

LAPORAN INDIVIDU
KEGIATAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
DI SMP N 2 MUNTILAN

Disusun sebagai Pertanggungjawaban Pelaksanaan

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)

Tahun Akademik 2016



Disusun oleh:

Franiko Ardiyanto

13601244040

PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN, DAN REKREASI

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2016

HALAMAN PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, menyatakan bahwa mulai tanggal 15 Juli - 15 September 2016 telah melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Tahun Akademik 2016/2017 di SMP N 2 MUNTILAN yang bernama :

Nama : Franiko Ardiyanto
Nim : 13601244040
Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

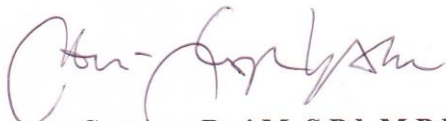
Sebagai pertanggungjawabannya telah disusun laporan individu Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Tahun Akademik 2016/2017 di SMP Negeri 2 Muntilan.

Magelang, 5 September 2016

Mengesahkan,

Dosen Pembimbing Lapangan PPL

Guru Mata Pelajaran



Agus Susworo Dwi M, S.Pd., M.Pd
NIP. 197108082001121001

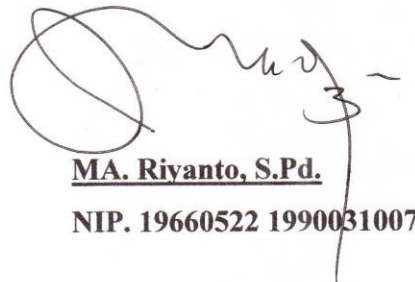


Sugiantara, S.Pd
NIP. 19710303 199802 1 002

Mengetahui,

Kepala SMP N 2 Muntilan

Koordinator PPL SMP N 2 Muntilan



MA. Riyanto, S.Pd.
NIP. 19660522 1990031007

KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang selalu melimpahkan rahmat, taufik, hidayah serta inayah-Nya penulis dapat menyelesaikan PPL di SMP Negeri 2 Muntilan. dengan lancar. Laporan ini disusun sebagai bukti bahwa penulis telah menempuh kegiatan PPL di SMP Negeri 2 Muntilan. Serta sebagai salah satu syarat kelulusan Program Studi S1 Pend. Jasmani Kesehatan & Rekreasi FIK, UNY. Penyusun menyadari bahwa keberhasilan kegiatan PPL ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan serta doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd, M.A selaku rektor Universitas Negeri Yogyakarta
2. Ketua LPPM beserta Staf yang telah memberikan semua informasi pelaksanaan PPL disekolah
3. Agus Susworo Dwi M, S.Pd.,M.Pd. selaku Dosen Pembimbing PPL yang telah memberikan bimbingan serta pengarahan dalam melaksanakan PPL dan program PPL.
4. H. Bakrodin, M.Pd selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 2 Muntilan, yang telah memberikan ijin kepada penulis dan rekan-rekan mahasiswa untuk melaksanakan PPL di SMP Negeri 2 Muntilan.
5. MA. Riyanti, S.Pd selaku koordinator PPL di sekolah yang telah memberikan bantuan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.
6. Sugiantara, SPd.Jas selaku guru pembimbing yang dengan sabar memberikan bimbingan, dukungan, dan motivasi sehingga penulis bisa melaksanakan PPL.
7. Seluruh guru dan karyawan di SMP Negeri 2 Muntilan yang telah membimbing serta memberikan dukungan sehingga penulis dapat menjalankan kegiatan PPL ini.
8. Teman-teman PPL UNY 2016 yang selalu memberikan semangat.
9. Teman-teman PPLUNNES yang melakukan PPL di SMP N 2 Muntilan
10. Siswa-siswi SMP Negeri 2 Muntilan, terima kasih atas kerjasamanya
11. Semua pihak yang telah membantu pelaksanaan PPL yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu

Dalam penulisan laporan ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu penulis sangat mengharap kritik dan saran dari pembaca. Semoga laporan ini bermanfaat pada diri penulis khususnya dan para pembaca pada umumnya.

Yogyakarta, 15 September 2016

Penulis

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 dan Kondisi Sekolah	1
B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL.....	8
BAB II PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL	
A. Persiapan.....	12
B. Pelaksanaan Praktik Mengajar.....	14
C. Analisis Hasil Pelaksanaan	17
D. Refleksi.....	19
BAB III PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	20
B. Saran	20
DAFTAR PUSTAKA	22
LAMPIRAN.....	23

DAFTAR LAMPIRAN

1. Matriks Program kerja PPL
2. Format Observasi Pembelajaran di Kelas dan Peserta Didik
3. Format Observasi Kondisi Sekolah
4. Laporan Mingguan
5. Perangkat Administrasi :
 - a. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
6. Dokumentasi Kegiatan PPL
 - a. Foto kegiatan

**LAPORAN KEGIATAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN, DAN REKREASI
DI SMP NEGERI 2 MUNTILAN
2016**

ABSTRAK

**Oleh :
Franiko Ardiyanto
13601244040**

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan suatu program terpadu yang dilaksanakan oleh Universitas Negeri Yogyakarta (UNY), yang wajib diikuti oleh seluruh mahasiswa kependidikan di UNY. Program PPL ini merupakan sarana pengaplikasian ilmu yang telah diperoleh mahasiswa di bangku kuliah. Selain itu, program PPL ini merupakan salah satu wujud Tri Dharma Perguruan Tinggi yaitu pengabdian kepada masyarakat yang dalam hal ini adalah sekolah. Dalam hal ini masyarakat sekolah turut membantu serta mendukung pengembangan sekolah melalui program PPL.

Program PPL di SMP Negeri 2 Muntilan dimula sejak 15 Juli 2016 sampai 15 September 2016. Adapun pelaksanaan program PPL tersebut meliputi observasi sekolah, observasi kelas, persiapan mengajar, dan RPP, praktik mengajar, pelaksanaan piket di sekolah, pelaksanaan piket guru, serta kegiatan-kegiatan lain yang bertujuan untuk mengembangkan diri mahasiswa agar siap menjadi tenaga pendidik yang berkualitas di masa mendatang. Pada tahap praktik mengajar, mahasiswa menyiapkan perangkat pembelajaran yang meliputi Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dan media pembelajaran. Praktik mengajar mulai dilaksanakan pada tanggal 15 Juli 2016 sampai 15 September 2016. Pada tahap pelaksanaan, mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi diberi kesempatan untuk mengajar di kelas VII A, VII B, VII C, VII D, VII E, VIII A, VIII B, VIII C, VIII E, VIII F, XI A, XI B, XI C, XI D, IX F dan XI G. dengan alokasi waktu 2 x 40 menit untuk KTSP dan 3 x 40 menit untuk K13. Permasalahan yang ditemui mahasiswa PPL di SMP Negeri 2 Muntilan adalah masalah pengelolaan kelas dan

penguasaan materi kurikulum yang masih membutuhkan strategi khusus serta sarana dan prasana yang minim.

Hasil yang diperoleh dari kegiatan PPL yaitu mahasiswa mendapatkan pengalaman nyata berkaitan dengan perencanaan, penyusunan perangkat pembelajaran, proses pembelajaran dan pengeolaan kelas. Mahasiswa dapat mengembangkan ilmu serta keterampilan mengajar yang dimiliki sesuai bidang keilmuan yang ditempuh. Pengelolaan kelas sangat perlu ditingkatkan agar siswa dapat menerima materi pembelajaran dengan baik. Salah satu hal yang perlu dilakukan untuk meningkatkan pengelolaan kelas diantaranya adalah membangun komunikasi yang baik antara mahasiwa PPL dengan siswa-siswa, sehingga terjalin kerjasama antara guru dan siswa ketika melaksanakan kegiatan pembelajaran di kelas.

Kata kunci : PPL, pembelajaran, siswa.

BAB I

PENDAHULUAN

Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan salah satu wujud nyata dari Tri Dharma Perguruan Tinggi. Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan dimaksudkan untuk memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk menerapkan ilmu pengetahuan dan keterampilan yang dipelajari di kampus ke dalam kehidupan nyata di masyarakat. Kegiatan ini adalah wujud kerja nyata mahasiswa dalam mengabdikan diri kepada masyarakat pendidikan yang dilaksanakan di SMP Negeri 2 Muntilan. Kegiatan PPL adalah kegiatan langsung mahasiswa dalam berproses menjadi guru dengan terjun langsung dalam kegiatan proses belajar mengajar.

Dalam rangka upaya peningkatan efisiensi dan kualitas penyelenggaraan pembelajaran maka Universitas Negeri Yogyakarta melaksanakan mata kuliah lapangan yakni Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), yang dilaksanakan dalam kurun waktu 8 minggu.

Adapun tujuan dari pelaksanaan PPL yang tercantum pada panduan PPL UNY edisi 2015 adalah:

1. Memberikan pengalaman kepada mahasiswa dalam bidang pembelajaran dan manajerial di sekolah atau lembaga, dalam rangka melatih dan mengembangkan kompetensi keguruan atau kependidikan.
2. Memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk mengenal, mempelajari, dan menghayati permasalahan sekolah atau lembaga baik yang terkait dengan proses pembelajaran maupun kegiatan manajerial kelembagaan.
3. Meningkatkan kemampuan mahasiswa untuk menerapkan ilmu pengetahuan dan ketrampilan yang telah dikuasai secara interdisipliner ke dalam kehidupan nyata di sekolah atau lembaga pendidikan.
4. Memacu pengembangan sekolah atau lembaga dengan cara menumbuhkan motivasi atas dasar kekuatan sendiri.
5. Meningkatkan hubungan kemitraan antara UNY dengan pemerintah daerah, sekolah, dan lembaga pendidikan terkait.

A. Analisis Situasi

1. Kondisi Umum Sekolah

SMP Negeri 2 Muntilan merupakan salah satu sekolah menengah pertama di Kabupaten Magelang yang berlokasi di Jalan Wates, Kecamatan Muntilan, Kabupaten Magelang, Jawa Tengah. Secara geografis, SMP Negeri 2 Muntilan terletak di daerah strategis, sangat

dekat dengan jalan provinsi yang menggabungkan Jawa Tengah dan Daerah Istimewa Yogyakarta.

SMP Negeri 2 Muntilan merupakan sekolah unggulan dan favorit di Kabupaten Magelang. SMP Negeri 2 Muntilan memiliki tenaga pengajar sebanyak 39 orang, karyawan dan TU sebanyak 12 orang, serta jumlah siswa kurang lebih 567 siswa. Beberapa guru di SMP Negeri 2 Muntilan telah lolos dalam sertifikasi guru sehingga dapat disimpulkan bahwa guru-guru di SMP Negeri 2 Muntilan telah memiliki kualitas yang baik dan profesional. Selain itu, ada beberapa guru yang menjadi pengurus MGMP di daerah Magelang. Beberapa guru juga telah melakukan penelitian ilmiah dan menghasilkan beberapa karya ilmiah, meskipun belum semua dapat mengikuti KIG. Saat ini SMP Negeri 2 Muntilan telah menjadi sekolah standar nasional. Visi sekolah adalah "Luhur dalam Budi Pekerti, Unggul dalam Prestasi".

2. **Kondisi Fisik Sekolah**

Berdasarkan hasil observasi, diperoleh data sebagai berikut:

NO.	NAMA RUANG	JUMLAH
1.	Ruang kelas	19
2.	Ruang guru	1
3.	Ruang kepala sekolah	1
4.	Ruang TU	1
5.	Laboratorium	3
6.	Ruang BK	1
7.	Ruang UKS	1
8.	Perpustakaan	1
9.	Ruang Piket	1
10.	Koperasi	1
11.	Kantin	1
12.	Toilet	8
13.	Tempat ibadah	1
14.	Tempat parkir	1
15.	Lapangan upacara	1
16.	Lapangan basket	1

a. Ruang Kelas

SMP Negeri 2 Muntilan ini memiliki 19 ruangan kelas, dengan pembagian 6 ruang kelas untuk kelas VII, 6 ruang kelas untuk kelas VIII, 7 ruang kelas untuk kelas IX. Di setiap ruang telah disediakan whiteboard, beberapa kelas ada LCD, dan proyektor. Meskipun di setiap kelas disediakan LCD dan proyektor, tidak semua fasilitas tersebut berfungsi sebagaimana mestinya. LCD di sekolah ini hanya terdapat di beberapa kelas, kebanyakan kelas tidak ada LCD. Jika ingin menggunakan LCD biasanya menggunakan Laboratorium IPA. Administrasi kelas juga tersedia di setiap kelas, meliputi nama siswa, denah tempat duduk, dan jadwal piket kelas. Terdapat pula kata-kata mutiara yang juga merupakan semboyan dari sekolah yang diharapkan dapat memotivasi siswa dalam kegiatan belajar mengajar di kelas.

b. Ruang Kantor

SMP Negeri 2 Muntilan memiliki tiga ruang kantor yaitu ruang kepala sekolah, ruang guru, dan ruang Tata Usaha (TU). Ruang guru terletak di sebelah selatan menghadap ke utara. Sementara ruang Kepala Sekolah, ruang Tata Usaha berada di sebelah ujung barat menghadap ke timur. Ruang guru memiliki kelengkapan fasilitas yang cukup memadai seperti meja dan kursi guru, almari guru serta perangkat mengajar. Ruang TU terletak di sebelah ruang Kepala Sekolah, ruangan TU memiliki meja, kursi, komputer, printer, almari, arsip, dan peralatan perlengkapan administrasi lainnya.

c. Laboratorium

Terdapat 3 laboratorium di SMP Negeri 2 Muntilan, yaitu laboratorium IPA, laboratorium komputer, dan laboratorium Bahasa. Laboratorium IPA di SMP Negeri 2 Muntilan yang telah memiliki peralatan praktik yang cukup lengkap. Peralatan praktikum di laboratorium ini misalnya KIT fisika, alat peraga, awetan, serta peralatan-peralatan praktikum lainnya. Media untuk mempermudah KBM seperti LCD, speaker, whiteboard, komputer juga sudah lengkap. Pada laboratorium IPA terdapat almari kaca digunakan untuk tempat penyimpanan alat-alat ntuk praktikum contohnya mikroskop dan beberapa preparat.

Laboratorium ini telah memiliki kelengkapan fasilitas guna menunjang kegiatan belajar mengajar . Laboratorium ini dilengkapi dengan 40 headset, satu unit komputer, dan satu tape-recorder untuk operator. Laboratorium ini digunakan ketika siswa memiliki kelas

bahasa, misal untuk media pengajaran listening dalam kelas bahasa Inggris. Akan tetapi fasilitas ini masih relatif jarang digunakan oleh para guru. Hal ini dikarenakan menggunakan laboratorium bahasa menyita banyak waktu untuk pindah dari kelas biasa. Untuk saat ini, laboratorium Bahasa digunakan sebagai ruang kelas IX G.

Laboratorium komputer hanya digunakan ketika siswa mengikuti kelas Teknik Informatika (TI) atau pelajaran lain yang membutuhkan fasilitas komputer atau internet, karena fasilitas komputer di ruangan ini telah dilengkapi dengan internet untuk memberikan kemudahan mengakses informasi bagi siswa. Jumlah komputer di kelas tersebut sekitar 40 komputer sehingga satu siswa dapat menggunakan satu komputer. Di dalam laboratorium tersebut disediakan juga white board, LCD, proyektor, printer, dan komputer dengan speaker untuk guru. Siswa tidak diperbolehkan menggunakan fasilitas laboratorium komputer tanpa izin pengawas laboratorium TIK.

d. Ruang Bimbingan Konseling

Kondisi ruangan atau kondisi fisik dari ruang yang digunakan untuk bimbingan konseling di SMP Negeri 2 Muntilan terlihat baik dan segala sesuatunya tertata dengan rapi. Ditambah lagi, alur penyelesaian untuk siswa-siswa yang bermasalah sudah terorganisir dengan baik.

e. Unit Kesehatan Sekolah (UKS)

Awalnya ruang UKS berada di bagian selatan di depan ruang guru, yang mana merupakan ruang sementara. Saat ini sedang dilakukan pembangunan untuk ruang UKS sehingga barang – barangnya dipindahkan. Untuk mengganti ruang UKS, jika ada siswa yang sakit dibawa ke aula atau posko PPL untuk beristirahat.

f. Perpustakaan

Perpustakaan terletak di ujung barat daya sekolah tepatnya di lantai dua. Buku yang tersedia antara lain, buku fiksi, nonfiksi, dan beberapa ensiklopedia dan referensi lainnya. Setiap siswa diperbolehkan meminjam tahunan khusus untuk buku referensi mata pelajaran yang disarankan oleh guru mata pelajaran. Setiap harinya sekitar ± 50 siswa mengunjungi perpustakaan.

g. Koperasi Siswa

Jenis usaha yang dijalankan di koperasi siswa ini adalah kantin makanan dan minuman serta alat tulis. Barang-barang yang tersedia

sudah sesuai dengan kebutuhan para siswa itu sendiri. Koperasi ini berada di dekat perpustakaan.

h. Kantin

Di SMP Negeri 2 Muntilan ini terdapat tujuh kantin yang cukup bersih sehingga aman bagi siswa-siswa untuk membeli makanan dan minuman di sini. Kantin ini terletak di sebelah timur. Ada enam warung yang menyediakan makanan dan minuman yang cukup bersih dengan harga terjangkau bagi siswa.

i. Toilet

Toilet di SMP Negeri 2 Muntilan terdapat di dua titik, titik pertama berada di sebelah utara dekat dengan kelas VIII A, toilet ini merupakan toilet siswa yang dibedakan antara toilet siswa putra dan putri. Titik kedua yaitu di depan mushola, sekaligus berdekatan dengan toilet guru. Kondisi toilet di SMP Negeri 2 Muntilan sedikit kurang terawat dengan baik terutama yang berada di dekat mushola, hal ini dikarenakan kebiasaan siswa yang kurang dalam menjaga kebersihan

j. Tempat Ibadah

SMP Negeri 2 Muntilan dalam menjalankan ibadah sholat menggunakan Masjid Al-Furqon yang terletak di samping gedung sekolah. Masjid tersebut memiliki luas yang kurang cukup bagi seluruh siswa, sehingga, saat memasuki waktu sholat Dhuhur, siswa putra menggunakan ruang aula untuk menjalankan sholat.

k. Tempat Parkir

Kebanyakan siswa SMP Negeri 2 Muntilan berangkat sekolah menggunakan kendaraan umum atau diantar oleh orang tua, oleh karena itu tempat parkir hanya disediakan untuk guru dan karyawan yang berada di bagian depan sekolah. Untuk siswa yang naik sepeda biasanya diparkirkan di dekat laboratorium IPA selama pembangunan berlangsung.

l. Lapangan Upacara

Kondisi lapangan upacara SMP Negeri 2 Muntilan cukup baik, dapat menampung seluruh warga sekolah. Lapangan ini biasanya digunakan untuk upacara, apel pagi, olahraga, dan acara sekolah lainnya.

m. Lapangan Basket

Kondisi lapangan basket cukup baik dengan dua ring basket yang biasanya digunakan untuk berbagai aktivitas olahraga.

3.

Kondisi Non – Fisik Sekolah

Kondisi nonfisik yang dimaksud adalah SDM (Sumber Daya Manusia), baik tenaga pendidik maupun peserta didik. Dalam proses belajar mengajar guru merupakan faktor yang berpengaruh dalam keberhasilan peserta didik. Guru-guru SMP Negeri 2 Muntilan umumnya memiliki motivasi dan visi pendidikan yang baik. Secara umum kondisi ini dibedakan menjadi:

a. Kondisi Guru

Secara umum SMP Negeri 2 Muntilan memiliki potensi guru yang cukup baik. Dari mata pelajaran yang diampu, diantaranya adalah 5 guru Matematika, 3 guru Bahasa Indonesia, 3 guru Bahasa Inggris, 2 guru Fisika, 2 guru Biologi, 4 guru IPS, 2 guru Pkn, 2 guru PAI, 3 guru Bahasa Jawa, 2 guru Pendidikan Jasmani, 1 guru TIK, 2 guru BK, 1 guru Seni Budaya, 1 guru PKK, 1 guru Agama Bhuda dan 1 guru Agama Khatolik.

b. Kondisi Siswa

FORMASI KELAS

KEADAAN BULAN AGUSTUS – SEPTEMBER 2016

Kelas	Jumlah Siswa		Jumlah
	L	P	
VII A	14	20	34
VII B	14	20	34
VII C	14	20	34
VII D	14	18	32
VII E	14	18	32
VII F	11	21	32
Jumlah	81	117	198

Kelas	Jumlah Siswa		Jumlah
	L	P	
VIII A	12	20	32
VIII B	13	19	32
VIII C	12	20	32
VIII D	12	20	32
VIII E	10	20	30
VIII F	11	19	30
Jumlah	70	118	188

Kelas	Jumlah Siswa		Jumlah
	L	P	
IX A	16	8	24
IX B	8	20	28
IX C	16	8	24
IX D	12	16	28
IX E	10	16	26
IX F	8	18	26
IX G	8	16	24
Jumlah	78	102	180

4. Potensi Siswa

Para siswa di SMPN 2 Muntilan, mempunyai potensi yang besar untuk dapat memanfaatkan ilmunya dalam kehidupan sehari-hari, karena selain kegiatan pembelajaran kurikuler, siswa juga dituntut aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler. Banyak prestasi yang telah diraih oleh siswa-siswa baik dalam bidang akademik maupun non-akademik.

5. Potensi Guru dan Karyawan

Sebagian guru dan karyawan di SMP Negeri 2 Muntilan adalah lulusan dari beberapa PTN maupun PTS. Sebagian besar guru dan karyawan juga sudah bersertifikasi dan menyandang predikat Pegawai Negeri Sipil.

6. Ekstrakurikuler

Sejak tahun ajaran baru 2014/2015, ekstrakurikuler wajib di SMPN 2 Muntilan adalah pramuka yang wajib diikuti oleh siswa-siswa kelas VII dan VIII yang menerapkan Kurikulum 2013. Ekstrakurikuler lainnya adalah sebagai berikut :

- a. Taekwondo
- b. Bulutangkis
- c. Regu Inti
- d. Sepak Bola
- e. Bola Basket
- f. Teater
- g. OSN (Olimpiade Sains Nasional)
- h. Melukis

- i. Menjahit
- j. English Club
- k. KIR (Karya Ilmiah Remaja).

Seluruh ekstrakurikuler tersebut di bawah naungan seorang pembina dan setiap kegiatan ekstrakurikuler memiliki pelatihnya masing-masing. Jadwal ekstrakurikuler biasanya dilaksanakan setiap hari Sabtu, waktu disesuaikan setiap ekskul.

7. Organisasi

Organisasi Intra Sekolah atau OSIS pada angkatan 2016 dipimpin oleh siswa yang bernama Ahmad Riyadi. Tujuan utama OSIS adalah sebagai perwakilan siswa dalam koordinasi kegiatan antar siswa dan guru. OSIS dituntut untuk dapat merancang kegiatan yang bersifat akademik maupun non-akademik bagi seluruh siswa. OSIS juga merupakan wadah siswa untuk belajar berorganisasi dan bersikap kritis. Terdapat 10 divisi dalam kepengurusan OSIS, yaitu Seksi Keimanan dan Ketaqwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa, Seksi Budi Pekerti Luhur/Akhlak Mulia, Seksi Kepribadian Unggul, Wawasan Kebangsaan dan Bela Negara, Seksi Prestasi Akademik, Seni dan atau Olahraga, Seksi Demokrasi, HAM, Pendidikan Politik, Lingkungan Hidup, Kepekaan dan Toleransi Sosial, Seksi Kreativitas, Ketrampilan dan Kewirausahaan, Seksi Kualitas Jasmani, Kesehatan dan Gizi, Seksi Sastra dan Budaya, Seksi Teknologi Informasi dan Komunikasi dan Seksi Komunikasi dalam Bahasa Inggris. Selain seksi-seksi tersebut, terdapat pula pengurus inti yang terdiri Ketua dan Wakil Ketua, Sekretaris dan Bendahara.

B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL

Program PPL ini merupakan bagian dari mata kuliah sebesar 3 SKS yang harus ditempuh oleh mahasiswa kependidikan. Materi yang ada meliputi program mengajar teori dan praktek di kelas dengan dibimbing oleh guru pembimbing masing-masing.

Pelaksanaan program praktek pengalaman lapangan di mulai dari tanggal 15 Juli sampai 15 September 2016 (penarikan mahasiswa tanggal 15 September 2016). Kegiatan PPL dilaksanakan berdasarkan ketentuan yang berlaku dalam melaksanakan praktik kependidikan dan persekolahan yang sudah terjadwal.

Rancangan kegiatan PPL adalah suatu bentuk hasil perencanaan yang dibuat dengan berdasarkan waktu dan jenis kegiatan yang akan dilaksanakan pada waktu mahasiswa melaksanakan PPL. Agar tercapai efisiensi dan efektivitas penggunaan waktu maka kegiatan PPL direncanakan sebagai berikut:

1. Persiapan di Kampus

a. Pengajaran Mikro

Pengajaran mikro dilaksanakan pada semester sebelumnya untuk memberi bekal awal pelaksanaan PPL. Dalam pengajaran mikro mahasiswa dibagi dalam beberapa kelompok kecil, masing-masing kelompok terdiri dari delapan sampai sepuluh mahasiswa dengan seorang dosen pembimbing. Dalam pengajaran mikro ini setiap mahasiswa dididik dan dibina untuk menjadi seorang pengajar, mulai dari persiapan perangkat mengajar, media pembelajaran, materi dan mahasiswa lain sebagai anak didiknya.

Mahasiswa diberi waktu selama 10 sampai 15 menit dalam sekali tampil, kemudian setelah itu diadakan evaluasi dari dosen pembimbing dan mahasiswa yang lain. Hal ini bertujuan agar dapat diketahui kekurangan atau kelebihan dalam mengajar demi meningkatkan kualitas praktik mengajar berikutnya dan saat terjun langsung ke sekolah.

b. Observasi Sekolah

Observasi lingkungan sekolah bertujuan untuk memperoleh gambaran tentang aspek-aspek karakteristik komponen pendidikan, iklim dan norma yang berlaku di sekolah tempat PPL. Aspek yang diobservasi meliputi lingkungan fisik sekolah, proses pembelajaran di sekolah, perilaku atau keadaan siswa, administrasi persekolahan, fasilitas pembelajaran dan pemanfaatannya.

Kegiatan observasi di SMP Negeri 2 Muntilan dilaksanakan sesuai dengan jadwal kegiatan mahasiswa PPL yang telah diatur oleh pihak sekolah. Kemudian informasi tentang SMP Negeri 2 Muntilan dan unit-unitnya disampaikan secara singkat oleh pihak sekolah pada saat observasi dan tanggal 27 Februari 2016 pada saat acara penerjunan ke sekolah. Kemudian observasi dilanjutkan pada tanggal 05 Maret 2016.

c. Pembekalan PPL

Pembekalan PPL dilaksanakan sebelum penerjunan ke sekolah. Semua mahasiswa wajib mengikuti pembekalan PPL. Pembekalan PPL dilaksanakan oleh DPL PPL masing-masing kelompok yang

pelaksanaannya telah ditentukan oleh Lembaga Pengembangan dan Penjamin Mutu Pendidikan (LPPMP) Universitas Negeri Yogyakarta.

2. Persiapan Sebelum PPL

Sebelum melaksanakan kegiatan PPL, mahasiswa diharuskan membuat administrasi mengajar, seperti membuat RPP, materi pelajaran, di mana kesemuanya itu digunakan sebagai pegangan mahasiswa dalam mengajar.

3. Kegiatan PPL

a. Praktek Mengajar Terbimbing

Praktek mengajar terbimbing adalah praktek mengajar dimana praktikan masih mendapat arahan pada pembuatan perangkat pembelajaran yang meliputi program satuan pelajaran, rencana pembelajaran, media pembelajaran, alokasi waktu dan pendampingan pada saat mengajar di dalam kelas.

Dalam praktek terbimbing ini semua praktikan mendapat bimbingan dari guru mata pelajarannya masing-masing. Bimbingan dilaksanakan pada waktu yang telah disepakati praktikan dengan guru pembimbing masing-masing.

b. Praktek Mengajar Mandiri

Dalam praktek mengajar mandiri, praktikan melaksanakan praktik mengajar yang sesuai dengan program studi praktikan dan sesuai dengan mata pelajaran yang diajarkan oleh guru pembimbing didalam kelas secara penuh.

Kegiatan praktek mengajar meliputi:

1. Membuka pelajaran :
 - a. Salam pembuka
 - b. Berdoa
 - c. Absensi
 - d. Apersepsi
 - e. Memberikan motivasi
2. Pokok pembelajaran :
 - a. Menyampaikan materi
 - b. Memberikan kesempatan bertanya (diskusi) aktif dua arah
 - c. Menjawab pertanyaan siswa
 - d. Memotivasi siswa untuk aktif
3. Menutup pelajaran :
 - a. Membuat kesimpulan

- b. Memberi tugas dan evaluasi
- c. Berdoa
- d. Salam Penutup

c. Umpan Balik Guru Pembimbing

1) Sebelum praktik mengajar

Manfaat keberadaan guru pembimbing sangat dirasakan besar ketika kegiatan PPL dilaksanakan, guru pembimbing memberikan arahan-arahan yang berguna seperti pentingnya merancang pembelajaran pengajaran dan alokasi waktu sebelum pengajaran di kelas dimulai, fasilitas yang dapat digunakan dalam mengajar, serta memberikan informasi yang penting dalam proses belajar mengajar yang diharapkan. Selain itu guru pembimbing dapat memberikan beberapa pesan dan masukan yang akan disampaikan sebagai bekal praktikan mengajar di kelas.

2) Sesudah praktik mengajar

Dalam hal ini guru pembimbing diharapkan memberikan gambaran kemajuan mengajar praktikan, memberikan arahan, masukan dan saran baik secara visual, material maupun mental serta evaluasi bagi praktikan.

d. Penyusunan Laporan

Kegiatan penyusunan laporan dilaksanakan pada minggu terakhir dari kegiatan PPL setelah praktik mengajar mandiri. Laporan ini berfungsi sebagai pertanggung jawaban atas pelaksanaan program PPL.

e. Evaluasi

Evaluasi digunakan untuk mengetahui kemampuan yang dimiliki mahasiswa maupun kekurangannya serta pengembangan dan peningkatannya dalam pelaksanaan PPL.

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL

Pada bab ini berisi tentang uraian semua kegiatan PPL. Kegiatan PPL diawali dari persiapan dan pelaksanaan yang dimulai sejak penyerahan dilangsungkan pada tanggal 9 Juli 2016. Untuk kelancaran kegiatan PPL persiapan mahasiswa dilakukan baik persiapan pengetahuan, pengalaman, fisik, maupun mental untuk dapat mengatasi permasalahan yang mungkin muncul.

A. Persiapan

Sebelum pelaksanaan kegiatan, PPL UNY 2016 mempersiapkan diri dengan menyusun proposal program berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada kegiatan PPL setelah program tersusun praktikan juga menyusun kebutuhan seluruh program kegiatan yang telah direncanakan agar semua kegiatan yang dilakukan selama pelaksanaan PPL dapat dilaksanakan dengan terarah dan terorganisir. Disamping itu, peran guru pembimbing juga sangat besar sekali manfaatnya, maka konsultasi dengan guru pembimbing sangatlah penting untuk mendukung kegiatan PPL.

1. Persiapan Kegiatan PPL

Sebelum mahasiswa diterjunkan dalam pelaksanaan PPL, UNY membuat berbagai program persiapan sebagai bekal mahasiswa dalam melaksanakan PPL. Persiapan yang dilaksanakan adalah sebagai berikut :

a. Pengajaran Mikro

Program ini dilaksanakan dengan dimasukkan dalam mata kuliah wajib lulus dengan nilai minimum B bagi mahasiswa yang akan mengambil PPL pada semester berikutnya. Dalam pelaksanaan perkuliahan, mahasiswa diberikan materi tentang bagaimana mengajar yang baik dengan disertai praktik untuk mengajar dengan peserta yang diajar adalah teman sekelompok/micro teaching. Keterampilan yang diajarkan dan dituntut untuk dimiliki dalam pelaksanaan mata kuliah ini adalah berupa keterampilan-keterampilan yang berhubungan dengan persiapan menjadi seorang calon pendidik, baik mengenai teknik membuka pelajaran, cara berkomunikasi dengan siswa, penguasaan kelas, dan cara menutup pembelajaran.

b. Pembekalan PPL

Pembekalan PPL diadakan oleh pihak Universitas yang bertujuan untuk memberikan bekal bagi mahasiswa agar dapat melaksanakan tugas dan kewajiban sebagai peserta PPL dengan baik. Dari pembekalan ini mahasiswa mendapatkan informasi mengenai kemungkinan-kemungkinan yang akan dihadapi di sekolah sehingga program akan disesuaikan dengan pengalaman pada bidang yang ditekuni.

Adapun pelaksanaan pembekalan PPL dilaksanakan oleh Koordinator PPL masing-masing jurusan.

Keberhasilan dari kegiatan PPL sangat ditentukan oleh kesiapan mahasiswa baik persiapan secara akademis, mental, maupun keterampilan. Hal tersebut dapat diwujudkan karena mahasiswa telah diberi bekal sebagai pedoman dasar dalam menjalankan aktivitas PPL yang merupakan rambu-rambu dalam melaksanakan praktek di sekolah.

2. Observasi Lingkungan Sekolah Dan Pembelajaran Di Kelas

Yang dilakukan pada saat kegiatan observasi ini adalah mengamati proses belajar mengajar di dalam kelas dan mengamati sarana fisik pendukung lainnya (lingkungan sekolah) dalam melancarkan kegiatan proses belajar mengajar.

a. Observasi Lingkungan Sekolah

Kegiatan ini berupa pengamatan langsung, wawancara dan kegiatan lain yang dilakukan di luar kelas dan di dalam kelas. Kegiatan ini dilakukan dua tahap yaitu pada saat mengambil mata kuliah Pengajaran Mikro, yang salah satu tugasnya adalah observasi ke sekolah dan pada saat minggu pertama pelaksanaan PPL. Kegiatan meliputi observasi lingkungan fisik sekolah, perilaku peserta didik, administrasi sekolah dan fasilitas pembelajaran lainnya (perpustakaan dan Laboratorium). Hasil observasi tahap satu didiskripsikan dengan pembimbing dan dijadikan bahan perkuliahan pada pengajaran mikro.

b. Observasi Pembelajaran Di Kelas

Observasi dilaksanakan dengan tujuan agar mahasiswa memiliki pengetahuan serta pengalaman pendahuluan sebelum melaksanakan tugas mengajar yaitu kompetensi-kompetensi profesional yang dicontohkan oleh guru pembimbing di dalam kelas, dan juga agar mahasiswa mengetahui lebih jauh administrasi yang dibutuhkan oleh seorang guru untuk kelancaran mengajar (presensi, daftar nilai, penugasan, ulangan, dan lain-lain). Dalam hal ini mahasiswa harus dapat memahami beberapa hal mengenai kegiatan pembelajaran di kelas seperti membuka dan menutup materi, mengelola kelas, merencanakan pengajaran, menyusun program semester, menyusun satuan materi, mengetahui metode mengajar yang baik, karakteristik peserta, media yang dapat digunakan dan lain-lain. Kegiatan yang diobservasi meliputi:

- 1) Langkah pendahuluan, meliputi membuka pelajaran
- 2) Penyajian materi meliputi cara, metode, teknik dan media yang digunakan dalam penyajian materi
- 3) Teknik evaluasi
- 4) Langkah penutup meliputi, bagaimana cara menutup pelajaran dan memotivasi peserta didik agar lebih giat belajar.

3. Pembuatan Rencana Pembelajaran Pengajaran (RPP)

Sebelum tugas mengajar dilaksanakan, untuk persiapan pembelajaran dibuat juga Rencana Pembelajaran yang berisi materi, metode, media dan teknik pembelajaran yang akan dilakukan dalam proses belajar mengajar.

4. Pembuatan Materi Pembelajaran

Untuk dapat menyampaikan materi kepada siswa dengan baik maka selain membuat RPP juga membuat materi pembelajaran. Dalam materi pembelajaran berisi tentang ringkasan materi yang akan disampaikan pada saat PPL dilaksanakan. Materi tersebut dibuat berdasarkan buku acuan yang telah sesuai dengan kurikulum yang berlaku.

B. Pelaksanaan Program PPL

Kegiatan PPL dilaksanakan mulai tanggal 15 Juli sampai dengan 15 September 2016. Selama dalam pelaksanaan, penyusun melakukan bimbingan dengan pihak sekolah dan dosen pembimbing yang berhubungan dengan program pengajaran yang direncanakan sebelumnya, kemudian dilaksanakan sesuai dengan rencana yang telah disetujui.

Inti kegiatan pengalaman mengajar adalah keterlibatan mahasiswa PPL dalam kegiatan belajar mengajar dalam kelas. Selama praktik di SMP Negeri 2 Muntilan, praktikan mengampu 16 kelas yaitu VII A, VII B, VII C, VII D, VII E, VIII A, VIII B, VIII C, VIII E, VIII F, XI A, XI B, XI C, XI D, IX F dan XI G.

1. Pelaksanaan Praktik Mengajar

Dalam melaksanakan praktik mengajar di kelas, sebelumnya praktikan telah mempersiapkan diri agar pada saat mengajar arah dan tujuannya jelas. Hal utama dan pertama yang dilakukan adalah membuka pelajaran dengan berdoa, dilanjutkan dengan mengadakan presensi, yang juga merupakan suatu upaya pendekatan terhadap siswa. Menyampaikan tujuan umum pembelajaran dengan memberikan motivasi agar siswa giat dan tertarik dengan mata yang dibawakan, menyampaikan tujuan khusus pembelajaran dikaitkan dengan kondisi atau kenyataan dilapangan agar siswa memperoleh gambaran khusus yang memudahkan mereka untuk memahaminya.

Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar dimulai pada tanggal 18 Juli 2016. Jadwal mengajar dapat dilihat sebagai berikut :

Hari Tanggal	Kelas	Waktu	Materi Pembelajaran
Senin 18-7-2016	IX C	1 JP	Perkenalan dan Motivasi
Selasa 19-7-2016	VIII C IX G	4 JP	Perkenalan dan permainan olahraga
Rabu 20-7-2016	VIII D IX E	4 JP	Jogging dan permainan olahraga
Kamis 21-7-2016	IX A VIII F	4 JP	Jogging dan permainan olahraga
Senin 25-7-2016	IX E	2 JP	Atletik Lari Jarak Menengah
Selasa 26-7-2016	VII B VIII A	3 JP	Start Jongkok Lari Estafet
Rabu 27-7-2016	IX B IX G	4 JP	Lari Jarak Menengah
Kamis 28-7-2016	VIII B VII A	5 JP	Lari Estafet Start Jongkok
Jumat 29-7-2016	IX D	2 JP	Lari Jarak Menengah
Senin 1-8-2016	VIII E	2 JP	Lari Estafet dan Penilaian
Selasa 2-8-2016	VIII C VII D	5 JP	Lari estafet dan Penilaian Start Jongkok dan penilaian
Rabu 3-8-2016	IX D	2 JP	Lari Jarak Menengah dan penilaian
Kamis 4-8-2016	VII A VIII B	5 JP	Penilaian Start Jongkok Penilaian Lari Estafet
Jumat 5-8-2016	IX E	2 JP	Penilaian Lari Jarak Menengah
Senin 15-8-2016	VIII E	2JP	Senam Lantai
Selasa 16-8-2016	IX A	2 JP	Senam Lantai
Kamis 18-8-2016	VIII F	2 JP	Senam Lantai
Jumat 19-8-2016	IX G	2 JP	Senam Lantai
Senin 22-8-2016	VIII E	2 JP	Penilaian senam lantai
Selasa 23-8-2016	IX A VII D	5 JP	Penilaian senam lantai Senam lantai
Rabu 24-8-2016	IX B VII B	5 JP	Penilaian senam lantai Senam lantai
Senin 29-8-2016	VII C	3 JP	Basket dan Voli

Selasa 30-8-2016	VIII C VII B	5 JP	Penilaian senam lantai Penilaian senam lantai
Rabu 31-8-2016	IX B IX D	4 JP	Penilaian senam lantai Penilaian senam lantai
Kamis 1-9-2016	VII A VIII B	5 JP	Senam lantai Senam lantai
Jumat 2-9-2016	VII E	3 JP	Senam lantai

2. Metode

Dalam pelaksanaan mengajar, metode pembelajaran yang digunakan yaitu dengan menerapkan metode demonstrasi, praktik, tanya jawab, games dan penugasan yakni dengan memberikan penjelasan kepada peserta didik tentang materi didik sesuai dengan buku dan modul yang digunakan.

3. Media Pembelajaran

Media yang digunakan antara lain : lapangan olahraga, peluit, stopwatch, dan sarana olahraga. Dalam pemberian materi diupayakan kondisi peserta didik dalam keadaan tenang dan kondusif agar memudahkan semua peserta untuk menangkap materi pelajaran yang disampaikan, disela-sela penyampaian materi diberikan kesempatan kepada setiap peserta untuk mengajukan pertanyaan apabila dalam penjelasan masih terdapat kekurangan atau kurang kejelasan, setelah itu diberikan penjelasan yang sejelas mungkin dan lebih rinci.

4. Evaluasi Pembelajaran

Evaluasi pembelajaran pada mata produktif, normatif mempunyai standard nilai yang berbeda – beda. Untuk nilai produktif nilai minimal yang harus ditempuh oleh peserta didik adalah 78. Jika dalam penilaian standar nilai 78 belum tercapai, maka siswa wajib mengadakan perbaikan. Standard evaluasi yang ditempuh adalah sepenuhnya menjadi tanggung jawab guru pengampu mata pelajaran.

5. Keterampilan Mengajar Lainnya

Dalam praktik mengajar, seorang pendidik harus memiliki beberapa strategi (langkah) pembelajaran lain sebagai pendukung dalam menerapkan metode pembelajarannya, karena tidak setiap metode pembelajaran yang diterapkan dan dianggap cukup untuk diterapkan mempunyai nilai yang baik sebab terkadang hal-hal lain yang sebelumnya tidak direncanakan muncul sebagai masalah baru yang biasa menghambat proses pembelajaran, untuk itu diperlukan adanya pengetahuan tentang berbagai metode pembelajaran dan pendekatan lain yang akan sangat berguna dalam menunjang pemberian materi pelajaran yang diajarkan, misalnya dengan memberikan perhatian penuh dengan cara selalu mendatangi peserta tersebut

dan memberikan asimilasi-asimilasi, pujian sebagai wujud perhatian yang dapat memberikan sesuatu yang sangat berarti bagi peserta, disamping memberikan petunjuk lain yang akan sangat memacu dirinya agar menjadi lebih baik dari sebelumnya. Atau dengan cara memberikan pengalaman-pengalaman berharga yang pernah dialami pendidik yang berkaitan dengan materi pelajaran yang disampaikan dengan penuh perhatian dan mudah dicerna agar tujuan umum dan khusus dalam pembelajaran yang diinginkan dapat tercapai

C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi

Secara keseluruhan program kegiatan PPL dapat terlaksana dengan baik dan lancar. Praktikan dapat melaksanakan proses pembelajaran 60 kali dan 6 RPP yang mana semua program dapat dilaksanakan dengan cukup baik. Program yang dilaksanakan oleh penyusun sangat jauh dari sempurna, karena itu penyusun berusaha untuk melakukan analisis demi menemukan solusi untuk menjadi bahan renungan guna memperbaiki penulis ke depannya. Analisa yang dilakukan antara lain :

1. Analisis keterkaitan Program dengan Pelaksanaannya

Dalam pelaksanaan PPL yang dilakukan di SMP N 2 Muntilan dari awal hingga akhir pelaksanaannya secara keseluruhan dirasa sudah cukup baik meski terdapat berbagai macam kekurangan. Dalam hal ini praktikan merasa praktikan merasa sudah cukup baik dalam menyampaikan materi dan nilai formatif yang dihasilkan sudah memenuhi standar. Dengan kata lain, siswa kurang lebih sudah cukup mampu menerima apa yang disampaikan oleh praktikan.

2. Faktor Pendukung

Pelaksanaan PPL melibatkan berbagai macam faktor pendukung, baik dari guru, peserta didik, maupun sekolah .

- a. Faktor pendukung yang pertama adalah guru pembimbing. Guru pembimbing memberikan keleluasaan penuh kepada praktikan untuk berkreasi dalam pelaksanaan pembelajaran akan tetapi guru pembimbing juga membimbing praktikan dan mengingatkan jika ada kesalahan.
- b. Faktor pendukung yang kedua adalah peserta didik. Peserta didik di SMP N 2 Muntilan merupakan siswa – siswa terpilih yang memiliki kualitas yang baik. Mereka antusias dalam melaksanakan pembelajaran sehingga memudahkan praktikan dalam mengajar.
- c. Faktor pendukung yang ketiga adalah sekolah. SMP N 2 Muntilan adalah sekolah unggulan yang memiliki fasilitas yang cukup memadai sehingga memudahkan praktikan untuk menyampaikan materi dan berkreasi dalam penyampaian materi sehingga lebih menarik.

3. Hambatan

Dalam pelaksanaan PPL, tidak dapat dipungkiri terdapat berbagai macam hambatan dan rintangan. Baik itu bersumber dari siswa, sekolah, lingkungan, maupun dari diri penyusun sendiri. Dalam menghadapinya, penyusun selalu berusaha semampu penyusun untuk menyelesaikan berbagai rintangan yang ada. Akan tetapi selalu ada kekurangan dan ketidaksempurnaan dalam solusi yang ditemukan penyusun.

Pada poin ini, penyusun akan berusaha menampilkan berbagai masalah yang penyusun temui dan juga penyelesaian yang telah penyusun coba lakukan. Hambatan – hambatan yang ditemukan antara lain :

a. Groggi (Demam panggung)

- 1) Deskripsi : Pada pertemuan – pertemuan awal penyusun mengalami kesulitan dalam penyampaian. Hal ini disebabkan oleh kurangnya latihan dan penguasaan materi yang harus disampaikan penyusun, Selain itu persiapan materi dan media dari penyusun juga masih kurang
- 2) Solusi : Persiapan dilakukan dengan lebih dalam lagi. Skenario pembelajaran disiapkan dan dimatangkan sebelum mengajar. Serta media pembelajaran disiapkan dengan lebih rapi.

b. Kesulitan menghafal siswa

- 1) Deskripsi : penyusun mengalami kesulitan dalam menghafal nama siswa yang cukup banyak.
- 2) Solusi : penyusun selalu melakukan absensi sebelum pelajaran dimulai sebagai dalih bagi penyusun untuk berlatih menghafalkan siswa.

c. Siswa yang kurang memperhatikan

- 1) Deskripsi : Pada saat menjelaskan materi, siswa kurang termotivasi untuk memperhatikan dan terkesan seenaknya sendiri. Alasannya karena materi yang diajarkan kurang menarik dan siswa kurang memahami pentingnya materi yang diajarkan.
- 2) Solusi : penyusun berusaha menjelaskan dengan metode yang menarik, jelas, dan tegas sehingga materi akan mudah diterima dan siswa tidak akan seenaknya sendiri selama mengikuti pembelajaran.

d. Siswa mengeluh ketika proses pembelajaran

- 1) Deskripsi : ketika jam olahraga sudah memasuki jam ke 4, sebagian siswa ada yang mengeluh kepanasan dan sudah tidak semangat mengikuti pelajaran
- 2) Solusi : penyusun berusaha mengemas pembelajaran semenarik mungkin supaya semua siswa antusias terus saat proses pembelajaran.

e. Sarana dan prasarana olahraga

- 1) Deskripsi : untuk alat-alat olahraga jumlahnya minim dan tidak lengkap, untuk lapangan hanya ada lapangan upacara dan lapangan basket dan itu pun untuk lapangan upacara sedang ada pembangunan masjid dan untuk lapangan basket ada tumpukan material sehingga mengganggu pembelajaran
- 2) Solusi : alat untuk olahraga bergantian dan untuk lapangan menggunakan tempat itu yang kosong dan meminjam lapangan sepak bola di dusun Sabrang.

4. Refleksi

Kegiatan PPL ini memberi pemahaman kepada diri penyusun bahwa menjadi seorang guru tidak semudah yang dibayangkan. Menjadi seorang guru lebih dari sekedar memahami materi kepada siswa atau mentransfer ilmu dengan cara yang sama kepada setiap siswa di kelas. Lebih dari itu seorang guru dituntut untuk menanamkan nilai dan akhlak yang berhubungan dengan materi yang diajarkan.

Guru harus menjadi orang yang kreatif, peduli dan perhatian karena potensi dan situasi yang dimiliki oleh siswa tidak sama. Guru harus peka terhadap perbedaan yang ada, dan harus mampu menyikapi tingkah laku siswa yang beragam dan tidak selamanya positif.

Selain hal yang berhubungan dengan proses pembelajaran, penulis juga menemui pengalaman baru tentang hal yang juga harus dihadapi guru, yaitu persoalan administrasi dan persoalan sosial di kantor. Seorang guru tidak hanya harus mengajar, akan tetapi juga harus melengkapi administrasi seperti RPP, Silabus, pembuatan soal dan berbagai analisis dalam pembuatannya.

Setiap kegiatan praktik mengajar yang dilakukan praktikan di sekolah mendewasakan pemikiran penyusun sebagai seorang calon tenaga pengajar. Guru adalah manusia yang sangat berjasa bagi setiap insan di dunia. Karena jasanya setiap manusia dapat membaca, menulis dan belajar berbagai macam ilmu.

BAB III

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Setelah melakukan kegiatan PPL, mahasiswa dapat mengambil beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Kegiatan-kegiatan yang terdapat dalam PPL secara umum berjalan lancar. Kegiatan tersebut ialah kegiatan praktik mengajar. Dalam rentang waktu yang tersedia, mahasiswa praktikan telah mengajar sebanyak 60 kali pertemuan.
2. Kegiatan PPL akan berjalan dengan baik apabila ada kerjasama yang sinergis antara pihak-pihak yang terkait, baik pihak sekolah, mahasiswa praktikan, maupun pihak universitas.
3. Melalui kegiatan PPL ini, mahasiswa praktikan dituntut untuk dapat mengembangkan kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi profesional, dan kompetensi sosial.

B. SARAN

Berdasarkan pengalaman selama melaksanakan kegiatan PPL, penulis memberikan saran-saran yang semoga dapat bermanfaat bagi semua pihak:

1. Bagi SMP N 2 Muntilan
 - a. Semua elemen sekolah diharapkan ikut berperan serta dalam program PPL.
 - b. Komunikasi antar guru, karyawan dan mahasiswa praktikan hendaknya dapat ditingkatkan, sehingga komunikasi dapat terjalin dengan baik, harmonis dan lancar.
 - c. Kegiatan belajar mengajar maupun pembinaan minat dan bakat siswa hendaknya lebih ditingkatkan lagi kualitasnya agar prestasi yang selama ini diraih bisa terus dipertahankan.
2. Bagi Mahasiswa Praktikan
 - a. Membina kebersamaan dan kekompakan di antara mahasiswa PPL sehingga dapat bekerja sama secara baik.
 - b. Membina hubungan baik dengan seluruh warga sekolah, mulai dari kepala sekolah, guru (pembimbing), karyawan hingga siswa.
 - c. Sebelum mengajar semua persiapannya harus sudah matang terutama pada penguasaan materi agar apa yang diskenariokan berjalan dengan baik.

- d. Memahami kondisi lingkungan, karakter, dan kemampuan akademis siswa.
3. Bagi Universitas
- a. Meningkatkan komunikasi, kerjasama, dan koordinasi yang lebih kuat dengan pihak sekolah agar memperlancar program-program PPL.
 - b. Senantiasa menjalin komunikasi dengan sekolah mengenai agenda-agenda yang berkaitan dengan kegiatan PPL sehingga tidak terjadi miskomunikasi.
 - c. Lebih sering melakukan sosialisasi terkait dengan sistem PPL yang baru karena masih banyak dijumpai sekolah yang menganggap PPL hanya 1 bulan.
 - d. KKN dan PPL yang bersamaan membuat mahasiswa merasa dua kali berpikir dan kurangnya sosialisasi dengan Pejabat Desa maupun dengan Kepala Sekolah yang menjadikan mahasiswa harus merelakan salah satu untuk izin.

DAFTAR PUSTAKA

TIM UPPL. 2016. *Panduan KKN-PPL Universitas Negeri Yogyakarta 2016*. UNY PRESS: Yogyakarta.

TIM UPPL. 2016. *Panduan Pengajaran Mikro Universitas Negeri Yogyakarta 2016*. UNY PRESS: Yogyakarta.

LAMPIRAN



**MATRIKS PROGRAM KERJA PPL UNY
TAHUN 2016**

Nama Mahasiswa : Franiko Ardiyanto NIM : 13601244040
 Nama Sekolah : SMP Negeri2 Muntilan Fakultas : FIK
 Alamat : Jl.Wates, Muntilan, Prodi : PJKR
 Magelang.
 Dosen Pembimbing : Agus Susworo Dwi Marhaendro S.Pd.,M.Pd
 Guru Pembimbing : Sugiantara, S.Pd.

No	Program/ Kegiatan PPL	Jumlah Jam per Minggu									Jumlah Jam
		Juli		Agustus					September		
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	
1	Observasi										
	a. Persiapan	1									
	b. Pelaksanaan	6									
	c. Evaluasi Tindak Lanjut	1									
2	Menyusun Matriks Program PPL		6								
	a. Persiapan									5	
	b. Pelaksanaan									5	
	c. Evaluasi Tindak Lanjut										
	Pembelajaran Kokurikuler (Kegiatan Mengajar Terbimbing)		5								
3	Konsultasi Guru Pembimbing										
	a. Persiapan										
	b. Pelaksanaan	5	5	5	5	5	5	5	5	5	45
	c. Evaluasi Tindak Lanjut										
4	Konsultasi Dosen Pembimbing										
	a. Persiapan										
	b. Pelaksanaan										
	c. Evaluasi Tindak Lanjut										
5	Mengumpulkan Materi										
	a. Persiapan										
	b. Pelaksanaan	5	5	5	5	5	5	5	5		40
	c. Evaluasi Tindak Lanjut										
6	Membuat RPP										
	a. Persiapan										
	b. Pelaksanaan	5	5	5	5	5	5	5	5		40
	c. Evaluasi Tindak Lanjut										
7	Menyiapkan/Membuat Media										
	a. Persiapan										
	b. Pelaksanaan	5	5	5	5	5	5	5	5		40
	c. Evaluasi Tindak Lanjut										
8	Menyusun Materi Pembelajaran										
	a. Persiapan										
	b. Pelaksanaan	5	5	5	5	5	5	5	5		40
	c. Evaluasi Tindak Lanjut										

9	Diskusi Teman Sejawat										
	a. Persiapan										
	b. Pelaksanaan										
	c. Evaluasi Tindak Lanjut										
10	Praktik Mengajar Di Lapangan / KBM										
	a. Persiapan										
	b. Pelaksanaan	18	18	18	18	18	18	18	18		144
	c. Evaluasi Tindak Lanjut										
11	Penilaian & Evaluasi										
	a. Persiapan										
	b. Pelaksanaan				18				18		36
	c. Evaluasi Tindak Lanjut										
	Pembelajaran Ekstrakurikuler										
12	Bola Voli				2	2	2				6
	Kegiatan Sekolah										
13	Salam Pagi 5s	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
14	Pendampingan Baca Asmaul Husna	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
15	Pendampingan MPLS	18	18	18							
16	Upacara Rutin	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
17	Penyambutan Presiden RI	3									
18	Pendampingan upacara HUT RI					2					
19	Pendampingan Karnaval HUT RI							6			
	Pembuatan Laporan PPL										
20	Laporan PPL									10	10
	Perpisahan PPL										
21	Persiapan dan penyusunan acara								2		7
22	Pelaksanaan									3	
	Jumlah	75	75	64	66	50	48	70	48	31	527

Mengetahui/ Menyetujui,

Kepala Sekolah/ Pimpinan Lembaga

Dosen Pembimbing Lapangan



H. Bakrodin, M.Pd.
NIP. 19590914 197903 1 002

Agus Susworo Dwi M.
Agus Susworo Dwi M,
S.Pd.,M.Pd
NIP. 197108082001121001



FORMAT OBSERVASI
PEMBELAJARAN DI KELAS DAN
OBSERVASI PESERTA DIDIK

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA MAHASISWA : FRANIKO ARDIYANTO

PUKUL : 08.30-10.00

NO. MAHASISWA : 13601244040

TEMPAT PRAKTIK : SMP NEGERI 2 MUNTILAN

TGL. OBSERVASI : 27 FEBUARI 2016

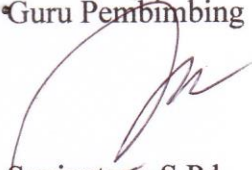
FAK/JUR/PRODI : FIK/PJKR

NO	Aspek yang Diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
A	Perangkat Pembelajaran	
	1. Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran(KTSP)/Kurikulum 2013	Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran (KTSP) digunakan sebagai acuan dalam pembuatan silabus
	2. Silabus	Silabus sudah ada dan dibuat sesuai dengan SK dan KD
	3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran	RPP sudah sesuai dengan SK dan KD
B	Proses Pembelajaran	
	1. Membuka pelajaran	Guru membuka dengan salam,berdoa, mempresensi siswa, memberikan SK dan KD
	2. Penyajian materi	Materi disajikan gerak contoh sehingga siswa dapat mengerti lebih mudah.
	3. Metode pembelajaran	Guru menggunakan metode diskusi, dan, tanya jawab.
	4. Penggunaan bahasa	Guru menggunakan bahasa Indonesia
	5. Penggunaan waktu	Alokasi waktu sesuai dan tepat sehingga pembelajaran berlangsung secara maksimal

	6. Gerak	Guru berkeliling untuk memeriksa kesulitan siswa.
	7. Cara memotivasi siswa	Guru bercerita tentang berbagai hal yang berhubungan dengan materi pembelajaran
	8. Teknik bertanya	Guru memberikan kesempatan bagi siswa untuk bertanya tentang materi yang tidak dimengerti
	9. Teknik penguasaan kelas	Guru menguasai kelas dengan baik
	10. Penggunaan media	Lapangan, peluit, cone, dan bola.
	11. Bentuk dan cara evaluasi	Bentuk evaluasi berupa remidi kepada siswa yang nilainya masih di bawah KKM. Cara evaluasinya dengan ujian lagi.
	12. Menutup pelajaran	Guru memberikan arahan terkait KD yang akan diajarkan, memberi pekerjaan rumah, dan menyimpulkan pembelajaran
C.	Perilaku Siswa	
	1. Perilaku siswa di dalam kelas	Siswa memperhatikan dengan baik, meskipun terkadang ramai sendiri akan tetapi pembelajaran bisa berjalan kondusif
	2. Perilaku siswa di luar kelas	Siswa berinteraksi dengan teman sebayanya dan bersikap sopan santun

Magelang, 15 September 2016

Guru Pembimbing



Sugiantara, S.Pd

NIP. 10710202 100802 1 002

Mahasiswa



Franiko Ardiyanto

NIM. 13601244040



**FORMAT OBSERVASI
KONDISI SEKOLAH*)**

NPma.2
Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMPN 2 MUNTILAN
NAMA MAHASISWA : FRANIKO ARDIYANTO
ALAMAT SEKOLAH : JL. WATES, MUNTILAN, MAGELANG
NOMOR MHS. : 13601244040
FAK/JUR/PRODI : FIK/PJKR

NO	Aspek yang Diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
1	Kondisi fisik sekolah	Gedung masih terawat dan terjaga dengan baik dan masih terlihat kokoh dan kuat.
2	Potensi siswa	Prestasi siswa lebih menonjol dalam non akademik, untuk akademik siswa masih belum menonjol
3	Potensi guru	Jumlah guru sebanyak 28 orang dan guru sudah banyak yang mengikuti maupun memenangkan perlombaan tingkat nasional
4	Potensi karyawan	Karyawan di sekolah sudah ada yang menjadi PNS, namun ada pula yang belum berstatus PNS
5	Fasilitas KBM, media	Sudah tersedianya LCD di kelas
6	Perpustakaan	Sudah ada komputer, printer, grafik pengunjung perpustakaan, buku sedang ditata dan didata
7	Laboratorium	lab computer, lab IPA, dan lab menjahit, lab bahasa
8	Bimbingan konseling	Tersedia ruangan BK. Fungsi BK sebagai fasilitator yang positif Belum dioptimalkan oleh siswa
9	Bimbingan belajar	Ada program bimbingan belajar. Program ini untuk siswa kelas 9 dimulai dari semester 1 hingga semester 2 berupa les lanjutan.
10	Ekstrakurikuler(pramuka,	Pramuka, Tonti, Tenis Meja, Bahasa Inggris,

	PMI, basket, drumband, dsb)	Musik. Ekstrakurikuler terdiri atas guru dan pelatih dari luar sekolah
11	Organisasi dan fasilitas OSIS	Ruangan untuk OSIS tidak ada masih kekurangan ruangan dan yang dipakai adalah ruangan perpustakaan
12	Organisasi dan fasilitas UKS	Untuk ruangnya sudah memadai, terdapat bantal dan selimut hanya saja persediaan obat masih kurang memadai
13	Karya tulis ilmiah Remaja	Karya Ilmiah masih belum berjalan
14	Karya Ilmiah oleh Guru	Karya Ilmiah Guru masih mengambang.
15	Koperasi siswa	Tersedia koperasi siswa
16	Tempat ibadah	Ada mushola dan tempat wudhu bagi siswa putra putri
17	Kesehatan lingkungan	Di depan setiap kelas disediakan tempat duduk dan tempat sampah
18	Lain-lain.....	



**FORMAT OBSERVASI
PEMBELAJARAN/PELATIHAN**

NPma.3
Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA MAHASISWA : FRANIKO ARDIYANTO
 PUKUL : 07.00-08.30
 NO. MAHASISWA : 13601244040
 TEMPAT PRAKTIK : SMPN 2 MUNTILAN
 TGL. OBSERVASI : 27 FEBUARI 2016
 FAK/JUR/PRODI : FIK/PJKR

NO	Aspek yang Diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
A	Perangkat Pelatihan/Pembelajaran	
	1. Kurikulum	Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan yang digunakan sebagai acuan dalam pembuatan kurikulum sekolah dan setiap tahunnya kurikulum tersebut dapat diperbaiki disesuaikan dengan kondisi sekolah dan perkembangan zaman.
	2. Silabus	Digunakan sebagai acuan dalam pembelajaran dan pembuatan rencana pelaksanaan pembelajaran di SMP N 2 MUNTILAN
	3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran	Format RPP sudah benar dan RPP sudah dapat diterapkan dengan baik, setiap pembelajaran selalu mengacu pada RPP yang telah dibuat
B	Proses Pelatihan/Pembelajaran	
	1. Membuka pelajaran	Guru mengucapkan salam, berdoa, menyanyikan lagu wajib, dan tadarus. Setelah itu guru menjelaskan SK dan KD pembelajaran
	2. Penyajian materi	Materi disampaikan dengan media gambar sehingga peserta didik lebih mngerti

		gerakan yang benar.
3. Metode pembelajaran		Metode berupa demonstrasi, tanya jawab, dan resipokal.
4. Penggunaan bahasa		Guru menggunakan bahasa Indonesia
5. Penggunaan waktu		Penggunaan waktu dialokasikan sesuai dengan perencanaan pembelajaran sehingga berjalan dengan maksimal
6. Gerak		Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan serta mengecek keliling gerakan yang dipraktikkan sudah benar atau belum.
7. Cara memotivasi siswa		Pemberian motivasi dengan cara guru memberikan pertanyaan tentang materi yang sedang dibahas dan memberikan nilai lebih kepada siswa yang dapat menjawab pertanyaan
8. Teknik bertanya		Guru bertanya terkait pemahaman siswa atau pertanyaan tentang siswa yang belum paham materi pembelajaran
9. Teknik penguasaan kelas		Penguasaan guru di kelas baik karena jarang ditemukan siswa yang berbicara sendiri
10. Penggunaan media		Media berupa peluit, cone, dan bola basket,
11. Bentuk dan cara evaluasi		Guru memberikan motivasi terkait kehidupan sehari dan memberikan demonstrasi yang salah kepada peserta didik
12. Menutup pelajaran		Guru menutup pelajaran dengan menyimpulkan materi yang telah dibahas dan terakhir dengan salam dan berdoa.



**FORMAT OBSERVASI
KONDISI LEMBAGA*)**

NPma.4
Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA MAHASISWA : FRANIKOARDIYANTO
NO. MAHASISWA : 13601244040
TEMPAT OBSERVASI : SMPN 2 MUNTILAN
TGL. OBSERVASI : 27 FEBUARI 2016
FAK/JUR/PRODI : FIK/PJKR

NO	Aspek yang Diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan	Keterangan
1.	Observasi fisik:		
	a. Keadaan Lokasi	Sekolah terletak di dekat Perumahan dan lingkungan rumah penduduk.	Suasana yang sepi kondusif untuk Pembelajaran.
	b. Keadaan gedung	Bagus dan masih kokoh	Tidak ada yang retak sedikitpun
	c. Keadaan sarana/prasarana	Memadai	Layak dan bagus sehingga menunjang kegiatan siswa
	d. Keadaan personalia	Solid	Sering diadakan briefing dan rapat
	e. Keadaan fisik lain(penunjang)	Semua memakai LCD	Semua kelas sudah memakai LCD dan <i>whiteboard</i>
	f. Penataan ruang kerja	Rapi	Ruangan guru dan TU rapi
	g. Aspek lain....		

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Nama Sekolah : SMP N 2 Muntilan
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VII/1
Materi : Atletik (start jongkok)
Pertemuan : 2 kali pertemuan
Alokasi Waktu : 3 x 40 menit

A . Kompetensi Inti

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

B . Kompetensi Dasar

- 1.1. Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan:
 - a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran.
 - b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir.
 - c. Mempraktikkan kebiasaan baik dalam berolahraga dan latihan.
- 2.1. Berperilaku sportif dalam bermain.
- 3.5. Memahami pengetahuan teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar)
- 4.3. Mempraktikkan teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) menekankan gerak dasar fundamental.

C . Indikator Pencapaian Kompetensi

1. Berdoa sebelum dan sesudah proses pembelajaran Penjas.
2. Mentaati peraturan permainan yang telah disepakati.
3. Memahami teknik dasar start jongkok.
4. Meningkatkan lari jarak pendek dengan start jongkok.

D. Materi Pembelajaran

Start Jongkok

1. Teknik dasar start jongkok.
2. Penggunaan start jongkok untuk lari jarak pendek.

F . Metode Pembelajaran

1. Ceramah
2. Latihan
3. Komando

G . Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

❖ Pertemuan Pertama

1 . Kegiatan Pendahuluan (20 menit)

1. Membariskan siswa menjadi 4 bershaf.
2. Salam dan Berdoa
3. Mempresesensi siswa
4. Apersepsi
5. Menyampaikan Tujuan Pembelajaran.

“Tujuan pembelajaran kali ini yaitu agar kalian dapat memahami dan menerapkan start jongkok dalam lari jarak pendek”.

6. Pemanasan dalam bentuk permainan.

Nama Permainan : “ **Hitam Hijau** “

Sarpras : lapangan

Cara Bermain :

- Siswa dibagi menjadi dua kelompok.
- Satu kelompok menjadi “hitam” dan satu kelompok menjadi “hijau”.
- Dua kelompok saling berhadapan dengan jarak 1 meter.
- Guru memberi aba-aba “hitam” atau “hijau” dan siswa hijau berlari ketika guru bilang hijau dan hitam mengejar begitu sebaliknya.
- Jika tertangkap siswa menggendong siswa yang berhasil menangkap kembali ketengah.

2 . Kegiatan Inti (80 menit)

Mengamati :

Pesertadidik mengamati gerakan teknik dasar start jongkok yang dilakukan oleh guru atau melihat audio/video visual tentang teknik dasar start jongko dalam lari jarak pendek.

Menanya :

Peserta didik menanyakan tentang teknik dasar start jongkok dalam lari jarak pendek

Peserta didik : Bagaimana posisi telapak tangan dalam start jongkok?

Guru : Posisi telapak tangan membentuk huruf v yang terbalik dan diletakkan di garis.

Peserta didik : Bagaimana posisi badan saat start jongkok?

Guru : Badan condong kedepan seperti mau jatuh.

Peserta didik : Apa aba-aba untuk start jongkok?

Guru : Bersedia. . . Siap. . . YAkkk

Mencoba :

- Peserta didik mencoba melakukan start jongkok dengan lari yang dimodifikasi dengan permainan.

Mengasosiasi :

- Siswa melakukan lari jarak pendek dengan awalan posisi tubuh tengkurap.
- Siswa melakukan lari jarak pendek dengan awalan posisi duduk bersimpuh.
- Siswa melakukan lari jarak pendek dengan awalan posisi tubuh membungkuk.
- Siswa melakukan lari jarak pendek dengan awalan posisi jongkok

Mengkomunikasikan :

- Peserta didik melakukan start jongkok yang diterpkan dalam lari jarak pendek yang telah dimodifikasi jaraknya.

3 . Kegiatan Penutup (20 menit)

1. Pendinginan

➤ Cara melakukan :

- Siswa membentuk 1 bershaf.
- Siswa berjalan maju 5 meter.
- Setiap diujung siswa malakukan gerakan pendinginan.

- Siswa kembali berjalan balik ke titik awal dan melakukan gerakan pendinginan yang sama.
- Gerakan pendinginan :
 - Mengayunkan tangan depan belakang.
 - Mengayunkan tangan kanan kiri.
 - Mengayunkan tangan depan belakang dengan kaki di silangkan.
 - Mengayunkan tangan kanan kiri dengan kaki disilangkan.
 - Merngayunkan kaki kanan kiri dengan teman sampingnya.
 - Tangan ke atas tarik nafas kemudian buang nafas.

2. Membariskan

Siwa dibariskan kembali dan diistirahatkan.

3. Evaluasi

Siwa dibariskan kembali dan diberi elauasi tentang materi pembelajaran pada saat itu juga. Guru menjelaskan kembali tentang teknik dasar lari estafet lempar dan memberikan koreksi kepada seluruh siswa yang mengikuti proses pembelajaran. Guru memberikan tugas dan memberitahu materi pertemuan berikutnya.

4. Berdoa sebelum mengakhiri pembelajaran.

❖ **Pertemuan Kedua**

Penilaian, Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar start jongkok.

No	Nama Siswa	Posisi Tubuh					Pelepasan					Teknik lari					Jml	Nilai Akhir
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5		
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
dsb																		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 15																		

--	--

Jumlah skor yang diperoleh

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

Jumlah skor maksimal

b. Tes Sikap (Afektif)

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.																					
D st																					

JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18

Jumlah skor yang diperoleh

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

Jumlah skor maksimal

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Penilaian pembelajaran teknik dasar start jongkok 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

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

Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Kapan start jongkok digunakan dalam perlombaan lari?
2.	Bagaimana urutan aba-aba start jongkok dan gerakannya?Jelaskan!
3.	Apa nama tolakan pada start jongkok?
4.	Bagaimana posisi tanagn (telapak tangan) saat start jongkok?
5.	Jelaskan cara melakukan start jongkok secara runtut?

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%

H. Media Alat dan Sumer Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Cone
- Lapangan Basket
- Peluit

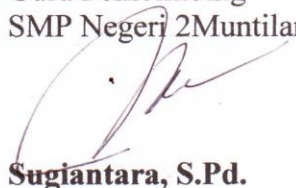
2. Sumber Pembelajaran :

- Media cetak

- Eddy purnomo. Dapan. Dasar-dasar atletik. Yogyakarta. Alfamedia
- Media elektronik
 - Audio/video visual teknik dasar start jongkgok
 - Rekaman/cuplikan pertandingan lari jarak pendek

Magelang, 5 Agustus 2016

Guru Pembimbing
SMP Negeri 2Muntilan



Sugiantara, S.Pd.

NIP. 19710303 199802 1 002

Mahasiswa



Franiko Ardiyanto

NIM. 13601244040

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : SMP N 2 Muntilan
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VIII / 1
Materi : Atletik (lari estafet)
Pertemuan : 2 kali pertemuan
Alokasi Waktu : 2 x 40 menit

Standar Kompetensi

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

Kompetensi Dasar

- 1.1. Mempraktikkan teknik dasar salah satu permainan olahraga atletik lanjutan dengan koordinasi yang baik serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan**)

Indikator

1. Berdoa sebelum dan sesudah proses pembelajaran Penjas.
2. Menunjukkan sikap disiplin selama proses pembelajaran.
3. Memahami teknik dasar lari estafet dan variasi pemberian dan penerimaan tongkat estafet.
4. Meningkatnya ketrampilan lari estafet.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa terbiasa berdoa sebelum melakukan aktivitas Penjas.
2. Siswa dapat mengikuti pelajaran dengan sikap disiplin, sportif, kerjasama, menghargai, percaya diri, kejujuran.
3. Siswa mampu menjelaskan teknik dasar lari estafet dan variasi cara pemberian dan penerimaan tongkat estafet.
4. Siswa mampu melakukan teknik dasar lari estafet dengan start jongkok dan teknik pegangan melihat (visual).

B. Materi Pembelajaran

Atletik : Teknik dasar lari estafet (pemberian dan penerimaan tongkat estafet)

C. Metode Pembelajaran

1. Ceramah
2. Demonstrasi
3. Komando
4. Latihan

D. Langkah-Langkah Pembelajaran

I. Pendahuluan (15 menit)

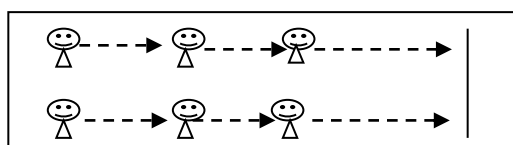
1. Berdoa sebelum memulai pembelajaran.
 - Pembarisan siswa dilakukan dengan empat bershaf , lalu dilakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat.
2. Presensi kehadiran siswa.
3. Menanyakan kondisi siswa sehat atau tidak sehat.
4. Apersepsi
5. Menghubungkan dengan kehidupan sehari-hari berkaitan dengan materi pengajaran.
6. Memberikan motivasi serta menjelaskan tujuan pembelajaran.
7. Pemanasan dalam bentuk permainan
 - Permaiann “loncat”
 - Cara bermain :
 1. Siswa disuruh bergandengan tangan membuat lingkaran.
 2. Siswa meloncat secara bersama-sama tanpa melepas gandengan tangan.
 3. Loncatan siswa sesuai aba-aba guru.
 4. Jika guru berkata “depan” berarti siswa meloncat kedepan, jika “belakang” maka loncat ke belakang, jika “kiri” maka loncat ke kiri, dan jika “kanan” maka siswa loncat ke kanan.
 5. Aba-aba dari guru dilakukan secara acak atau tidak urut.
 6. Pada ronde berikutnya aba-aba di atas dilakukan secara berlawanan, jika “kanan” maka loncat ke kiri, jika “kiri” maka loncat ke kanan, jika “belakang” maka loncat ke depan, dan jika “depan” maka loncat ke belakang.
 7. Yang terakhir jika ada siswa yang salah melakukan loncatanya maka di beri hukuman berupa push up sebanyak dua kali.

II. Kegiatan Inti (55 menit)

❖ Eksplorasi

Guru menyuruh siswa melakukan lari estafet sesuai dengan pengetahuan siswa

- Membagi siswa menjadi 4 kelompok.
 - Masing-masing siswa menempati cone yang berjarak 3 meter antar cone.
 - Orang pertama memegang tongkat estafet.
 - Orang pertama berlari memberikan tongkat estafet kepada teman didepannya.
 - Sampai tongkat kepada orang terakhir yang menuju garis finish
- Gambar permainan

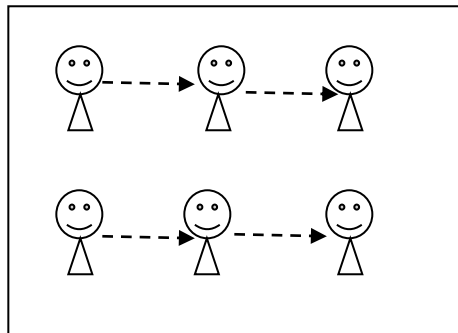


Keterangan : ☺ : Siswa
 ▲ : Cone
 - - - - -> : Arah lari

❖ **Elaborasi**

- Pertama guru memberikan gambar tentang materi lari estafet.
- Siswa mengamati gambar tentang materi lari estafet.
- Guru menjelaskan teknik dasar lari estafet
- Siswa mencoba menerapkan hasil pengamatan ke dalam latihan.
- Langkah-langkah latihan :
 1. Siswa membuat 4 berbanjar.
 2. Siswa menempati cone dengan jarak 1 meter.
 3. Siswa paling belakang membawa tongkat estafet.
 4. Siswa memberikan dan menerima tongkat estafet.

➤ Gambar latihan



Keterangan : ☺ : Siswa
 ▲ : Cone
 - - - - -> : Arah lari

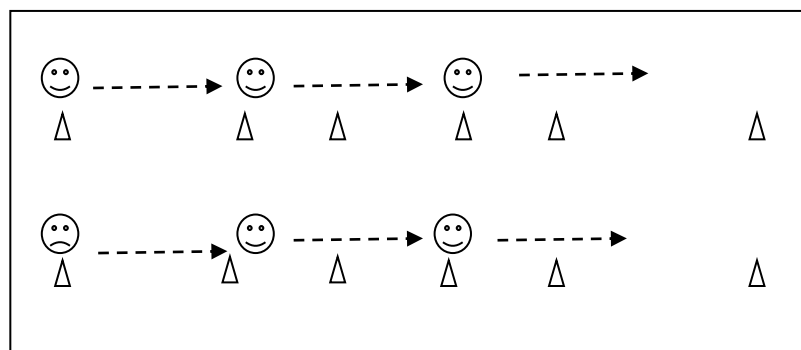
❖ **Konfirmasi**




Setelah siswa melakukan latihan , guru memberikan kesempatan siswa untuk melakukan teknik dasar lari estafet dengan teknik pemberian dan penerimaan visual dengan jarak 30 meter.

1. Membagi siswa menjadi 4 kelompok.
2. Siswa melakukan lari estafet dengan jarak 30 meter sesuai dengan latihan.

3.

➤ Gambar permainan



Keterangan :  : Siswa
 : Cone
 : Arah lari

III. Penutup (10 menit)

5. Pendinginan

Siswa diberikan pendinginan (siswa berbaris, badan di bungkukkan dan ayunkan kedua lengan ke kanan, ke kiri, ke depan, dan kebelakang, selanjutnya menggoyang-goyangkan tangan)

6. Membariskan

Siwa dibariskan kembali dan diistirahatkan.

7. Evaluasi

Siwa dibariskan kembali dan diberi elauasi tentang materi pembelajaran pada saat itu juga. Guru menjelaskan kembali tentang teknik dasar lari estafet lempar dan memberikan koreksi kepada seluruh siswa yang mengikuti proses pembelajaran. Guru memberikan tugas dan memberitahu materi pertemuan berikutnya.

8. Berdoa sebelum mengakhiri pembelajaran.

D. Sumber Belajar

1. Lapangan
2. Tongkat estafet
3. Cone
4. Refernsi : Purnomo Eddy dan Dapan.2013..*Dasar-dasar Atletik*.Yogyakarta:Alfamedia.

E. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar lari estafet. Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan lari estafet (penilaian proses) dan keahlian dalam lari estafet (penilaian produk/prestasi).

Penilaian produk/prestasi teknik lari estafet.

No	Nama Siswa	Awalan					Pemberia n					Penerimaa n					Jml	Nilai Akhir
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5		
1.																		
2.																		
3.																		
dst.																		

Jumlah skor yang diperoleh

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

Jumlah skor maksimal

b. Tes Sikap (Afektif)

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			Disiplin			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.																					
D st																					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																					

Jumlah skor yang diperoleh

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

Jumlah skor maksimal

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Penilaian pembelajaran teknik dasar lempar lembing dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan					Σ	NA
		Soal	Soal	Soal	Soal	Soal		

		No.1			No.2			No.3			No.4			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

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

Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan teknik penerimaan tongkat estafet?
2.	Sebutkan nomor lari estafet yang ada atau yang diperlombakan?
3.	Berapa jumlah pelari dalam 1 kelompok lari estafet?
4.	Jelaskan secara rinci teknik penerimaan secara visual?
5.	Jelaskan secara rinci teknik penerimaan secara non visual?

2. Rekapitulasi Penilaian

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

Magelang, 5 Agustus 2016

Guru Pembimbing
SMP Negeri 2Muntilan


Sugiantara, S.Pd.

NIP. 19710303 199802 1 002

Mahasiswa



Franiko Ardiyanto

NIM. 13601244040

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : SMP N 2 Muntilan
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : IX / 1
Materi : Atletik (lari jarak menengah)
Pertemuan : 2 kali pertemuan
Alokasi Waktu : 2 x 40 menit

Standar Kompetensi

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

Kompetensi Dasar

- 1.2. Mempraktikkan teknik dasar atletik lanjutan serta nilai toleransi, percaya diri, keberanian, menjaga keselamatan diri dan orang lain, bersedia berbagi tempat dan peralatan**)

Indikator

1. Berdoa sebelum dan sesudah proses pembelajaran Penjas.
2. Menunjukkan sikap disiplin selama proses pembelajaran.
3. Memahami teknik dasar lari jarak menengah.
4. Melakukan start jongkok, lari dan finish dengan benar.

E. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa terbiasa berdoa sebelum melakukan aktivitas Penjas.
2. Siswa dapat mengikuti pelajaran dengan sikap disiplin, sportif, menghargai, percaya diri, kejujuran.
3. Siswa mampu menjelaskan tentang lari jarak menengah.
4. Siswa mampu melakukan start jongkok, lari, dan finish dengan benar.

F. Materi Pembelajaran

Atletik : Lari Jarak Menengah

G. Metode Pembelajaran

1. Ceramah
2. Demonstrasi
3. Latihan
4. Komando

H. Langkah-Langkah Pembelajaran

IV. Pendahuluan (15 menit)

1. Berdoa sebelum memulai pembelajaran.

- Pembarisan siswa dilakukan dengan empat bershaf , lalu dilakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat.
- 2. Presensi kehadiran siswa.
- 3. Menanyakan kondisi siswa sehat atau tidak sehat.
- 4. Apersepsi
Menghubungkan dengan kehidupan sehari-hari berkaitan dengan materi pengajaran.
- 5. Memberikan motivasi serta menjelaskan tujuan pembelajaran.
- 6. Pemanasan dalam bentuk permainan
 - Permainan “cabut tali”
 - Cara bermain :
 - Setiap siswa di beri tali raffia
 - Tali raffia di selipkan di celana
 - Setiap siswa mengincar tali temanya
 - Berusaha tidak tercabut oleh temanya
 - Yang tercabut talinya push up 3x

V. Kegiatan Inti (55 menit)

❖ Eksplorasi

Guru menyuruh siswa melakukan lari jarak menengah sesuai dengan pengetahuan siswa

- Membagi siswa menjadi 4 kelompok.
- Masing-masing kelompok menempati posisi untuk melakukan start jongkok.
- Siswa berlari 1 kali putaran lapangan dengan teknik lari yang mereka ketahui.

❖ Elaborasi

- Pertama guru memberikan penjelasan mengenai start jongkok, start berdiri, teknik lari, dan juga finish.
- Siswa mencoba menerapkan hasil pengamatan ke dalam latihan.
- Langkah-langkah latihan :
 1. Siswa membuat 4 kelompok.
 2. Siswa belajar start jongkok.
 3. Siswa belajar teknik lari.
 4. Siswa belajar teknik finish.

❖ Konfirmasi

Setelah siswa melakukan latihan , guru memberikan kesempatan siswa untuk melakukan lari jarak menengah dengan modifikasi lapangan.

4. Membagi siswa menjadi 4 kelompok.
5. Siswa melakukan lari jarak menengah dengan start berdiri.
6. Siswa melakukan lari jarak menengah dengan start jongkok dan diambil nilainya.

VI. Penutup (10 menit)

1. Pendinginan
 - Cara melakukan :
 - Siswa saling berpasangan.
 - Siswa melakukan pendinginan secara berpasangan.
2. Membariskan
Siswa dibariskan kembali dan diistirahatkan.
3. Evaluasi
Siswa dibariskan kembali dan diberi evaluasi tentang materi pembelajaran pada saat itu juga. Guru menjelaskan kembali tentang lari jarak menengah dan memberikan koreksi kepada seluruh siswa yang mengikuti proses pembelajaran. Guru memberikan tugas dan memberitahu materi pertemuan berikutnya.
4. Berdoa sebelum mengakhiri pembelajaran.

F. Sumber Belajar

1. Lapangan
2. Cone
3. Referensi : Purnomo Eddy dan Dapan.2013..*Dasar-dasar Atletik*.Yogyakarta:Alfamedia.

G. Penilaian

3. Teknik dan Bentuk Penilaian
 - a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan lari jarak menengah dengan start jongkok. Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan start jongkok, teknik lari, dan teknik finish.

No	Nama	Aspek Penilaian															Jumlah
		Start Jongkok					Teknik Lari					Finish					
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
1.																	
2.																	
3.																	
4.																	
dst																	

Jumlah skor yang diperoleh

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

Jumlah skor maksimal

b. Tes Sikap (Afektif)

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

No	Nama	Aspek Sikap Yang Dinilai															Σ	N A
		Disiplin			Menghar gai			Semanga t			Percaya diri			Sportivit as				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
D st																		

Jumlah skor yang diperoleh

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

Jumlah skor maksimal

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Penilaian pembelajaran teknik dasar lempar lembing 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	1	2	1	2	1	2	1	2		
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
dst													

Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan nomor lari berdasarkan jaraknya?
2.	Sebutkan dan jelaskan start yang dipakai dalam lari jarak menengah?
3.	Jelaskan peraturan lintasan dalam lari jarak menengah?
4.	Jelaskan teknik melakukan finish?
5.	Jelaskan teknik berlari yang efektif?

Jumlah skor yang diperoleh

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

Jumlah skor maksimal

4. Rekapitulasi Penilaian

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

2.							
3.							
dst.							
Nilai Rata-rata							

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai Akhir (NA) = -----

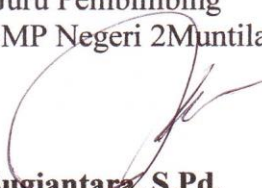
Tiga Aspek Penilaian

Keterangan :

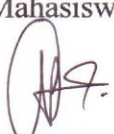
- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%
-

Magelang, 5 Agustus 2016

Guru Pembimbing
SMP Negeri 2Muntilan


Sugiantara, S.Pd.
NIP. 19710303 199802 1 002

Mahasiswa


Franiko Ardiyanto
NIM. 13601244040

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : SMP N 2 Muntilan
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VII/1
Materi : Senam Lantai (roll depan, roll belakang, kayang)
Pertemuan : 2 kali pertemuan
Alokasi Waktu : 3 x 40 menit

A . Kompetensi Inti

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

B . Kompetensi Dasar

- 1.2. Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan:
 - d. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran.
 - e. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir.
 - f. Mempraktikkan kebiasaan baik dalam berolahraga dan latihan.
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri dan orang lain, lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran
- 3.7 Memahami pengetahuan modifikasi teknik dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana
- 4.5 Mempraktikkan gabungan pola gerak dominan menuju teknik dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana

C . Indikator Pencapaian Kompetensi

1. Berdoa sebelum dan sesudah proses pembelajaran Penjas.
2. Mentaati peraturan untuk keselamatan pembelajaran
3. Memahami teknik dasar senam lantai roll depan, roll belakang, dan kayang
4. Mempraktikan teknik senam lantai roll depan, roll belakang, dan kayang

D. Materi Pembelajaran

Senam Lantai

3. Roll Depan (guling depan)
4. Roll Belakang (guling belakang)
5. Kayang

F . Metode Pembelajaran

1. Komando
2. Ceramah
3. Latihan (practice)

G . Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

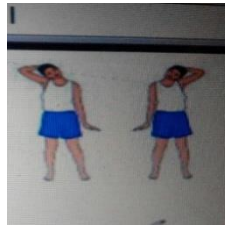
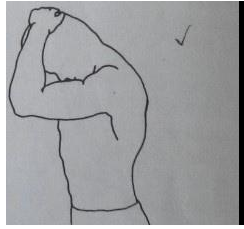
❖ Pertemuan Pertama

1 . Kegiatan Pendahuluan (20 menit)

1. Membariskan siswa menjadi 4 bershaf.
2. Salam dan Berdoa
3. Mempresesensi siswa
4. Apersepsi
5. Menyampaikan Tujuan Pembelajaran.

“Tujuan pembelajaran kali ini yaitu agar kalian dapat melakukan atau mempraktikan roll depan, roll belakang, dan kayang dalam satu rangkaian sederhana”

6. Pemanasan :
 - a. Peserta didik berlari kecil-kecil memakai ujung kaki atau jinjit;
 - b. Peserta didik membentuk 2 bersaf dengan jarak merentangkan kedua lengan ke samping kanan dan kiri. Kemudian melakukan pemanasan dari kepala;
 - c. Peserta didik berdiri kepala ditekuk ke depan, kanan dan kiri dengan hitungan 1 x 8;



d.

- e. Peserta didik berdiri kedua lengan ditarik ke atas, kaki jinjit hitungan 1 x 8;



i.

- f. Peserta didik kedua lengan didorong kedepan dengan punggung membungkuk, kemudian ditarik kebelakang punggung masih membungkuk dengan hitungan masing-masing 1 x 8;

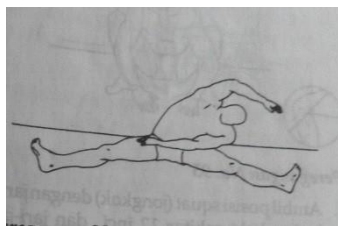
- g. Peserta didik berdiri kedua tangan menyentuh kaki bagian belakang lutut, punggung membungkuk hingga hidung mencium lutut, kedua kaki lurus dengan hitungan 1 x 8;



l.

- h. Peserta didik berdiri kaki kanan disilangkan kedepan, kedua tangan menyentuh lantai, bergantian dengan kaki kiri dengan masing-masing hitungan 1 x 8;

- i. Peserta didik duduk, kedua kaki dibuka lurus selebar mungkin, kemudian turunkan salah satu lengan dan angkat lengan yang lainnya melewati kepala, hembuskan nafas, putar tubuh dan bengkokkan batang tubuh bagian atas ke arah kaki, bergantian dengan hitungan masing-masing 1 x 8;

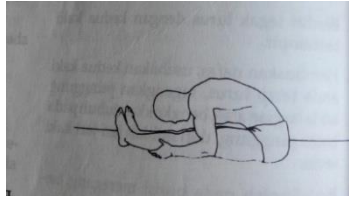


i.

- j. Peserta didik duduk tegak lurus pada lantai dengan kedua kaki lurus. Rentangkan kedua kaki selebar mungkin, hembuskan nafas, putar tubuh, dan bengkokkan batang tubuh bagian atas ke arah kaki, bergantian dengan masing-masing 1 x 8 hitungan;



- i.
- k. Peserta didik duduk tegak lurus pada lantai dengan kedua kaki lurus kedepan. Hembuskan nafas, kemudian pelan-pelan berusaha untuk bisa mencium lutut dengan kaki tetap lurus dengan hitungan 1 x 8.



- i.
- l. Peserta didik duduk kedua lengan kesamping kanan dan kiri, kemudian keatas bertemu membentuk sudut dan kembali kedepan dada lalu menyentuh ujung kaki dilakukan berulang hingga hitungan 2x 8
- m. Peserta didik duduk kedua lengan diputar kedepan, kaki lurus kedepan bagian kaki ditarik keatas lalu diturunkan gerakan bersamaan dengan hitungan 2 x 8

2 . Kegiatan Inti (80 menit)

Mengamati :

Peserta didik mengamati gerakan teknik dasar roll depan, roll belakang, dan kayang yang dilakukan oleh guru atau melihat audio/video visual tentang materi senam lantai yang di berikan

Menanya :

Pesertadidik menanyakan tentang teknik dasar senam lantai yang diajarkan.

Pesertadidik : bagaimana posisi saat melakukan senam lantai materi yang diajarkan?

Guru : guru menjawab posisi tangan, badan, dan kaki saat melakukan.

Mencoba :

- Peserta didik mencoba melakukan roll depan, roll belakang, dan kayang yang dilakukan satu persatu bergantian dengan guru mengamati satu – satu yang di lakukan oleh peserta didik.

Mengasosiasi :

- Siswa melakukan roll depan dengan awalan jongkok
- Siswa melakukan rolldepan dengan awalan berdiri

- Siswa melakukan roll belakang dari posisi jongkok
- Siswa melakukan kayang dari posisi tidur
- Siswa melakukan kayang dari posisi berdiri

Mengkomunikasikan :

- Peserta didik melakukan gerakan senam lantai roll depan, roll belakang dan kayang yang dimodifikasi yaitu di rangkai jadi satu gerakan yang berkesinambungan.

4 . Kegiatan Penutup (20 menit)

- Peserta didik melakukan pendinginan dengan membentuk lingkaran
 Cara :
 Duduk melingkar kaki di luruskan ke depan dan melakukan pelepasan dari ujung tangan sampai kaki dengan cara menggoyang-goyangkan dan di akhiri dengan gerakan kelenturan yaitu kembali lagi membungkuk mencium lutut.
- Guru menyampaikan materi untuk pertemuan selanjutnya.
- Motivasi dan evaluasi kegiatan pembelajaran
- Siswa diberikan kesempatan untuk bertanya
- Terakhir siswa di bariskan, berhitung, berdoa dan mengakhiri pembelajaran.

❖ **Pertemuan Kedua**

Pengulangan materi, Penilaian, Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

5. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Penilaian roll depan roll belakang, dan kayang

No	Nama Siswa	Roll depan				Roll belakang				Kayang				Jml	Nilai Akhir
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1.															
2.															
3.															

4.																			
5.																			
ds																			
b																			
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																			

Jumlah skor yang diperoleh

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

Jumlah skor maksimal

b. Tes Sikap (Afektif)

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.																					
ds																					
t																					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																					

Jumlah skor yang diperoleh

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

Jumlah skor maksimal

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Penilaian pembelajaran teknik dasar start jongkok 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

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

Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Bagaimana posisi telapak tangan saat roll depan?
2.	Apa tumpuan pada matras saat melakukan roll depan dan roll belakang?
3.	Bagaimana cara melakukan roll depan? Jelaskan !
4.	Bagaimana cara melakukan roll belakang ? jelaskan!
5.	Bagaimana cara melakukan kayang? Jelaskan!

6. 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%

I. Media Alat dan Sumer Belajar

3. Alat Pembelajaran :

- Matras
- Ruangan atau aula
- Peluit

4. Sumber Pembelajaran :

Media elektronik

- Audio/video visual teknik dasar senam lantai roll depan roll belakang, dan kayang
- Rekaman/cuplikan rangkaian gerakan senam lantai
- Audio/video berasal dari internet yang diambil dari youtube.


Magelang, 5 Agustus 2016

Guru Pembimbing
SMP Negeri 2 Muntilan



Sugiantara, S.Pd.
NIP. 19710303 199802 1 002

Mahasiswa



Franiko Ardiyanto
NIM. 13601244040

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : SMP N 2 Muntilan
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VIII/1
Materi : Senam Lantai (roll depan, roll belakang, meroda, kayang)
Pertemuan : 2 kali pertemuan
Alokasi Waktu : 2 x 40 menit

Standar Kompetensi

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

Kompetensi Dasar

- 4.1. Mempraktikkan teknik dasar senam lantai meroda berdasarkan konsep yang serta nilai kedisiplinan, keberanian dan tanggung jawab.

Indikator

1. Berdoa sebelum dan sesudah proses pembelajaran Penjas.
2. Menunjukkan sikap disiplin selama proses pembelajaran.
3. Memahami teknik dasar senam lantai roll depan, roll belakang, meroda, dan kayang
4. Meningkatkan ketrampilan senam lantai

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa terbiasa berdo'a sebelum melakukan aktivitas Penjas.
2. Siswa dapat mengikuti pelajaran dengan sikap disiplin, sportif, kerjasama, menghargai, percaya diri, kejujuran.
3. Siswa mampu menjelaskan teknik dasar senam lantai roll depan, roll belakang, meroda, dan kayang
4. Siswa mampu melakukan teknik dasar senam lantai roll depan, roll belakang, meroda, dan kayang

B. Materi Pembelajaran

Senam lantai :

- a. Roll depan
- b. Roll belakang
- c. Meroda
- d. Kayang

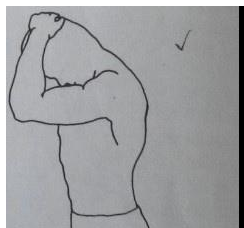
C. Metode Pembelajaran

1. Ceramah
2. Latihan
3. Demonstrasi
4. Komando

D. Langkah-Langkah Pembelajaran

I. Pendahuluan (15 menit)

1. Berdoa sebelum memulai pembelajaran.
- Pembarisan siswa dilakukan dengan empat bershaf , lalu dilakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat.
2. Presensi kehadiran siswa.
3. Menanyakan kondisi siswa sehat atau tidak sehat.
4. Apersepsi
5. Menghubungkan dengan kehidupan sehari-hari berkaitan dengan materi pengajaran.
6. Memberikan motivasi serta menjelaskan tujuan pembelajaran.
7. Pemanasan :
 - n. Peserta didik berlari kecil-kecil memakai ujung kaki atau jinjit;
 - o. Peserta didik membentuk 2 bersaf dengan jarak merentangkan kedua lengan ke samping kanan dan kiri. Kemudian melakukan pemanasan dari kepala;
 - p. Peserta didik berdiri kepala ditekuk ke depan, kanan dan kiri dengan hitungan 1 x 8;



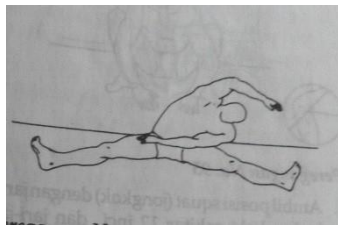
- q.
- r. Peserta didik berdiri kedua lengan ditarik ke atas, kaki jinjit hitungan 1 x 8;



- i.
 - s. Peserta didik kedua lengan didorong kedepan dengan punggung membungkuk, kemudian ditarik kebelakang punggung masih membungkuk dengan hitungan masing-masing 1 x 8;
 - t. Peserta didik berdiri kedua tangan menyentuh kaki bagian belakang lutut, punggung membungkuk hingga hidung mencium lutut, kedua kaki lurus dengan hitungan 1 x 8;



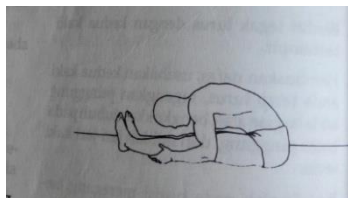
1.
 - u. Peserta didik berdiri kaki kanan disilangkan kedepan, kedua tangan menyentuh lantai, bergantian dengan kaki kiri dengan masing-masing hitungan 1 x 8;
 - v. Peserta didik duduk, kedua kaki dibuka lurus selebar mungkin, kemudian turunkan salah satu lengan dan angkat lengan yang lainnya melewati kepala, hembuskan nafas, putar tubuh dan bengkokkan batang tubuh bagian atas ke arah kaki, bergantian dengan hitungan masing-masing 1 x 8;



- i.
 - w. Peserta didik duduk tegak lurus pada lantai dengan kedua kaki lurus. Rentangkan kedua kaki selebar mungkin, hembuskan nafas, putar tubuh, dan bengkokkan batang tubuh bagian atas ke arah kaki, bergantian dengan masing-masing 1 x 8 hitungan;



- i.
 - x. Peserta didik duduk tegak lurus pada lantai dengan kedua kaki lurus kedepan. Hembuskan nafas, kemudian pelan-pelan berusaha untuk bisa mencium lutut dengan kaki tetap lurus dengan hitungan 1 x 8.



- i.
 - y. Peserta didik duduk kedua lengan kesamping kanan dan kiri, kemudian keatas bertemu membentuk sudut dan kembali kedepan dada lalu menyentuh ujung kaki dilakukan berulang hingga hitungan 2x 8
 - z. Peserta didik duduk kedua lengan diputar kedepan, kaki lurus kedepan bagian kaki ditarik keatas lalu diturunkan gerakan bersamaan dengan hitungan 2 x 8

II. Kegiatan Inti (55 menit)

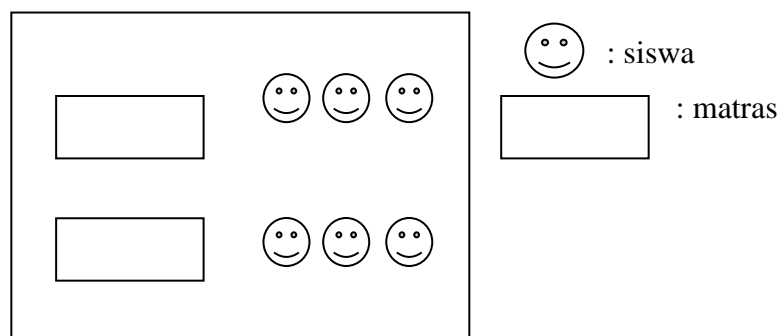
❖ Eksplorasi

Guru menyuruh siswa melakukan serangkaian gerak senam lantai yaitu roll depan, roll belakang, meroda, dan kayang

- Pertama siswa bergantian melakukan roll depan semuanya
- Kedua siswa melakukan roll belakang bergantian berurutan
- Ketiga siswa melakukan roll depan kemudian melakukan roll belakang
- Keempat siswa melakukan meroda
- Kelima siswa melakukan kayang
- Keenam siswa meroda kemudian kayang
- Terakhir siswa melakukan serangkaian gerakan semuanya berurutan semua bergantian

❖ Elaborasi

- Pertama guru memberikan contoh gerakan senam lantai semua materi
- Siswa mengamati contoh guru yang melakukan
- Guru menjelaskan teknik dasar serangkaian senam lantai yang masuk dalam materi
- Siswa mencoba menerapkan hasil pengamatan ke dalam latihan.
- Langkah-langkah latihan :
 1. Siswa membuat 2 banjar
 2. Siswa menempati matras yang sudah disediakan
 3. Siswa putra dan putri dipisah
 4. Siswa melakukan secara bergantian
- Gambar latihan



❖ Konfirmasi

Setelah siswa melakukan latihan, guru memberikan kesempatan siswa untuk melakukan teknik dasar senam lantai. Siswa disuruh melakukan rangkaian sederhana senam lantai yaitu merangkai semua gerakan senam lantai sesuai materi yang diajarkan. Membagi siswa menjadi 2 kelompok. Cara melakukannya sama seperti saat latihan

III. Penutup (10 menit)

9. Pendinginan

➤ Cara melakukan :

- Siswa membentuk 1 bershaf.
- Siswa berjalan maju 5 meter.
- Setiap diujung siswa melakukan gerakan pendinginan.
- Siswa kembali berjalan balik ke titik awal dan melakukan gerakan pendinginan yang sama.
- Gerakan pendinginan :
 - Mengayunkan tangan depan belakang.
 - Mengayunkan tangan kanan kiri.
 - Mengayunkan tangan depan belakang dengan kaki di silangkan.
 - Mengayunkan tangan kanan kiri dengan kaki disilangkan.
 - Merngayunkan kaki kanan kiri dengan teman sampingnya.
 - Tangan ke atas tarik nafas kemudian buang nafas.

10. Membariskan

Siwa dibariskan kembali dan diistirahatkan.

11. Evaluasi

Siwa dibariskan kembali dan diberi elauasi tentang materi pembelajaran pada saat itu juga. Guru menjelaskan kembali tentang teknik dasar lari estafet lempar dan memberikan koreksi kepada seluruh siswa yang mengikuti proses pembelajaran. Guru memberikan tugas dan memberitahu materi pertemuan berikutnya.

12. Berdoa sebelum mengakhiri pembelajaran.

H. Sumber Belajar

1. Lapangan / aula
2. Matras
3. Refernsi : ciniacinau.wordpress.com/pengertian-senam-dan-jenis-jenis-senam-lantai/

I. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar senam lantai. Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan keahlian dalam kelentukan badan

Penilaian produk/prestasi teknik senam lantai

No	Nama Siswa	Roll depan					Roll belakang					Meroda					Kayang					Jml	Nilai Akhir
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5		
1.																							
2.																							
3.																							
dst																							

Jumlah skor yang diperoleh

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

Jumlah skor maksimal

b. Tes Sikap (Afektif)

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			Disiplin			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																					

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

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Penilaian pembelajaran teknik dasar senam lantai 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																		

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

Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan ada berapa macam senam lantai?
2.	Jelaskan cara melakukan roll depan?
3.	Jelaska cara melakukan roll belakang?
4.	Jelaskan secara rinci teknik meroda?

5.	Jelaskan secara rinci teknik kayang?
----	--------------------------------------

2. Rekapitulasi Penilaian

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

Magelang, 5 Agustus 2016

Guru Pembimbing
SMP Negeri 2Muntilan


Sugiantara, S.Pd.
NIP. 19710303 199802 1 002

Mahasiswa


Franiko Ardiyanto
NIM. 13601244040

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : SMP N 2 Muntilan
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : IX/1
Materi : Senam Lantai (roll depan, roll belakang, kayang, headstand)
Pertemuan : 2 kali pertemuan
Alokasi Waktu : 2 x 40 menit

Standar Kompetensi

4. Mempraktikkan rangkaian gerak senam lantai dengan gerakan yang benar dan nilai nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar

- 4.2 Mempraktikkan beberapa rangkaian senam lantai, serta nilai keberanian, kedisiplinan, keluwesan, dan estetika.

Indikator

1. Berdoa sebelum dan sesudah proses pembelajaran Penjas.
2. Menunjukkan sikap disiplin selama proses pembelajaran.
3. Memahami teknik dasar senam lantai
4. Melakukan roll depan, roll belakang, kayang, dan headstand

I. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa terbiasa berdoa sebelum melakukan aktivitas Penjas.
2. Siswa dapat mengikuti pelajaran dengan sikap disiplin, sportif, menghargai, percaya diri, kejujuran.
3. Siswa mampu menjelaskan tentang senam lantai
4. Siswa mampu melakukan roll depan, roll belakang, kayang, dan headstand

J. Materi Pembelajaran

Senam Lantai :

- a. Roll depan
- b. Roll belakang
- c. Kayang
- d. Headstand

K. Metode Pembelajaran

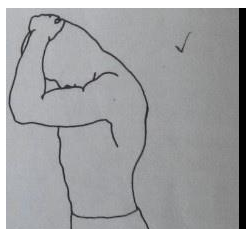
- a. Ceramah
- b. Latihan
- c. Demonstrasi
- d. Komando

L. Langkah-Langkah Pembelajaran

VII. Pendahuluan (15 menit)

8. Berdoa sebelum memulai pembelajaran.
 - Pembarisan siswa dilakukan dengan empat bershaf , lalu dilakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat.
9. Presensi kehadiran siswa.
10. Menanyakan kondisi siswa sehat atau tidak sehat.
11. Apersepsi
 - Menghubungkan dengan kehidupan sehari-hari berkaitan dengan materi pengajaran.
12. Memberikan motivasi serta menjelaskan tujuan pembelajaran.
13. Pemanasan

- a. Peserta didik berlari kecil-kecil memakai ujung kaki atau jinjit;
- b. Peserta didik membentuk 2 bersaf dengan jarak merentangkan kedua lengan ke samping kanan dan kiri. Kemudian melakukan pemanasan dari kepala;
- c. Peserta didik berdiri kepala ditekuk ke depan, kanan dan kiri dengan hitungan 1 x 8;



- d.
- e. Peserta didik berdiri kedua lengan ditarik ke atas, kaki jinjit hitungan 1 x 8;



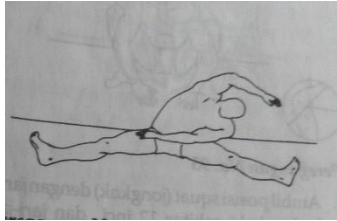
i.

- f. Peserta didik kedua lengan didorong kedepan dengan punggung membungkuk, kemudian ditarik kebelakang punggung masih membungkuk dengan hitungan masing-masing 1 x 8;
- g. Peserta didik berdiri kedua tangan menyentuh kaki bagian belakang lutut, punggung membungkuk hingga hidung mencium lutut, kedua kaki lurus dengan hitungan 1 x 8;



1.

- h. Peserta didik berdiri kaki kanan disilangkan kedepan, kedua tangan menyentuh lantai, bergantian dengan kaki kiri dengan masing-masing hitungan 1 x 8;
- i. Peserta didik duduk, kedua kaki dibuka lurus selebar mungkin, kemudian turunkan salah satu lengan dan angkat lengan yang lainnya melewati kepala, hembuskan nafas, putar tubuh dan bengkokkan batang tubuh bagian atas ke arah kaki, bergantian dengan hitungan masing-masing 1 x 8;



i.

- j. Peserta didik duduk tegak lurus pada lantai dengan kedua kaki lurus. Rentangkan kedua kaki selebar mungkin, hembuskan nafas, putar tubuh, dan bengkokkan batang tubuh bagian atas ke arah kaki, bergantian dengan masing-masing 1 x 8 hitungan;



i.

- k. Peserta didik duduk tegak lurus pada lantai dengan kedua kaki lurus kedepan. Hembuskan nafas, kemudian pelan-pelan berusaha untuk bisa mencium lutut dengan kaki tetap lurus dengan hitungan 1 x 8.



i.

- l. Peserta didik duduk kedua lengan kesamping kanan dan kiri, kemudian keatas bertemu membentuk sudut dan kembali kedepan dada lalu menyentuh ujung kaki dilakukan berulang hingga hitungan 2x 8
- m. Peserta didik duduk kedua lengan diputar kedepan, kaki lurus kedepan bagian kaki ditarik keatas lalu diturunkan gerakan bersamaan dengan hitungan 2 x 8
- n. Peserta didik melakukan push up sebanyak 10 x
- o. Kemudian bermain gerobak dorong berjalan dengan tangan dan kakinya di pegang oleh temanya.

VIII. Kegiatan Inti (55 menit)

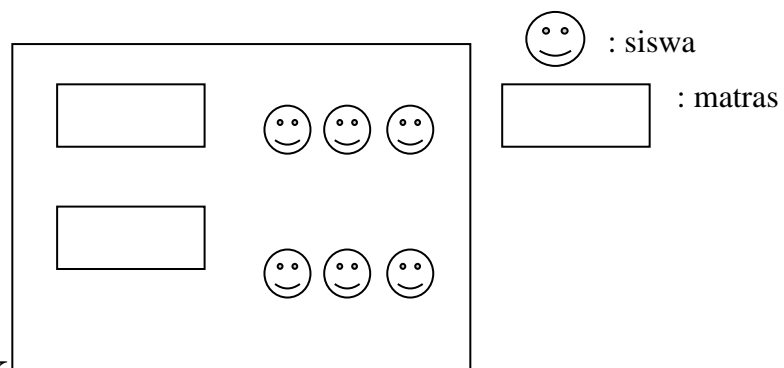
❖ Eksplorasi

Guru menyuruh siswa melakukan serangkaian gerakan senam lantai yaitu roll depan, roll belakang, kayang, dan headstand

- Pertama siswa bergantian melakukan roll depan semuanya
- Kedua siswa melakukan roll belakang bergantian berurutan
- Ketiga siswa melakukan roll depan kemudian melakukan roll belakang
- Kelima siswa melakukan kayang
- Keenam siswa melakukan headstand
- Terakhir siswa melakukan serangkaian gerakan semuanya berurutan semua bergantian

❖ **Elaborasi**

- Pertama guru memberikan contoh gerakan senam lantai semua materi
- Siswa mengamati contoh guru yang melakukan
- Guru menjelaskan teknik dasar serangkaian senam lantai yang masuk dalam materi
- Siswa mencoba menerapkan hasil pengamatan ke dalam latihan.
- Langkah-langkah latihan :
 5. Siswa membuat 2 banjar
 6. Siswa menempati matras yang sudah disediakan
 7. Siswa putra dan putri dipisah
 8. Siswa melakukan secara bergantian
- Gambar latihan



❖ **Komunikasi**

Setelah siswa melakukan latihan, guru memberikan kesempatan siswa untuk melakukan teknik dasar senam lantai. Siswa disuruh melakukan rangkaian sederhana senam lantai yaitu merangkai semua gerakan senam lantai sesuai materi yang diajarkan. Membagi siswa menjadi 2 kelompok. Cara melakukannya sama seperti saat latihan

IX. Penutup (10 menit)

13. Pendinginan

- Cara melakukan :

- Siswa saling berpasangan.
- Siswa melakukan pendinginan secara berpasangan.
- Melemaskan kaki dan tangan

14. Membariskan

Siwa dibariskan kembali dan diistirahatkan.

15. Evaluasi

Siwa dibariskan kembali dan diberi evauasi tentang materi pembelajaran pada saat itu juga. Guru menjelaskan kembali tentang lari jarak menengah dan memberikan koreksi kepada seluruh siswa yang mengikuti proses pembelajaran. Guru memberikan tugas dan memberitahu materi pertemuan berikutnya.

16. Berdoa sebelum mengakhiri pembelajaran.

J. Sumber Belajar

- Lapangan / aula
- Matras
- Refernsi : ciniacinau.wordpress.com/pengertian-senam-dan-jenis-jenis-senam-lantai/

K. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar senam lantai. Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan keahlian dalam kelentukan badan

Penilaian produk/prestasi teknik senam lantai

No	Nama Siswa	Roll depan					Roll belakang					Kayang					Headstand					Jm 1	Nilai Akhir
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5		
1.																							
2.																							
3.																							
dst																							

Jumlah skor yang diperoleh

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

Jumlah skor maksimal

b. Tes Sikap (Afektif)

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			Disiplin			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)

Penilaian pembelajaran teknik dasar senam lantai 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

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

Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan ada berapa macam senam lantai?
2.	Jelaskan cara melakukan roll depan?
3.	Jelaska cara melakukan roll belakang?
4.	Jelaskan secara rinci teknik headstand?
5.	Jelaskan secara rinci teknik kayang?

9. Rekapitulasi Penilaian

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

3.							
Nilai Rata-rata							

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai Akhir (NA) = -----

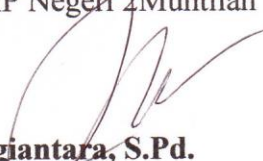
Tiga Aspek Penilaian

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%

Magelang, 5 Agustus 2016

Guru Pembimbing
SMP Negeri 2 Muntilan


Sugiantara, S.Pd.
NIP. 19710303 199802 1 002

Mahasiswa


Franiko Ardiyanto
NIM. 13601244040



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN HARIAN PELAKSANAAN PPL SMP NEGERI 2 MUNTILAN

F02
Untuk Mahasiswa

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMP NEGERI 2 MUNTILAN
ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA : Jl. Wates, Muntilan, Magelang
GURU PEMBIMBING : Sugiantara, S.Pd.

NAMA MAHASISWA : Franiko Ardiyanto
NO.MAHASISWA : 13601244040
FAK/JUR/PRODI : Pend. Jasmani Kesehatan & Rekreasi
DOSEN PEMBIMBING : Agus Susworo Dwi M, S.Pd. M.Pd.

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
	Sabtu, 27 Februari 2016 (08.00 – 10.00)	Penyerahan Peserta PPL	Dihadiri sebanyak 10 mahasiswa UNY dan 1 DPL dan sudah diterima langsung oleh Kepala Sekolah SMP N 2 MUNTILAN dan Koordinator PPL SMP N 2 MUNTILAN	-	-
	(10.00 – 12.00)	Observasi	<ul style="list-style-type: none"> – Peserta PPL UNY ditempatkan di kantor guru – Lapangan untuk mengajar praktek berada di sebelah selatan sekolah. – Di tugaskan untuk mengajar kelas 7, 8 dan 9 yang notabennya menggunakan KTSP dan yang kelas 7 sudah K13 	-	-
	Jumat, 17 Juni 2016 (09.00 – 13.00)	Penyampaian Surat	Menyampaikan surat pemberitahuan dari kampus bahwa PPL dimulai tanggal 15 Juni 2016 dan menetik tata tertib siswa untuk peserta didik baru atau siswa baru.	-	-
	Rabu, 27 Juni 2016 (07.30 – 16.30)	PPDB (Penerimaan Peserta Didik Baru)	<ul style="list-style-type: none"> – Membantu mengecek nilai dan nama siswa – Membantu input data yang dicabut dari sdekolah – Mengelompokan berkas – 	-	-



			berkas PPDB		
	Senin 18 Juli 2016 (06.30-07.00)	Salam Pagi	– Piket salam pagi di depan pintu masuk gerbang sekolah (5s)		
	(07.00–07.30)	Upacara Bendera	– Seluruh Warga sekolah mengikuti kegiatan upacara. – Memperkenalkan diri dan serah terima PPL UNY dengan warga sekolah dengan dihadiri seluruh Anggota PPL UNY 2016		
	(07.30 – 12.00)	PLS	– Pendampingan kelas 7 E – Memberi materi apresiasi seni dan permainan otak) – Mengiasi kelas olahraga 9C (materi perkenalan dan motivasi)		
	Selasa 19 Juli 2016 (06.30-07.00)	Salam Pagi	– Piket salam pagi di depan pintu masuk gerbang sekolah		
	(07.10-13.30)	PLS	– Apel pagi dengan siswa dengan materi peraturan yang ada di sekolah – Pendampingan siswa baru – Mengajar kelas 8c dan 9g dengan materi permainan pemanasan		
	Rabu 20 Juli 2016 (07.00-09.40)	Mengajar kelas 8D dan 9E	– Materi jalan – jalan keliling lingkungan sekolah dan permainan pemanasan		



Kamis 21 Juli 2016 (07.00-09.40)	Mengajar kelas 9A dan 8F	– Materi jalan – jalan keliling lingkungan sekolah dan permainan pemanasan		
Senin 25 Juli 2016 (07.10-09.10)	Mengajar kelas 9E	– Materi atletik lari jarak menengah		
(14.00-16.00)	Ekstrakurikuler voli	– Materi passing bawah dan atas – Perkenalan – Pemilihan siswa guna mengikuti lomba voli se kecamatan		
Selasa 26 Juli 2016 (07.10-09.10)	Pendampingan Siswa	– Mendampingi siswa di pinggir jalan raya utara sekolah, karena presiden RI akan melewati jalan itu		
(09.00-09.40)	Mengajar kelas 8	– Materi atletik lari estafet		
(09.40-12.00)	Pretest	– Menunggu siswa kelas 7 yang sedang melakukan pretest		
Rabu 27 Juli 2016 (07.00-09.40)	Mengajar kelas 9 B dan 9 G	– Materi yang diajarkan adalah atletik lari jarak menengah		
Kamis 28 Juli 2016 (07.00-09.40)	Mengajar kelas 8 B dan 7A	– Materi yang diajarkan adalah kelas 8 lari estafet, kelas 7 start jongkok		
Jumat 29 Juli 2016 (7.00-8.20)	Mengajar kelas 9 D	– Materi ajar yaitu lari jarak menengah		



	Senin 1 Agustus 2016 (8.20-9.40)	Mengajar kelas 8 E	<ul style="list-style-type: none"> - Materi yang diajarkan adalah tentang atletik nomor lari estafet - Penilaian lari estafet 		
	Selasa 2 Agustus 2016 (07.00-09.40)	Mengajar kelas 8C dan 7D	<ul style="list-style-type: none"> - Materi yang diajarkan adalah lari estafet dan start jongkok - Penilaian estafet dan start jongkok 		
	Rabu 3 Agustus 2016 (07.00-09.40)	Mengajar kelas 9 B dan 9 D	<ul style="list-style-type: none"> - Kelas 9 b materi latihan upacara guna menjadi petugas upacara minggu depan. - Kelas 9 D materi lari jarak menengah dan penilaiannya. 		
	Kamis 4 Agustus 2016 (07.00-09.00)	Mengajar kelas 7 A dan 8 B	<ul style="list-style-type: none"> - Penilaian start jongkok dan lari estafet 		
	(09.00-12.000)	Pendampingan kelas 8	<ul style="list-style-type: none"> - Mengikuti peresmian dan pameran buku di kota mungkid 		
	Jumat 5 Agustus 2016 (07.00-8.20)	Mengajar kelas 9 E	<ul style="list-style-type: none"> - Materi pembelajaran yaitu lari jarak menengah dan penilaiannya 		
	Sabtu 6 Agustus 2016 (22.00-00.00)	PERJUSAMI	<ul style="list-style-type: none"> - Mendampingi siswa pramuka di bumi perkemahan dangean 		
	8 agustus – 12 agustus	IZIN	<ul style="list-style-type: none"> - SAKIT 		
	Senin 15 Agustus 2016 (07.00-8.20)	Mengajar kelas 8E	<ul style="list-style-type: none"> - Mendampingi guru mengajar kelas 8 E 		



Selasa 16 Agustus 2016 (07.00-8.20)	Mengajar kelas 9 A	– Mendampingi guru mengajar senam lantai		
Rabu 17 Agustus 2016 15.00 – 17.00	Upacara Hari Kemerdekaan RI ke 71	– Upacara memperingati hari kemerdekaan RI ke 71 di lapangan pasturan muntilan		
Kamis 18 Agustus 2016 (07.00-8.20)	Mendampingi Pengajaran kelas 8 F	– Materi yang diajarkan adalah senam lantai roll depan dan roll belakang kayang dan meroda		
Jumat 19 Agustus 2016 (07.00-8.20)	Mengajar kelas 9 G	– Materi yang diajarkan adalah senam lantai		
Senin 22 Agustus 2016 (07.00-8.20)	Mengajar kelas 8 E	– Materi yang diajarkan adalah senam lantai dan penilaian senam lantai		
Selasa 23 Agustus 2016 (07.00-09.40)	Mengajar kelas 9 A dan 7 D	– Materi yang diajarkan adalah senam lantai		
Rabu 24 Agustus 2016 (07.00-10.40)	Mengajar kelas 9 B dan 7 B	– Penilaian senam lantai untuk kelas 9 dan materi senam lantai untuk kelas 7		
Kamis 25 Agustus 2016 (07.10-09.10)	Mengajar kelas 8 F	– Materi yang diajarkan adalah senam lantai dan penilaian senam lantai		
Jumat 26 Agustus 2016 (07.10-09.10)	Mengajar kelas 9 G	– Materi yang diajarkan adalah voli dan sepak bola		
Senin 29 Agustus 2016	Mengajar kelas 7 C	– Materi yang diajarkan adalah permainan basket dan voli		



(07.10-09.10)					
(11.00-18.000)	KARNAVAL HUT RI	– Mendampingi siswa ikut karnaval HUT RI di kecamatan muntilan			
Selasa 30 Agustus 2016 (07.10-10.40)	Mengajar kelas 8 C dan 7 B	– Materi yang diajarkan adalah penilaian senam lantai			
Rabu 31 Agustus 2016 (07.00-09.40)	Mengajar kelas 9B dan 9 D	– Materi yang diajarkan senam lantai dan penilaiannya			
Kamis 1 September 2016 (07.10-09.40)	Mengajar kelas 7 A dan 8 B	– Materi yang diajarkan adalah senam lantai dan penilainya			
Jumat 2 Septmeber 2016 (07.10-09.10)	Mengajar kelas 7 E	– Materi yang diajarkan adalah senam lantai dan penilainya			
Senin 5 September 2016 (07.00-10.00)	Rekap nilai	– Merekap nilai atletik dan senam lantai kelas 7			
Selasa 6 September 2016 (07.00-10.00)	Rekap nilai	– Merekap nilai atletik dan senam lantai kelas 8			



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN HARIAN PELAKSANAAN PPL SMP NEGERI 2 MUNTILAN

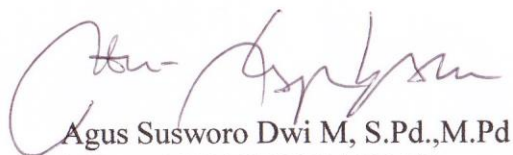
F02

Untuk Mahasiswa

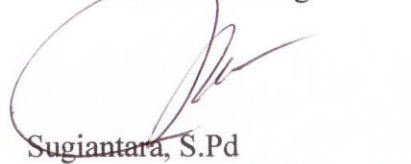
Rabu 7 September 2016 (07.00-10.00)	Rekap nilai	- Merekap nilai atletik dan senam lantai kelas 9		
Kamis 8 september 2016	LAPORAN PPL	- Memulai untuk mengerjakan laporan PPL		
Jumat 9 september 2016	RAPAT	- Merapatkan acara yang akan diadakan pada perpisahan PPL di SMP N 2 MUNTILAN		
Selasa 13 September	PERPISAHAN	- Mengadakan acara yang simple dan mengesankan yaitu menghadirkan music akustik dan penampilan dari perwakilan siswa		

Magelang, 15 September 2016

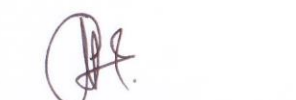
Dosen Pembimbing Lapangan


Agus Susworo Dwi M, S.Pd., M.Pd
NIP. 197108082001121001

Mengetahui :
Guru Pembimbing


Sugiantara, S.Pd
NIP. 19710303 199802 1 002

Mahasiswa


Franiko Ardiyanto
NIM : 13601244040



Gambar sedang berlangsungnya proses penerimaan siswa baru di SMP N 2 Muntilan



Gambar berlangsungnya kegiatan Pengenalan Lingkungan Sekolah (PLS)



Gambar kegiatan kelas 7 saat pretest mata pelajaran



Gambar kegiatan PLS di ruang kelas



Proses kegiatan PERJUSAMI, latihan upacara, dan Karnaval HUT RI



Gambar apel pagi untuk siswa dan kegiatan penghormatan kepada presiden di pinggir jalan sekolah.



Kegiatan pembelajaran yang sedang berlangsung



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

F04

UNTUK MAHASISWA

Nama Sekolah/ Lembaga : SMP N 2 MUNTILAN
 Alamat Sekolah/ Lembaga : Jl. WATES, MUNTILAN, MAGELANG..... Fax./ Telp. Sekolah/Lembaga :
 Nama DPL PPL/ Magang III : AGUS SUSWORO DWI MARTHAENDRO M.Pd
 Fdi / Fakultas DPL PPL/ Magang III : PKR
 Nama Mahasiswa PPL/ Magang III : Z.....

No	Tgl. Kehadiran	Jml Mhs	Materi Bimbingan	Keterangan	Tanda Tangan DPL PPL/ Magang III
	18 / 7 '16	2	penjadwalan mengajar		<i>[Signature]</i>
	20 / 8 '16	2	monitoring & evaluasi		<i>[Signature]</i>
	23 / 8 '16	2	monitoring & evaluasi		<i>[Signature]</i>
	14 / 9 '16	2	pelaporan		<i>[Signature]</i>

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



Magelang, 28 September 2016
 Mhs PPL/ Magang III Prodi PKR
[Signature]
 F. FANIKHA ARIYANTO