drs. Suhadi, M.Pd. selaku dosen pembimbing praktik mikro mengajar di FIK UNY yang telah memberikan banyak masukan dan dorongan yang sangat bermanfaat bagi penulis dalam menjalankan kegiatan belajar mengajar.
5. Drs. Endah Hardjanto, M.Pd, selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 3 Bantul yang telah menyediakan berbagai fasilitas demi kelancaran PPL.
6. Dra. Hastiti selaku koordinator PPL di SMA Negeri 3 Bantul yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk belajar. Atas kesabaran, dukungan, bimbingan, motivasi, nasehat dan pengertiannya sehingga penulis dapat menjalankan kegiatan PPL dengan baik dan lancar.
7. Wakhyu Nurhidayati, S.Pd, selaku guru pembimbing praktik mengajar di kelas, yang telah memberikan saran, nasihat, dan pengarahan yang sangat bermanfaat bagi penulis dalam menjalankan kegiatan belajar mengajar.
8. Bapak/ Ibu guru dan karyawan/ karyawati SMA Negeri 3 Bantul yang telah berkenan membantu pelaksanaan PPL dan telah menjadikan penulis bagian dari keluarga besar SMA Negeri 3 Bantul.
9. Ayah, Ibu dan seluruh keluarga yang selalu memberikan doa, dukungan, bantuan dan pengertiannya.

10. Teman-teman seperjuangan PPL SMA Negeri 3 Bantul atas kekompakan, kerjasama, perjuangan, semangat, dan kerja kerasnya selama ini. Semoga persahabatan kita tetap terbina walaupun PPL UNY 2016 telah berakhir.
11. Teman-teman PJKR 2013 yang saling memberikan motivasi. Kerinduan datang di saat kita terpisah beberapa minggu, di saat masing-masing dari kita berjuang mencari pengalaman dan belajar untuk mengajar Penjasorkes di sekolah yang berbeda-beda.
12. Peserta didik SMA Negeri 3 Bantul, terimakasih atas kerjasamanya. Semoga pengalaman selama 9 minggu kemarin memberi banyak manfaat kepada kita.
13. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang juga ikut berperan dalam kelancaran pelaksanaan PPL ini. Semoga semua kebaikan yang telah diberikan, mendapatkan balasan yang lebih dari Allah SWT.

Laporan ini dibuat sesuai dengan keadaan yang sebenarnya dan sesuai dengan program yang dilaksanakan. Penulis menyadari bahwa dalam pelaksanaan PPL ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang membangun agar kegiatan penulis selanjutnya menjadi lebih baik lagi.

Demikian laporan pelaksanaan kegiatan PPL ini penulis susun, semoga dapat dijadikan bahan pertimbangan sebagaimana mestinya serta dapat bermanfaat bagi penyusunan khususnya dan para pembaca umumnya.



Bantul, 15 September 2016
Mahasiswa PPL

Satriawan Wijanarka
NIM. 13601244019

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
ABSTRAK	vii
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Analisis Situasi	2
B. Perumusan Program & Rancangan Kegiatan KKN-PPL	11
BAB II. PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL	
A. Persiapan	13
B. Pelaksanaan PPL (Praktik Terbimbing)	18
C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi	23
BAB III. PENUTUP	
A. Kesimpulan	29
B. Saran	30
DAFTAR PUSTAKA	32
LAMPIRAN	23



DAFTAR LAMPIRAN

1. Format Observasi Pembelajaran di Kelas dan Peserta Didik
2. Format Observasi Kondisi Sekolah
3. Kalender akademik
4. Matrik PPL
5. Laporan Harian PPL
6. Laporan Dana PPL
7. Silabus Mata Pelajaran
8. RPP
9. Soal Ulangan Tengah Semester
10. Lembar Penilaian (Afektif, Kognitif, Psikomotor), Tugas
11. Daftar Presensi (Kelas XI IPA 1, XI IPA 2 dan XI IPA 3)
12. Laporan tatap muka
13. Data siswa SMA N 3 Bantul Tahun ajaran 2016/2017
14. Jadwal pelajaran
15. Dokumentasi Kegiatan PPL



ABSTRAK

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

Oleh : Satriawan Wijanarka

13601244019

Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) sebagai salah satu lembaga yang menghasilkan tenaga kependidikan telah berusaha meningkatkan kualitas pendidikan agar mampu menghasilkan lulusan yang lebih baik dan lebih profesional. Salah satu model yang dipilih adalah pelaksanaan PPL (Praktik Pengalaman Lapangan) secara terbimbing. PPL bermisi pembentukan dan peningkatan kemampuan profesional.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan mata kuliah wajib yang harus ditempuh oleh setiap mahasiswa kependidikan di Universitas Negeri Yogyakarta. Dalam hal ini, penyusun melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMA Negeri 3 Bantul yang terletak di Kabupaten Bantul. Praktik pengalaman lapangan ini bertujuan mendapatkan pengalaman tentang proses pembelajaran dan kegiatan persekolahan lainnya yang digunakan sebagai bekal untuk menjadi calon tenaga pendidik. Praktikan diharapkan mampu untuk memiliki nilai, sikap, pengetahuan dan keterampilan yang dibutuhkan sebagai seorang pendidik. Pelaksanaan kegiatan PPL dimulai dari observasi hingga pelaksanaan PPL yang terbagi menjadi beberapa tahap yaitu persiapan mengajar, pelaksanaan mengajar, dan evaluasi hasil mengajar. Dari hasil observasi diketahui beberapa permasalahan di sekolah maupun potensi yang sebenarnya dapat dikembangkan di sekolah tetapi belum diberdayakan.

Adapun Kegiatan PPL yang dilakukan meliputi tahap persiapan, praktik mengajar, dan analisis hasil. Praktik mengajar dilaksanakan tanggal 15 Juli 2016 sampai 15 September 2016. Pada tahap pelaksanaan, mahasiswa diberi kesempatan mengajar sebanyak 21 kali. Pelaksanaan PPL dilaksanakan di kelas XI IPA 1, XI IPA 2 dan XI IPA 3. Hasil dari pelaksanaan PPL selama kurang lebih sepuluh minggu di SMA Negeri 3 Bantul ini dapat dipetik hasilnya oleh mahasiswa berupa penerapan ilmu pengetahuan dan praktik keguruan dalam di bidang Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang diperoleh di bangku perkuliahan. Meskipun demikian, tetap masih ada hambatan dalam pelaksanaan PPL. Penyusun mengimbau supaya hubungan kerja sama antara pihak sekolah dan UPPL-UNY tetap terjaga dengan baik.

Kata kunci : PPL, praktik, mengajar

BAB I

PENDAHULUAN

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah langkah yang strategis untuk melengkapi kompetensi mahasiswa calon tenaga kependidikan. PPL mahasiswa dapat mendharmabaktikan ilmu akademisnya di lapangan. Dengan demikian mahasiswa dapat memberi dan menerima berbagai keilmuan yang dapat mengantarkan mahasiswa menjadi calon tenaga pendidik profesional.

Peningkatan kualitas PPL terus dilakukan secara progresif sesuai dengan visi dan misi PP PPL dan PKL. Peningkatan kualitas secara linier dilaksanakan semenjak pembekalan, pengajaran mikro, supervisi klinis, monitoring, refleksi, dan evaluasi serta dilakukan penelitian dan pengembangan.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Universitas Negeri Yogyakarta merupakan salah satu mata kuliah di UNY yang harus ditempuh setiap mahasiswa UNY. PPL merupakan suatu kebutuhan dari suatu instansi dalam rangka pengembangan sumber daya manusia dalam hal ini mahasiswa mempunyai tugas untuk membagi ilmunya yang telah didapatkan di Universitas kepada siswa-siswi di sekolah. Visi PPL adalah “menjadi institusi dalam pelayanan PPL dan PKL untuk mencetak tenaga kependidikan dan non kependidikan yang profesional berwawasan global . Sedangkan misi PPL adalah :

1. Memberdayakan daya dukung sehingga mahasiswa siap melaksanakan PPL dan PKL yang profesional berwawasan global.
2. Mengembangkan jejaring kerjasama PPL dan PKL dengan lembaga pendidikan dan non kependidikan
3. Memberikan layanan profesional dalam pelaksanaan PPL dan PKL
4. Mengembangkan, mengkaji dan mengendalikan pelaksanaan PPL dan PKL dalam mendukung mutu tenaga pendidik dan non kependidikan.

PPL yang dilaksanakan harus memenuhi empat prinsip. Keempat prinsip tersebut adalah dapat dilaksanakan adalah :

1. PPL pada dasarnya merupakan merupakan manjemen dan waktu serta atau pengelolaan mencakup pengelolaan program maupun pelaksanaanya.
2. Beban mahasiswa mengikuti program PPL setara dengan keterpanduan bobot sks dari kedua mata kuliah tersebut.
3. Kegiatan PPL dilaksanakan pada komunitas sekolah atau lembaga.

4. Pembibingan dilakukan oleh dosen pembimbing dan guru pembimbing yang telah dilatih dan mempunyai kualifikasi sebagai pembimbing PL.

Pada penyelenggaraan PPL dilaksanakan untuk pengembangan kompetensi mahasiswa sebagai calon pendidik atau tenaga kependidikan. Sebagai dasar pengembangan program PPL mahasiswa dibimbing dosen pembimbing dan guru pembimbing yang dilatih serta mempunyai kualifikasi sebagai pembimbing PPL.

Laporan ini merupakan gambaran keseluruhan mengenai ketiga tahap tersebut dalam kegiatan PPL kami, yang dilaksanakan di sekolah SMA Negeri 3 Bantul.

A. Analisis Situasi

Sebelum melaksanakan kegiatan PPL, seluruh mahasiswa tim PPL Terpadu SMA Negeri 3 Bantul harus memahami terlebih dahulu lingkungan dan kondisi fisik lokasi kegiatan PPL. Berkenaan dengan hal tersebut, setiap mahasiswa baik secara individu maupun kelompok telah melaksanakan observasi terhadap lokasi PPL yakni SMA Negeri 3 Bantul. Observasi ini bertujuan agar mahasiswa peserta PPL mendapatkan gambaran fisik serta kondisi psikis yang menyangkut aturan dan tata tertib yang berlaku di SMA Negeri 3 Bantul.

1. Sejarah

Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Bantul merupakan sekolah yang beralamat di Gaten, TIRENGGO, Kabupaten Bantul, Yogyakarta. SMAGABA merupakan sekolah ahli fungsi dari SPG Negeri Bantul. Alih fungsi SPG terjadi karena adanya perubahan kebijakan pemerintah khususnya dalam pengadaan guru Sekolah Dasar (SD), yang arahnya untuk meningkatkan kualitas. Maka untuk pengadaan guru SD tidak lagi lulusan SPG, akan tetapi perlu ditambah waktunya 2 tahun lagi melalui lembaga PGSD. Oleh sebab itu SPG-APG yang ada dialih fungsikan.

Demikian juga seperti SPG Negeri Bantul yang menjadi SMA Negeri 3 Bantul. Pada kurikulum 1999 ada perubahan SMA menjadi SMU (Sekolah Menengah Umum). Kemudian 2004 memakai sistem KBK (Kurikulum Berbasis Kompetensi) dan nama SMU Negeri 3 Bantul diubah lagi menjadi SMA Negeri 3 Bantul. Saat ini SMA Negeri Bantul menggunakan 2 sistem kurikulum. Kelas X memakai kurikulum 2013 (Kurikulum Nasional), sedangkan kelas XI dan XII memakai kurikulum 2006 (KTSP).

2. Sejarah Kepala Sekolah

No	Nama	Periode
1.	Drs. Kayadi Murdoko Sukarto	5 September 1991 s.d. 7 Februari 1994
2.	Drs. Moersid	8 Februari 1994 s.d. 31 Oktober 1996
3.	Drs. Djunaidi	1 November 1996 s.d. 5 September 1997
4.	Dra. Sri Ruspita Moerni	6 September 1997 s.d. 3 Februari 1999
5.	Drs. Paimin	4 Februari 1999 s.d. 28 Maret 2001
6.	Drs. Sunaryo	29 Maret 2001 s.d. 31 Oktober 2002
7.	Hj. Suparti BA.	1 November 2002 s.d. 12 Agustus 2004
8.	Drs. Joko Wiyono	13 Agustus 2004 s.d. 31 Oktober 2004
9.	H. Suminardi, S.Pd., MM.	1 November 2004 s.d. 1 November 2011
10.	Drs. Herman Priyana	1 November 2011 s.d. 3 September 2012
11.	Drs. Endah Hardjanto, M.Pd.	3 September 2012 s.d. sekarang

Tabel 1. Sejarah kepala sekolah SMA Negeri 3 Bantul

SMA Negeri 3 Bantul merupakan salah satu sekolah menengah atas yang digunakan untuk kegiatan PPL UNY tahun 2016, program PPL di mulai pada tanggal 15 Juli 2016 sampai 15 September 2016.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilaksanakan pada tanggal 20 Februari 2016, didapatkan kondisi sekolah sebagai berikut :

3. Visi dan Misi SMAN 3 Bantul.

Salah satu cara untuk meningkatkan kualitas pendidikan di SMA Negeri 3 Bantul maka sekolah SMAGABA memiliki visi dan misi demi kelancaran dan pemenuhan target yaitu meliputi :

a) Visi.

“Terwujudnya sekolah yang bermutu, berbudaya dan berkarakter bangsa.”

b) Misi.

1. Menyelenggarakan pembelajaran yang aktif, inovatif, kreatif, efektif dan menyenangkan.
2. Menyelenggarakan pelayanan prima, transparan, dan akuntabel.

3. Menciptakan suasana yang kondusif untuk membangun warga sekolah yang berbudaya dan berkarakter bangsa.
4. Mengadakan forum pertemuan antara sekolah, siswa dan orangtua.
5. Meningkatkan peran alumni untuk memperluas jaringan demi peningkatan prestasi.

c) Tujuan

1. Terwujudnya peserta didik dengan tingkat keberhasilan akademis dan nonakademis tinggi serta mampu melanjutkan ke perguruan tinggi.
2. Terselenggaranya layanan publik ilmiah yang cepat, benar dan jujur.
3. Terbiasanya warga sekolah mengimplementasikan nilai budaya dan karakter bangsa yang disiplin, religius, toleransi, menghargai prestasi, peduli sosial, peduli lingkungan dan gemar membaca dalam kehidupan sehari-hari.

4. Kondisi Fisik Sekolah

SMAGABA merupakan sekolah menengah negeri yang berlokasi di Gaten, TIRENGGO, Bantul, Yogyakarta. Lokasi dari SMA Negeri 3 Bantul sangat strategis karena terletak pada jalur protokol di kabupaten Bantul. Bangunan gedung yang digunakan untuk proses pembelajaran terdiri dari 2 lantai.

a. Ruang Kelas

SMA Negeri 3 Bantul memiliki 18 ruang kelas untuk proses pembelajaran para peserta didiknya. Pembagian kelas terdiri dari:

- X IPA 1, 2, 3 dan 4 berada di lantai 2
- X IPS 1 dan 2 berada di lantai 1
- XI IPA 1,2,3 dan 4 berada di lantai 2
- XI IPS 1, 2, dan 3 berada di lantai 2
- XII IPA 1 dan 4 berada di lantai 1
- XII IPA 2, dan 3 berada di lantai 2
- XII IPS 1 dan 2 berada di lantai 1

Secara keseluruhan untuk fasilitas ruang kelas sendiri sudah cukup memadai. Dimana dalam setiap ruang kelasnya sudah memiliki proyektor / LCD sendiri, papan pengumuman, papan absensi, kipas angin, inventaris

kelas, papan pengurus kelas, alat kebersihan, lemari dan terdapat loker untuk penyimpanan barang peserta didik.

b. Ruang perkantoran

Ruangan perkantoran SMA Negeri 3 Bantul terdiri dari ruang kepala sekolah, ruang Tata Usaha (TU), ruang guru, ruang Bimbingan dan Konseling (BK), dan *meeting room*.

c. Laboratorium

Laboratorium merupakan sarana penting bagi sekolah untuk memfasilitasi kegiatan belajar siswa. SMA Negeri 3 Bantul memiliki beberapa laboratorium, yaitu laboratorium IPA yang terdiri dari laboratorium fisika, laboratorium kimia dan laboratorium biologi. Terdapat juga laboratorium bahasa, laboratorium komputer, laboratorium musik dan laboratorium karawitan. Laboratorium bahasa berada di lantai dua, sedangkan laboratorium fisika, biologi, kimia, komputer, musik, dan karawitan berada di lantai satu.

d. Perpustakaan Sekolah

Perpustakaan sekolah merupakan salah satu sarana yang penting untuk meningkatkan minat membaca siswa/siswi dan juga sarana atau tempat untuk siswa/siswi mencari bahan ajar dan mengerjakan tugas sekolah yang diberikan pada mereka.

e. Ruang rapat/ *meeting room*

f. Lapangan tengah

g. Lapangan upacara

h. Lapangan sepak bola

i. Panggung

j. Ruang OSIS

k. UKS

l. Kantin

m. Tempat parkir

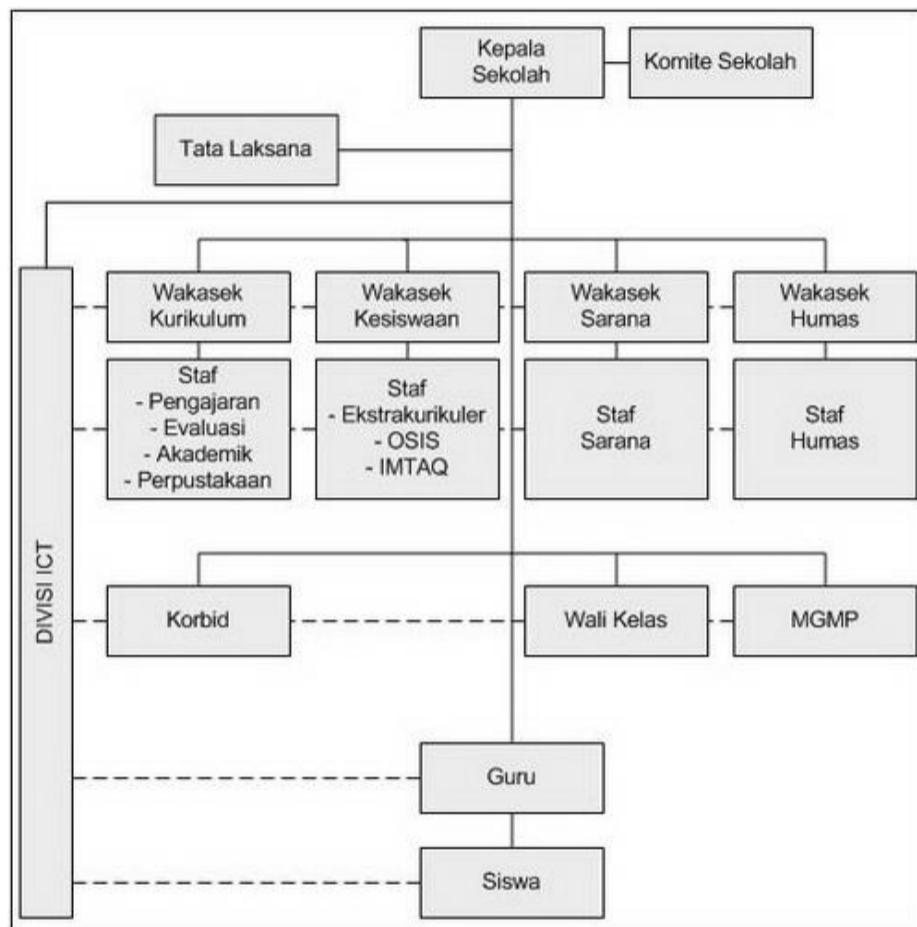
n. Masjid

5. Kondisi non Fisik

a. Struktur Organisasi

Organisasi disunia pendidikan merupakan sekelompok orang yang membagi kerja dan tanggung jawab sesuai dengan tugas masing-masing untuk mencapai tujuan yang sama yaitu tujuan pendidikan.

Berikut adalah struktur organisasi SMA N 3 Bantul:



Tabel 2. susunan struktur organisasi SMA Negeri 3 Bantul

b. Kepala sekolah

Kepala Sekolah SMA Negeri 3 Bantul Drs. Endah Hardjanto, M.Pd. Tugas kepala sekolah di SMA Negeri 3 Bantul adalah sebagai edukator manajer, administrator yang bertugas menyelenggarakan administrasi di sekolah, dan sebagai supervisor.

c. Wakil Kepala Sekolah

Wakil kepala sekolah di SMA Negeri 3 Bantul bertugas membantu Kepala Sekolah menjalankan tugasnya untuk mengembangkan mutu. Wakil Kepala Sekolah terbagi menjadi beberapa dimana masing – masing wakil kepala sekolah memiliki tugas yang berbeda – beda.

- 1) Wakil Kepala Sekolah bidang kurikulum dijabat oleh Dra. Hastiti

- 2) Wakil kepala sekolah bidang kesiswaan dijabat oleh Drs. Agung Suryono
- 3) Wakil kepala sekolah bidang humas dan sarana prasarana dijabat oleh H. Mahmudi, S.Pd

d. Guru

Guru – guru dan karyawan di SMAGABA (SMA Negeri 3 Bantul) memiliki potensi yang sangat baik dan berdedikasi di berbagai bidang terutama dalam bidang pendidikan.

Berikut ini merupakan daftar guru di SMA Negeri 3 Bantul :

No	NIP	Nama PTK	L / P	Mapel Yang Diajarkan	Status Kepegawaian
1	195801051982032008	Dra. Hj. Winarsih	P	Bahasa Indonesia	PNS
2	196512071990032007	Dra. Christina Sri Purwanti, M.Pd	P	Matematika	PNS
3	195708181981032010	Dra. Dalwani	P	Ekonomi	PNS
4	195707171983011001	Drs. Jarwoto	L	Ekonomi	PNS
5	195712121985061002	H. Mahmudi, S. Pd.	L	Bimbingan dan Konseling	PNS
6	195805031986021004	Drs. Joko Wiyono	L	Sejarah	PNS
7	195807121986021005	Drs. Sunubadi	L	Bimbingan dan Konseling	PNS
8	196303141987032008	Irita Suryani, S. Pd.	P	Kimia	PNS
9	195809051989031004	Drs. Rasiyo	L	Pendidikan Seni	PNS
10	196207091990032001	Dra. Yuliati	P	Pendidikan Kewarganegaraan	PNS
11	196311151990031007	Drs. Endah Hardjanto, M. Pd.	L	Matematika	PNS
12	196505281990032006	Dra. Hastiti	P	Matematika	PNS
13	196612101992032005	Dra. Wahyu Widayastuti	P	Biologi	PNS
14	196712201992031007	Margiyanta, S. Pd.	L	Fisika	PNS

1 5	196405231992031002	Drs. Suhadi	L	Bahasa Inggris	PNS
1 6	196807241992032006	Ceri Setiyati, S. Pd.	P	Kimia	PNS
1 7	196408021993031007	Drs. Muji Agusyono	L	Bahasa Inggris	PNS
1 8	196908121994121002	Mujimin, S. Pd.	L	Sosiologi	PNS
1 9	196407021995122002	Dra. Hj. Nur Aeni	P	Geografi	PNS
2 0	196610211992032002	Elizabeth Luki Widheya Satwika Rini, S. Pd.	P	Matematika	PNS
2 1	197108012005012007	Sri Rachmawati, S. Pd.	P	Bahasa Inggris	PNS
2 2	196701032005012004	Dra. Sulastri	P	Bahasa Indonesia	PNS
2 3	196702152007011009	Drs. Agung Suryono	L	Bahasa Indonesia	PNS
2 4	197403172006042009	Indriana Prasetya Dewi, S. Pd.	P	Fisika	PNS
2 5	196808272007011009	Agus Hasim, S. Pd.	L	Pendidikan Kewarganegaraan	PNS
2 6	197712222008012008	Siti Nurjanah, S. Pd.	P	Biologi	PNS
2 7	198107102009031007	Marsilinus Purwanto, S. Si.	L	TIK/Prakarya	PNS
2 8	198001232010012012	Dinik Eksi Ramaniar, S. Sn.	P	Pendidikan Seni/ Prakarya	PNS
2 9	-	Jarnawi, S. Ag.	L	Pendidikan Agama Islam	BUK AN PNS
3 0	-	Suwari, S. Th.	L	Pendidikan Agama Kristen	PNS
3 1	-	Sudarman, S. Pd.	L	Pendidikan Agama Katolik	BUK AN PNS
3 2	-	Dyah Oktariana, S. Pd.	P	Matematika	BUK AN PNS
3 3	-	Dini Puji Ariyanti, S.Pd	P	Matematika	BUK AN PNS

3 4	-	Kuntoro Danar Dono, S. Pd.	L	Pendidikan Jasmani	BUK AN PNS
3 5	-	Rias Sita Atmaja, S. Pd.	P	Bahasa Jerman	BUK AN PNS
3 6	-	Agung Priatmoko, S. Pd.	L	Bahasa Jawa	BUK AN PNS
3 7	-	Rini Kusndari, S. Pd.	P	Bimbingan dan Konseling	BUK AN PNS
3 8	196807051989031008	Rohadi, S. Pd.	L	Bimbingan dan Konseling	PNS
3 9	196808162007012019	Dra. Siti Wahyuningsih	P	Sejarah	PNS
4 0	-	Setya Legawa, S.Pd	L	Sosiologi	PNS
4 1	197603112006041010	Suharyanto Setyawan, S.Pd	L	TIK	PNS
4 2	-	Sofa Unnafis, S.Pd	P	Bahasa Jawa	BUK AN PNS
4 3	-	Dyah Ayu Widowati, S.Pd	P	Bahasa Indonesia	BUK AN PNS
4 4	198201062005022006	Wakhyu Nurhidayati,S .Pd	P	Penjasorkes	
4 5	195605241985091001	Tumijan, S. Pd. I	L	Pendidikan Agama Islam	GTT
4 6		Lisa Puspa Dewi S.Pd	L	Pendidikan Agama Islam	BUK AN PNS

Tabel 3. Data guru SMA Negeri 3 Bantul

e. Siswa

Dari tahun ke tahun SMA Negeri 3 Bantul mendapat kepercayaan untuk menjadi SMA yang menerima siswa dengan nilai yang bagus. Keberhasilan ini juga turut didukung oleh orangtua siswa yang memiliki semangat tinggi dalam memberikan motivasi kepada anak-anaknya. Tetapi ada beberapa orangtua yang hanya menyuruh untuk belajar sehingga anak-anak seperti terkekang.

Selain itu pula hubungan baik senantiasa terjalin antara siswa dengan siswa, siswa dengan guru, siswa dengan karyawan, dan siswa

dengan masyarakat sehingga tercipta lingkungan yang sangat kondusif dalam KBM.

No	Kelas	Program	Jumlah		Total
			Laki-laki	perempuan	
1.	X	IPA	39	85	124
2.	X	IPS	14	61	61
3.	XI	IPA	31	122	122
4.	XI	IPS	24	65	65
5.	XII	IPA	37	120	120
6.	XII	IPS	11	40	40
Jumlah siswa keseluruhan					532

Tabel.4 data siswa

Selain itu SMA Negeri 3 Bantul memiliki berbagai jenis kegiatan pengembangan diri/ ekstrakulikuler dimana kegiatan itu bertujuan untuk memfasilitasi peserta didik dalam mengembangkan segala minat dan bakat mereka. Mengeksplor dan mampu mengekspresikan segala kemampuan peserta didik sesuai bakat, dan minat mereka. Kegiatan ini tidak hanya di kemas dalam kegiatan ekstrakulikuler saja ada berupa intrakulikuler dan bimbingan konseling. Di bawah ini akan dijabarkan beberapa kegiatan yang ada di SMA Negeri 3 Bantul sebagai berikut:

- Kegiatan Intrakulikuler : kegiatan ini meliputi kegiatan pembinaan dan pengembangan mata pelajaran yang berupa kebugaran atau fisik yaitu olahraga yaitu:
 - a) Bola voly putri
 - b) Bola voly putra
 - c) Sepak bola/futsal
 - d) Basket putra
 - e) Basket putri
 - f) Pencak silat
 - g) Karate
- Kegiatan Bimbingan dan Konseling, dimana kegiatan ini meliputi pengembangan kehidupan pribadi, pengembangan kehidupan sosial, dan pengembangan karir.

- Kegiatan Ekstrakurikuler merupakan wahana penyaluran dan pengembangan bakat dan miniat peserta didik. Kegiatan ekstrakurikuler yang disediakan oleh SMA Negeri 3 Bantul antara lain:
 - a) Paduan Suara
 - b) Band
 - c) Pramuka
 - d) PMR
 - e) Tonti
 - f) Seni baca Al-Qur'an (SBA)
 - g) Karawitan
 - h) KIR
 - i) Kesehatan reproduksi remaja (KRR)

B. Perumusan Program dan Rencana Kegiatan PPL

Berdasarkan hasil observasi dan analisis situasi yang telah dilakukan, dapat dirumuskan beberapa rancangan program praktik pengalaman lapangan yang tersusun antara lain :

1. Penyusunan silabus dan rencana pelaksanaan pembelajaran

Persiapan yang dilakukan sebelum pelaksanaan mengajar di kelas adalah membuat perangkat pembelajaran berupa silabus dan rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP). RPP tersebut digunakan sebagai pedoman untuk mengajar di kelas pada setiap tatap muka. Selain berisi rencana pembelajaran, di dalam RPP juga dilampirkan lembar penilaian peserta didik baik nilai sikap, keterampilan maupun pengetahuan.

2. Praktik mengajar di kelas

Praktik Mengajar di kelas bertujuan untuk menerapkan, mempersiapkan, dan mengembangkan kemampuan mahasiswa sebagai calon pendidik, sebelum terjun langsung di dunia pendidikan. Dalam praktik ini diharapkan mahasiswa dapat melakukan minimal 8X tatap muka. Jumlah kelas dan tingkatan kelas diatur oleh guru pembimbing masing-masing mahasiswa.

3. Penyusunan dan pelaksanaan evaluasi

Evaluasi pembelajaran digunakan sebagai tolak ukur proses kegiatan pembelajaran di kelas. Tujuan Evaluasi Pembelajaran adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan peserta didik dalam menerima materi

pelajaran yang telah disampaikan oleh mahasiswa PPL. Dalam hal ini mahasiswa PPL akan mengadakan ulangan setelah materi selesai disampaikan.

BAB II

PELAKSANAAN PROGRAM DAN KEGIATAN

A. PERSIAPAN

Praktek pengalaman lapangan (PPL) dilaksanakan kurang lebih selama sepuluh minggu, dimana mahasiswa PPL harus benar-benar mempersiapkan diri baik mental maupun fisik. Keberhasilan dari kegiatan PPL sangat ditentukan oleh kesiapan dan persiapan mahasiswa sebagai praktikan baik secara akademis, mental maupun ketrampilan. Hal tersebut dapat terwujud karena mahasiswa PPL (praktikan) telah diberi bekal sebagai pedoman dasar dalam melaksanakan kegiatan PPL. Program persiapan yang dilaksanakan sebagai berikut:

1. Observasi

Kegiatan observasi dilakukan sebelum mahasiswa diterjunkan ke sekolah.

Kegiatan observasi bertujuan untuk mengetahui bagaimana keadaan sekolah, baik secara fisik maupun sistem yang ada didalamnya. Hal ini dapat dilakukan melalui beberapa cara, yaitu dengan melakukan pengamatan secara langsung atau dengan melakukan wawancara terhadap warga sekolah. Dengan demikian diharapkan mahasiswa dapat memperoleh gambaran yang nyata tentang praktek mengajar dan lingkungan persekolahan. Observasi ini meliputi dua hal, yaitu:

a. Observasi Pembelajaran di Kelas

Observasi pembelajaran di kelas dilakukan dengan cara mengikuti kegiatan pembelajaran yang dilakukan oleh guru pembimbing dari mahasiswa yang bersangkutan. Observasi kegiatan belajar mengajar di kelas bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman awal tentang kondisi dan karakteristik peserta didik, baik di dalam maupun di luar kelas secara umum. Selain itu, praktikan juga mendapatkan gambaran secara umum tentang metode mengajar guru serta sikap guru dalam menghadapi tingkah laku peserta didik di kelas sehingga diharapkan nantinya mahasiswa dapat menemukan gambaran bagaimana cara menciptakan suasana belajar mengajar yang baik di kelas sesuai dengan kondisi kelas masing-masing. Sasaran observasi pembelajaran adalah:

- 1) Perangkat Pembelajaran
 - a) Satuan Pembelajaran
 - b) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

2) Proses Pembelajaran

- a) Cara membuka pelajaran
- b) Penyajian materi
- c) Metode pembelajaran
- d) Penggunaan bahasa
- e) Gerak
- f) Cara memotivasi siswa
- g) Teknik bertanya
- h) Teknik menjawab
- i) Teknik penguasaan kelas
- j) Penggunaan media
- k) Menutup pelajaran

3) Perilaku Peserta Didik

- a) Perilaku Peserta Didik saat pembelajaran
- b) Perilaku Peserta Didik di luar pembelajaran

Melalui kegiatan observasi ini mahasiswa praktikan dapat:

- 1) Mengetahui situasi pembelajaran yang sedang berlangsung.
- 2) Mengetahui kesiapan dan kemampuan siswa dalam menerima pelajaran.
- 3) Mengetahui metode, media, dan prinsip mengajar yang digunakan guru dalam proses pembelajaran.

Selain observasi, praktikan juga melakukan observasi fisik/lingkungan sekolah yang dilaksanakan secara individu bagi tiap-tiap mahasiswa peserta PPL .Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui sarana dan prasarana, situasi dan kondisi pendukung kegiatan belajar mengajar, serta perangkat pembelajaran.

b. Observasi Lingkungan Fisik Sekolah

Kegiatan observasi lingkungan fisik sekolah bertujuan untuk memperoleh gambaran tentang situasi dan kondisi sekolah yang bersangkutan. Obyek yang dijadikan sasaran observasi lingkungan fisik sekolah meliputi:

- 1) Letak dan lokasi gedung sekolah
- 2) Kondisi ruang kelas
- 3) Kelengkapan gedung dan fasilitas yang menunjang kegiatan KBM
- 4) Keadaan personal, peralatan serta organisasi yang ada di sekolah

Observasi Lapangan merupakan kegiatan pengamatan dengan berbagai karakteristik komponen pendidikan, iklim dan norma yang berlaku dilingkungan sekolah tempat PPL. Pengenalan lapangan ini dilakukan

dengan cara observasi langsung, dan wawancara dengan pihak sekolah.

Observasi lingkungan fisik sekolah antara lain pengamatan pada:

- 1) Administrasi persekolahan
- 2) Fasilitas pembelajaran dan manfaatnya
- 3) Sarana dan prasarana yang dimiliki oleh sekolah
- 4) Lingkungan fisik disekitar sekolah

2. Pengajaran Mikro (Micro Teaching)

Sebelum mengambil mata kuliah PPL, mahasiswa diharuskan lulus dalam mata kuliah *micro teaching* atau pengajaran mikro. Persyaratan yang diperlukan untuk mengikuti mata kuliah ini adalah mahasiswa yang telah menempuh minimal semester V dan telah lulus dalam beberapa mata kuliah seperti Strategi Belajar Mengajar, Kakubuteks, Evaluasi Pembelajaran. Pengajaran mikro adalah kegiatan praktik mengajar secara terbatas dalam bentuk *micro teaching*. Pengajaran mikro mencakup kegiatan orientasi dan observasi proses pembelajaran serta praktik mengajar terbatas dengan model *micro teaching* dengan mahasiswa sebagai muridnya. Pengajaran mikro merupakan pelatihan tahap awal untuk mengaktualisasikan kompetensi dasar mengajar.

Pelaksanaan pengajaran mikro meliputi :

- a. Waktu pelaksanaan pengajaran mikro aktif selama satu semester VI.
- b. Teknik pelaksanaan

Pengajaran mikro dilaksanakan di Kelas lapangan FIK dibimbing oleh dosen pembimbing yaitu Drs, Suhadi, M.Pd dalam bentuk *micro teaching*. Di sini mahasiswa diberi kesempatan untuk dapat praktik secara langsung dan bergantian dihadapan dosen pembimbing dan rekan-rekan mahasiswa dalam satu kelompok tersebut. Untuk materi yang akan disampaikan ditentukan oleh dosen tetapi bisa menyesuaikan dengan materi yang akan kita ajarkan pada saat pelaksanaan PPL nanti sehingga sudah terlatih.

- c. Jumlah latihan pengajaran mikro

Banyaknya latihan setiap mahasiswa yang telah ditentukan universitas minimal 4 (empat) kali atau yang disesuaikan dengan jumlah waktu pengajaran mikro. Untuk kelompok kami, tiap minggu dilakukan sebanyak 2 kali pertemuan, dimana setiap pertemuannya 1,5 jam. Untuk mahasiswa yang praktek mengajar bergilir sesuai nomor undian dan setiap pertemuannya 2-3 mahasiswa yang tampil (praktek mengajar). Jadi selama pengajaran *micro* selama satu semester mahasiswa sudah tampil sebanyak

4-5 kali. Untuk pengambilan nilai tidak ada waktu khusus, tetapi penilaian dilakukan pada proses pembelajaran mikro.

- d. Prosedur pelaksanaan pengajaran mikro
 1. Membuat perencanaan yaitu mahasiswa membuat Rencana Pembelajaran dan dikonsultasikan kepada dosen pembimbing.
 2. Mempersiapkan media atau alat pembelajaran yang akan digunakan untuk praktik mengajar bisa berupa power point ataupun juga semacam alat peraga seperti gambar, alat olahraga modifikasi atau berbagai jenis permainan.
 3. Mempraktikkan pembelajaran sesuai dengan perencanaan yang disusun.
- e. Pelaksanaan praktik pengajaran mikro

Waktu untuk pengajaran mikro berlangsung selama 30 menit. Aspek ketrampilan dasar mencakup :

1. Keterampilan membuka dan menutup pelajaran
2. Keterampilan bertanya
3. Keterampilan menjelaskan
4. Variasi interaksi
5. Memotivasi siswa
6. Ilustrasi dan penggunaan contoh-contoh
7. Pengelolaan kelas
8. Keterampilan menggunakan alat
9. Memberikan penguatan (*reinforcement*)
10. Keterampilan menggunakan metode dan media pembelajaran

Setelah melakukan praktek mengajar, dosen pembimbing dan rekan-rekan satu kelompok tersebut akan memberikan komentar atau kritik dan saran yang membangun. Hal ini sangat berguna bagi mahasiswa agar semakin termotivasi untuk selalu memperbaiki cara mengajarnya dan melakukan variasi-variasi dalam pembelajaran sehingga diharapkan dapat mempersiapkan secara dini sebelum praktek mengajar yang sesungguhnya.

3. Pembekalan PPL

Sebelum pelaksanaan PPL, mahasiswa diharuskan mengikuti pembekalan PPL. Pembekalan tersebut bertujuan agar mahasiswa mengetahui atau mendapatkan informasi mengenai berbagai hal yang berkaitan dengan kegiatan-kegiatan PPL di sekolah. Kegiatan pembekalan disampaikan oleh DPL atau Dosen Pembimbing Lapangan dan dilaksanakan di Fakultas nasing masing, Adapun materi yang disampaikan dalam pembekalan PPL adalah mekanisme pelaksanaan *micro teaching*, PPL disekolah, teknik pelaksanaan

PPL dan teknik untuk menghadapi sekaligus mengatasi permasalahan yang mungkin akan terjadi selama pelaksanaan PPL.

4. Pembuatan Perangkat Pembelajaran

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk dapat mengoptimalkan proses mengajar adalah menyusun perangkat pembelajaran yang meliputi Pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dan silabus, serta penilaian setiap kali akan memberikan materi di lapangan.

Dalam penyusunan persiapan mengajar, praktikan berusaha berkonsultasi dengan guru pembimbing dan berkat bimbingannya, sehingga penyusunan perangkat pembelajaran tersebut menjadi mudah dan selesai tepat waktu.

5. Koordinasi

Mahasiswa melakukan koordinasi dengan sesama mahasiswa di SMA N 3 Bantul, pihak sekolah dan pihak kampus. Mahasiswa juga melakukan konsultasi dengan guru pembimbing. Kegiatan ini dilakukan guna persiapan perangkat pembelajaran yang meliputi Pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) serta penilaian setiap kali akan memberikan materi di kelas baik penilaian kognitif maupun afektif dan psikomotorik. Mahasiswa juga berkonsultasi mengenai metode dan model pembelajaran yang tepat dan sesuai dengan kondisi siswa serta Kurikulum 2006 yang secara maksimal dapat menunjang proses pembelajaran.

B. PELAKSANAAN PPL

Tahapan ini merupakan tahapan yang sangat penting atau merupakan tahapan utama untuk mengetahui kemampuan praktikan dalam mengadakan pembelajaran didalam kelas. Dalam kegiatan praktek mengajar, mahasiswa dibimbing oleh guru pembimbing sesuai dengan jurusan masing-masing. Praktikan mengajar dengan berpedoman kepada silabus yang telah dibuat sesuai dengan kurikulum yang telah ada. Penyampaian materi dalam proses belajar mengajar diusahakan agar terlaksana secara sistematis dan sesuai dengan alokasi waktu yang tersedia.

Berdasarkan rumusan program dan rancangan kegiatan PPL dilaksanakan selama masa PPL di SMA N 3 Bantul, pada umumnya seluruh program kegiatan dapat terlaksana dengan baik dan lancar. Kegiatan praktik mengajar pada dasarnya merupakan wahana latihan mengajar sekaligus sarana membentuk kepribadian guru atau pendidik. Dalam kegiatan mengajar ini mahasiswa praktikan diharapkan dapat menggunakan keterampilan dan kemampuan yang telah diterima untuk menyampaikan materi. Kegiatan yang dilakukan dalam praktik mengajar adalah:

1) Kegiatan sebelum mengajar

Sebelum mengajar mahasiswa praktikan harus melakukan persiapan awal yaitu:

- a) Mempelajari materi yang akan disampaikan
- b) Menentukan metode yang paling tepat untuk materi yang akan disampaikan
- c) Mempersiapkan media yang sesuai
- d) Mempersiapkan perangkat pembelajaran (RPP, Buku Pegangan Materi yang disampaikan, Referensi buku yang berkaitan dengan materi yang akan disampaikan)

2) Kegiatan selama mengajar

a) Membuka Pelajaran

Kegiatan yang dilakukan saat membuka pelajaran adalah:

- i. Mengucapkan salam
- ii. Menanyakan kondisi kepada peserta didik
- iii. Mengkondisikan kelas
- iv. Mengajak peserta didik untuk memulai pembelajaran dengan berdo'a sesuai agama dan kepercayaan masing-masing
- v. Mempresensi peserta didik
- vi. Guru memberi motivasi dengan memberikan kata-kata motivasi penyemangat agar peserta didik kembali bersemangat mengikuti pelajaran.
- vii. Memberikan apersepsi yang berkaitan dengan materi yang akan disampaikan
- viii. Menyampaikan tujuan pembelajaran
- ix. Mengemukakan pokok bahasan dan sub pokok bahasan yang akan disampaikan

b) Penyajian Materi

Hal-hal yang dilakukan dalam penyajian materi:

i. Penguasaan Materi

Materi harus dikuasai oleh mahasiswa praktikan agar dapat menjelaskan dan memberi contoh dengan benar.

ii. Penggunaan metode dalam mengajar

Metode yang digunakan dalam mengajar adalah:

➤ Metode TGFU

Metode ini berarti guru memberikan penjelasan kepada siswa menggunakan pengajaran permainan didalam pembelajaran

➤ Metode Diskusi

Metode ini berarti peserta didik aktif berdiskusi, berani mengemukakan pendapatnya terkait dengan tema yang diangkat.

Metode ini bertujuan untuk melatih keterampilan peserta didik dalam mengemukakan pendapat dan bekerjasama dengan teman.

➤ Metode Gaming

➤ Metode *Discoveri Learning*

c) Menutup Materi

Setelah materi disampaikan, mahasiswa praktikan mengakhiri pelajaran dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- i. Menyimpulkan materi yang telah disampaikan
- ii. Tanya jawab mengenai manfaat yang diperoleh setelah mengikuti proses pembelajaran serta tindakan atau sikap yang akan dilakukan selanjutnya
- iii. Mengadakan evaluasi
- iv. Menyampaikan judul yang akan dibahas pada pertemuan berikutnya, agar peserta didik dapat belajar sebelumnya.
- v. Mengucapkan salam.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan salah satu mata kuliah wajib tempuh bagi mahasiswa. Materi kegiatan PPL mencakup praktik mengajar terbimbing sebagai lanjutan dari *micro teaching*. Oleh karena itu agar pelaksanaan PPL dapat berlangsung sesuai dengan rancangan program, maka perlu persiapan yang matang baik yang terkait dengan Mahasiswa, Dosen Pembimbing, Sekolah, maupun Instansi tempat praktek, Guru Pembimbing/Instruktur, serta komponen lain yang terkait didalamnya. Pada pelaksanaannya, praktikan melakukan praktik mengajar sebanyak **22** kali pertemuan dengan rincian sebagai berikut:

no	Hari/Tgl	kelas	Jam Ke	Materi
1	Senin, 25-07-2016	XI IPA 2	1-2	Teknik dasar permainan bola voli, Passing bawah dan servis bawah
2	Selasa, 26-07-2016	XI IPA 3	1-2	Teknik dasar permainan bola voli, Passing bawah dan servis bawah
3	Sabtu, 30-07-2016	XI IPA 1	1-2	Teknik dasar permainan bola voli, Passing bawah dan servis bawah

4	Senin, 01-08-2016	XI IPA 2	1-2	Teknik dasar permainan bola voli, Passing atas, servis atas, dan smash
5	Selasa, 02-08-2016	XI IPA 2	1-2	Permainan bola tangan
6	Sabtu, 06-08-2016	XI IPA 1	1-2	Teknik dasar permainan bola voli, Passing atas, servis atas, dan smash
7	Senin, 08-08-2016	XI IPA 3	1-2	Teknik dasar permainan bola voli, Passing atas, servis atas, dan smash
8	Selasa, 09-08-2016	XI IPA 2	1-2	Teknik dasar permainan sepakbola, passing, control, dribling
9	Sabtu, 13-08-2016	XI IPA 1	1-2	Teknik dasar permainan sepakbola, passing, control, dribling
10	Senin, 15-08-2016	XI IPA 3	1-2	Teknik dasar permainan sepakbola, passing, control, dribling
11	Selasa, 16-08-2016	XI IPA 2	1-2	Teknik dasar permainan sepakbola, passing, control, dribling
12	Sabtu, 20-08-2016	XI IPA 1	1-2	Teknik dasar permainan sepakbola, passing, control, dribling
13	Senin, 22-08-2016	XI IPA 3	1-2	Teknik dasar permainan sepakbola, passing, control, dribling
14	Selasa, 23-08-2016	XI IPA 2	1-2	Teknik dasar permainan bolabasket, passing, dribling
15	Sabtu, 27-08-2016	XI IPA 1	1-2	Teknik dasar permainan bolabasket, passing, dribling
16	Senin, 29-08-2016	XI IPA 3	1-2	Teknik dasar permainan bolabasket, passing, dribling
17	Selasa, 30-08-2016	XI IPA 2	1-2	Teknik dasar permainan bolabasket, shooting
18	Sabtu, 03-08-2016	XI IPA 1	1-2	Teknik dasar permainan bolabasket, shooting
19	Selasa, 06-08-2016	XI IPA 2	1-2	Permainan softball
20	Sabtu, 10-08-2016	XI IPA 1	1-2	Permainan softball
21	Selasa, 13-08-2016	XI IPA 2	1-2	Permainan softball

Hasil kegiatan PPL akan dibahas secara detail, sebagai berikut :

1. Program PPL Individu

a. Penyusunan Rencana pelaksanaan pembelajaran

- Bentuk kegiatan : Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) versi Kurikulum 2006
- Tujuan kegiatan : Mempersiapkan pelaksanaan KBM
- Sasaran : Peserta Didik Kelas XI IPA 1, XI IPA 2 dan XI IPA 3
- Waktu pelaksanaan : Sebelum praktek mengajar
- Tempat pelaksanaan : SMA N 3 Bantul
- Peran mahasiswa : Pelaksana
- Biaya : -
- Sumber dana : Mahasiswa

b. Praktik mengajar di kelas

- Bentuk kegiatan : Mengajar di lapangan
- Tujuan kegiatan : Menerapkan sistem pembelajaran di sekolah dengan menggunakan ilmu yang telah dimiliki.
- Sasaran : Peserta Didik Kelas XI IPA 1, XI IPA 2 dan XI IPA 3
- Waktu pelaksanaan : (senin kelas XI IPA 3, selasa kelas XI IPA 2, sabtu kelas XI IPA 1)
- Tempat pelaksanaan : lapangan olahraga SMA N 3 Bantul
- Peran mahasiswa : Pelaksana
- Biaya : -

c. Penyusunan dan pelaksanaan evaluasi

- Bentuk kegiatan : penugasan
- Tujuan kegiatan : Untuk mengetahui sejauh mana siswa paham akan materi yang telah disampaikan
- Sasaran : Peserta Didik kelas XI IPA 1, XI IPA 2 dan XI IPA 3
- Waktu pelaksanaan : Minggu setelah materi KD selesai
- Tempat pelaksanaan : SMA N 3 Bantul

- Peran mahasiswa : Pelaksana
- Biaya : -
- Sumber dana : Mahasiswa

Umpulan Balik dari Pembimbing

Selama kegiatan praktek mengajar sampai tanggal 15 September 2016 mahasiswa mendapat bimbingan dari guru pembimbing dan dosen pembimbing PPL. Dalam kegiatan praktek pengalaman lapangan, guru pembimbing dan dosen pembimbing PPL sangat berperan dalam kelancaran penyampaian materi. Dalam mengajar selama PPL, praktikan mendapat banyak masukan dari guru pembimbing yang sangat berguna dalam mengajar. Disertai dengan berbagai macam cara yang berkaitan dengan penguasaan kelas, penguasaan materi, pengenalan lebih jauh terhadap peserta didik serta bagaimana cara menyusun RPP. Guru pembimbing memberikan pengarahan-pengarahan tentang hal-hal mengajar atau cara-cara untuk mengatasi kendala yang dihadapi. Guru pembimbing di sekolah memberikan saran dan kritik kepada mahasiswa setelah selesai melakukan praktek mengajar sebagai evaluasi dan perbaikan guna meningkatkan kualitas pembelajaran selanjutnya. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas mengajar pada pertemuan selanjutnya. Adapun yang dikoreksi adalah teknik mengajar dan cara mengkondisikan peserta didik saat mengajar. Dosen pembimbing PPL juga memberikan masukan tentang cara penyampaian materi, sistem penilaian yang dilakukan, cara mengelola kelas dan memecahkan persoalan yang dihadapi mahasiswa dalam melakukan proses pembelajaran. Guru pembimbing dan Dosen pembimbing PPL sangat berperan bagi praktikan, karena sebagai mahasiswa yang sedang berlatih mengajar, banyak sekali kekurangan dalam melaksanakan Proses Kegiatan Belajar Mengajar dikelas. Oleh karena itu umpan balik dari guru pembimbing dan Dosen pembimbing PPL sangat diperlukan oleh praktikan.

C. ANALISIS HASIL PELAKSANAAN DAN REFLEKSI

Dari kegiatan yang telah dilaksanakan, praktikan dapat menganalisis beberapa hal, diantaranya adalah

1. Analisis Hasil Pelaksanaan Program PPL

Kemampuan guru dalam menguasai materi dan metode penyampaian merupakan hal terpenting dalam proses belajar mengajar yang diharapkan agar terjadi transfer nilai dan ilmu serta ketrampilan dari guru kepada peserta didik. Akan tetapi bila peserta didik kurang *respect* dan serius terhadap mata pelajaran akan menyebabkan kesulitan dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar akan terganggu kelancarannya.

Dari kegiatan praktik mengajar di lapangan, praktikan menjadi lebih paham bagaimana cara membuka pelajaran, cara mengelola kelas, cara memotivasi peserta didik, cara menyampaikan dan menyajikan materi, teknik memberikan pertanyaan kepada peserta didik. Walaupun mungkin belum sempurna, tapi praktikan mendapat pengalaman yang berharga.

Karakter yang berbeda dari setiap peserta didik menuntut praktikan untuk memberi perlakuan yang berbeda pula dan merencanakan pengajaran yang kreatif dan persiapan yang matang. Hal ini dilakukan agar peserta didik dapat mengikuti pembelajaran dengan nyaman dan tujuan pembelajaran tercapai. Berdasarkan pelaksanaan praktik mengajar di lapangan dapat disampaikan beberapa hal sebagai berikut :

- a. Konsultasi secara berkesinambungan dengan guru pembimbing sangat diperlukan demi lancarnya pelaksanaan mengajar. Banyak hal yang dapat dikonsultasikan dengan guru pembimbing, baik materi, metode maupun media pembelajaran yang paling sesuai dan efektif diterapkan dalam pembelajaran kelas.
- b. Metode yang disampaikan kepada peserta didik harus bervariasi sesuai dengan tingkat pemahaman peserta didik.
- c. Memberikan motivasi pada tiap peserta didik yang merasa kurang mampu dalam kegiatan pembelajaran.
- d. Memberikan evaluasi baik secara lisan maupun tertulis dapat menjadi umpan balik dari peserta didik untuk mengetahui seberapa banyak materi yang telah disampaikan dapat diserap oleh peserta didik.
- e. Sebelum mengajar, setiap guru atau calon guru mempersiapkan alokasi waktu, silabus, rencana pembelajaran yang berisi langkah-langkah pembelajaran yang akan ditempuh sesuai dengan indikator yang ingin dicapai. Dalam pelaksanaan mengajar di kelas, praktikan menggunakan

metode *TGFU*, tanya jawab, diskusi , penugasan, dan. Metode-metode tersebut bertujuan agar materi-materi yang di ajarkan lebih mudah diterima oleh peserta didik.

2. Manfaat PPL Bagi Mahasiswa

Menjalani profesi sebagai guru selama pelaksanaan PPL, telah memberikan gambaran yang cukup jelas bahwa untuk menjadi seorang guru tidak hanya cukup dalam hal penguasaan materi dan pemilihan metode serta model pembelajaran yang sesuai dan tepat bagi peserta didik namun juga dituntut untuk menjadi manager kelas yang handal sehingga metode dan skenario pembelajaran dapat dilaksanakan sesuai dengan rencana pembelajaran yang telah disiapkan. Pengelolaan kelas yang melibatkan seluruh anggota kelas yang memiliki karakter yang berbeda seringkali menuntut kepekaan dan kesiapan guru untuk mengantisipasi, memahami, menghadapi dan mengatasi berbagai permasalahan yang mungkin terjadi dalam proses pembelajaran. Komunikasi dengan peserta didik di luar jam pelajaran sangat efektif untuk mengenal pribadi peserta didik sekaligus untuk menggali informasi yang berkaitan dengan kegiatan pembelajaran khususnya mengenai kesulitan-kesulitan yang dihadapi peserta didik.

Tidak terlepas dari kekurangan yang ada dan dilakukan oleh mahasiswa selama melaksanakan PPL baik itu menyangkut materi yang diberikan, penguasaan materi dan pengelolaan kelas, kami menyadari bahwa kesiapan fisik dan mental sangat penting guna menunjang kelancaran proses belajar mengajar. Komunikasi yang baik terjalin dengan peserta didik, guru, teman-teman satu lokasi dan seluruh komponen sekolah telah membangun kesadaran untuk senantiasa meningkatkan kualitas.

Selama PPL, praktikan mendapat berbagai pengetahuan dan pengalaman terutama dalam masalah kegiatan belajar mengajar di lapangan. Hal-hal yang didapat oleh praktikan diantaranya sebagai berikut:

- a. Praktikan dapat berlatih menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).
- b. Praktikan dapat berlatih memilih dan mengembangkan materi, media, dan sumber bahan pelajaran serta metode yang dipakai dalam pembelajaran.
- c. Dalam belajar menyesuaikan materi dengan jam efektif yang tersedia.
- d. Dapat berlatih melaksanakan kegiatan belajar mengajar di lapangan dan mengelola kelas.

- e. Dapat berlatih melaksanakan penilaian hasil belajar peserta didik dan mengukur kemampuan peserta didik dalam menerima materi yang diberikan.
- f. Dapat berlatih membuat soal Ujian Tengah Semester, melaksanakan, mengoreksi,
- g. Dapat mengetahui tugas-tugas guru selain mengajar di kelas (guru piket) sehingga dapat menjadi bekal untuk menjadi seorang guru yang profesional.

3. Faktor Pendukung

- a. Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) PPL yang profesional dalam pendidikan, sehingga praktikan diberikan pengalaman, masukan dan saran untuk proses pembelajaran
- b. Guru pembimbing yang sangat perhatian, sehingga kekurangan-kekurangan praktikan dalam proses pembelajaran dapat terketahui. Selain itu, praktikan diberikan masukan-masukan untuk perbaikan.
- c. Peserta didik yang aktif, kooperatif, kritis dan interaktif sehingga menciptakan kondisi yang kondusif dalam proses KBM

4. Praktek Persekolah

Mahasiswa saat melaksanakan PPL di SMA N 3 Bantul selain melakukan praktek mengajar ternyata diberikan kesempatan untuk melaksanakan praktek persekolah, praktek persekolah bertujuan memberikan pengalaman kepada mahasiswa bagaimana kegiatan sehari-hari karyawan SMA N 3 Bantul melaksanakan kegiatannya selain itu mengetahui lebih banyak tentang kondisi sekolah tempat mahasiswa jadikan PPL, adapun praktek persekolah di laksanakan oleh mahasiswa PPL adalah sebagai berikut :

a) Piket Guru

Tugas yang dilaksanakan oleh mahasiswa PPL adalah piket guru dimana mahasiswa melayani peserta didik yang meminta izin, terlambat ,menerima tamu, dan memprensensi peserta didik yang tidak hadir sebagai kegiatan kros cek.

b) Piket salaman pagi

Tugas yang dilakukan mahasiswa PPL setiap pagi yaitu menyambut siswa yang datang kesekolah setiap pagi

5. Refleksi

Dari pelaksanaan PPL yang kegiatan-kegiatannya telah direncanakan maka hasilnya dapat dianalisis dan kemudian direfleksikan untuk kemajuan. Berdasarkan perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi yang dilakukan praktikan, dapatlah dianalisis dan diambil beberapa hal sebagai acuan kegiatan di masa mendatang sebagai berikut.

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

- a. Mahasiswa merasa kesulitan ketika menghadapi kelas yang sangat ramai dengan tingkat emosi dan kenakalan anak-anak yang cukup tinggi.
- b. Mahasiswa merasa kesulitan ketika menghadapi kelas yang sangat pendiam dan masih malu untuk berbicara.
- c. Berkaitan dengan waktu dalam mengajar, mahasiswa praktikan terkadang kurang tepat dalam memperhitungkan waktu dengan bahan pelajaran yang akan diajarkan, sehingga dalam mengajar terkesan terlalu cepat atau terburu-buru.

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

- a. Jika suasana kelas ramai sebaiknya praktikan menegur dengan teguran ringan, kemudian apabila kesalahan diulangi lagi praktikan sebaiknya diam sejenak agar peserta didik peka dan paham apa kesalahannya.
- b. Menggunakan metode pembelajaran yang membuat siswa lebih aktif untuk mengutarakan pendapatnya
- c. Mensiasati alokasi waktu yang tersedia dengan menugaskan peserta didik untuk memperlajari dirumah sebelum dilakukan pembahasan di kelas.
- d. Untuk memunculkan motivasi dalam belajar, maka mahasiswa praktikan memberikan “reward” kepada siswa yang berprestasi, aktif serta yang memperhatikan dan merespon pelajaran penjasorkes. Dan tidak langsung menyalahkan siswa apabila dalam menjawab atau menanggapi suatu permasalahan tidak sesuai dengan apa yang diharapkan. Atau dengan kata lain, praktikan harus lebih pintar dalam menggunakan bahasa yang tepat untuk menaggapi jawaban atau pendapat dari siswa. Selain itu praktikan sesekali dapat menyisipkan cerita-cerita tentang masa depan misalnya tentang kehidupan di dunia kampus dan lain-lain yang dapat menambah pengetahuan siswa serta kedekatan dengan siswa.

- e. Dalam mengatasi pembagian waktu yang kurang tepat, praktikan berkonsultasi dengan guru dan pembimbing. Praktikan juga membuat alokasi waktu ketika membuat RPP yang disesuaikan dengan materi yang diajarkan, baik diperhatikan dari tingkat kesulitan ataupun banyak sedikitnya materi. Tetapi dalam praktik mengajar memang terkadang perlu lebih fleksibel karena mungkin terjadi hal-hal yang tidak terduga atau di luar kontrol.
- f. Berkreasi dan berimprovisasi untuk menghindari rasa jemu atau bosan dalam proses pembelajaran, maka praktikan memanfaatkan fasilitas yang ada dengan sebaik-baiknya dan semaksimal mungkin, berbagai kreasi cara penyampaian dilakukan agar hasil yang dicapai lebih maksimal, pengajaran dilakukan diselingi dengan lelucon
- g. Diciptakan suasana belajar yang serius tetapi santai untuk mengatasi situasi yang kurang kondusif akibat keadaan lingkungan.

BAB III

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Dari serangkaian pelaksanaan kegiatan PPL di SMA N 3 Bantul pada bulan Juli - September dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Kegiatan PPL yang telah dilakukan menjadikan mahasiswa mengerti tentang kegiatan-kegiatan yang biasa dilakukan di sekolah khususnya SMA N 3 Bantul.
2. Kegiatan PPL ini juga menjadikan Mahasiswa mengerti dan paham bagaimana cara mengajar yang baik.
3. Praktik pengalaman lapangan merupakan wahana yang tepat bagi mahasiswa calon guru untuk menerapkan ilmu yang telah diperoleh di Universitas untuk diterapkan di lapangan.
4. Kegiatan praktik pengalaman lapangan dapat digunakan sebagai sarana untuk memperoleh pengalaman yang faktual sebagai bekal untuk menjadi tenaga kependidikan yang kompeten dalam bidang masing-masing.
5. Praktik pengalaman lapangan merupakan pengembangan dari empat kompetensi bagi praktikan, yaitu kompetensi pedagogik, personal, kompetensi professional, dan kompetensi interpersonal.
6. Praktik merupakan pengalaman menambah bekal bagi calon guru di luar tugas mengajar.
7. Kegiatan PPL bermanfaat bagi mahasiswa untuk memberikan pengalaman dan gambaran nyata mengenai pembelajaran di sekolah sebagai bekal bagi seorang calon pendidik sebelum terjun dalam dunia pendidikan secara utuh.
8. Kegiatan PPL memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk dapat mengembangkan potensi dan kreativitasnya, misal dalam pengembangan media, menyusun materi sendiri dan menggunakan metode pembelajaran berdasarkan kompetensi yang ingin dicapai.

B. SARAN

Berdasarkan pelaksanaan PPL selama kurang lebih sepuluh minggu (dua bulan) di SMA N 3 Bantul ada beberapa saran yang praktikan sampaikan yang mungkin dapat digunakan sebagai masukan, antara lain:

1. Untuk UPPL :

- a. Pihak UPPL perlu memperhatikan antara jumlah mahasiswa dengan kuota bidang studi yang di butuhkan oleh sekolah
- b. Perlu adanya pembekalan PPL berdasarkan kurikulum 2013 yang lebih mendalam sebelum mahasiswa terjun di lapangan.
- c. Pihak UPPL sebaiknya memberi keterangan yang jelas mengenai alokasi dan meningkatkan kualitas fasilitas yang diberikan kepada mahasiswa.
- d. Kemitraan dan komunikasi antara UNY dan SMA N 3 Bantul lebih ditingkatkan lagi demi kemajuan dan keberhasilan program PPL UNY serta kemajuan dan keberhasilan SMA N 3 Bantul.
- e. Perlu meningkatkan kerjasama antara UPPL dan Dosen Pembimbing Lapangan dalam memonitoring mahasiswa PPL.
- f. Jangan digabung waktu antara kkn dan ppl karena tidak bisa fokus dalam melakukan kegiatan ppl dan kk

2. Untuk Sekolah

- a. Pihak SMA N 3 Bantul sebaiknya dapat memberikan gambaran-gambaran agenda sekolah, sehingga apabila terjadi pengurangan jam pelajaran atau tidak ada KBM, mahasiswa dapat menyesuaikan.
- b. Sarana penunjang pembelajaran khususnya olahraga perlu ditambah dan diperbaharui supaya kegiatan pembelajaran dapat berjalan lancar

3. Untuk Mahasiswa

- a. Mahasiswa agar lebih mempersiapkan diri baik fisik, mental, materi, dan keterampilan mengajar yang nantinya sangat diperlukan dalam mengajar. Karena waktunya bersamaan dengan KKN
- b. Menjalin komunikasi yang baik antar anggota kelompok maupun dengan warga sekolah.
- c. Perlu peningkatan kemampuan pengelolaan kelas dengan mendalami karakter peserta didik sehingga pembelajaran dapat terlaksana dengan lancar.
- d. Penyampaian materi lebih ditekankan pada aplikasi dalam kehidupan sehari-hari sehingga peserta didik dapat menemukan konsep sejarah secara mandiri.

DAFTAR PUSTAKA

TIM Penyusun Panduan PPL UNY. 2016. *Panduan PPL/ Magang III*. Yogyakarta: UNY PRESS.

TIM PP PPL & PKL LPPM UNY. 2016. *Panduan Pengajaran Mikro*. Yogyakarta: UNY PRESS

TIM PP PPL & PKL LPPM UNY. 2016. *Materi Pembekalan Pengajaran Mikro PPL*. Yogyakarta: UNY PRESS.

OBSERVASI PEMBELAJARAN DI KELAS DAN PESERTA DIDIK

Kegiatan observasi dilakukan sebelum mahasiswa diterjunkan ke sekolah. Kegiatan observasi bertujuan untuk mengetahui bagaimana keadaan sekolah, baik secara fisik maupun sistem yang ada didalamnya. Hal ini dapat dilakukan melalui beberapa cara, yaitu dengan melakukan pengamatan secara langsung atau dengan melakukan wawancara terhadap warga sekolah. Dengan demikian diharapkan mahasiswa dapat memperoleh gambaran yang nyata tentang praktek mengajar dan lingkungan persekolahan. Observasi ini meliputi dua hal, yaitu:

a. Observasi Pembelajaran di Kelas

Observasi pembelajaran di kelas dilakukan dengan cara mengikuti kegiatan pembelajaran yang dilakukan oleh guru pembimbing dari mahasiswa yang bersangkutan. Observasi kegiatan belajar mengajar di kelas bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman awal tentang kondisi dan karakteristik peserta didik, baik di dalam maupun di luar kelas secara umum. Selain itu, praktikan juga mendapatkan gambaran secara umum tentang metode mengajar guru serta sikap guru dalam menghadapi tingkah laku peserta didik di kelas sehingga diharapkan nantinya mahasiswa dapat menemukan gambaran bagaimana cara menciptakan suasana belajar mengajar yang baik di kelas sesuai dengan kondisi kelas masing-masing.

Sasaran observasi pembelajaran adalah:

- 1) Perangkat Pembelajaran
 - a) Satuan Pembelajaran
 - b) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran
- 2) Proses Pembelajaran
 - a) Cara membuka pelajaran
 - b) Penyajian materi
 - c) Metode pembelajaran
 - d) Penggunaan bahasa
 - e) Gerak
 - f) Cara memotivasi siswa
 - g) Teknik bertanya
 - h) Teknik menjawab
 - i) Teknik penguasaan kelas

- j) Penggunaan media
 - k) Menutup pelajaran
- 3) Perilaku Peserta Didik
- a) Perilaku Peserta Didik saat pembelajaran
 - b) Perilaku Peserta Didik di luar pembelajaran
- Melalui kegiatan observasi ini mahasiswa praktikan dapat:
- 1) Mengetahui situasi pembelajaran yang sedang berlangsung.
 - 2) Mengetahui kesiapan dan kemampuan siswa dalam menerima pelajaran.
 - 3) Mengetahui metode, media, dan prinsip mengajar yang digunakan guru dalam proses pembelajaran.
- Selain observasi, praktikan juga melakukan observasi fisik/lingkungan sekolah yang dilaksanakan secara individu bagi tiap-tiap mahasiswa peserta PPL .Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui sarana dan prasarana, situasi dan kondisi pendukung kegiatan belajar mengajar, serta perangkat pembelajaran.

KONDISI FISIK SEKOLAH

SMAGABA merupakan sekolah menengah negeri yang berlokasi di Gaten, Tirenggo, Bantul, Yogyakarta. Lokasi dari SMA Negeri 3 Bantul sangat strategis karena terletak pada jalur protokol di kabupaten Bantul. Bangunan gedung yang digunakan untuk proses pembelajaran terdiri dari 2 lantai.

a. Ruang Kelas

SMA Negeri 3 Bantul memiliki 18 ruang kelas untuk proses pembelajaran para peserta didiknya. Pembagian kelas terdiri dari:

- X IPA 1, 2, 3 dan 4 berada di lantai 2
- X IPS 1 dan 2 berada di lantai 1
- XI IPA 1,2,3 dan 4 berada di lantai 2
- XI IPS 1, 2, dan 3 berada di lantai 2
- XII IPA 1 dan 4 berada di lantai 1
- XII IPA 2, dan 3 berada di lantai 2
- XII IPS 1 dan 2 berada di lantai 1

Secara keseluruhan untuk fasilitas ruang kelas sendiri sudah cukup memadai. Dimana dalam setiap ruang kelasnya sudah memiliki proyektor / LCD sendiri, papan pengumuman, papan absensi, kipas angin, inventaris kelas, papan pengurus kelas, alat kebersihan, lemari dan terdapat loker untuk penyimpanan barang peserta didik.

b. Ruang perkantoran

Ruangan perkantoran SMA Negeri 3 Bantul terdiri dari ruang kepala sekolah, ruang Tata Usaha (TU), ruang guru, ruang Bimbingan dan Konseling (BK), dan *meeting room*.

c. Laboratorium

Laboratorium merupakan sarana penting bagi sekolah untuk memfasilitasi kegiatan belajar siswa. SMA Negeri 3 Bantul memiliki beberapa laboratorium, yaitu laboratorium IPA yang terdiri dari laboratorium fisika, laboratorium kimia dan laboratorium biologi. Terdapat juga laboratorium bahasa, laboratorium komputer, laboratorium musik dan laboratorium karawitan. Laboratorium bahasa berada di lantai dua, sedangkan laboratorium fisika, biologi, kimia, komputer, musik, dan karawitan berada di lantai satu.

d. Perpustakaan Sekolah

Perpustakaan sekolah merupakan salah satu sarana yang penting untuk meningkatkan minat membaca siswa/siswi dan juga sarana atau tempat untuk siswa/siswi mencari bahan ajar dan mengerjakan tugas sekolah yang diberikan pada mereka.

- e. Ruang rapat/ *meeting room*
- f. Lapangan tengah
- g. Lapangan upacara
- h. Lapangan sepak bola
- i. Panggung
- j. Ruang OSIS
- k. UKS
- l. Kantin
- m. Tempat parkir
- n. Masjid

KALENDER PENDIDIKAN SMA NEGERI 3 BANTUL
TAHUN PELAJARAN 2016/2017

JULI 2016							AGUSTUS 2016							SEPTEMBER 2016							OKTOBER 2016													
AHAD		3	10	17	24	31		7	14	21	28		4	11	18	25	2	9	16	23	30		5	12	19	26	3	10	17					
SENIN		4	11	18	25		1	8	15	22	29		6	13	20	27	4	11	18	25		6	13	20	27	5	12	19	26					
SELASA		5	12	19		2	9	16	23	30		7	14	21	28	6	13	20	27		7	14	21	28	5	12	19	26						
RABU		6	13	20		3	10	17	24	31		4	11	18	25	1	8	15	22		6	13	20	27	4	11	18	25						
KAMIS		7	14	21		4	11	18	25			5	12	19	26	2	9	16	23		7	14	21	28	3	10	17	24						
JUMAT		1	8	15	22	29		6	13	20	27		3	10	17	24	1	8	15	22		2	9	16	23	5	12	19	26					
SABTU		2	9	16	23	30		7	14	21	28		4	11	18	25	6	13	20	27		3	10	17	24	1	8	15	22					
NOVEMBER 2016							DESEMBER 2016							JANUARI 2017							FEBRUARI 2017													
AHAD		6	13	20	27			4	11	18	25		2	9	16	23	1	8	15	22		5	12	19	26	6	13	20	27					
SENIN		7	14	21	28			5	12	19	26		3	10	17	24	3	10	17	24		7	14	21	28	1	8	15	22					
SELASA		8	15	22	29			6	13	20	27		4	11	18	25	2	9	16	23		2	9	16	23	3	10	17	24					
RABU		9	16	23	30			7	14	21	28		5	12	19	26	1	8	15	22		3	10	17	24	4	11	18	25					
KAMIS		10	17	24				8	15	22	29		6	13	20	27	2	9	16	23		4	11	18	25	1	8	15	22					
JUMAT		11	18	25				9	16	23	30		7	14	21	28	3	10	17	24		5	12	19	26	6	13	20	27					
SABTU		12	19	26				10	17	24	31		8	15	22	29	1	8	15	22		7	14	21	28	2	9	16	23					
MARET 2017							APRIL 2017							MEI 2017							JUNI 2017													
AHAD		5	12	19	26			2	9	16	23	30		1	8	15	22	4	11	18	25		5	12	19	26	6	13	20	27				
SENIN		6	13	20	27			3	10	17	24		2	9	16	23	3	10	17	24		6	13	20	27	1	8	15	22					
SELASA		7	14	21	28			4	11	18	25		5	12	19	26	2	9	16	23		7	14	21	28	3	10	17	24					
RABU		8	15	22	29			5	12	19	26		3	10	17	24	4	11	18	25		8	15	22	29	2	9	16	23					
KAMIS		9	16	23	30			6	13	20	27		4	11	18	25	5	12	19	26		1	8	15	22	3	10	17	24					
JUMAT		10	17	24	31			7	14	21	28		5	12	19	26	6	13	20	27		2	9	16	23	7	14	21	28					
SABTU		11	18	25				8	15	22	29		6	13	20	27	3	10	17	24		9	16	23	30	4	11	18	25					
JULI 2017							AUS/JUKK							Hari-hari Pertama Masuk Sekolah							UN SMA/SMK/SLB (Utama)													
AHAD		2	9	16	23	30																												
SENIN		3	10	17	24	31																												
SELASA		4	11	18	25																													
RABU		5	12	19	26																													
KAMIS		6	13	20	27																													
JUMAT		7	14	21	28																													
SABTU		8	15	22	29																													
LIBUR UMM							LIBUR SEMESTER							Libur Ramadhan (ditentukan kemudian sesusai Kep. Menag)							UN SMA/SMK/SLB (Susulan)							Ujian sekolah SMA/SMK/SLB						
PORSENITAS							PENERIMAAN LHB							Libur Idul Fitri (ditentukan kemudian sesusai Kep. Menag)							Hari Ulang Tahun Sekolah							UTS						
HARDIKNAS							LIBUR KHUSUS (Hari Guru Nas)							UJIAN PRAKTEK KELAS XII							Kegiatan Sekolah							Bantul, 17 Mei 2016						
Drs. Endah Hardjianto, M. Pd.							NIP 196311151990031007																											

Drs. Endah Hardjianto, M. Pd.

NIP 196311151990031007

KETERANGAN : KALENDER SMA/SMK/SMALB

1	1 s.d. 9 Juli 2016	: Libur Kenaikan kelas
2	6 dan 7 Juli 2016	: Hari Besar Idul Fitri 1437 H
3	11 s.d. 16 Juli 2016	: Hari libur Idul Fitri 1437 H Tahun 2016
4	18 s.d. 20 Juli 2016	: Hari-hari pertama masuk sekolah
5	17 Agustus 2016	: HUT Kemerdekaan Republik Indonesia
6	5 September 2016	: Hari Ulang Tahun Sekolah
7	12 September 2016	: Hari Besar Idul Adha 1437 H
8	19- 24 september 2016	: UTS Semester 1
9	2 Oktober 2016	: Tahun Baru Hijriyah 1438 H
10	25 November 2016	: Hari Guru Nasional
11	1 s.d. 8 Desember 2016	: Ulangan Akhir Semester
12	12 Desember 2016	: Maulid Nabi Muhammad SAW 1438 H
13	14 s.d. 16 Desember 2016	: Porsenitas
14	17 Desember 2016	: Penerimaan Laporan Hasil Belajar (LHB)
15	19 s.d. 31 Des 2016	: Libur Semester Gasal
16	25 Desember 2016	: Hari Natal 2016
17	1 Januari 2017	: Tahun Baru 2017
18	28 Januari 2017	: Tahun Baru Imlek 2568
19	27 Februari - 4 Maret 2017	: Ujian Praktek kelas XII Th 2016-2017
20	20 s.d. 28 Maret 2017	: Ujian Sekolah
21	28 Maret 2017	: Hari Raya Nyepi
22	3 s.d. 6, April 2017	: UN SMA/SMK/SMALB (Utama) untuk PBT
23	3 s.d. 6, dan 10 s.d. 11 April 2017	: UN SMA/SMK/SMALB (Utama) untuk CBT
24	10 s.d. 13 April 2017	: UN SMA/SMK/SMALB (Susulan) untuk PBT
25	14 April 2017	: Wafat Isa Almasih
26	17 s.d. 20, dan 24 s.d. 25 April 2017	: UN SMA/SMK/SMALB (Susulan) untuk CBT
27	24 April 2016	: Isra Miraj 2017
28	1 Mei 2017	: Libur Hari Buruh Nasional tahun 2017
29	2 Mei 2017	: Hari Pendidikan Nasional tahun 2017
30	11 mei 2017	: Hari Raya Waisak 2017
31	25 Mei 2017	: Kenalkan Isa Almasih
32	1 s.d. 8 Juni 2017	: Ulangan Kenaikan Kelas
33	17 Juni 2017	: Penerimaan Laporan Hasil Belajar (Kenaikan Kelas)
34	19 Juni s.d. 15 Juli 2017	: Libur Idul Fitri dan Libur Kenaikan Kelas

MATRIKS PROGRAM KERJA PPL INDIVIDU UNY
TAHUN 2016

F 02
Untuk Mahasiswa

**Universitas Negeri
Yogyakarta**

NOMOR LOKASI :
NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMA Negeri 3 Bantul
ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA : Bantul Yogyakarta

No	Program/Kegiatan PPL Individu	Jumlah Jam per Minggu										Jml Jam
		0	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	
I	Kegiatan Mengajar											3
1.	Penerjunan PPL	3										3
2.	Observasi	3	2									5
3.	Pelaksanaan PPL											
.	Persiapan											
	Mencari bahan buku/referensi	3				1	4	3				11
	Membutuhkan RPP		4			2		3				11
	Mempelajari materi		2	2	1	1	2	2				10
	Konsultasi dengan guru pembimbing	1	5		1	2						9
	Konsultasi dengan DPL PPL	3										3
.	Pelaksanaan											
	Mengajar kelas XI IPA 1				2	2	2	2	2	2		14
	Mengajar kelas XI IPA 2				2	4	2	2	2	2	2	18
	Mengajar kelas XI IPA 3				2	2	2	2	2			10
	Mendampingi mengajar				4	4	2	2	4	2	4	22
	Mengajar kelas XII				6							6
	Mengganti guru mengajar				3			6	3	3		15



Universitas Negeri
Yogyakarta

MATRIKS PROGRAM KERJA PPL INDIVIDU UNY
TAHUN 2016

F 02
Untuk Mahasiswa

	Menbuat soal evaluasi	6	3					9
	Diskusi teman se-Prodi	3	5	2				10
	Pembuatan media pembelajaran	3			3			6
	Administrasi guru				3			3
4.	Analisis Hasil Pelaksanaan							
	Pembuatan tugas				1			1
	Pengetikan, print, photocopy							
	Pengkoreksian							
	Rekapitulasi nilai tugas			3	4	2	4	22
	Ulangan							
	Pembuatan soal, skor penilaian, dan kunci jawaban							
	Pengetikan, print, dan photocopy							
	Pengkoreksian							
	Rekapitulasi nilai tugas							
5.	Pembuatan silabus							
6.	Pembuatan matriks PPL	2	1	1	2	2	2	14
7.	Pembuatan laporan PPL							
	Mempelajari buku panduan PPL 2016							
	Penyusunan laporan PPL						2	12
II	Kegiatan Non Mengajar							
1.	Kegiatan sekolah			2	1	1	1	9
	Upacara bendera							



Universitas Negeri
Yogyakarta

MATRIKS PROGRAM KERJA PPL INDIVIDU UNY

TAHUN 2016

TAHUN 2016

F 02

Bantul, 15 September 2015

Kepala Sekolah,
Mengetahui,
Dosen Pembimbing Lapangan,
Mahasiswa Praktikan,

Drs. Endah Hardjanto, M.Pd.
NIP. 196311151990031007

Dra. Yuliati, M.Kes.
NIP. 19660822 199203 1 002

Satriawan Wijanarka
NIM. 13601244019

Satriawan Wijanarka
NIM. 13601244019



CATATAN HARIAN PPL

SEMESTER KHUSUS

TAHUN 2016

DOSEN PEMBIMBING : Suhadi M.Pd

GURU PEMBIMBING : Wahyu N.S.Pd

FAK/JUR/PR STUDI : FIK/ POR/Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

NAMA MAHASISWA : SATRIAWAN WIJANARKA

NO. MAHASISWA : 13601244019

No	Hari, Tanggal	Pukul	Nama Kegiatan	Hasil Kualitatif/Kuantitatif	Keterangan/ Paraf Dosen
1.	Jum'at 15-07-2016	07.30-11.00	Upacara pelepasan KKN/PPL UNY di GOR	Upacara pelepasan diikuti seluruh mahasiswa KKN/PPL UNY	
2.	Sabtu, 16-07-2016	08.30-11.00	Penerjungan PPL di SMA N 3 BANTUL	Penerjungan mahasiswa PPL di SMA N 3 Bantul diikuti seluruh mahasiswa PPL, Kepala Sekolah, bapak ibu guru dan DPL	
3.	Senin, 18-07-2016	07.00-08.30	Upacara penerimaan siswa baru	Upacara penerimaan siswa baru dan syawalan, diikuti seluruh siswa, bapak ibu guru, orang tua/wali, mahasiswa PPL	
		09.00-11.00	Bersih – bersih Posko PPL	Gotong royong membersihkan posko PPL diikuti seluruh mahasiswa PPL	
4.	Selasa, 19-07-2016	06.00-07.00	Piket pagi	Piket salaman pagi	
		09.00-10.30	Konsultasi dengan guru	Konsultasi jadwal dan materi untuk mengajar	

5.	Rabu, 20-07-2016	06.00-07.00	Piket pagi	Piket salaman pagi
		07.00-08.10	Mengajar pendidikan jasmani olahraga kesehatan	Mengajar pendidikan jasmani kesehatan olahraga dengan jumlah siswa 31, dengan materi permainan olahraga
		08.10-09.00	Mengajar pendidikan jasmani olahraga kesehatan	Mengajar pendidikan jasmani kesehatan olahraga dengan jumlah siswa 31, dengan materi permainan olahraga
		10.00-12.00	Konsultasi dengan guru	Konsultasi RPP dan jadwal mengajar
6.	Kamis, 21-07-2016	07.00-08.30	Mengajar pendidikan jasmani olahraga kesehatan	Mengajar pendidikan jasmani kesehatan olahraga dengan jumlah siswa 31, dengan materi permainan olahraga
		08.30-10.00	Mengajar pendidikan jasmani olahraga kesehatan	Mengajar pendidikan jasmani kesehatan olahraga dengan jumlah siswa 31, dengan materi permainan olahraga
		11.00-12.00	Konsultasi dengan guru	Konsultasi RPP
		12.00-13.30	Konsultasi dengan guru	Konsultasi RPP
7.	Jum'at, 22-07-2016	06.00-07.00	Piket pagi	Piket salaman pagi
		07.00-11.00	piket	Piket jaga
8.	Minggu, 24-07-2016	19.00-23.00	Buat RPP	Membuat RPP dengan materi teknik dasar permainan bola voli
9.	Senin, 25-07-2016	06.00-07.00	Piket pagi	Piket salaman pagi
		07.00-08.00	Apel bendera	Upacara apel bendera diikuti seluruh siswa, bapak ibu guru dan mahasiswa PPL
		08.00-09.30	Mengajar di kelas XI IPA 2	Mengajar olahraga kelas XI IPA 2 dengan materi Bola Voli
		09.30-10.15	Mendampingi mengajar	Mendampingi mengajar dikelas XI IPS 1 dengan materi teknik dasar permainan sepakbola
10.	Selasa, 26-07-2016	06.00-07.00	Piket pagi	Piket salaman pagi
		07.00-08.30	Mengajar di kelas XI IPA 3	Mengajar olahraga kelas XI IPA 3 dengan materi Bola Voli

	08.30-10.15	Mendampingi mengajar	Mendampingi mengajar dikelas XI IPS 2 dengan materi teknik dasar permainan sepakbola
	10.30-12.00	Bantu beli sarpras penjas	Membeli bola sepak, bola voli
11.	Rabu, 27-07-2016	Piket	Piket siang
12.	Kamis, 28-07-2016	06.00-07.00 07.00-09.15 Ikut mengajar guru	Piket pagi Piket salaman pagi Mengikuti guru mengajar kelas X dengan materi pembelajaran teknik dasar sepakbola
	10.00-12.00	Piket	Piket siang
13.	Jum'at, 29-07-2016	06.00-07.00 07.00-10.00	Piket pagi Piket
14.	Sabtu, 30-07-2016	07.00-08.30 Mengajar di kelas XI IPA 1	Mengajar olahraga kelas XI IPA 1 dengan materi Bola Voli
15.	Minggu, 31-07-2016	20.00-22.00	Mencari materi
16.	Senin, 01-08-2016	06.00-07.00 07.00-08.00	Piket pagi Upacara bendera
		08.00-09.30 Mengajar di kelas XI IPA 2	Upacara apel bendera diikuti seluruh siswa, bapak ibu guru dan mahasiswa PPL
		09.45-11.45 Mendampingi mengajar	Mengajar olahraga kelas XI IPA 2 dengan materi Bola Voli
		12.00-13.30	Mendampingi mengajar teman dikelas XI IPS 1 dengan materi teknik dasar sepakbola
17.	Selasa, 02-08-2016	07.00-08.30 Mengajar di kelas XI IPA 2	Menunggu kelas X IPA 2 mengerjakan tugas bahasa indonesia
		08.30-10.45 Mengajar kelas X IPS 2	Mengajar kelas XI IPA 2 dengan materi bola tangan
			Mengajar kelas X IPS 2 dengan materi bola voli

	11.00-12.00	Piket	Piket jaga	
	20.00-23.00	Mengerjakan lembar penilaian	Menyelesaikan lembar penilaian kelas XI IPA 123	
18.	Rabu, 03-08-2016	06.00-07.00 Piket pagi	Piket salaman pagi	
		07.00-08.30 piket	Menunggu kelas X IPA 1 mengerjakan tugas B. Inggris	
		09.00-14.00 piket	Piket jaga	
19.	Kamis, 04-08-2016	09.00-10.00 Mencari materi	Mencari materi untuk pembelajaran	
10.	Jum'at, 05-08-2016	06.00-07.00 Piket pagi	Piket salaman pagi	
		07.00-11.00 Piket	Piket jaga	
21.	Sabtu ,06-08-2016	06.00-07.00 piket	Piket salaman pagi	
		07.00-08.30 Mengajar kelas XI IPA 1	Mengajar olahraga kelas XI IPA 2 dengan materi Bola Voli	
22.	Minggu, 07-08-2016	20.30-21.30 Membuat RPP	Membuat rpp kelas XI dengan materi teknik dasar permainan sepakbola	
23.	Senin, 08-08-2016	06.00-07.00 Piket pagi	Piket salaman pagi	
		07.00-07.30 brefing	Brefing bersama seluruh mahasiswa PPL dan Mahasiswa PPL dari universitas lain di mushola	
		07.45-09.15 Mengajar di kelas XI IPA 3	Mengajar olahraga kelas XI IPA 2 dengan materi Bola Voli	
		09.30-11.00 Mendampingi mengajar	Mendampingi mengajar teman dikelas XI IPA 4 dengan materi teknik dasar bola basket	
		11.00-12.00 Mencari materi	Mencari materi pembelajaran teknik dasar sepakbola	
		15.30-16.30 Mempelajari materi	Mempelajari materi teknik dasar sepakbola untuk mengajar kelas XI IPA 2	

	21.00-22.00	Membuat RPP	Menyelesaikan RPP untuk mengajar kelas XI dengan materi teknik dasar sepakbola
24.	Selasa, 09-08-2016	06.00-07.00 piket	Piket salaman pagi
	07.00-08.30	Mengajar di kelas XI IPA 2	Mengajar olahraga kelas XI IPA 2 dengan materi teknik dasar sepakbola
	10.15-11.45	Piket	Menunggu kelas X IPS 1 mengerjakan tugas mata pelajaran kewirausahaan
	12.00-14.15	piket	Piket jaga
25.	Rabu, 10-08-2016	06.00-07.00 piket	Piket salaman pagi
	07.00-09.00	Rekapitulasi nilai	Mengisi rekapitulasi penilaian kelas XI IPA
	11.00-14.15	piket	Piket jaga
	19.00-21.00	Rekapitulasi nilai	Mengisi rekapitulasi penilaian kelas XI IPA
26.	Kamis, 11-08-2016	06.00-07.00 piket	Piket salaman pagi
	07.00-09.15	piket	Piket jaga
	11.45-12.45	Konsul dengan guru mata pelajaran	Konsultasi materi yang akan diajarkan
27.	Jum'at, 12-08-2016	07.00-11.00 Kerja bakti	Membersihkan lingkungan sekolah, ruang karawitan (art room), menyongsong lustrum SMA 3 Bantul
28.	Sabtu, 13-08-2016	07.00-08.30 Mengajar di kelas XI IPA 1	Mengajar olahraga kelas XI IPA 1 dengan materi teknik dasar sepakbola
	09.00-10.00	piket	Piket jaga
29.	Minggu, 14-08-2016	06.00-08.00 Rekapitulasi nilai	Mengisi rekapitulasi nilai kelas XI IPA
	19.00-21.00	Mempelajari materi	Mempelajari materi teknik dasar permainan sepakbola
30.	Senin, 15-08-2016	07.45-09.15 Mengajar di kelas XI IPA 3	Mengajar olahraga kelas XI IPA 3 dengan materi teknik dasar sepakbola

	11.00-13.00	piket	Piket jaga	
31.	Selasa, 16-08-2016	06.00-07.00 piket	Piket salaman pagi	
	07.00-08.30	Mengajar di kelas XI IPA 2	Mengajar olahraga di kelas XI IPA 2 dengan materi teknik dasar sepakbola	
	08.30-10.00	Mendampingi mengajar	Mendampingi mengajar teman di kelas XI IPS	
	10.00-12.00	Mencari buku referensi	Mencari buku referensi materi untuk mengajar olahraga di perpustakaan sekolah SMA N 3 BANTUL	
32.	Rabu, 17-08-2016	07.00-08.00 Upacara bendera	Upacara bendera memperingati hari kemerdekaan indonesia di lapangan upacara SMA N 3 Bantul	
33.	Kamis, 18-08-2016	07.00-10.00 piket	Piket jaga	
34.	Jum'at, 19-08-2016	11.00-12.45 Mempelajari materi	Mempelajari materi untuk mengajar	
	07.00-09.00 piket	Piket jaga		
	09.00-11.00 Konsultasi	Konsultasi dengan guru tentang mengajar dan materi mengajar		
35.	Sabtu, 20-08-2016	06.00-07.00 piket	Piket salaman pagi	
	07.00-08.30 Mengajar di kelas XI IPA 1	Mengajar olahraga di kelas XI IPA 1 dengan materi teknik dasar permainan sepakbola		
	19.00-21-00 Cari materi	Mencari materi ajar untuk kelas XI IPA		
36.	Minggu, 21-08-2016			
37.	Senin, 22-08-2016	07.00-08.00 Apel bendera	Apel bendera di halaman sekolah SMA N 3 Bantul diikuti seluruh siswa, mahasiswa ppl dan guru karyawan	
	08.00-09.30 Mengajar kelas XI IPA 3	Mengajar olahraga di kelas XI IPA 3 dengan materi teknik dasar permainan sepakbola		
	09.45-11.45 Mengajar kelas X IPA 1	Mengganti guru mengajar kelas X IPA 1 dengan materi atletik		
	12.00-13.00 Piket	Piket jaga		

	20.00-23.00	Membuat RPP	Pembuatan RPP untuk mengajar dengan materi bolabasket
38.	Selasa, 23-08-2016	07.00-08.30 Mengajar kelas XI IPA 2	Mengajar olahraga di kelas XI IPA 2 dengan materi teknik dasar permainan bolabasket
		08.30-10.00 Mendampingi mengajar	Mendampingi teman mengajar di kelas XI IPS
		15.00-16.00 Print	Print RPP untuk kegiatan pembelajaran
39.	Rabu, 24-08-2016	06.00-07.00 Piket	Piket salaman pagi
		07.00-10.00 piket	Piket jaga
		11.00-13.00 Rekapitulasi nilai	Rekapitulasi nilai teknik dasar permainan sepakbola kelas XI IPA
		18.00-21.00 Mencari materi	Mencari materi untuk mengajar kelas X materi bola tangan
40.	Kamis, 25-08-2016	06.00-07.00 piket	Piket pagi
		07.00-9.15 Mengajar kelas X MIPA 4	Mengajar olahraga kelas X IPA 4 dengan materi bola tangan
		09.15-10.00 Ikut mengajar guru	Ikut mengajar guru kelas XII IPS dengan materi pembelajaran softball/baseball
		11.00-12.00 Membuat soal	Membuat soal untuk UTS kelas XI
		12.00-14.15 Piket	Piket jaga
41.	Jum'at, 26-08-2016	06.00-07.00 Piket	Piket salaman pagi
		07.00-09.00 Piket	Piket jaga
		09.00-11.00 Membuat soal	Membuat soal untuk UTS kelas XI
		14.00-16.00 Membuat soal	Membuat soal untuk UTS kelas XI
42.	Sabtu, 27-08-2016	07.00-08.30 Mengajar kelas XI IPA 1	Mengajar olahraga di kelas XI IPA 2 dengan materi teknik dasar permainan bolabasket

43.	Minggu 28-08-2016	06.00-13.00	Jalan sehat	Jalan sehat dalam rangka memeriahkan lustrum ke 5 SMA N 3 Bantul, diikuti seluruh warga SMA dan warga sekitar
		15.00-18.00	Membuat media	Membuat media pembelajaran untuk mengajar
		18.00-20.00	Mempelajari materi	Mempelajari materi teknik dasar permainan bola basket untuk pembelajaran
		20.00-22.00	Matrik PPL	Mengisi matriks PPL
44.	Senin, 29-08-2016	06.00-07.00	Piket	Piket salaman pagi
		07.00-07.45	Apel	Apel bendera di lapangan upacara
		07.45-09.15	Mengajar kelas XI IPA 3	Mengajar olahraga kelas XI IPA 3 dengan materi teknik dasar bola basket
		10.00-13.00	Piket	Piket jaga
45.	Selasa, 30-08-2016	07.00-08.30	Mengajar kelas XI IPA 2	Mengajar olahraga kelas XI IPA 3 dengan materi teknik dasar bola basket
		09.00-12.00	Membantu administrasi	Membantu administrasi guru olahraga, membantu quisioner
		12.30-13.30	Piket	Piket jaga
46.	Rabu, 31-08-2016	07.00-09.00	Rekapitulasi nilai	Merekap penilaian olahraga kelas XI IPA
		09.00-11.00	Mendampingi mengajar	Mendampingi ulangan di kelas X MIPA 3
		15.00-18.00	Diskusi	Diskusi dengan teman se-prodi
		19.00-22.00	Membuat soal	Membuat soal untuk ulangan tengah semester
47.	Kamis, 01-09-2016	10.00-12.00	Rekapitulasi nilai	Merekap penilaian kelas XI IPA
48.	Jum'at, 02-09-2016	07.00-09.00	Piket	Piket jaga
49.	Sabtu, 03-09-2016	06.00-07.00	piket	Piket salaman pagi

	07.00-08.30	Mengajar kelas XI IPA 1	Mengajar kelas XI IPA 1 dengan materi penilaian teknik dasar bolabasket
	08.30-10.00	Mengajar kelas X IPA 2	Mengajar kelas X IPA 2 dengan materi bola tangan, menggantikan guru mengajar
	10.00-24.00	Lustrum SMA 3	Mempersiapkan acara pentas seni pertunjukan teater, dan mengikuti acara pertunjukan teater di halaman SMA N 3 Bantul
50.	Minggu, 04-09-2016	18.00-20.00 Menyusun matrik	Menyusun matriks mingguan
51.	Senin, 05-09-2016	06.00-07.00 Piket	Piket pagi
		07.00-08.00 Upacara bendera	Upacara bendera memperingati HUT SMA N 3 Bantul
		08.00-16.00 Lomba	Lomba dalam rangka memperingati HUT SMA N 3 Bantul
52.	Selasa, 06-09-2016	07.00-08.30 Mengajar kelas XI IPA 2	Mengajar kelas XI IPA 2 dengan materi permainan softball
		08.30-10.15 Mendampingi mengajar	Mendampingi mengajar teman di kelas XI IPS 2
		11.00-12.00 Menyusun laporan	Menyusun laporan PPL
		12.00-13.00 matriks	Menyusun matriks PPL
		15.00-17.00 Laporan PPL	Menyusun laporan PPL
53.	Rabu, 07-09-2016	07.00-08.00 Piket	Piket jaga
54.	Kamis, 08-09-2016		
55.	Jum'at, 09-09-2016	07.00-08.30 Mendampingi mengajar	Mendampingi mengajar di kelas XII IPS 1
		08.30-11.15 Mengajar kelas X	Mengajar kelas X IPS 1 dengan materi atletik jalan cepat

56.	Sabtu, 10-09-2016	07.00-08.30	Mengajar kelas XI IPA 1	Mengajar kelas XI IPA 1 dengan materi permainan softball
57.	Minggu, 11-09-2016			
58.	Semin, 12-09-2016	18.00-22.00	Rekap nilai	Rekapitulasi nilai kelas XI IPA 1- IPA 3
59.	Selasa, 13-09-2016	07.00-08.30	Mengajar kelas XI IPA 2	Mengajar kelas XI IPA 2 dengan materi softball
		10.00-14.00	Mempelajari laporan	Mempelajari contoh laporan
		18.00-21.00	Rekap nilai	Rekapitulasi nilai kelas XI IPA 1 –IPA 3
		21.00-23.00	Membuat soal	Membuat soal ujian tengah semester untuk kelas XI dengan materi bola besar dan bola kecil
		23.00-02.00	Menyusun laporan	Menyusun laporan akhir di rumah
60.	Rabu, 14-09-2016	07.00-07.45	Apel	Kegiatan pelantikan DA, MPK dan pemilos
		10.00-12.00	Penarikan PPL	Penarikan PPL di ruang kelas baru diikuti semua mahasiswa PPL dan bapak ibu guru, dan dosen pembimbing lapangan
		14.00-21.00	Menyusun laporan	Menyusun laporan akhir di perpustakaan grahatama yogyakarta bersama 3 orang lainnya.
61.	Kamis, 15-09-2016	07.00-14.00	Kegiatan idul adha	Kegiatan idul adha disekolahan dilanjutkan acara lomba masak dengan seluruh murid SMA N 3 Bantul

Bantul, 15 September 2015

Mengetahui,

Kepala Sekolah,

Dosen Pembimbing Lapangan

Mahasiswa Praktikan,

Drs. Endah Hardjanto, M.Pd.
NIP. 196311151990031007

Dra. Yuliati, M.Kes.
NIP. 19660822 199203 1 002

Satriawan Wijanarka
NIM. 13601244019

LAPORAN DANA PELAKSANAAN PPL

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Nomor Lokasi : -

Nama sekolah/lembag : SMA Negeri 3 Bantul

Alamat sekolah/lembaga : Gaten, Trienggo, Bantul

No.	Nama Kegiatan	Hasil Kuantitatif/ Kualitatif	Serapan Dana (Dalam Rupiah)				
			(Swadaya/ Sekolah/ Lembaga	Mahasiswa	Pemda Kabupaten	Sponsor/ Lembaga lainnya	Jumlah
1.	Membeli peralatan mengajar	peluit, map		Rp 85.000,00			Rp 85.000,00
2.	Mencetak RPP	RPP		Rp 32.000,00			Rp 32.000,00
3.	Mencari referensi dari internet	Materi pembelajaran berupa media PPT		Rp 30.000,00			Rp 30.000,00
4.	Membeli peralatan untuk permainan	Kertas, tali rafia		Rp 15.000,00			Rp 15.000,00
Total							Rp 162.000,00

Bantul, 15 September 2016

Mengetahui,

Dosen Pembimbing Lapangan,

Kepala Sekolah,

Mahasiswa Praktikan
PPL UNY 2016

Drs. H. Endah Hardjanto, M.Pd

NIP. 19631115 199003 1 007

Drs. Suhadi, M.Pd

NIP. 19600505 198803 1 006

Satriawan Wijanarka
NIM.13601244019

SILABUS

Nama Sekolah : SMA Negeri 3 Bantul
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Kelas/Semester : XI / 1
 Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejuran, menghanggai, semangat, dan percaya diri**)	Sepakbola	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan latihan koordinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan mengiring bola) berpasangan dan kelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik. 	<ul style="list-style-type: none"> Latihan koordinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan mengiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki. 	Tes	<ul style="list-style-type: none"> Tes keterampilan Tes sikap Tes pengetahuan 	<ul style="list-style-type: none"> Tes me-nendang dan menahan bola Tes meng-iring bola 	<ul style="list-style-type: none"> 8 X 40 menit 	<ul style="list-style-type: none"> Bolasepak Lapangan sepakbola Tiang gawang Tiang pancang Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhamarr, M.Ed, Jakarta: Erlangga.
		<ul style="list-style-type: none"> Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk membuahkan dan membina nilai-nilai kerjasama, ke- 	<ul style="list-style-type: none"> Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi. 	Tes	<ul style="list-style-type: none"> Pengamatan/ observasi 	<ul style="list-style-type: none"> Bermain sepakbola 		

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
1.2. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejuran, menghargai, semangat, dan percaya diri *)	Bolavoli	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan latihan koordinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok) dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik. Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejuran, menghargai, semangat, dan percaya diri. 	<ul style="list-style-type: none"> Latihan koordinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok). Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi. 	Tes	<ul style="list-style-type: none"> Tes keterampilan Tes sikap Tes pengertuan 	<ul style="list-style-type: none"> Tes passing bawah Tes passing atas Tes servis Tes smash 	<p>8 X 40 menit</p> <ul style="list-style-type: none"> Bolavoli Lapangan bolavoli Net/jarring bolavoli Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhamid, M.Ed, Jakarta: Erlangga. 	<ul style="list-style-type: none"> Lapangan bolavoli Net/jarring bolavoli Peluit

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
1.3. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejuran, menghargai, semangat, dan percaya diri **)	Bolabasket	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan latihan koordinasi teknik dasar melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik. Bermain bolabasket bola basket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejuran, menghargai, semangat, dan percaya diri. Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi. 	<ul style="list-style-type: none"> Latihan koordinasi teknik dasar melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok). • Bermain bolabasket bola basket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejuran, menghargai, semangat, dan percaya diri. • Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi. 	<ul style="list-style-type: none"> Tes Tes Tes sikap Tes pengetahuan Tes 	<ul style="list-style-type: none"> • Tes keterampilan • Tes menggiring bola • Tes melempar • Pengamatan/ observasi • Bermain bolabasket 	<ul style="list-style-type: none"> • Tes melempar dan menangkap bola • Tes Menggiring bola • Tes melempar • Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhamarr, M.Ed, Jakarta: Erlangga. 	<ul style="list-style-type: none"> 8 X 40 menit • Lapangan bolabasket • Ring bolabasket • Peluit 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolabasket • Lapangan bolabasket • Ring bolabasket • Peluit

SILABUS

Nama Sekolah : SMA Negeri 3 Bantul
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Kelas/Semester : XI / 1
 Standar Kompetensi : 2. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
2.1. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu	Bulutangkis	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan koordinasi teknik dasar memukul forehand, mukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik. Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kejuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**). 	<ul style="list-style-type: none"> Latihan 'koordinasi teknik dasar memukul forehand, mukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) • Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kejuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**). 	Tes	<ul style="list-style-type: none"> • Tes pukulan forehand dan mukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) • Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kejuran, menghargai, semangat, dan percaya diri. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tes pukulan forehand dan mukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) • Tes sikap tahuhan • Tes pengetahuan • Tes observasi 	<ul style="list-style-type: none"> 6 X 40 menit • Peluit • Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhamid, M.Ed, Jakarta: Erlangga. 	<ul style="list-style-type: none"> • Raket shuttlecock • Lapangan bulutangkis • Net/taring bulutangkis • Peluit • Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhamid, M.Ed, Jakarta: Erlangga.

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
2.2. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri***)	Tenis meja		<ul style="list-style-type: none"> Melakukan latihan koordinasi teknik dasar menukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan kelompok) dengan koordinasi yang baik. Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri. 	<ul style="list-style-type: none"> Latihan teknik dasar menukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan kelompok). Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi. 	<ul style="list-style-type: none"> Tes Pengamatan/ observasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Tes pukulan forehand dan backhand • Tes servis • Peluit • Sumber: Buku Penjasokes SMA Kelas XI, Drs. Muhtajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga. 	<ul style="list-style-type: none"> 6 X 40 menit 	<ul style="list-style-type: none"> • Bet/pemukul • Bola pingpong • Meja pingpong • Net/jaring tenis meja

SILABUS

Nama Sekolah : SMA Negeri 3 Bantul
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Kelas/Semester : XI / 1
 Standar Kompetensi : 3. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
3.1. Mempraktikkan keterampilan keterampilan atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri **)	Atletik (Lari estafet/ sambung)	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan latihan koordinasi teknik dasar lari estafet/ sambung (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan berkelompok dengan koordinasi yang baik. Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar lari estafet/sambung (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan berkelompok dengan koordinasi yang baik. Perlombaan lari estafet/ sambung dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, 	<ul style="list-style-type: none"> Latihan koordinasi teknik dasar lari estafet/sambung (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan berkelompok Variasi dan kombinasi teknik dasar lari estafet/sambung (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan berkelompok Perlombaan lari estafet/sambung dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi. 	Tes	<ul style="list-style-type: none"> Tes keterampilan Tes sikap Tes pengertuan 	<ul style="list-style-type: none"> Gerakan start Gerakan lari Memasuki garis finish 	4 X 40 menit	<ul style="list-style-type: none"> Lintasan lari Tongkat estafet Tali pembatas Bendera start Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhamid, M.Ed, Jakarta: Erlangga.
				Tes	<ul style="list-style-type: none"> Pengamatan/ observasi 	<ul style="list-style-type: none"> Tes lari estafet/ sambung 		

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
3.2. Mempraktikkan keterampilan keterampilan atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejuranan, menghargai, semangat, dan percaya diri **)	Atletik (Lompat jauh)	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik. Memvariasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik. Perlombaan lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejuranan, menghargai, semangat, dan percaya diri. 	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik. • Variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat). • Perlombaan lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi. 	<ul style="list-style-type: none"> Tes Tes Tes 	<ul style="list-style-type: none"> • Tes keterampilan • Tes sikap • Tes pengertahanan • Mendarat • Pengamatan/ observasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Gerakan awalan • Tumpuan • Melayang di udara • Tes lompat jauh 	<ul style="list-style-type: none"> 4 X 40 menit • Bak lompat jauh • Kapur • Bendera • Peluit • Sumber: Buku Perjalanteks SMA Kelas XI, Drs. Muhamid, M.Ed, Jakarta: Erlangga. 	<ul style="list-style-type: none"> • Lintasan lompat jauh • Lintasan lompat jauh • Bak lompat jauh • Kapur • Bendera • Peluit • Sumber: Buku Perjalanteks SMA Kelas XI, Drs. Muhamid, M.Ed, Jakarta: Erlangga.

SILABUS

Nama Sekolah : SMA Negeri 3 Bantul
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XI / 1
Standar Kompetensi : 4. Mempraktikkan aktivitas pengembangan untuk meningkatkan kualitas kebugaran jasmani dan cara pengurannya dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
4.1. Mempraktikkan berbagai bentuk latihan kelincahan, power dan daya tahan untuk meningkatkan kebugaran jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.	Aktivitas pengembangan	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan latihan kelincahan, power dan daya tahan untuk meningkatkan kebugaran jasmani dengan koordinasi yang baik. • Melakukan tes untuk kelincahan, power dan daya tahan dalam kebugaran jasmani dengan koordinasi yang baik. 	<ul style="list-style-type: none"> • Latihan berbagai bentuk latihan kelincahan, power dan daya tahan untuk meningkatkan kebugaran jasmani dengan koordinasi yang baik. • Tes pengetahuan tentang kelincahan, power dan daya tahan dalam kebugaran jasmani dengan koordinasi yang baik. 	Tes	<ul style="list-style-type: none"> • Tes keterampilan • Tes sikap • Tes pengetahuan • Pengamatan/observasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Tes lari cepat 60 m • Tes angkat tubuh • Tes baring duduk • Tes loncat tegak • Tes lari 1.000 m/pi • Tes lari 1.200 m/pa 	4 X 40 menit	<ul style="list-style-type: none"> • Lapangan • Palang tunggal • Matras • Senam • Formulir tes • Perluit • Sumber: Buku PerjasaKkes SMA Kelas XI, Drs. Mulyajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.
4.2. Mempraktikkan tes untuk kelincahan, power dan daya tahan dalam kebugaran jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.		<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan perlombaan latihan kelincahan, power dan daya tahan menggunakan sistem sirkuit untuk menumbuhkan dan memupuk nilai-nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri 	<ul style="list-style-type: none"> • Tes untuk kelincahan, power dan daya tahan dalam kebugaran jasmani. 	Tes				

SILABUS

Nama Sekolah : SMA Negeri 3 Bantul
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Kelas/Semester : XI / 1
 Standar Kompetensi : 5. Mempraktikkan keterampilan senam dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
5.1. Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.	Aktivitas diri/Senam	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan latihan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat (lompat kangkang, lompat jongkok dan berguling di atas peti lompat) dengan koordinasi yang baik. Melakukan latihan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat (lompat harimau, meroda dan guling lengting) dengan koordinasi yang baik. 	<ul style="list-style-type: none"> Latihan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat (lompat kangkang, lompat jongkok dan berguling di atas peti lompat). Latihan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat (lompat harimau, meroda dan guling lengting). 	Tes	<ul style="list-style-type: none"> Tes keterampilan Tes sikap Tes pengertuan Pengamatan/ observasi 	<ul style="list-style-type: none"> Tes rangkaian senam ketangkasan Tes lompat Tes rangkaian senam lantai 	<ul style="list-style-type: none"> 4 X 40 menit 	<ul style="list-style-type: none"> Lapangan Matras senam Kuda-kuda lompat Box Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhamid, M.Ed, Jakarta: Erlangga.
5.2. Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam ketangkasan tanpa				Tes				

menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.				
---	--	--	--	--

SILABUS

Nama Sekolah : SMA Negeri 3 Bantul
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XI / 1
Standar Kompetensi : 6. Mempraktikkan aktivitas ritmik menggunakan alat dengan koordinasi yang baik dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian		Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen		
6.1. Mempraktikkan keterampilan ritmik aktivitas ritmik tanpa alat dengan koordinasi gerak lanjutan serta nilai kedisiplinan, koordinasi gerak lanjutan serta nilai kedisiplinan,	Aktivitas ritmik	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan aktivitas ritmik tanpa alat dengan koordinasi gerak lanjutan serta nilai kedisiplinan, toleransi, keluwesan dan estetika dengan koordinasi yang baik. 	<ul style="list-style-type: none"> Latihan aktivitas ritmik tanpa alat dengan koordinasi gerak lanjutan. 	• Tes • Tes sikap • Tes pengetahuan • Pengamatan/ observasi	Bentuk Instrumen Contoh Instrumen Tes Tes keterampilan Tes sikap Tes pengetahuan Pengamatan/ observasi	4 X 40 menit	<ul style="list-style-type: none"> Lapangan Tipe recorder Kaset senam ritmik Peluit Sumber: Buku Penjorokes

toleransi, keluwesan dan estetika.	• Melakukan aktivitas ritmik menggunakan alat (gada) secara perorangan maupun kelompok serta nilai ke-aktivitas ritmik menggunakan alat	• Latihan aktivitas ritmik menggunakan alat (gada).	Tes		SMA Kelas XI, Drs. Muajir, MEd, Jakarta: Erangga.

SILABUS

Nama Sekolah : SMA Negeri 3 Bantul
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Kelas/Semester : XI / 1
 Standar Kompetensi : 7. Mempraktikkan salah satu gaya renang dan loncat indah dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya*)

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
7.1. Mempraktikkan keterampilan salah satu gaya renang untuk pertolongan serta nilai disiplin, kerja keras,	Aktivitas Renang/ Akuatik	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan latihan gerakan kaki renang gaya dada dengan koordinasi yang baik. Melakukan latihan gerakan lengkap renang gaya dada dengan koordinasi yang baik. 	<ul style="list-style-type: none"> Latihan gerakan kaki renang gaya dada. 	Tes	<ul style="list-style-type: none"> Tes keterampilan Tes sikap Tes pengetahuan 	<ul style="list-style-type: none"> • Tes renang gaya dada (jarak 50 meter) 	8 X 40 menit	<ul style="list-style-type: none"> • Kolam renang • Pelampung renang • Kaca mata renang

		<ul style="list-style-type: none"> Melakukan latihan gerakan pernapasan renang gaya dada dengan koordinasi yang baik. Melakukan perlomba renang gaya dada (menempuh jarak 50 meter) untuk menumbuhkan dan memupuk nilai-nilai disiplin, keberanian, tanggungjawab dan kerja keras. Melakukan latihan loncat indah dari samping kolam renang dengan koordinasi yang baik. 	<ul style="list-style-type: none"> Latihan gerakan gerakan lengan renang gaya dada. Latihan gerakan pernapasan renang gaya dada. Perlomba renang gaya dada (menempuh jarak 50 meter). 	Tes	<ul style="list-style-type: none"> Pengamatan/ observasi 	<ul style="list-style-type: none"> Peluit Sumber: Buku Penjasokkes SMA Kelas XI, Drs. Munajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.
7.2. Mempraktikkan keterampilan loncat indah dari papan satu meter dengan teknik serta nilai disiplin, kerja keras, keberanian dan tanggungjawab.		<ul style="list-style-type: none"> Latihan loncat indah dari samping kolam renang 		Tes		

SILABUS

Nama Sekolah : SMA Negeri 3 Bantul
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XI / 1
Standar Kompetensi : 8. Menerapkan budaya hidup sehat.

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
8.1. Memahami bahaya HIV/AIDS.	Kesehatan/Budaya hidup sehat	<ul style="list-style-type: none"> • Mengidentifikasi bahaya HIV/AIDS yang meliputi: perkembangan HIV/AIDS di Indonesia, asal usul penyakit HIV/AIDS dan tahapan-tahapan HIV/AIDS menjadi AIDS. • Mengidentifikasi cara menghindari HIV/AIDS melalui: cara HIV/AIDS masuk dalam tubuh manusia, masa inkubasi virus HIV/AIDS, cara penularan virus HIV/AIDS, gejala awal terinfeksi virus HIV/AIDS dan kelompok beresiko tinggi terkena HIV/AIDS. • Mengidentifikasi cara pencegahan virus HIV/AIDS melalui: cara pencegahan virus HIV/AIDS dan obat-obatan 	<ul style="list-style-type: none"> • Mengidentifikasi kasiran cara menghindari menghindari penularan HIV/AIDS 	Tes	<ul style="list-style-type: none"> • Tes keterampilan • Tes sikap • Tes pengetahuan • Pengamatan/observasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Tes peragaan tentang bahaya HIV/AIDS 	2 X 40 menit	<ul style="list-style-type: none"> • Ruang kelas • Poster • Sumbu: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muqarrir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.
8.2. Memahami cara penularan HIV/AIDS.				Tes				
8.3. Memahami cara menghindari penularan HIV/AIDS				Tes				

		untuk menyembuhkan virus HIV/AIDS.			
--	--	------------------------------------	--	--	--

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah	: SMA Negeri 3 Bantul
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: XI / 1
Pertemuan	: 2 kali pertemuan
Alokasi Waktu	: 4 X 45 menit

Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar

- 1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain **salah satu** permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).

Indikator

1. Melakukan latihan koordinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok) dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik.
2. Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan latihan koordinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok) dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

B. Materi Pembelajaran

Permainan Bolavoli

1. Koordinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok) dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik.
2. Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

Bola voli adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh dua grup berlawanan. Masing-masing grup memiliki enam orang pemain. Terdapat pula variasi permainan bola voli pantai yang masing-masing grup hanya memiliki dua orang pemain. Olahraga Bola Voli dinaungi FIVB (Federation Internationale de Volleyball) sebagai induk organisasi internasional, sedangkan di Indonesia dinaungi oleh PBVSI (Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia).

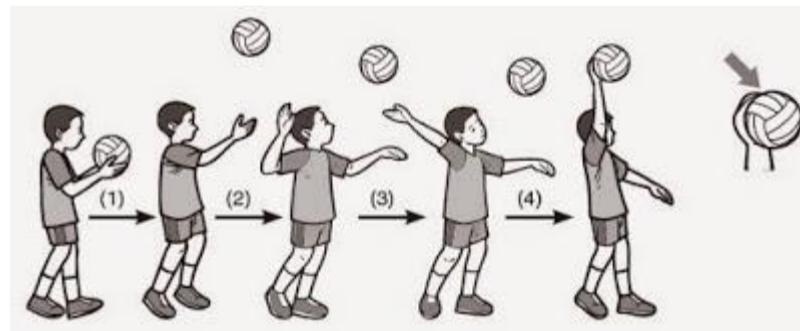
Cara melakukan servis bawah :

1. Pertama-tama, pemain yang akan melakukan servis (server) harus berdiri di area atau petak servis. Kemudian ambil sikap awal, yaitu posisi kaki kiri berada sedikit lebih ke depan dari kaki kanan.
2. Bola voli dipegang menggunakan tangan kiri, kemudian tangan kanan ditarik kebelakang dengan jari-jari tangan mengepal atau menggenggam dan bersiap untuk memukul bola.
3. Setelah itu bola agak dilambungkan sedikit, lalu tangan kanan diayunkan dari belakang ke depan untuk memukul bola di bagian bawah.
4. Pukul bola hingga melambung melewati net dan masuk ke area atau daerah lawan.



Cara melakukan servis atas bola voli

1. Ambil sikap permulaan, berdiri dengan posisi kaki kiri sedikit didepan dari kaki kanan.
2. Bola dipegang dengan menggunakan salah satu tangan.
3. Kemudian bola dilambungkan dan perhatian tetap fokus pada bola.
4. Pukul bola dengan menggunakan telapak tangan secara kuat agar mampu melewati net dan masuk ke daerah musuh secara cepat dan keras.



Passing Bawah (Pukulan/pengambilan tangan ke bawah)

1. Sikap badan, lutut agak ditekuk.
2. Tangan dirapatkan, satu dengan yang lain dirapatkan.
3. Gerakan tangan disesuaikan dengan keras/lemahnya kecepatan bola.

Passing Atas (Pukulan/pengambilan tangan ke atas)

1. Sikap badan jongkok, lutut agak ditekuk.

2. Badan sedikit condong kemuka, siku ditekuk jari-jari terbuka membentuk lengkungan setengah bola.
3. Ibu jari dan jari saling berdekatan membentuk segitiga.
4. Penyentuhan pada semua jari-jari dan gerakannya meluruskan kedua tangan Menggunakan gerakan kaki untuk menambah power

Smash

Teknik dalam permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal. Smash adalah suatu pukulan yang kuat di saat tangan kontak dengan bola secara penuh pada bagian atas, sehingga jalannya bola terjal dengan kecepatan yang tinggi, apabila pukulan bola lebih tinggi berada di atas net, maka bola dapat dipukul tajam ke bawah. Smash merupakan pukulan keras yang biasanya mematikan karena bola sulit diterima atau dikembalikan.

C. Metode Pembelajaran

1. TGFU

D. Langkah-langkah Pembelajaran

Pertemuan 1

1.Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran.
- Pemanasan secara umum (statis dinamis)
- Berlari mengelilingi lapangan
- Pemanasan dalam bentuk permainan

2.Kegiatan Inti (60 menit)

- Penjelasan cara melakukan latihan teknik dasar passing bawah, servis (berpasangan dan berkelompok) dengan menggunakan koordinasi yang baik.
- Melakukan latihan latihan teknik dasar passing bawah, servis (berpasangan dan berkelompok) dengan menggunakan koordinasi yang baik.
- Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok (jumlah pemain, lapangan permainan, dan peraturan permainan dimodifikasi).

3.Kegiatan Penutup (15 menit)

- Pendinginan (colling down)
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari
- Berbaris dan berdoa

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Bola voli atau sejenisnya
- Lapangan bolavoli atau lapangan sejenisnya
- Net/jaring bolavoli
- Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

- Media cetak
 - Buku permainan bolavoli
 - Tutorial olahraga.com

F. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan koordinasi teknik dasar passing, servis dan smash, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan ketepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar permainan bolavoli (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	Passing					Servis					Smash					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
5.																				
Dsb																				

JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12

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

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (passing bawah dan passing atas) bola dilambungkan sendiri oleh tester/siswa) selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri		
..... > 35 kali > 30 kali	100%	Sangat Baik

27 – 34 kali	23 – 29 kali	90%	Baik
19 – 26 kali	15 – 22 kali	80%	Cukup
11 – 18 kali	8 – 14 kali	70%	Kurang
..... < 10 kali < 8 kali	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (servis bawah) melewati net/jaring sebanyak 6 kali servis bawah (Skor maksimal $6 \times 5 = 30$).

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri		
..... > 25 angka > 20 angka	100%	Sangat Baik
18 – 24 angka	15 – 19 angka	90%	Baik
13 – 17 angka	12 – 16 angka	80%	Cukup
8 – 12 angka	7 – 11 angka	70%	Kurang
..... < 8 angka < 7 angka	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Smash) melewati net/jaring sebanyak 6 kali smash (Skor maksimal $6 \times 5 = 30$).

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri		
..... > 25 angka > 20 angka	100%	Sangat Baik
20 – 24 angka	15 – 19 angka	90%	Baik
15 – 19 angka	10 – 14 angka	80%	Cukup
10 – 14 angka	7 – 9 angka	70%	Kurang
..... < 10 angka < 7 angka	60%	Kurang Sekali

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai Akhir (NA) = -----

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%

Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran

Bantul, 20 Juli 2016
Mahasiswa PPL

Wakhyu Nurhidayati, S.Pd
Nip. 19820106 200502 2 006

Satriawan Wijanarka
Nim 13601244019

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah	: SMA Negeri 3 Bantul
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: XI / 1
Pertemuan	: 2 kali pertemuan
Alokasi Waktu	: 4 X 45 menit

Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar

- 1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain **salah satu** permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).

Indikator

1. Melakukan latihan koordinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok) dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik.
2. Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan latihan koordinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok) dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

B. Materi Pembelajaran

Permainan Bolavoli

1. Koordinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok) dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik.
2. Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

Bola voli adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh dua grup berlawanan. Masing-masing grup memiliki enam orang pemain. Terdapat pula variasi permainan bola voli pantai yang masing-masing grup hanya memiliki dua orang pemain. Olahraga Bola Voli dinaungi FIVB (Federation Internationale de Volleyball) sebagai induk organisasi internasional, sedangkan di Indonesia dinaungi oleh PBVSI (Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia).

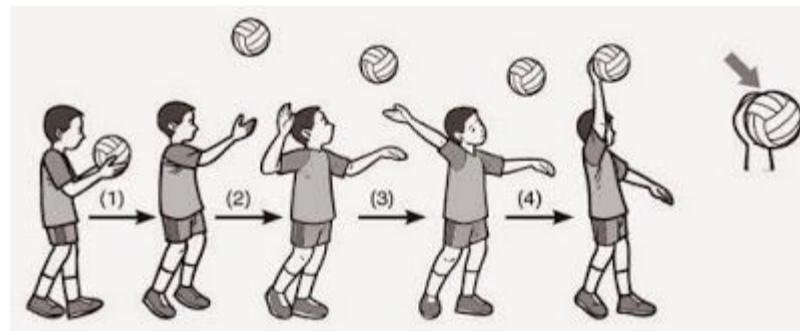
Cara melakukan servis bawah :

1. Pertama-tama, pemain yang akan melakukan servis (server) harus berdiri di area atau petak servis. Kemudian ambil sikap awal, yaitu posisi kaki kiri berada sedikit lebih ke depan dari kaki kanan.
2. Bola voli dipegang menggunakan tangan kiri, kemudian tangan kanan ditarik kebelakang dengan jari-jari tangan mengepal atau menggenggam dan bersiap untuk memukul bola.
3. Setelah itu bola agak dilambungkan sedikit, lalu tangan kanan diayunkan dari belakang ke depan untuk memukul bola di bagian bawah.
4. Pukul bola hingga melambung melewati net dan masuk ke area atau daerah lawan.



Cara melakukan servis atas bola voli

1. Ambil sikap permulaan, berdiri dengan posisi kaki kiri sedikit didepan dari kaki kanan.
2. Bola dipegang dengan menggunakan salah satu tangan.
3. Kemudian bola dilambungkan dan perhatian tetap fokus pada bola.
4. Pukul bola dengan menggunakan telapak tangan secara kuat agar mampu melewati net dan masuk ke daerah musuh secara cepat dan keras.



Passing Bawah (Pukulan/pengambilan tangan ke bawah)

1. Sikap badan, lutut agak ditekuk.
2. Tangan dirapatkan, satu dengan yang lain dirapatkan.
3. Gerakan tangan disesuaikan dengan keras/lemahnya kecepatan bola.

Passing Atas (Pukulan/pengambilan tangan ke atas)

1. Sikap badan jongkok, lutut agak ditekuk.

2. Badan sedikit condong kemuka, siku ditekuk jari-jari terbuka membentuk lengkungan setengah bola.
3. Ibu jari dan jari saling berdekatan membentuk segitiga.
4. Penyentuhan pada semua jari-jari dan gerakannya meluruskan kedua tangan Menggunakan gerakan kaki untuk menambah power

Smash

Teknik dalam permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal. Smash adalah suatu pukulan yang kuat di saat tangan kontak dengan bola secara penuh pada bagian atas, sehingga jalannya bola terjal dengan kecepatan yang tinggi, apabila pukulan bola lebih tinggi berada di atas net, maka bola dapat dipukul tajam ke bawah. Smash merupakan pukulan keras yang biasanya mematikan karena bola sulit diterima atau dikembalikan.

C. Metode Pembelajaran

1. TGFU

D. Langkah-langkah Pembelajaran

Pertemuan 2

1.Kegiatan Pendahuluan (10 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan uji kompetensi.
- Pemanasan secara umum
- Berlari mengelilingi lapangan bolavoli
- Pemanasan menggunakan permainan

2.Kegiatan Inti (70 menit)

- Penjelasan cara melakukan latihan koordinasi teknik dasar smash, dan passing atas
- Melakukan latihan latihan koordinasi teknik dasar passing atas, smash (berpasangan dan berkelompok)
- Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok (jumlah pemain, lapangan permainan, dan peraturan permainan dimodifikasi).

3.Kegiatan Penutup (10 menit)

- Pendinginan (colling down)
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari
- Berbaris dan berdoa

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Bola voli atau sejenisnya
- Lapangan bolavoli atau lapangan sejenisnya
- Net/jaring bolavoli
- Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

- Media cetak
 - Buku permainan bolavoli
 - Tutorial olahraga.com

F. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan koordinasi teknik dasar passing, servis dan smash, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan ketepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar permainan bolavoli (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	Passing					Servis					Smash					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir	
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ					
1.																					
2.																					
3.																					
4.																					
5.																					
Dsb																					

JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor maksimal}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (passing bawah dan passing atas) bola dilambungkan sendiri oleh tester/siswa) selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengkoran	Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri		
..... > 35 kali > 30 kali	100%	Sangat Baik
27 – 34 kali	23 – 29 kali	90%	Baik

19 – 26 kali	15 – 22 kali	80%	Cukup
11 – 18 kali	8 – 14 kali	70%	Kurang
..... < 10 kali < 8 kali	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (servis bawah) melewati net/jaring sebanyak 6 kali servis bawah (Skor maksimal $6 \times 5 = 30$).

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri		
..... > 25 angka > 20 angka	100%	Sangat Baik
18 – 24 angka	15 – 19 angka	90%	Baik
13 – 17 angka	12 – 16 angka	80%	Cukup
8 – 12 angka	7 – 11 angka	70%	Kurang
..... < 8 angka < 7 angka	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Smash) melewati net/jaring sebanyak 6 kali smash (Skor maksimal $6 \times 5 = 30$).

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri		
..... > 25 angka > 20 angka	100%	Sangat Baik
20 – 24 angka	15 – 19 angka	90%	Baik
15 – 19 angka	10 – 14 angka	80%	Cukup
10 – 14 angka	7 – 9 angka	70%	Kurang
..... < 10 angka < 7 angka	60%	Kurang Sekali

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian Afektif = ----- X 100%
Jumlah skor maksimal

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar permainan bolavoli dengan metode resiprokal :

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor maksimal}}{\text{-----}} \times 100\%$$

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Jelaskan yang dimaksud dengan variasi permainan bolavoli!
2.	Sebutkan macam-macam variasi permainan bolavoli!
3.	Jelaskan cara melakukan latihan memainkan bola dengan beranting!
4.	Jelaskan cara melakukan latihan memainkan bola dengan sentuhan ganda!
5.	Jelaskan cara melakukan latihan memainkan bola dengan permainan servis dan menerima servis!

2. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

Jumlah skor yang diperoleh
Nilai Akhir (NA) = -----
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%

Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran

Bantul, 20 Juli 2016
Mahasiswa PPL

Wakhyu Nurhidayati, S.Pd
Nip. 19820106 200502 2 006

Satriawan Wijanarka
Nim 13601244019

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah	: SMA Negeri 3 Bantul
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: XI / 1
Pertemuan	: 2 kali pertemuan
Alokasi Waktu	: 4 X 45 menit

Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar

- 1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).

Indikator

1. Melakukan latihan koordinasi teknik dasar mengoper, menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
2. Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan latihan koordinasi teknik dasar mengoper, menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

B. Materi Pembelajaran

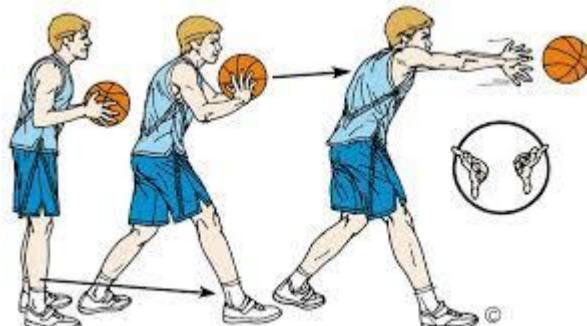
Permainan Bolabasket

Passing/mengoper

Operan dalam bola basket bisa dengan menggunakan dua tangan atau satu tangan. Operan yang dilakukan secara taktis, tepat waktu dan akurat dapat menciptakan peluang untuk membuat angka.

Dalam permainan bola basket ada beberapa macam operan yang sering digunakan yaitu :

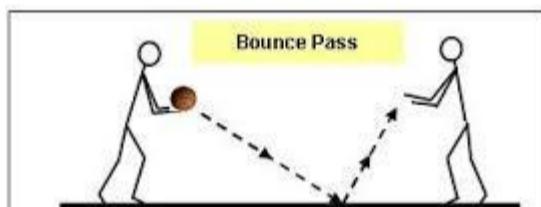
CHESTPASS (OPERAN DADA),



Adapun pelaksanaannya adalah

1. bola dipegang dengan kedua tangan ditahan ke depan dada dengan ujung jari kedua tangan, ibu jari harus berada di belakang bola dengan tangan dan ujung jari menyebar ke arah sisi bola.
2. Posisi siku dekat tubuh, kemudian letakkan kaki pada posisi triple threat dengan tumpuan berat badan pada kaki yang belakang.
3. Pindahkan berat badan ke depan ketika melangkah untuk melakukan operan.
4. Pada saat melakukan tolakan untuk mengoper bola, luruskan lengan dan putar ibu jari ke bawah, sehingga tangan lurus dan diakhiri dengan sentakan pergelangan tangan (snap). Pandangan mata tetap kearah bola yang dioper dan arah bola harus lurus ke depan.

BOUNCE PASS (OPERAN PANTUL),



Operan pantul dalam permainan bola basket dilakukan ketika pemain lawan berada diantara anda dan teman anda. dan target. Adapun pelaksanaannya adalah

1. kedua tangan atau salah satu tangan ditempatkan dibelakang bola, kemudian lepaskan bola kearah bawah.
2. Bola menyentuh lantai kira-kira dua pertiga dari jarak arah si penerima sehingga bola dapat ditangkap saat setinggi pinggang.

OVER HEAD PASS (OPERAN DI ATAS KEPALA),

Operan di atas kepala sering di pakai dalam permainan bola basket terutama pada saat pemain dijaga ketat dan bola harus melewati lawan, sehingga operan ini digunakan untuk melepaskan diri dan melakukan terobosan mengelakkan serangan lawan. adapun pelaksanaan operan ini

1. dimulai dengan posisi badan yang seimbang, pegang bola di atas kepala dengan siku ke dalam dan berbentuk sudut 90 derajat.
3. Jangan bawa bola ke belakang kepala, karena dalam posisi tersebut susah untuk melakukan operan dengan cepat, dan mudah di curi oleh lawan, kaki melangkah ke depan sasaran, kumpulkan kekuatan maksimal dngan bertumpu pada kaki, kemudian dilanjutkan dengan operan cepat.
4. Pada saat melakukan gerakan lecutan, jari mengarah kepada target dan telapak tangan ke bawah.

Dribbling/menggiring

Teknik dribbling adalah teknik membawa bola untuk menghindari lawan agar bisa mencetak poin. Langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk melakukan dribbling :

1. Sikap melangkah kedua kaki agak di tekuk
2. Badan agak condong ke depan
3. Dorong bola ke lantai dengan menggunakan telapak tangan baik tangan kanan maupun kiri
4. Sumber gerakan mendorong dari

Shooting/menembak



Langkah-langkah dalam melakukan teknik shooting

1. Teknik menembak dengan satu tangan
 - Sikap berdiri kaki kanan di depan dan kaki kiri di belakang.
 - Dengan kedua lutut rendah, bola di pegang oleh tangan kanan di atas kepala dengan jari terbuka, sedangkan tangan kiri membantu memegang.
 - Kemudian bola di tembakkan tangan dalam keadaan lurus
2. Teknik menembak dengan dua tangan
Teknik menembak dengan dua tangan sama halnya dengan teknik menembak dengan satu tangan, namun ada perbedaannya yaitu ketika memegang dan mendorong menggunakan satu atau kedua telapak tangan. Teknik menembak dapat dilakukan dengan melompat (lay up) atau tanpa melompat.

A. Metode Pembelajaran

1. Demontrasi
2. Permainan (*game*)
3. komando

B. Langkah-langkah Pembelajaran

Pertemuan ke 1

1.Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran.
- Pemanasan secara umum
- Berlari mengelilingi lapangan bolabasket
- Pemanasan khusus bolabasket dalam bentuk permainan

2.Kegiatan Inti (60 menit)

- Penjelasan cara melakukan latihan koordinasi teknik dasar mengoper, menggiring dan menembak bola.
- Melakukan latihan koordinasi teknik dasar mengoper, menggiring dan menembak bola
- Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok (jumlah pemain, lapangan permainan, dan peraturan permainan dimodifikasi).

3.Kegiatan Penutup (15 menit)

- Pendinginan (colling down)
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari
- Berbaris dan berdoa

C. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Bola basket atau sejenisnya
- Lapangan permainan bolabasket atau lapangan sejenisnya
- Ring basket
- Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

- Media cetak
 - Buku permainan bolabasket
 - Tutorial olahraga.com

D. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan koordinasi teknik dasar melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring basket, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar permainan bolabasket (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	Lempar tangkap					Menggiring					Menembak					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir		
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ						
1.																						
2.																						
3.																						
4.																						
5.																						
dsb																						
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																						

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

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (melempar dan menangkap bolabasket) bola dilempar dan ditangkap ke arah sasaran dinding selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengkoran	Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri		
..... > 30 kali > 25 kali	100%	Sangat Baik
25 – 29 kali	20 – 24 kali	90%	Baik
20 – 24 kali	15 – 19 kali	80%	Cukup
15 – 19 kali	10 – 14 kali	70%	Kurang
..... < 15 kali < 10 kali	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (menggiring bola) melewati rintangan selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri		
..... > 15 rintangan > 12 rintangan	100%	Sangat Baik
12 – 14 rintangan	10 – 12 rintangan	90%	Baik
9 – 11 rintangan	7 – 9 rintangan	80%	Cukup
6 – 8 rintangan	4 – 6 rintangan	70%	Kurang
..... < 6 rintangan < 4 rintangan	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Menembak ke ring basket) selama 30 detik.

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

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai															Σ	NA
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
dst																		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																		

Jumlah skor yang diperoleh

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

c. **Tes Pengetahuan (Kognitif)**

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar permainan bolabasket dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	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																				

Jumlah skor yang diperoleh

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

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Jelaskan yang dimaksud dengan variasi permainan bolabasket!
2.	Sebutkan macam-macam variasi permainan bolabasket!
3.	Sebutkan bentuk-bentuk latihan lay-up shoot permainan bolabasket!
4.	Jelaskan cara melakukan lay-up shoot permainan bolabasket!
5.	Jelaskan cara melakukan melempar, menangkap, menggiring dilanjutkan dengan lay-up shoot!

2. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

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% |

Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran

Bantul, 21 Juli 2016
Mahasiswa PPL

Wakhyu Nurhidayati, S.Pd
Nip. 19820106 200502 2 006

Satriawan Wijanarka
Nim 13601244019

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah	: SMA Negeri 3 Bantul
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: XI / 1
Pertemuan	: 2 kali pertemuan
Alokasi Waktu	: 4 X 45 menit

Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar

- 1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).

Indikator

1. Melakukan latihan koordinasi teknik dasar mengoper, menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
2. Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan latihan koordinasi teknik dasar mengoper, menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

B. Materi Pembelajaran

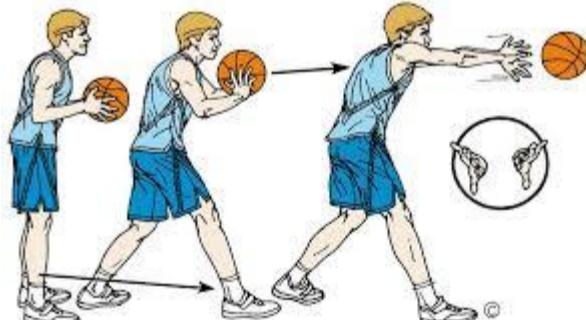
Permainan Bolabasket

Passing/mengoper

Operan dalam bola basket bisa dengan menggunakan dua tangan atau satu tangan. Operan yang dilakukan secara taktis, tepat waktu dan akurat dapat menciptakan peluang untuk membuat angka.

Dalam permainan bola basket ada beberapa macam operan yang sering digunakan yaitu :

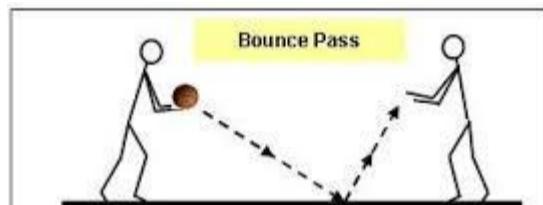
CHESTPASS (OPERAN DADA),



Adapun pelaksanaannya adalah

1. bola dipegang dengan kedua tangan ditahan ke depan dada dengan ujung jari kedua tangan, ibu jari harus berada di belakang bola dengan tangan dan ujung jari menyebar ke arah sisi bola.
2. Posisi siku dekat tubuh, kemudian letakkan kaki pada posisi triple threat dengan tumpuan berat badan pada kaki yang belakang.
3. Pindahkan berat badan ke depan ketika melangkah untuk melakukan operan.
4. Pada saat melakukan tolakan untuk mengoper bola, luruskan lengan dan putar ibu jari ke bawah, sehingga tangan lurus dan diakhiri dengan sentakan pergelangan tangan (snap). Pandangan mata tetap kearah bola yang dioper dan arah bola harus lurus ke depan.

BOUNCE PASS (OPERAN PANTUL),



Operan pantul dalam permainan bola basket dilakukan ketika pemain lawan berada diantara anda dan teman anda. dan target. Adapun pelaksanaannya adalah

1. kedua tangan atau salah satu tangan ditempatkan dibelakang bola, kemudian lepaskan bola kearah bawah.
2. Bola menyentuh lantai kira-kira dua pertiga dari jarak arah si penerima sehingga bola dapat ditangkap saat setinggi pinggang.

OVER HEAD PASS (OPERAN DI ATAS KEPALA),

Operan di atas kepala sering di pakai dalam permainan bola basket terutama pada saat pemain dijaga ketat dan bola harus melewati lawan, sehingga operan ini digunakan untuk melepaskan diri dan melakukan terobosan mengelakkan serangan lawan. adapun pelaksanaan operan ini

1. dimulai dengan posisi badan yang seimbang, pegang bola di atas kepala dengan siku ke dalam dan berbentuk sudut 90 derajat.
3. Jangan bawa bola ke belakang kepala, karena dalam posisi tersebut susah untuk melakukan operan dengan cepat, dan mudah di curi oleh lawan, kaki melangkah ke depan sasaran, kumpulkan kekuatan maksimal dngan bertumpu pada kaki, kemudian dilanjutkan dengan operan cepat.
4. Pada saat melakukan gerakan lecutan, jari mengarah kepada target dan telapak tangan ke bawah.

Dribbling/menggiring

Teknik dribbling adalah teknik membawa bola untuk menghindari lawan agar bisa mencetak poin. Langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk melakukan dribbling :

1. Sikap melangkah kedua kaki agak di tekuk
2. Badan agak condong ke depan
3. Dorong bola ke lantai dengan menggunakan telapak tangan baik tangan kanan maupun kiri
4. Sumber gerakan mendorong dari

Shooting/menembak



Langkah-langkah dalam melakukan teknik shooting

1. Teknik menembak dengan satu tangan
 - Sikap berdiri kaki kanan di depan dan kaki kiri di belakang.
 - Dengan kedua lutut rendah, bola di pegang oleh tangan kanan di atas kepala dengan jari terbuka, sedangkan tangan kiri membantu memegang.
 - Kemudian bola di tembakkan tangan dalam keadaan lurus
2. Teknik menembak dengan dua tangan
Teknik menembak dengan dua tangan sama halnya dengan teknik menembak dengan satu tangan, namun ada perbedaannya yaitu ketika memegang dan mendorong menggunakan satu atau kedua telapak tangan. Teknik menembak dapat dilakukan dengan melompat (lay up) atau tanpa melompat.

A. Metode Pembelajaran

1. Demontrasi
2. Permainan (*game*)
3. komando

B. Langkah-langkah Pembelajaran

Pertemuan 2

1. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan uji kompetensi.
- Pemanasan secara umum
- Berlari mengelilingi lapangan bolabasket

2. Kegiatan Inti (70 menit)

Uji kompetensi permainan bolabasket yang terdiri dari :

- Uji kompetensi mengoper bolabasket
- Uji kompetensi menggiring bolabasket
- Uji kompetensi menembak bolabasket ke ring

3. Kegiatan Penutup (10 menit)

- Pendinginan (colling down)
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari
- Berbaris dan berdoa

C. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Bola basket atau sejenisnya
- Lapangan permainan bolabasket atau lapangan sejenisnya
- Ring basket
- Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

- Media cetak
 - Buku permainan bolabasket
 - Tutorial olahraga.com

D. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan koordinasi teknik dasar melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring basket, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar permainan bolabasket (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	Lempar tangkap					Menggiring					Menembak					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir		
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ						
1.																						
2.																						
3.																						
4.																						
5.																						
dsb																						
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																						

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

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (melempar dan menangkap bolabasket) bola dilempar dan ditangkap ke arah sasaran dinding selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengkoran	Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri		
..... > 30 kali > 25 kali	100%	Sangat Baik
25 – 29 kali	20 – 24 kali	90%	Baik
20 – 24 kali	15 – 19 kali	80%	Cukup
15 – 19 kali	10 – 14 kali	70%	Kurang
..... < 15 kali < 10 kali	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (menggiring bola) melewati rintangan selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri		
..... > 15 rintangan > 12 rintangan	100%	Sangat Baik
12 – 14 rintangan	10 – 12 rintangan	90%	Baik
9 – 11 rintangan	7 – 9 rintangan	80%	Cukup
6 – 8 rintangan	4 – 6 rintangan	70%	Kurang
..... < 6 rintangan < 4 rintangan	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Menembak ke ring basket) selama 30 detik.

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

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai														Σ	NA
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri			
		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 SIKAP) : 18																	

Jumlah skor yang diperoleh

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

c. **Tes Pengetahuan (Kognitif)**

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar permainan bolabasket dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	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																				

Jumlah skor yang diperoleh

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

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Jelaskan yang dimaksud dengan variasi permainan bolabasket!
2.	Sebutkan macam-macam variasi permainan bolabasket!
3.	Sebutkan bentuk-bentuk latihan lay-up shoot permainan bolabasket!
4.	Jelaskan cara melakukan lay-up shoot permainan bolabasket!
5.	Jelaskan cara melakukan melempar, menangkap, menggiring dilanjutkan dengan lay-up shoot!

2. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

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% |

Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran

Bantul, 21 Juli 2016
Mahasiswa PPL

Wakhyu Nurhidayati, S.Pd
Nip. 19820106 200502 2 006

Satriawan Wijanarka
Nim 13601244019

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah	: SMA Negeri 3 Bantul
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: XI / 1
Pertemuan	: 2 kali pertemuan
Alokasi Waktu	: 4 X 45 menit

Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar

- 1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

Indikator

1. Melakukan latihan koordinasi teknik dasar (mengumpan/mempassing, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.
2. Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan latihan koordinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

B. Materi Pembelajaran

Teknik Dasar Permainan Sepakbola

Passing



Passing (Mengoper/Mengumpan) Passing adalah istilah yang erat kaitannya dengan aktivitas mengoper atau mengumpan bola ke arah teman. Passing adalah Teknik mengoper atau memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lainnya dalam pertandingan sepak bola. Teknik Passing sangat-sangat perlu dikuasai oleh pemain bola agar pola permainan yang diinginkan bisa berhasil baik dalam menyerang atau bertahan. Secara umum ada 3 jenis passing dalam permainan sepak bola yaitu; passing dengan kaki bagian luar, passing dengan kaki bagian dalam dan pasing dengan punggung kaki.

1. Cara Melakukan Passing Dengan Kaki Bagian Dalam

- Kaki ditumpu pada samping sejajar dengan bola, lutut di tekuk.
- Kakik sepak membentuk sudut 90 derajad dengan kaki tumpu
- Posisi badan dibelakang bola sedikit tegak
- Tendangan dimulai dari menarik kaki dan mengayun kedepan
- Saat perkenaan mata melihat bola dan meneruskan pandangan pada sasaran
- Setelah menendang ada gerakan lanjutan (follow through)

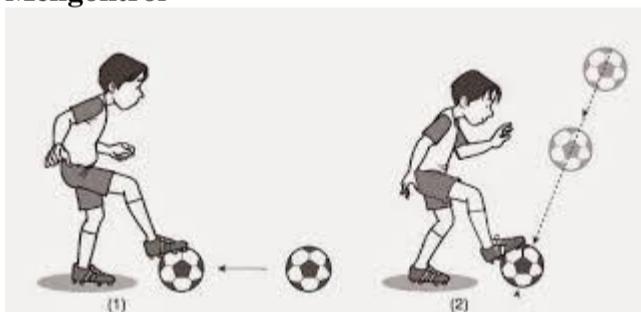
2. Cara Melakukan Passing Dengan Punggung/Kura-Kura Kaki

- Kaki ditumpu pada samping sejajar dengan bola, kaki lurus kebelakang
- Kaki sepak membentuk sudut 30 derajad dengan kaki tumpu
- Posisi badan sedikit condong kedepan
- Tendangan dimulai dari menarik kaki dan mengayun kedepan
- Saat bola mengenai perkenaan bagian punggung mata melihat bola dan meneruskan pandangan pada sasaran
- Setelah menendang ada gerakan lanjutan (follow through)

3. Cara Melakukan Passing Dengan Kaki Bagian Luar

- Kaki ditumpu pada samping sejajar dengan bola, kaki lurus kebelakang
- Kaki sepak membentuk sudut 30 derajad dengan kaki tumpu
- Posisi badan sedikit condong kedepan
- Tendangan dimulai dari menarik kaki dan mengayun kedepan
- Saat bola mulai mengenai perkenaan kaki bagian luar mata melihat bola dan meneruskan pandangan pada sasaran
- Setelah menendang ada gerakan lanjutan (follow through)

Mengontrol



1. Mengontrol bola dengan telapak kaki

Cara melaksanakannya adalah sebagai berikut.

- Berat badan diletakkan di atas kaki tumpu, tangan dibuka, dan mata melihat bola.
- Jika bola datangnya mendatar, kaki penahan dijulurkan ke depan menyambut bola.
- Tumit kaki penahan diturunkan ke bawah, sedangkan ujung kaki menghadap ke atas. Bola dikurung antara telapak kaki dengan tanah.
- Kalau bola datangnya dari udara, waktu untuk menyentuh bola yaitu pada saat bola belum menyentuh tanah. Bola disentuh sedikit di atas tengah lingkaran.

2. Mengontrol bola dengan kaki sebelah dalam

Cara melaksanakannya adalah sebagai berikut.

- Pandangan mata ke arah datangnya bola.
- Badan condong sedikit ke arah datangnya bola.
- Berat badan berada di atas kaki tumpu.
- Lutut dan kaki yang akan menahan bola, bengkok sedikit ke arah luar.
- Pada saat kontak dengan bola, kaki penahan diangkat sedikit dari tanah.

- Kaki bagian dalam dan kaki penahan sedikit menghadap ke tanah dan mengurung bola antara kaki dan tanah.

3. Mengontrol bola dengan kaki sebelah luar

Cara melaksanakannya adalah sebagai berikut.

- Berat badan di atas kaki tumpu, bola dikontrol di depan kaki tumpu, tangan dibuka, mata melihat bola.
- Kaki untuk menahan, ujung kaki ditarik dan seluruh kaki depan poros lutut membentuk sudut dengan tanah, bola dikontrol sewaktu hendak mental kembali ke udara dengan kaki sebelah luar dan mengenai sedikit atas tengah lingkaran.

Dribbling



Teknik dasar dribbling dibagi beberapa bentuk. Ada dribbling menggunakan kaki bagian luar, ada dribbling dengan menggunakan kaki bagian dalam, ada pula dribbling menggunakan kaki bagian punggung kaki.

1. Dribbling dengan menggunakan sisi kaki bagian dalam

- Sentuhlah bola dengan sisi kaki bagian dalam dan posisikan kakimu secara tegak lurus terhadap bola.
- Tendanglah dengan pelan untuk mempertahankan kontrol bola dan pusatkan kekuatan tendangan pada bagian tengah bola sehingga memudahkan mengontrol bola.

2. Dribbling dengan sisi kaki bagian luar

- Sentuh bola menggunakan kaki bagian luar

3. Dribbling menggunakan punggung kaki

- kaki bagian sepatu tempat tali sepatu berada, sentuh bola menggunakan punggung kaki

C. Metode Pembelajaran

1. Demontrasi

2. Permainan (*game*)

3. Scientific

4. Komando

D. Langkah-langkah Pembelajaran

Pertemuan ke 1

1.Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran.
- Pemanasan secara umum
- Berlari mengelilingi lapangan sepakbola
- Pemanasan khusus sepakbola dalam bentuk permainan

2.Kegiatan Inti (60 menit)

- Penjelasan cara melakukan latihan koordinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan

berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.

- Melakukan latihan koordinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.
- Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok (jumlah pemain, lapangan permianan, dan peraturan permianan dimodifikasi).

3.Kegiatan Penutup (15 menit)

- Pendinginan (colling down)
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari
- Berbaris dan berdoa

E. Alat dan Sumber Belajar

1.Alat Pembelajaran :

- Bola sepak atau sejenisnya
- Lapangan permainan sepakbola atau lapangan
- cone
- Peluit

2.Sumber Pembelajaran

- Media cetak
 - Buku permainan sepakbola
 - Tutorial olahraga.com

F. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan koordinasi teknik dasar (menendang, menahan/mengontrol bola dan menggiring bolasepak), unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar permainan sepakbola (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	Mengumpan					Mengontrol					Menggiring					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir	
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ					
1.																					
2.																					
3.																					
4.																					
5.																					
dsb																					

JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12

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

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Menendang dan menahan bola ke sasaran tembok) selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri		
..... > 25 kali > 20 kali	100%	Sangat Baik
21 – 24 kali	17 – 19 kali	90%	Baik
17 – 20 kali	14 – 16 kali	80%	Cukup
13 – 16 kali	11 – 13 kali	70%	Kurang
..... < 13 kali < 11 kali	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Menggiring bola) melewati rintangan selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri		
..... > 25 rintangan > 20 rintangan	100%	Sangat Baik
20 – 24 rintangan	15 – 19 rintangan	90%	Baik
15 – 19 rintangan	11 – 15 rintangan	80%	Cukup
10 – 14 rintangan	6 – 10 rintangan	70%	Kurang
..... < 10 rintangan < 6 rintangan	60%	Kurang Sekali

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai												Σ	NA				
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri			Sportivitas		
		1	2	3	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 SIKAP) : 18																			

Jumlah skor yang diperoleh

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

c. **Tes Pengetahuan (Kognitif)**

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar permainan sepakbola dengan metode resiprokal

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	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

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

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan macam-macam teknik gerakan tanpa bola dalam permainan sepakbola!
2.	Sebutkan macam-macam teknik gerakan dengan bola pada pola penyerangan!
3.	Sebutkan macam-macam teknik gerakan dengan bola pada pola pertahanan!
4.	Jelaskan cara melakukan menggiring dan dilanjutkan dengan menembak ke gawang!
5.	Jelaskan cara melakukan menggiring, mengontrol, dilanjutkan menembak ke gawang!

2. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

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% |

Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran

Bantul, 07 Agustus 2016
Mahasiswa PPL

Wakhyu Nurhidayati, S.Pd
Nip. 19820106 200502 2 006

Satriawan Wijanarka
Nim 13601244019

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah	: SMA Negeri 3 Bantul
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: XI / 1
Pertemuan	: 2 kali pertemuan
Alokasi Waktu	: 4 X 45 menit

Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar

- 1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

Indikator

1. Melakukan latihan koordinasi teknik dasar (mengumpan/mempassing, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.
2. Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan latihan koordinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

B. Materi Pembelajaran

Teknik Dasar Permainan Sepakbola

Passing



Passing (Mengoper/Mengumpam) Passing adalah istilah yang erat kaitannya dengan aktivitas mengoper atau mengumpan bola ke arah teman. Passing adalah Teknik mengoper atau memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lainnya dalam pertandingan sepak bola. Teknik Passing sangat-sangat perlu dikuasai oleh pemain bola agar pola permainan yang diinginkan bisa berhasil baik dalam menyerang atau bertahan. Secara umum ada 3 jenis passing dalam permainan sepak bola yaitu; passing dengan kaki bagian luar, passing dengan kaki bagian dalam dan pasing dengan punggung kaki.

1. Cara Melakukan Passing Dengan Kaki Bagian Dalam

- Kaki ditumpu pada samping sejajar dengan bola, lutut di tekuk.
- Kakik sepak membentuk sudut 90 derajad dengan kaki tumpu
- Posisi badan dibelakang bola sedikit tegak
- Tendangan dimulai dari menarik kaki dan mengayun kedepan
- Saat perkenaan mata melihat bola dan meneruskan pandangan pada sasaran
- Setelah menendang ada gerakan lanjutan (follow through)

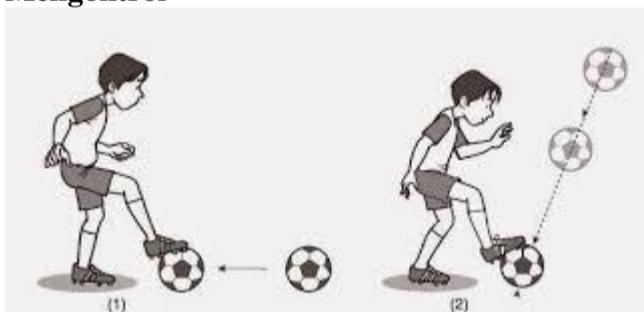
2. Cara Melakukan Passing Dengan Punggung/Kura-Kura Kaki

- Kaki ditumpu pada samping sejajar dengan bola, kaki lurus kebelakang
- Kaki sepak membentuk sudut 30 derajad dengan kaki tumpu
- Posisi badan sedikit condong kedepan
- Tendangan dimulai dari menarik kaki dan mengayun kedepan
- Saat bola mengenai perkenaan bagian punggung mata melihat bola dan meneruskan pandangan pada sasaran
- Setelah menendang ada gerakan lanjutan (follow through)

3. Cara Melakukan Passing Dengan Kaki Bagian Luar

- Kaki ditumpu pada samping sejajar dengan bola, kaki lurus kebelakang
- Kaki sepak membentuk sudut 30 derajad dengan kaki tumpu
- Posisi badan sedikit condong kedepan
- Tendangan dimulai dari menarik kaki dan mengayun kedepan
- Saat bola mulai mengenai perkenaan kaki bagian luar mata melihat bola dan meneruskan pandangan pada sasaran
- Setelah menendang ada gerakan lanjutan (follow through)

Mengontrol



1. Mengontrol bola dengan telapak kaki

Cara melaksanakannya adalah sebagai berikut.

- Berat badan diletakkan di atas kaki tumpu, tangan dibuka, dan mata melihat bola.
- Jika bola datangnya mendatar, kaki penahan dijulurkan ke depan menyambut bola.
- Tumit kaki penahan diturunkan ke bawah, sedangkan ujung kaki menghadap ke atas. Bola dikurung antara telapak kaki dengan tanah.
- Kalau bola datangnya dari udara, waktu untuk menyentuh bola yaitu pada saat bola belum menyentuh tanah. Bola disentuh sedikit di atas tengah lingkaran.

2. Mengontrol bola dengan kaki sebelah dalam

Cara melaksanakannya adalah sebagai berikut.

- Pandangan mata ke arah datangnya bola.
- Badan condong sedikit ke arah datangnya bola.
- Berat badan berada di atas kaki tumpu.
- Lutut dan kaki yang akan menahan bola, bengkok sedikit ke arah luar.
- Pada saat kontak dengan bola, kaki penahan diangkat sedikit dari tanah.

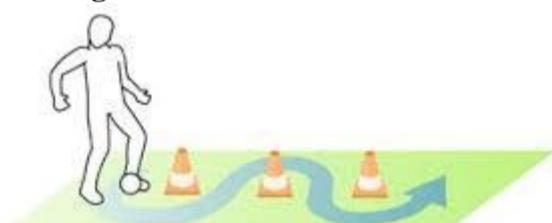
- Kaki bagian dalam dan kaki penahan sedikit menghadap ke tanah dan mengurung bola antara kaki dan tanah.

3. Mengontrol bola dengan kaki sebelah luar

Cara melaksanakannya adalah sebagai berikut.

- Berat badan di atas kaki tumpu, bola dikontrol di depan kaki tumpu, tangan dibuka, mata melihat bola.
- Kaki untuk menahan, ujung kaki ditarik dan seluruh kaki depan poros lutut membentuk sudut dengan tanah, bola dikontrol sewaktu hendak mental kembali ke udara dengan kaki sebelah luar dan mengenai sedikit atas tengah lingkaran.

Dribbling



Teknik dasar dribbling dibagi beberapa bentuk. Ada dribbling menggunakan kaki bagian luar, ada dribbling dengan menggunakan kaki bagian dalam, ada pula dribbling menggunakan kaki bagian punggung kaki.

1. Dribbling dengan menggunakan sisi kaki bagian dalam

- Sentuhlah bola dengan sisi kaki bagian dalam dan posisikan kakimu secara tegak lurus terhadap bola.
- Tendanglah dengan pelan untuk mempertahankan kontrol bola dan pusatkan kekuatan tendangan pada bagian tengah bola sehingga memudahkan mengontrol bola.

2. Dribbling dengan sisi kaki bagian luar

- Sentuh bola menggunakan kaki bagian luar

3. Dribbling menggunakan punggung kaki

- kaki bagian sepatu tempat tali sepatu berada, sentuh bola menggunakan punggung kaki

C. Metode Pembelajaran

1. Demontrasi
2. Permainan (*game*)
3. Scientific
4. Komando

D. Langkah-langkah Pembelajaran

Pertemuan 2

1. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan uji kompetensi.
- Pemanasan secara umum
- Berlari mengelilingi lapangan sepakbola

2. Kegiatan Inti (70 menit)

Uji kompetensi permainan sepakbola yang terdiri dari :

- Uji kompetensi menendang/mempassing, menggiring dan mengontrol bolasepak dalam bentuk game/bermain sepakbola

3.Kegiatan Penutup (10 menit)

- Pendinginan (colling down)
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari
- Berbaris dan berdoa

E. Alat dan Sumber Belajar

1.Alat Pembelajaran :

- Bola sepak atau sejenisnya
- Lapangan permainan sepakbola atau lapangan
- cone
- Peluit

2.Sumber Pembelajaran

- Media cetak
 - Buku permainan sepakbola
 - Tutorial olahraga.com

F. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan koordinasi teknik dasar (menendang, menahan/mengontrol bola dan menggiring bolasepak), unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar permainan sepakbola (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	Mengumpam					Mengontrol					Menggiring					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir	
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ					
1.																					
2.																					
3.																					
4.																					
5.																					
dsb																					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																					

Jumlah skor yang diperoleh
 Penilaian Proses = ----- X 100%
 Jumlah skor maksimal

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Menendang dan menahan bola ke sasaran tembok) selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri		
..... > 25 kali > 20 kali	100%	Sangat Baik
21 – 24 kali	17 – 19 kali	90%	Baik
17 – 20 kali	14 – 16 kali	80%	Cukup
13 – 16 kali	11 – 13 kali	70%	Kurang
..... < 13 kali < 11 kali	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Menggiring bola) melewati rintangan selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri		
..... > 25 rintangan > 20 rintangan	100%	Sangat Baik
20 – 24 rintangan	15 – 19 rintangan	90%	Baik
15 – 19 rintangan	11 – 15 rintangan	80%	Cukup
10 – 14 rintangan	6 – 10 rintangan	70%	Kurang
..... < 10 rintangan < 6 rintangan	60%	Kurang Sekali

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

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

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar permainan sepakbola dengan metode resiprokal

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

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan macam-macam teknik gerakan tanpa bola dalam permainan sepakbola!
2.	Sebutkan macam-macam teknik gerakan dengan bola pada pola penyerangan!
3.	Sebutkan macam-macam teknik gerakan dengan bola pada pola pertahanan!
4.	Jelaskan cara melakukan menggiring dan dilanjutkan dengan menembak ke gawang!
5.	Jelaskan cara melakukan menggiring, mengontrol, dilanjutkan menembak ke gawang!

2. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

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%

Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran

Bantul, 07 Agustus 2016
Mahasiswa PPL

Wakhyu Nurhidayati, S.Pd
Nip. 19820106 200502 2 006

Satriawan Wijanarka
Nim 13601244019

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah	: SMA Negeri 3 Bantul
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: XI / 1
Pertemuan	: 2 kali pertemuan
Alokasi Waktu	: 4 X 45 menit

Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar

- 1.2. Mempraktikkan keterampilan bermain **salah satu** permainan dan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**)

Indikator

1. Melakukan teknik melambungkan bola
2. Melakukan teknik melempar bola dengan benar
3. Melakukan teknik menangkap bola dengan benar
4. Bermain softball/baseball dengan peraturan dimodifikasi

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan latihan teknik dasar memukul, menangkap, melempar bola dengan baik.
2. Siswa dapat bermain softball dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

B. Materi Pembelajaran

softball

1. Teknik Dasar Melempar Bola

Dalam melakukan teknik dasar melempar bola, hal-hal yang perlu diperhatikan adalah caramemegang bola. Bola dipegang sedemikian rupasehingga bola dan telapak tangan masih terdapatrongga, jadi bola tidak menempel pada telapaktangan. Jari telunjuk dan jari tengah untuk menekan bola, sedangkan ibu jari dan jari lainnyasebagai penahan bola agar tidak jatuh.

Lemparan dalam softball dapat dibedakan menjadi tiga, yaitu lemparan atas (overhand throw), lemparan samping (sidehand throw), dan lemparan bawah (underhand throw).



a. **Lemparan atas (overhand throw)**

Pada saat melempar, ayunan tangan dan langkah kaki secara bersamaan dengan berat badan bertumpu pada kaki yang di depan, badan sedikit condong ke belakang.

b. **Lemparan samping (sidehand throw)**

Pada waktu melempar lengan bawah sejajar dengan bahu dan sedikit lecutan pergelangan tangan.

c. **Lemparan bawah (underhand throw)**

Lemparan bawah digunakan biasanya dalam keadaan darurat dan dilakukan dalam waktu yang cepat, posisi tubuh membungkuk dengan kedua kaki ditekuk.

2. Teknik Dasar Menangkap Bola

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

a. Bola datar (straight ball)

Posisi badan berdiri, kaki kangkang, pandangan lurus ke depan ke arah datangnya bola, posisi kedua tangan siap di depan dada. Bola ditangkap oleh tangan yang memakai glove yaitu tangan kiri, dan tangan kanan siap melempar bola.

b. Bola lambung

Posisi badan ditempatkan tepat di mana bola akan jatuh. Bola ditangkap dengan satu tangan atau dua tangan secara bersamaan.

c. Bola menggelinding (ground ball)

Bola yang datangnya menggelinding di atas tanah ditangkap dengan cara berlutut sedemikian rupa dan tangan yang memakai glove ditempatkan tepat pada arah datangnya bola. Sedangkan tangan yang lainnya siap untuk menangkap dan melemparkan bola.

3. Teknik Dasar Memegang Kayu Pemukul (Bat)

Cara memegang kayu pemukul (bat) adalah pemukul dipegang erat-erat dengan kedua tangan merapat atau sedikit renggang dengan posisi tangan kanan di sebelah atas dan tangan kiri di sebelah bawah

4. Teknik Dasar Memukul Bola

Dalam softball dikenal dua macam pukulan, yaitu:

a. **Pukulan swing**

a. Sikap awal berdiri dengan kedua kaki dijarangkan. Kaki kiri diputar mengarah lurus dengan *pitcher*. Berat badan bertumpu pada kedua kaki dan badan sedikit condong ke depan. Pemukul dipegang erat oleh kedua tangan dan posisi pemukul sedemikian rupa sehingga tepat di atas bahu. Lengan kanan lebih rendah daripada lengan kiri dan pandangan lurus ke arah datangnya bola dari *pitcher*.

b. Sikap saat memukul Setelah bola dilempar oleh *pitcher*, bola segera dipukul secara tepat dengan mengayunkan pemukul ke arah datangnya bola yang dilemparkan oleh *pitcher*. Kaki kanan sedikit ditekuk dan kedua tangan diluruskan.

- c. Sikap akhir Setelah bola berhasil dipukul dengan baik, diikuti dengan gerakan ayunan bat sebagai gerakan lanjutan.

b. Pukulan tumbuk (*bunt*)

Pukulan tumbuk adalah memukul bola tanpa harus mengayunkan pemukul tetapi cukup menahan arah datangnya bola sehingga bola akan jatuh dekat dengan si pemukul. Sikap kedua kaki pada waktu *bunt* cukup dengan posisi kaki disejajarkan dengan arah datangnya bola.

C. Metode Pembelajaran

- 1. Demontrasi
- 2. *Inclusive* (cakupan)
- 3. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
- 4. Permainan (*game*)

D. Langkah-langkah Pembelajaran

Pertemuan ke 1

1.Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran.
- Pemanasan secara umum
- Berlari mengelilingi lapangan softball
- Pemanasan khusus softball dalam bentuk permainan

2.Kegiatan Inti (60 menit)

- Penjelasan cara melakukan latihan teknik dasar memukul, melempar, menangkap, dengan koordinasi yang baik.
- Melakukan latihan koordinasi teknik dasar memukul memukul, melempar, menangkap, dengan koordinasi yang baik.
- Bermain softball dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok (jumlah pemain, lapangan permainan, dan peraturan permainan dimodifikasi).

3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- Pendinginan (colling down)
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari
- Berbaris dan berdoa

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Stick softball
- Bolasoftball/bola kecil
- Lapangan softball atau lapangan sejenisnya
- base
- Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

- Media cetak
 - Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XI, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 - Buku permainan softball
 - Tutotial olahraga.com

F. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

- Lakukan koordinasi teknik dasar memukul, melempar, menangkap, dengan koordinasi yang baik. unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).
- Contoh penilaian proses teknik dasar permainan softball (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	melempar					menangkap					memukul					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
5.																				
Dsb																				

JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12

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

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (melempar, dan menangkap) selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengkoran	Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri		
..... > 35 kali > 30 kali	100%	Sangat Baik
30 – 34 kali	25 – 29 kali	90%	Baik
25 – 29 kali	20 – 24 kali	80%	Cukup
20 – 24 kali	15 – 19 kali	70%	Kurang
..... < 20 kali < 15 kali	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (memukul) sebanyak 10 kali x 10.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengkoran	Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri		
..... > Angka 90 > Angka 80	100%	Sangat Baik
Angka 80 – 89	Angka 70 – 79	90%	Baik
Angka 70 – 79	Angka 60 – 69	80%	Cukup
Angka 60 – 69	Angka 50 – 59	70%	Kurang
..... < Angka 60 < Angka 50	60%	Kurang Sekali

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai												Σ	NA				
		Disiplin			Jujur			kerjasama			Tanggung jawab			Sportif					
		1	2	3	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 SIKAP) : 18																			

Jumlah skor yang diperoleh

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

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar permainan softball dengan metode demonstrasi

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan												Σ	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																		

Jumlah skor yang diperoleh

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

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan											
1.	Jelaskan yang dimaksud dengan inning dalam softball!											
2.	Sebutkan macam-macam pemain dalam softball!											
3.	Jelaskan cara melakukan melempar pitcher!											
4.	Jelaskan cara melakukan mematikan lawan jika fullbase!											
5.	Jelaskan cara bermain softball!											

2. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							

6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

Jumlah skor yang diperoleh
 Nilai Akhir (NA) = -----
 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%

Mengetahui,
 Guru Mata Pelajaran

Bantul, 10 September 2016
 Mahasiswa PPL

Wakhyu Nurhidayati, S.Pd
 Nip. 19820106 200502 2 006

Satriawan Wijanarka
 Nim 13601244019

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah	: SMA Negeri 3 Bantul
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: XI / 1
Pertemuan	: 2 kali pertemuan
Alokasi Waktu	: 4 X 45 menit

Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar

- 1.2. Mempraktikkan keterampilan bermain **salah satu** permainan dan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**)

Indikator

1. Melakukan teknik melambungkan bola
2. Melakukan teknik melempar bola dengan benar
3. Melakukan teknik menangkap bola dengan benar
4. Bermain softball/baseball dengan peraturan dimodifikasi

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan latihan teknik dasar memukul, menangkap, melempar bola dengan baik.
2. Siswa dapat bermain softball dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

B. Materi Pembelajaran

softball

1. Teknik Dasar Melempar Bola

Dalam melakukan teknik dasar melempar bola, hal-hal yang perlu diperhatikan adalah caramemegang bola. Bola dipegang sedemikian rupasehingga bola dan telapak tangan masih terdapatrongga, jadi bola tidak menempel pada telapaktangan. Jari telunjuk dan jari tengah untuk menekan bola, sedangkan ibu jari dan jari lainnyasebagai penahan bola agar tidak jatuh.

Lemparan dalam softball dapat dibedakan menjadi tiga, yaitu lemparan atas (overhand throw), lemparan samping (sidehand throw), dan lemparan bawah (underhand throw).



a. **Lemparan atas (overhand throw)**

Pada saat melempar, ayunan tangan dan langkah kaki secara bersamaan dengan berat badan bertumpu pada kaki yang di depan, badan sedikit condong ke belakang.

b. **Lemparan samping (sidehand throw)**

Pada waktu melempar lengan bawah sejajar dengan bahu dan sedikit lecutan pergelangan tangan.

c. **Lemparan bawah (underhand throw)**

Lemparan bawah digunakan biasanya dalam keadaan darurat dan dilakukan dalam waktu yang cepat, posisi tubuh membungkuk dengan kedua kaki ditekuk.

2. Teknik Dasar Menangkap Bola

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

a. Bola datar (straight ball)

Posisi badan berdiri, kaki kangkang, pandangan lurus ke depan ke arah datangnya bola, posisi kedua tangan siap di depan dada. Bola ditangkap oleh tangan yang memakai glove yaitu tangan kiri, dan tangan kanan siap melempar bola.

b. Bola lambung

Posisi badan ditempatkan tepat di mana bola akan jatuh. Bola ditangkap dengan satu tangan atau dua tangan secara bersamaan.

c. Bola menggelinding (ground ball)

Bola yang datangnya menggelinding di atas tanah ditangkap dengan cara berlutut sedemikian rupa dan tangan yang memakai glove ditempatkan tepat pada arah datangnya bola. Sedangkan tangan yang lainnya siap untuk menangkap dan melemparkan bola.

3. Teknik Dasar Memegang Kayu Pemukul (Bat)

Cara memegang kayu pemukul (bat) adalah pemukul dipegang erat-erat dengan kedua tangan merapat atau sedikit renggang dengan posisi tangan kanan di sebelah atas dan tangan kiri di sebelah bawah

4. Teknik Dasar Memukul Bola

Dalam softball dikenal dua macam pukulan, yaitu:

a. **Pukulan swing**

a. Sikap awal berdiri dengan kedua kaki dijarangkan. Kaki kiri diputar mengarah lurus dengan *pitcher*. Berat badan bertumpu pada kedua kaki dan badan sedikit condong ke depan. Pemukul dipegang erat oleh kedua tangan dan posisi pemukul sedemikian rupa sehingga tepat di atas bahu. Lengan kanan lebih rendah daripada lengan kiri dan pandangan lurus ke arah datangnya bola dari *pitcher*.

b. Sikap saat memukul Setelah bola dilempar oleh *pitcher*, bola segera dipukul secara tepat dengan mengayunkan pemukul ke arah datangnya bola yang dilemparkan oleh *pitcher*. Kaki kanan sedikit ditekuk dan kedua tangan diluruskan.

c. Sikap akhir Setelah bola berhasil dipukul dengan baik, diikuti dengan gerakan ayunan bat sebagai gerakan lanjutan.

b. Pukulan tumbuk (*bunt*)

Pukulan tumbuk adalah memukul bola tanpa harus mengayunkan pemukul tetapi cukup menahan arah datangnya bola sehingga bola akan jatuh dekat dengan si pemukul. Sikap kedua kaki pada waktu *bunt* cukup dengan posisi kaki disejajarkan dengan arah datangnya bola.

C. Metode Pembelajaran

1. Demontrasi
2. *Inclusive* (cakupan)
3. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
4. Permainan (*game*)

D. Langkah-langkah Pembelajaran

Pertemuan 2

1. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan uji kompetensi.
- Pemanasan secara umum
- Berlari mengelilingi lapangan softball

2. Kegiatan Inti (70 menit)

Uji kompetensi permainan bulutangkis yang terdiri dari :

- Uji kompetensi memukul bola
- Uji kompetensi melempar dan menangkap bola

3. Kegiatan Penutup (10 menit)

- Pendinginan (colling down)
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari
- Berbaris dan berdoa

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Stick softball
- Bolasoftball/bola kecil
- Lapangan softball atau lapangan sejenisnya
- base
- Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

- Media cetak
 - Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XI, Muhammadiyah, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 - Buku permainan softball
 - Tutorial olahraga.com

F. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

- Lakukan koordinasi teknik dasar memukul, melempar, menangkap, dengan koordinasi yang baik. unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).
- Contoh penilaian proses teknik dasar permainan softball (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	melempar					menangkap					memukul					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir	
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ					
1.																					
2.																					
3.																					
4.																					
5.																					
Dsb																					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																					

Jumlah skor yang diperoleh

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

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (melempar, dan menangkap) selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri		
..... > 35 kali > 30 kali	100%	Sangat Baik
30 – 34 kali	25 – 29 kali	90%	Baik
25 – 29 kali	20 – 24 kali	80%	Cukup
20 – 24 kali	15 – 19 kali	70%	Kurang
..... < 20 kali < 15 kali	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (memukul) sebanyak 10 kali x 10.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri		
..... > Angka 90 > Angka 80	100%	Sangat Baik
Angka 80 – 89	Angka 70 – 79	90%	Baik
Angka 70 – 79	Angka 60 – 69	80%	Cukup
Angka 60 – 69	Angka 50 – 59	70%	Kurang
..... < Angka 60 < Angka 50	60%	Kurang Sekali

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai												Σ	NA				
		Disiplin			Jujur			kerjasama			Tanggung jawab			Sportif					
		1	2	3	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 SIKAP) : 18																			

Jumlah skor yang diperoleh

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

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar permainan softball dengan metode demonstrasi

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan												Σ	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																	

Jumlah skor yang diperoleh

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

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Jelaskan yang dimaksud dengan inning dalam softball!
2.	Sebutkan macam-macam pemain dalam softball!
3.	Jelaskan cara melakukan melempar pitcher!
4.	Jelaskan cara melakukan mematikan lawan jika fullbase!
5.	Jelaskan cara bermain softball!

2. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							

4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
9.						
10.						
NIlai Rata-rata						

Nilai Akhir (NA) = $\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$

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%

Mengetahui, Guru Mata Pelajaran

Bantul, 10 September 2016
Mahasiswa PPL

Wakhyu Nurhidayati, S.Pd
Nip. 19820106 200502 2 006

1. Permainan bola voli yang bertugas hanya sebagai pemain bertahan saja di namakan...
 - A. Set upper
 - B. **Libero**
 - C. Tossler
 - D. Universaler
 - E. Smasher
2. Usaha melakukan serangan di atas net pada permainan bola voli dinamakan...
 - A. Servis
 - B. Blok
 - C. **Smash**
 - D. Time Out
 - E. Defender
3. Nama induk bola voli di Indonesia adalah ...
 - A. IVBF
 - B. PBSI
 - C. **PBVSI**
 - D. PERBASI
 - E. PVBSI
4. Dalam permainan bola voli pukulan yang tidak diperbolehkan adalah ...
 - A. Bola terkena kepala
 - B. Bola diambil dengan kaki
 - C. Bola diambil dengan lutut
 - D. Bola terkena muka
 - E. **Pukulan tidak sempurna/double**
5. Servis yang bolanya melambung atau mengambang keatas disebut ...
 - A. Tennis service
 - B. Service atas
 - C. **Floating service**
 - D. Overhead service
 - E. Jumping service
6. Tinggi net bolavoli untuk pemain putera...
 - A. **2,43**
 - B. 2,34
 - C. 2,54
 - D. 2,24
 - E. 2,43
7. Ukuran lapangan bola voli adalah...
 - A. **18x9**
 - B. 17,5x9
 - C. 18x9,5
 - D. 17,5x9,5
 - E. 18,5x9
8. Perkenaan bola saat melakukan servis atas float...
 - A. Samping bola
 - B. Belakang atas bola
 - C. Belakang bawah bola
 - D. **Belakang tengah bola**
 - E. Atas tengah bola

9. Tinggi net bola voli untuk puteri adalah...

- A. 2,24
- B. 2,23
- C. 2,21
- D. 2,44
- E. 2,32

10. Usaha melakukan bendungan atau bertahan diatas net saat permainan bola voli adalah...

- A. Smash
- B. **Blocking**
- C. Defend
- D. Passing
- E. Servis

11. Pemain tengah dalam permainan sepak bola disebut juga ...

- A. Penyerang depan
- B. Penghubung
- C. Back
- D. Penjaga gawang
- E. **Gelandang**

12. Apabila terjadi tendangan penalty, bola tersebut menyentuh tiang gawang dan memantul kelapangan. Kemudian bola tersebut ditendang kembali oleh pemain yang sama dan gol, maka gol tersebut dinyatakan ...

- A. Tidak sah
- B. Pelanggaran
- C. **Gol sah**
- D. Tendangan diulangi
- E. Menendang mendapat kartu kuning

13. Dalam permainan sepak bola setiap regu mempunyai tujuan yakni ...

- A. Menendang bola
- B. **Memenangkan pertandingan**
- C. Menyerang
- D. Bertahan
- E. Menampilkan permainan

14. Penempatan pemain dalam sepak bola disebut

- A. Kombinasi serangan
- B. Program permainan
- C. **Formasi**
- D. Strategi
- E. Taktik

15. Dalam permainan sepak bola,formasi 4-4-2 menempatkan pemain penyerang ...

- A. 1 pemain
- B. **2 pemain**
- C. 3 pemain
- D. 4 pemain
- E. Tidak ada

16. Dalam permainan sepak bola, jarak titik pinalty adalah....meter

- A. 12
- B. **11**
- C. 10
- D. 9
- E. 8

17. Posisi perkenaan bola yang benar dalam teknik menyundul bola (heading) adalah...

- A. Kepala bagian depan (kening)**
- B. Kepala bagian tengah
- C. Kepala bagian samping
- D. Kepala bagian belakang
- E. Kepala bagian atas

18. Ukuran lapangan sepakbola resmi standar IFAB adalah...

- A. 100x50
- B. 110x45
- C. 105x50
- D. 105x49
- E. 105x68**

19. Pada abad ke-2 dan ke-3 permainan sepakbola (menendang bola) pertama kali dimainkan di...

- A. Tiongkok**
- B. Inggris
- C. Spanyol
- D. Italy
- E. Portugal

20. Sejarah sepak bola di Indonesia diawali dengan berdirinya Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia (PSSI) di...

- A. Solo
- B. Yogyakarta**
- C. Bandung
- D. Jakarta
- E. Semaranf

21. Lamanya waktu bermain bola basket adalah ...

- A. 2x10 menit
- B. 2x20 menit
- C. 4x10 menit**
- D. 4x5 menit
- E. 10x 3 menit

22. Apabila seorang pemain menembak dari luar daerah bersyarat, maka akan mendapatkan angka sebesar ...

- A. 1 angka
- B. 2 angka
- C. 3 angka**
- D. 4 angka
- E. Tidak mendapatkan angka

23. Apabila seorang pemain menembak dari daerah bersyarat, maka akan mendapatkan angka sebesar ...
- A. 1 angka
 - B. 2 angka**
 - C. 3 angka
 - D. 4 angka
 - E. Tidak mendapatkan angka
24. Lemparan hukuman bebas, mendapatkan angka sebesar.....
- A. 1 angka**
 - B. 2 angka
 - C. 3 angka
 - D. 4 angka
 - E. Tidak mendapat angka
25. Ukuran lapangan bolabasket standar National Basketball Association adalah...
- A. 28,5x16
 - B. 28,5x15,5
 - C. 28,5x16,5
 - D. 28x15
 - E. 28,5x15**
26. Pada tahun 1891, Basket dianggap sebagai olahraga unik karena diciptakan secara tidak sengaja oleh seorang guru olahraga yang bernama..
- A. James Smith**
 - B. James Naismith
 - C. Pablo Smith
 - D. Silvestre Quardado
 - E. Roberto Ramires
27. Usaha pemain melakukan tembakan ke ring dengan diawali langkah panjang disebut...
- A. Pivot
 - B. Lay up**
 - C. Shooting
 - D. Jump Shoot
 - E. Dribbling
28. Jumlah pemain masing-masing dalam permainan softball adalah...
- A. 7 orang
 - B. 8 orang
 - C. 9 orang**
 - D. 10 orang
 - E. 11 orang
29. Pemain yang bertugas melempar bola yang akan dipukul disebut...
- A. Pitcher**
 - B. Umpire
 - C. Catcher
 - D. Penjaga base
 - E. Strike

30. Apa yang dimaksud dengan bola strike...
- A. Bola lemparan yang berada di atas bahu dan diatas lutut seorang batter dan melewati home plate pada saat batter posisi normal memukul
 - B. Bola lemparan yang berada di bawah bahu dan diatas lutut seorang batter dan tidak melewati home plate pada saat batter posisi memukul
 - C. **Bola lemparan yang berada dibawah bahu dan diatas lutut seorang batter dan melewati home plate pada saat batter posisi normal memukul**
 - D. Bola lemparan yang berada dibawah bahu dan bawah lutut seorang batter dan melewati home plate pada saat batter posisi normal memukul
 - E. Bola lemparan yang berada diatas kepala dan diatas perut seorang batter dan melewati home plate pada saat batter posisi normal memukul
31. Lamanya waktu bermain softball adalah...
- A. 5 inning
 - B. 6 inning
 - C. **7 inning**
 - D. 8 inning
 - E. 9 inning
32. Pitcher hanya boleh melempar salah sejumlah...
- A. 2
 - B. 5
 - C. 7
 - D. **4**
 - E. 3
33. Pukulan yang dilakukan tanpa menggunakan ayunan lengan disebut...
- A. Swing
 - B. Full
 - C. Fill swing
 - D. **Bunt**
 - E. Inning
34. Dalam permainan softball, pergantian dilakukan apabila regu bertahan berhasil mematikan pemain dari regu penyerang sebanyak... Orang
- A. **3**
 - B. 4
 - C. 2
 - D. 6
 - E. 5
35. Runner boleh berpindah ke base selanjutnya ketika...
- A. Bola lepas dari tangan pitcher
 - B. Strike
 - C. Ball
 - D. Foulball
 - E. Bola lepas dari catcher

nilai tugas XI IPA 1

no	nama	nilai
1	ABID ABIYYU FATHIN	81
2	ALFIN ADIASMARA JATI	84
3	ALMA LIVIA DEWI NURANY	84
4	ALVIAN HANIF PERMANA	84
5	AMIRA LAKSMITA LARASATI	84
6	ARDIMAS WIJAYA SAPUTRA	81
7	ARNI ANASTASIYA	81
8	DITA PUSPITA SARI	81
9	ENGGAR DAMAYANTI	84
10	FEBRIANA DWI KURNIA	81
11	FIJAY ALFIADI	84
12	FIQIH AMANDA ANDRIANI	84
13	HERLIN NIRMALASARI RAHADIANI	81
14	HILBRAM YANUARTA	84
15	ISNA NURAINI	81
16	LAILLA PUTRI ANGGITA SARI	84
17	LUTFIANA NURAFIKA SARI	81
18	MAHENDRA WIJAYA	84
19	MILLENIA QURROTUN AINI	84
20	MUSLIKHATUN TAQWIYAH	81
21	QOTRUNNADA SALSABILA MUNAWARO	81
22	RIZKY DWI SEPTIANI	81
23	SEKAR AYU RUKMI	81
24	SRI WAHYU RETNO GAYATRI	84
25	THRE MELLYNA RAMADHAN	81
26	TIARA WIDYASTUTI	81
27	TRIANA NURSARI	81
28	TUTIK APRINI	81
29		
30	WAMA RULANDA NUR FATIMAH	81
31	WINDA WIDYA ASTUTI	81

kelas XI IPA 2

25/07/2016

passing bawah, servis bawah

01/08/2016

passing atas, servis atas, smash

no	nama	bola voli			jumlah
		afektif	kognitif	psikomotor	
1	ADZAN TOPAZ ADITYA	78	80	79	79
2	ALIFIANA NUR MAJID STYANINGRUM	80	78	78	78,67
3	AMI KANIA SARI	78	78	78	78
4	ANGGIH SETYORO	80	80	82	80,67
5	ANNISA NAFI'ATUL JANNAH	80	78	79	79
6	ARFI DEWI MARSELIA	79	78	80	79
7	ARIF IRAWAN	78	78	80	78,67
8	AYUK ROQIMATUN	78	78	79	78,33
9	CANDRA MUSTIKA	80	80	79	79,67
10	DANU ADAM NUGROHO	82	80	83	81,67
11	DAVA ARINALDI	78	79	80	79
12	DAVID RAHAYU	78	78	78	78
13	DWI NUR KHASANAH	79	79	78	78,67
14	ELY FAUZIAH	80	78	79	79
15	ERVINA INTAN NESWARI	80	79	78	79
16	MAYA SHYNTA DEWI	78	80	80	79,33
17	MUHAMMAD DARYELL LUTHFAN	78	79	79	78,67
18	MUHAMMAD HARRIS DARMAWAN	78	78	79	78,33
19	MURWATI	80	79	79	79,33
20	NARES HUNAFA	79	80	78	79
21	NOVI KUSUMASTUTIK	80	79	78	79,67
22	NUR ASTUTI	80	79	79	79,33
23	NURUL HALIMAH	79	79	79	79
24	PRATIWI SRI HASNA UTAMI	79	79	79	79
25	PUPUT MULADA NGULARI	80	79	80	79,67
26	PUTRI RATNA SARI	79	79	80	79,33
27	RAHMA OKTAVIA NURUL AISYAH	78	79	80	79
28	RISA DWI SAPUTRI	79	79	79	79
29	RIZKA FAIHA SIDIQ	80	79	79	79,33
30	TITIK KHATRUN NADA	80	79	79	79,33
31	VIOLITA LISNA SALSABILA	80	78	79	79

Sepakbola

kelas XI IPA 2

09/08/2016

16/08/2016

passing, dribbling, controlling

penilaian sepakbola

no	nama	bola voli			jumlah
		afektif	kognitif	psikomotor	
1	ADZAN TOPAZ ADITYA	80	81	82	81
2	ALIFIANA NUR MAJID STYANINGRUM	80	80	81	80,33
3	AMI KANIA SARI	78	78	78	78
4	ANGGIH SETYORO	80	80	82	80,67
5	ANNISA NAFI'ATUL JANNAH	80	80	81	80,33
6	ARFI DEWI MARSELLA	80	80	80	80
7	ARIF IRAWAN	80	80	80	80
8	AYUK ROQIMATUN	80	80	81	80,33
9	CANDRA MUSTIKA	80	80	81	80,33
10	DANU ADAM NUGROHO	81	81	82	81,33
11	DAVA ARINALDI	81	80	83	81,33
12	DAVID RAHAYU	79	78	78	78,33
13	DWI NUR KHASANAH	80	80	81	80,33
14	ELY FAUZIAH	80	80	81	80,33
15	ERVINA INTAN NESWARI	80	80	82	80,67
16	MAYA SHYNTA DEWI	80	80	80	80
17	MUHAMMAD DARYELL LUTHFAN	79	80	83	80,67
18	MUHAMMAD HARRIS DARMAWAN	79	80	83	80,67
19	MURWATI	80	80	81	80,33
20	NARES HUNAFA	80	80	81	80,33
21	NOVI KUSUMASTUTIK	80	80	81	80,33
22	NUR ASTUTI	80	80	81	80,33
23	NURUL HALIMAH	80	80	81	80,33
24	PRATIWI SRI HASNA UTAMI	80	80	81	80,33
25	PUPUT MULADA NGULARI	80	80	81	80,33
26	PUTRI RATNA SARI	80	80	81	80,33
27	RAHMA OKTAVIA NURUL AISYAH	80	80	81	80,33
28	RISA DWI SAPUTRI	80	80	81	80,33
29	RIZKA FAIHA SIDIQ	80	80	81	80,33
30	TITIK KHATRUN NADA	80	80	82	80,67
31	VIOLITA LISNA SALSABILA	80	80	81	80,33

no	nama	bola voli			jumlah
		afektif	kognitif	psikomotor	
		23/08/2016	30/08/2016	passing, dribling, shoting	
1	ADZAN TOPAZ ADITYA	82	80	83	81,67
2	ALIFIANA NUR MAJID STYANINGRUM	80	79	79	79,33
3	AMI KANIA SARI	81	80	81	80,67
4	ANGGIH SETYORO	82	80	83	81,67
5	ANNISA NAFI'ATUL JANNAH	80	80	80	80
6	ARFI DEWI MARSELLA	80	80	81	80,33
7	ARIF IRAWAN	80	80	80	80
8	AYUK ROQIMATUN	80	80	80	80
9	CANDRA MUSTIKA	80	82	80	80,67
10	DANU ADAM NUGROHO	79	80	82	80,33
11	DAVA ARINALDI	82	80	83	81,67
12	DAVID RAHAYU	78	79	78	78,33
13	DWI NUR KHASANAH	80	80	80	80
14	ELY FAUZIAH	80	80	80	80
15	ERVINA INTAN NESWARI	82	80	81	81
16	MAYA SHYNTA DEWI	80	80	80	80
17	MUHAMMAD DARYELL LUTHFAN	80	80	79	79,67
18	MUHAMMAD HARRIS DARMAWAN	79	80	83	80,67
19	MURWATI	80	80	80	80
20	NARES HUNAFA	80	80	80	80
21	NOVI KUSUMASTUTIK	80	80	81	80,33
22	NUR ASTUTI	80	82	80	80,67
23	NURUL HALIMAH	80	80	80	80
24	PRATIWI SRI HASNA UTAMI	80	82	82	81,33
25	PUPUT MULADA NGULARI	80	80	82	80,67
26	PUTRI RATNA SARI	80	80	80	80
27	RAHMA OKTAVIA NURUL AISYAH	83	81	82	82
28	RISA DWI SAPUTRI	80	81	80	80,33
29	RIZKA FAIHA SIDIQ	80	80	80	80
30	TITIK KHATRUN NADA	82	80	82	81,33
31	VIOLITA LISNA SALSABILA	80	80	79	79,67

bola basket	kelas XI IPA 2 06/09/2016 13/09/2016	permainan softball permainan softball
-------------	--	--

no	nama	bola voli			jumlah
		afektif	kognitif	psikomotor	
1	ADZAN TOPAZ ADITYA	80	80	80	80
2	ALIFIANA NUR MAJID STYANINGRUM	79	80	82	80,33
3	AMI KANIA SARI	80	80	79	79,67
4	ANGGIH SETYORO	80	80	83	81
5	ANNISA NAFI'ATUL JANNAH	78	78	78	78
6	ARFI DEWI MARSELIA	83	80	79	80,67
7	ARIF IRAWAN	80	80	80	80
8	AYUK ROQIMATUN	78	78	78	78
9	CANDRA MUSTIKA	79	80	81	80
10	DANU ADAM NUGROHO	80	80	83	81
11	DAVA ARINALDI	78	78	78	78
12	DAVID RAHAYU	78	80	78	78,67
13	DWI NUR KHASANAH	79	80	78	79
14	ELY FAUZIAH	79	80	80	79,67
15	ERVINA INTAN NESWARI	79	80	80	79,67
16	MAYA SHYNTA DEWI	80	80	80	80
17	MUHAMMAD DARYELL LUTHFAN	78	80	82	80
18	MUHAMMAD HARRIS DARMAWAN	79	80	82	80,33
19	MURWATI	80	80	79	79,67
20	NARES HUNAFA	80	80	79	79,67
21	NOVI KUSUMASTUTIK	80	80	79	79,67
22	NUR ASTUTI	81	80	79	80
23	NURUL HALIMAH	78	78	78	78
24	PRATTIWI SRI HASNA UTAMI	80	80	82	80,67
25	PUPUT MULADA NGULARI	83	80	79	80,67
26	PUTRI RATNA SARI	80	80	82	80,67
27	RAHMA OKTAVIA NURUL AISYAH	83	80	80	81
28	RISA DWI SAPUTRI	79	80	79	79,33
29	RIZKA FAIHA SIDIQ	83	80	79	80,67
30	TITIK KHATRUN NADA	81	80	81	80,67
31	VIOLITA LISNA SALSAHILA	83	80	81	81,33

nilai tugas XI IPA 2

no	nama	nilai
1	ADZAN TOPAZ ADITYA	82
2	ALIFIANA NUR MAJID STYANINGRUM	82
3	AMI KANIA SARI	84
4	ANGGIH SETYORO	82
5	ANNISA NAFI'ATUL JANNAH	84
6	ARFI DEWI MARSELIA	82
7	ARIF IRAWAN	84
8	AYUK ROQIMATUN	82
9	CANDRA MUSTIKA	82
10	DANU ADAM NUGROHO	84
11	DAVA ARINALDI	83
12	DAVID RAHAYU	83
13	DWI NUR KHASANAH	84
14	ELY FAUZIAH	82
15	ERVINA INTAN NESWARI	84
16	MAYA SHYNTA DEWI	83
17	MUHAMMAD DARYELL LUTHFAN	83
18	MUHAMMAD HARRIS DARMAWAN	83
19	MURWATI	82
20	NARES HUNAFA	84
21	NOVI KUSUMASTUTIK	84
22	NUR ASTUTI	83
23	NURUL HALIMAH	84
24	PRATIWI SRI HASNA UTAMI	84
25	PUPUT MULADA NGULARI	84
26	PUTRI RATNA SARI	82
27	RAHMA OKTAVIA NURUL AISYAH	84
28	RISA DWI SAPUTRI	82
29	RIZKA FAIHA SIDIQ	82
30	TITIK KHATRUN NADA	84
31	VIOLITA LISNA SALASABILA	82

bola voli

kelas XI IPA 3

26/07/2016

passing bawah, servis bawah

08/08/2016

passing atas, servis atas, smash

no	nama	bola voli			jumlah
		afektif	kognitif	psikomotor	
1	ALDALIA FEBIOLA AMADEA	79	80	79	79,33
2	ANINDA DESTA NUR'AINI	79	80	79	79,33
3	ANISA WINDI LUKITASARI	80	80	79	79,67
4	ARFIAN AHMAD RAFIT	80	80	81	79,67
5	AULIA TYASSITHA PUTRI SHALSABILA	80	80	80	80
6	DEFITA FAJAR RAMADHANI	80	80	79	79,67
7	DEWANGGA BIMA NARINDRA	80	80	80	80
8	DEWI RETNO GUMILANG MAHESWARI	80	80	79	79,67
9	DIMAS CAHYA	80	80	82	80,67
10	DIWANNOKO LAKSONO	79	80	80	79,67
11	DWIKY RIZA MAHENDRA	80	80	82	80,67
12	DYOTAREZA ZAHRA KAULIKA	79	80	82	80,33
13	EGA MEILASARI	80	80	79	79,67
14	FORELLA BUNGARIA TAMARIS	79	80	80	79,67
15	FRANCISCO LUCIANO ELIAN SATRIATAM	80	80	84	81,33
16	HIMA YUNITA	80	80	84	81,33
17	KRISNAFIERDA JATI SANOSA	80	80	84	81,33
18	LARASATI	79	80	79	79,33
19	LILIN PRAMITA DEWI	79	80	79	79,33
20	MARCHELINA ITTANG WIDYANTO	79	80	78	79
21	MELISA NUR WASIM	79	80	79	79,33
22	RAIHANA HANIFA	79	80	81	80
23	REFRELZA EL NISAA ANDREINE	80	80	79	79,67
24	RINDA KURNIAWATI	79	80	79	79,33
25	RIONALDI ALJANSYAH	80	80	80	80
26	SAUFA PANTRA FILLAH	80	80	80	80
27	SHAFYA' SEPTI SHOFIRA	80	80	82	80,67
28	SHAFYA YULITA SALMA NAFISA	79	80	79	79,33
29	SHINTA SUKOWATI	79	80	79	79,33
30	VERA LINDA AGUSTINA	79	80	79	79,33
31					

kelas XI IPA 3
sepakbola
15/08/2016 passing, dribling, controling
22/08/2016 penilaian teknik dasar sepakbola

no	nama	bola voli			jumlah
		afektif	kognitif	psikomotor	
1	ALDALIA FEBIOLA AMADEA	79	80	80	79,67
2	ANINDA DESTA NUR'AINI	79	80	80	79,67
3	ANISA WINDI LUKITASARI	80	80	80	80
4	ARFIAN AHMAD RAFIT	80	80	83	80
5	AULIA TYASSITHA PUTRI SHALSABILA	80	80	80	80
6	DEFITA FAJAR RAMADHANI	80	80	80	80
7	DEWANGGA BIMA NARINDRA	80	80	83	81
8	DEWI RETNO GUMILANG MAHESWARI	80	80	80	80
9	DIMAS CAHYA	80	80	82	80,67
10	DIWANNOKO LAKSONO	79	80	83	80,67
11	DWIKY RIZA MAHENDRA	80	80	83	81
12	DYOTAREZA ZAHRA KAULIKA	79	80	81	80
13	EGA MEILASARI	80	80	80	80
14	FORELLA BUNGARIA TAMARIS	80	80	80	80
15	FRANCISCO LUCIANO ELIAN SATRIATAM	79	80	83	80,67
16	HIMA YUNITA	80	80	83	81
17	KRISNAFIERDA JATI SANOSA	80	80	83	81
18	LARASATI	81	80	80	80,33
19	LILIN PRAMITA DEWI	80	80	80	80
20	MARCHELINA ITTANG WIDIYANTO	79	79	79	79
21	MELISA NUR WASIM	80	80	80	80
22	RAIHANA HANIFA	80	80	80	80
23	REFRELZA EL NISAA ANDREINE	80	80	80	80
24	RINDA KURNIAWATI	80	80	80	80
25	RIONALDI ALJANSYAH	80	80	80	80
26	SAUFA PANTRA FILLAH	80	80	81	80,33
27	SHAFYA' SEPTI SHOFIRA	80	80	82	80,67
28	SHAFYA YULITA SALMA NAFISA	80	80	80	80
29	SHINTA SUKOWATI	80	80	80	80
30	VERA LINDA AGUSTINA	80	80	80	80
31					

bola basket	kelas XI IPA 3 29/08/2016 06/07/2016	passing, dribbling
-------------	--	--------------------

no	nama	bola voli			jumlah
		afektif	kognitif	psikomotor	
1	ALDALIA FEBIOLA AMADEA		80		
2	ANINDA DESTA NUR'AINI		80		
3	ANISA WINDI LUKITASARI		80		
4	ARFIAN AHMAD RAFIT		80		
5	AULIA TYASSITHA PUTRI SHALSABILA		80		
6	DEFITA FAJAR RAMADHANI		80	82	
7	DEWANGGA BIMA NARINDRA		80		
8	DEWI RETNO GUMILANG MAHESWARI		80	81	
9	DIMAS CAHYA		80		
10	DIWANNOKO LAKSONO		80	83	
11	DWIKY RIZA MAHENDRA		80		
12	DYOTAREZA ZAHRA KAULIKA	79	83	84	
13	EGA MEILASARI		80		
14	FOIRELLA BUNGARIA TAMARIS	81	83	84	
15	FRANCISCO LUCIANO ELIAN SATRIATAM		80		
16	HIMA YUNITA		80		
17	KRISNAFIERDA JATI SANOSA		80		
18	LARASATI		80		
19	LILIN PRAMITA DEWI		80		
20	MARCHELINA ITTANG WIDHYANTO		82	82	
21	MELISA NUR WASIM		80		
22	RAIHANA HANIFA		80		
23	REFRELZA EL NISAA ANDREINE		80		
24	RINDA KURNIAWATI		80		
25	RIONALDI ALJANSYAH		80		
26	SAUFA PANTRA FILLAH		80		
27	SHAFYA SEPTI SHOFIRA		80		
28	SHAFYA YULITA SALMA NAFISA		80		
29	SHINTA SUKOWATI		80		
30	VERA LINDA AGUSTINA		80		
31					

nilai tugas XI IPA 3

no	nama	nilai
1	ALDALIA FEBIOLA AMADEA	84
2	ANINDA DESTA NUR'AINI	82
3	ANISA WINDI LUKITASARI	82
4	ARFIAN AHMAD RAFI'I	83
5	AULIA TYASSITHA PUTRI SHALSABILA	84
6	DEFITA FAJAR RAMADHANI	82
7	DEWANGGA BIMA NARINDRA	82
8	DEWI RETNO GUMILANG MAHESWARI	84
9	DIMAS CAHYA	84
10	DIWANNOKO LAKSONO	83
11	DWIKY RIZA MAHENDRA	83
12	DYOTAREZA ZAHRA KAULIKA	82
13	EGA MEILASARI	83
14	FORELLA BUNGARIA TAMARIS	84
15	FRANCISCO LUCIANO ELIAN SATRIATAM	84
16	HIMA YUNITA	82
17	KRISNAFIERDA JATI SANOSA	82
18	LARASATI	82
19	LILIN PRAMITA DEWI	82
20	MARCHELINA ITTANG WIDIYANTO	82
21	MELISA NUR WASIM	84
22	RAIHANA HANIFA	84
23	REFRELZA EL NISAA ANDREINE	84
24	RINDA KURNIAWATI	83
25	RIONALDI ALJANSYAH	83
26	SAUFA PANTRA FILLAH	84
27	SHAFYA' SEPTI SHOFIRA	82
28	SHAFYA YULITA SALMA NAFISA	84
29	SHINTA SUKOWATI	84
30	VERA LINDA AGUSTINA	82

kelas XI IPA 1					
bola voli		30/07/2016	passing bawah, servis bawah		
		06/07/2016	passing atas, servis atas, smash		
n o	nama		bola voli		jumlah
			afektif	kognitif	psikomotor
1	ABID ABIYYU FATHIN	80	79	81	80
2	ALFIN ADIASMARA JATI	80	79	82	80,33
3	ALMA LIVIA DEWI NURANY	81	80	79	80
4	ALVIAN HANIF PERMANA	79	79	80	79,33
5	AMIRA LAKSMITA LARASATI	79	79	80	79,33
6	ARDIMAS WIJAYA SAPUTRA	80	80	80	80
7	ARNI ANASTASIYA	81	79	79	79,66
8	DITA PUSPITA SARI	79	78	79	78,33
9	ENGGAR DAMAYANTI	81	80	79	80
10	FEBRIANA DWI KURNIA	79	79	79	79
11	FIJAY ALFIADI	81	80	80	80,33
12	FIQIH AMANDA ANDRIANI	79	78	79	78,67
13	HERLIN NIRMALASARI RAHADIANI	79	79	79	79
14	HILBRAM YANUARTA	79	79	79	79
15	ISNA NURAINI	79	79	78	78,67
16	LAILLA PUTRI ANGGITA SARI	80	78	80	79,33
17	LUTFIANA NURAFIKA SARI	80	78	80	79,33
18	MAHENDRA WIJAYA	79	78	80	79
19	MILLENNIA QURROTUN AINI	80	78	80	79,33
20	MUSLIKHATUN TAQWIYAH	79	79	80	79,33
21	QOTRUNNADA SALSABILA MUNAWARO	79	79	79	79
22	RIZKY DWI SEPTIANI	80	79	80	79,67
23	SEKAR AYU RUKMI	80	78	80	79,33
24	SRI WAHYU RETNO GAYATRI	79	78	79	78,33
25	THRE MELLYNA RAMADHAN	80	78	80	79,33
26	TIARA WIDYASTUTI	80	79	80	79,67
27	TRIANA NURSARI	79	79	79	79
28	TUTIK APRINI	80	78	79	79
29					
30	WAMA RULANDA NUR FATIMAH	80	78	79	79
31	WINDA WIDYA ASTUTI	79	78	79	78,67

kelas XI IPA 1					
sepakbola		13/08/2016	passing, dribling, controling		
		20/08/2016	penilaian teknik dasar sepaknola		
n o	nama		bola voli		jumlah
			afektif	kognitif	psikomotor
1	ABID ABIYYU FATHIN	80	80	81	80,33
2	ALFIN ADIASMARA JATI	80	80	82	80,67
3	ALMA LIVIA DEWI NURANY	81	80	79	80
4	ALVIAN HANIF PERMANA	79	80	80	79,33
5	AMIRA LAKSMITA LARASATI	79	80	80	79,33
6	ARDIMAS WIJAYA SAPUTRA	80	80	80	80
7	ARNI ANASTASIYA	81	80	79	80
8	DITA PUSPITA SARI	79	80	79	79,33
9	ENGGAR DAMAYANTI	81	80	79	80
10	FEBRIANA DWI KURNIA	79	80	79	79,33
11	FIJAY ALFIADI	81	80	80	80,33
12	FIQIH AMANDA ANDRIANI	79	80	79	79,33
13	HERLIN NIRMALASARI RAHADIANI	79	80	79	79,33
14	HILBRAM YANUARTA	79	80	79	79,33
15	ISNA NURAINI	79	80	78	79
16	LAILLA PUTRI ANGGITA SARI	80	80	80	80
17	LUTFIANA NURAFIKA SARI	80	80	80	80
18	MAHENDRA WIJAYA	79	80	80	79,33
19	MILLENNIA QURROTUN AINI	80	80	80	80
20	MUSLIKHATUN TAQWIYAH	79	80	80	79,33
21	QOTRUNNADA SALSABILA MUNAWARO	79	80	79	79,33
22	RIZKY DWI SEPTIANI	80	80	80	80
23	SEKAR AYU RUKMI	80	80	80	80
24	SRI WAHYU RETNO GAYATRI	79	80	79	79,33
25	THRE MELLYNA RAMADHAN	80	80	80	80
26	TIARA WIDYASTUTI	80	80	80	80
27	TRIANA NURSARI	79	80	79	79,33
28	TUTIK APRINI	80	80	79	79,67
29					
30	WAMA RULANDA NUR FATIMAH	80	80	79	79,67
31	WINDA WIDYA ASTUTI	79	80	79	79,33

kelas XI IPA 1					
bolabasket		27/08/2016	passing, dribling		
		03/08/2016	shoting		
n o	nama		bola voli		jumlah
			afektif	kognitif	psikomotor
1	ABID ABIYYU FATHIN	83	81	81	81,67
2	ALFIN ADIASMARA JATI	83	82	84	83
3	ALMA LIVIA DEWI NURANY	80	80	80	80
4	ALVIAN HANIF PERMANA	82	80	82	81,33
5	AMIRA LAKSMITA LARASATI	81	80	80	80,33
6	ARDIMAS WIJAYA SAPUTRA	81	80	82	81
7	ARNI ANASTASIYA	81	80	80	80,33
8	DITA PUSPITA SARI	81	80	80	80,33
9	ENGGAR DAMAYANTI	81	82	82	81,67
10	FEBRIANA DWI KURNIA	81	80	80	80,33
11	FIJAY ALFIADI	81	80	80	80,33
12	FIQIH AMANDA ANDRIANI	81	80	80	80,33
13	HERLIN NIRMALASARI RAHADIANI	81	80	80	80,33
14	HILBRAM YANUARTA	81	80	80	80,33
15	ISNA NURAINI	81	80	80	80,33
16	LAILLA PUTRI ANGGITA SARI	81	80	80	80,33
17	LUTFIANA NURAFIKA SARI	81	80	82	81
18	MAHENDRA WIJAYA	81	80	80	80,33
19	MILLENNIA QURROTUN AINI	81	80	80	80,33
20	MUSLIKHATUN TAQWIYAH	81	80	81	80,67
21	QOTRUNNADA SALSABILA MUNAWARO	81	80	80	80,33
22	RIZKY DWI SEPTIANI	81	80	81	80,67
23	SEKAR AYU RUKMI	81	80	80	80,33
24	SRI WAHYU RETNO GAYATRI	81	80	80	80,33
25	THRE MELLYNA RAMADHAN	81	80	80	80,33
26	TIARA WIDYASTUTI	81	80	80	80,33
27	TRIANA NURSARI	81	80	81	80,67
28	TUTIK APRINI	81	80	80	80,33
29					
30	WAMA RULANDA NUR FATIMAH	81	80	81	80,67
31	WINDA WIDYA ASTUTI	81	80	81	80,67

kelas XI IPA 1					
softball		10/09/2016	permainan softball		
no	nama	softball			jumlah
		afektif	kognitif	psikomotor	
1	ABID ABIYYU FATHIN				
2	ALFIN ADIASMARA JATI			83	
3	ALMA LIVIA DEWI NURANY			80	
4	ALVIAN HANIF PERMANA				
5	AMIRA LAKSMITA LARASATI				
6	ARDIMAS WIJAYA SAPUTRA			81	
7	ARNI ANASTASIYA				
8	DITA PUSPITA SARI				
9	ENGGAR DAMAYANTI			80	
10	FEBRIANA DWI KURNIA				
11	FIJAY ALFIADI			81	
12	FIQIH AMANDA ANDRIANI				
13	HERLIN NIRMALASARI RAHADIANI				
14	HILBRAM YANUARTA				
15	ISNA NURAINI				
16	LAILLA PUTRI ANGGITA SARI				
17	LUTFIANA NURAFIKA SARI				
18	MAHENDRA WIJAYA			81	
19	MILLENNIA QURROTUN AINI				
20	MUSLIKHATUN TAQWIYAH				
21	QOTRUNNADA SALSABILA MUNAWARO				
22	RIZKY DWI SEPTIANI				
23	SEKAR AYU RUKMI				
24	SRI WAHYU RETNO GAYATRI				
25	THRE MELLYNA RAMADHAN				
26	TIARA WIDYASTUTI				
27	TRIANA NURSARI				
28	TUTIK APRINI				
29					
30	WAMA RULANDA NUR FATIMAH				
31	WINDA WIDYA ASTUTI				

nilai tugas XI IPA 1

no	nama	nilai
1	ABID ABIYYU FATHIN	81
2	ALFIN ADIASMARA JATI	84
3	ALMA LIVIA DEWI NURANY	84
4	ALVIAN HANIF PERMANA	84
5	AMIRA LAKSMITA LARASATI	84
6	ARDIMAS WIJAYA SAPUTRA	81
7	ARNI ANASTASIYA	81
8	DITA PUSPITA SARI	81
9	ENGGAR DAMAYANTI	84
10	FEBRIANA DWI KURNIA	81
11	FIJAY ALFIADI	84
12	FIQIH AMANDA ANDRIANI	84
13	HERLIN NIRMALASARI RAHADIANI	81
14	HILBRAM YANUARTA	84
15	ISNA NURAINI	81
16	LAILLA PUTRI ANGGITA SARI	84
17	LUTFIANA NURAFIKA SARI	81
18	MAHENDRA WIJAYA	84
19	MILLENIA QURROTUN AINI	84
20	MUSLIKHATUN TAQWIYAH	81
21	QOTRUNNADA SALSABILA MUNAWARO	81
22	RIZKY DWI SEPTIANI	81
23	SEKAR AYU RUKMI	81
24	SRI WAHYU RETNO GAYATRI	84
25	THRE MELLYNA RAMADHAN	81
26	TIARA WIDYASTUTI	81
27	TRIANA NURSARI	81
28	TUTIK APRINI	81
29		
30	WAMA RULANDA NUR FATIMAH	81
31	WINDA WIDYA ASTUTI	81

BUKU TATAP MUKA

MATA PELAJARAN : PENDIDIKAN JASMANI
KELAS / SEMESTER : XI/I
TAHUN PELAJARAN : 2016 / 2017

NO.	TANGGAL	KELAS	MATERI
1	25-07-2016	XI IPA 2	Teknik dasar permainan bola voli, Passing bawah dan servis bawah bola voli
2	26-07-2016	XI IPA 3	Teknik dasar permainan bola voli, Passing bawah dan servis bawah bola voli
3	30-07-2016	XI IPA 1	Teknik dasar permainan bola voli, Passing bawah dan servis bawah bola voli
4	01-08-2016	XI IPA 2	Teknik dasar permainan bola voli, Passing atas, servis atas dan smash bola voli
5	02-08-2016	XI IPA 2	Permainan bola tangan
6	06-08-2016	XI IPA 1	Teknik dasar permainan bola voli, Passing atas, servis atas dan smash bola voli
7	08-08-2016	XI IPA 3	Teknik dasar permainan bola voli, Passing atas, servis atas dan smash bola voli
8	09-08-2016	XI IPA 2	Teknik dasar permainan sepakbola, passing, controlling, dribbling
9	13-08-2016	XI IPA 1	Teknik dasar permainan sepakbola, passing, controlling, dribbling

10	15-08-2016	XI IPA 3	Teknik dasar permainan sepakbola, passing, controling, dribling
11	16-08-2016	XI IPA 2	Teknik dasar permainan sepakbola, passing, controling, dribling
12	20-08-2016	XI IPA 1	Teknik dasar permainan sepakbola, passing, controling, dribling
13	22-08-2016	XI IPA 3	Teknik dasar permainan sepakbola, passing, controling, dribling
14	23-08-2016	XI IPA 2	Teknik dasar permainan bola basket, passing, dribling
15	27-08-2016	XI IPA 1	Teknik dasar permainan bola basket, passing, dribling
16	29-08-2016	XI IPA 3	Teknik dasar permainan bola basket, passing, dribling
17	30-08-2016	XI IPA 2	Teknik dasar permainan bola basket, shooting
18.	02-08-2016	XI IPA 1	Teknik dasar permainan bola basket, shooting
19.	06-09-2016	XI IPA 2	Permainan softball
20.	10-09-2016	XI IPA 1	Permainan softball
21.	13-09-2016	XI IPA 2	Permainan softball

DAFTAR HADIR KELAS XI IPA 3

NO	NAMA SISWA	KE	1	2	3	4	5	6	7	8
		TGL	26/07/2016	08/08/2016	15/08/2016	22/08/2016	29/08/2016	05/09/2016	12/09/2016	
1	ALDALIA FEBIOLA AMADEA		.	.	S	.	i			
2	ANINDA DESTA NUR'AINI				
3	ANISA WINDILUKITASARI				
4	ARFIAN AHMAD RAFTI		.	.	S	.	i			
5	AULIA TYASSITHA PUTRI SHALSBILA				
6	DEFTA FAJAR RAMADHANI				
7	DEWANGGA BIMA NARINDRA				
8	DEWI RETNO GUMILANG MAHESWARI		.	S	.	.	.			
9	DIMAS CAHYA				
10	DIWANNOKO LAKSONO				
11	DWKY RIZA MAHENDRA				
12	DYOTAREZA ZAHRA KAULIKA				
13	EGA MEIASARI				
14	FIORELLA BUNGARIA TAMARIS				
15	FRANCISCO LUCIANO ELIAN SATRIATAM				
16	HIMA YUNITA				
17	KRISNAFIERDA JATI SANOSA				
18	LARASATI		i			
19	LILIN PRAMITA DEWI				
20	MARCHELINA ITTANG WIDYANTO		.	1	1	.	.			
21	MELISA NUR WASIM		i			
22	RAHANA HANIE'A				
23	REIRELZA EL NISAA ANDREINE		i			
24	RINDA KURNIAWATI				
25	RONALDI ALJIANSYAH				
26	SAUFA PANTRA FILLAH		i			
27	SHAFIA SEPTISHOEIRA				
28	SHAFIA YULITA SALMA NAFISA				
29	SHINTA SUKOWATI				
30	VERA LINDA AGUSTINA				
31					

DAFTAR HADIR KELAS XI IPA 2



