

**LAPORAN INDIVIDU**  
**KEGIATAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN ( PPL )**

**SMK ABDI NEGARA MUNTILAN**

( Jalan Pemuda Barat No. 5, Tamanagung, Muntilan, Magelang )

**Dosen Pembimbing :**

**Endra Murti Sagoro, S.Pd, M.Sc**



**Disusun Oleh :**

**SABIEL SUPRASTYO**

**13601241018**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN  
REKREASI**

**LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**2016**

## HALAMAN PENGESAHAN

Pengesahan laporan kegiatan PPL Universitas Negeri Yogyakarta tahun 2016 di SMK Abdi Negara Muntilan, Magelang. Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sabiel Suprastyo

NIM : 13601241018

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan ( PPL ) di SMK Abdi Negara Muntilan, Magelang sejak tanggal 15 Juli 2016 sampai dengan 15 September 2016. Hasil Kegiatan tercakup dalam laporan berikut ini.

Yogyakarta, 15 September 2016

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Dr. Sugeng Purwanto, M.Pd.

Bangkit Kurnia P, S.Pd

NIP. 19650325 200501 1 002

Mengetahui,

Kepala SMK Abdi Negara Muntilan

Koordinator PPL

Drs. Slamet Riyadi

Muh. Sinun, S.Pd

NIP. 19590329198801 1 001

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat, sehingga penyusun bisa menyelesaikan kegiatan PPL 2016 di SMK Abdi Negara dengan lancar. Kegiatan PPL 2016 yang telah dilaksanakan memberikan manfaat bagi semua pihak yang terkait pada umumnya dan bagi penyusun sendiri pada khususnya.

Laporan ini disusun sebagai tugas akhir pelaksanaan PPL bagi mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta serta merupakan hasil dari pengalaman dan observasi penyusun selama melaksanakan kegiatan PPL di SMK Abdi Negara.

Penyusun menyadari keberhasilan laporan ini atas bantuan berbagai pihak, maka pada kesempatan ini penyusun mengucapkan terima kasih dan penghargaan kepada :

1. Prof. Dr. Rochmat Wahab, selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan fasilitas kepada mahasiswa berupa kegiatan PPL sebagai media mahasiswa untuk dapat mengaplikasikan dan mengabdikan ilmu di masyarakat pendidikan.
2. Drs. Slamet Riyadi, selaku Kepala Sekolah SMK Abdi Negara Muntilan yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada mahasiswa PPL selama melaksanakan kegiatan PPL di SMK Abdi Negara.
3. Endra Murti Sagoro, S.Pd, M.Sc, selaku DPL PPL SMK Abdi Negara Muntilan yang telah memberikan banyak arahan dan dukungan selama PPL.
4. Muh. Sinun, S.Pd, selaku koordinator PPL SMK Abdi Negara Muntilan yang telah memberikan bimbingan dan bantuan moral maupun material.
5. Bangkit Kurnia Prihambodo, S.Pd, selaku guru pembimbing penjaskes yang telah memberikan bimbingan selama melaksanakan kegiatan PPL di SMK Abdi Negara Muntilan.
6. Kepala LPPMP UNY beserta stafnya yang telah membantu pengkoordinasian dan penyelenggaraan kegiatan PPL.
7. Bapak Ibu Guru dan Karyawan SMK Abdi Negara Muntilan yang banyak membantu dalam pelaksanaan PPL.
8. Seluruh peserta didik SMK Abdi Negara Muntilan khususnya kelas X AK, AP, PM dan XI AP, PM, AK yang telah bekerja sama dengan baik.
9. Ayah, Ibu, Adik, dan semua keluarga di rumah, atas doa dan segala dorongan baik moral maupun material.

10. Teman–teman seperjuangan PPL ( Imam, Faras, Fitria, Arum, Agita, Stefani, Stefi, Vikco ) di SMK Abdi Negara Muntilan yang selalu memberi dukungan dan kerja samanya.
11. Seluruh pihak yang tidak dapat penyusun sebutkan satu-persatu yang telah membantu dalam pelaksanaan kegiatan PPL.

Penyusun menyadari bahwa dalam pelaksanaan PPL masih banyak kekurangan yang harus diperbaiki pada kesempatan selanjutnya. Untuk itu, penyusun mohon maaf jika belum bisa memberikan hasil yang sempurna kepada semua pihak yang telah membantu pelaksanaan program PPL. Selain itu penyusun juga mengharapkan kritik dan saran yang membangun agar dapat menjadi lebih baik lagi. Akhirnya, penyusun berharap semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang berkepentingan.

Yogyakarta, 9 September 2016  
Penyusun

Sabiel Suprastyo  
NIM. 13601241018

# DAFTAR ISI

## Table of Contents

<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>I</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>II</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>IV</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>VI</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
<b>A. ANALISIS SITUASI</b> .....	<b>2</b>
1. Profil Sekolah.....	2
2. Analisis Kondisi Fisik Sekolah.....	2
3. Analisis Kondisi Non Fisik Sekolah.....	6
<b>B. PERUMUSAN PROGRAM KEGIATAN PPL</b> .....	<b>8</b>
1. Tahap Observasi Lapangan.....	9
2. Tahap Pengajaran Mikro.....	10
3. Tahap Pembekalan.....	10
4. Tahap Penerjunan.....	10
5. Tahap Praktek Mengajar.....	10
6. Tahap Evaluasi.....	10
7. Tahap Penyusunan Laporan.....	11
8. Tahap Penarikan.....	11
<b>BAB II PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL</b> .....	<b>12</b>
<b>A. PERSIAPAN</b> .....	<b>12</b>
<b>B. PELAKSANAAN</b> .....	<b>13</b>
<b>C. ANALISIS HASIL PELAKSANAAN</b> .....	<b>16</b>
<b>BAB III PENUTUP</b> .....	<b>19</b>
<b>A. KESIMPULAN</b> .....	<b>19</b>
<b>B. SARAN</b> .....	<b>19</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>22</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>23</b>

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1.	Observasi Sekolah
Lampiran 2.	Hasil Observasi Pembelajaran di Kelas
Lampiran 3.	Catatan Harian PPL
Lampiran 4.	Matriks Mingguan PPL
Lampiran 5.	Kartu Bimbingan PPL
Lampiran 6.	Laporan Dana dan Pelaksanaan PPL
Lampiran 7.	Jadwal Mengajar 2016 / 2017
Lampiran 8.	Daftar Presensi Peserta Didik
Lampiran 9.	Kalender Pendidikan SMK Abdi Negara Muntilan
Lampiran 10.	Silabus
Lampiran 11.	Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
Lampiran 12.	Dokumentasi

# **ABSTRAK**

## **PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN ( PPL )**

### **SMK ABDI NEGARA MUNTILAN**

Disusun Oleh :

Sabiel Suprastyo

13601241018

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Tantangan dunia pendidikan dan IPTEK mengharuskan kita sebagai calon keendidikan mempunyai kemampuan yang baik dalam menstransfer ilmu kepada peserta didik. Menjadi guru yang profesional harus memenuhi kompetensi yang sudah ditentukan. Praktik Pengalaman Lapangan ( PPL ) menjadi salah satu upaya untuk mewujudkan hal tersebut. Kegiatan PPL ini bertujuan untuk peningkatan keterampilan dan pemahaman mengenai berbagai aspek kependidikan dalam rangka memenuhi persyaratan pembentukan tenaga kependidikan yang bertugas sebagai transfer ilmu dan pengetahuan di sekolah.

Praktik Pengalaman Lapangan ( PPL ) dilaksanakan di SMK Abdi Negara Muntilan. Program kegiatan yang dilaksanakan adalah mengajar terbimbing dan mandiri. Kegiatan ini diawali dar persiapan pelaksanaan, analisis hasil, dan refleksi. Dari kegiatan-kegiatan tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa kegiatan PPL ini bertujuan memberikan pengalaman kepada mahasiswa tentang proses pembelajaran di kelas, administrasi guru, kegiatan sekolah, dan dunia pendidikan pada umumnya. Total pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan yaitu jam (xxx)

***Kata Kunci : PPL, guru SMK Abdi Negara***

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan memegang peranan yang sangat penting dalam proses peningkatan kualitas sumber daya manusia. Peningkatan kualitas pendidikan merupakan suatu proses yang terintegrasi dengan proses peningkatan kualitas sumber daya manusia, karena penyelenggaraan pendidikan baik di lingkungan sekolah maupun luar sekolah dapat melahirkan sumber daya manusia yang berkualitas jika pendidikan di difokuskan pada proses pembelajaran.

Tenaga pendidik dalam pelaksanaan sistem pendidikan dipandang sebagai faktor utama keberhasilan pencapaian tujuan pendidikan nasional seperti yang tercantum dalam UU No. 2/1989 pasal 4, yaitu “Pendidikan Nasional bertujuan mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia Indonesia seutuhnya, yaitu manusia yang beriman dan bertakwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti yang luhur memiliki pengetahuan dan ketrampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri serta tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.”

Mengingat besarnya peran tenaga pendidik dalam menentukan keberhasilan sistem pendidikan di Indonesia, maka sangat diperlukan guru-guru profesional, yaitu yang memiliki kompetensi profesional meliputi penguasaan bidang studi yang baik, menguasai metode pembelajaran, memiliki ketrampilan mengajar, mampu menggunakan media pembelajaran yang sesuai, dan sifat kepribadian yang luhur. Untuk itu Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) sebagai salah satu perguruan tinggi yang mempunyai misi dan tugas untuk menyiapkan dan menghasilkan tenaga-tenaga pendidik yang siap dalam bidangnya, mencantumkan beberapa mata kuliah pendukung yang menunjang tercapainya kompetensi, salah satunya yaitu Praktik Pengalaman Lapangan.

Usaha peningkatan efisiensi dan kualitas penyelenggaraan proses pembelajaran terus dilakukan, termasuk dalam hal ini mata kuliah lapangan seperti Mata Kuliah Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)/ Magang III. Mata kuliah PPL/ Magang II mempunyai kegiatan yang mendukung berlangsungnya pembelajaran. Mata kuliah ini diharapkan dapat memberikan pengalaman belajar bagi mahasiswa, terutama dalam hal pengalaman mengajar, memperluas wawasan, pelatihan dan pengembangan kompetensi yang diperlukan dalam bidangnya, peningkatan keterampilan, kemandirian, tanggung jawab, dan kemampuan dalam memecahkan masalah. Kegiatan PPL dapat digambarkan sebagai wahana untuk menerapkan berbagai ilmu yang di terima di bangku kuliah yang kemudian diaplikasikan langsung di lapangan Kegiatan PPL ini bertujuan memberiksn pengalaman faktual mengenai proses pembelajaran dan kegiatan administrasi sekolah lainnya sehingga dapat digunakan sebagai

bekal untuk menjadi tenaga pendidik yang professional, memiliki sikap ilmu pengetahuan, dan ketrampilan yang diperlukan dalam bidang keprofesiannya.

## **A. ANALISIS SITUASI**

### **1. Profil Sekolah**

SMK Abdi Negara Muntilan merupakan lembaga pendidikan Sekolah Menengah Kejuruan yang menjadi sasaran bagi pelaksanaan PPL UNY 2016. Memiliki Visi dan Misi sebagai berikut :

#### **a. Visi**

Mengembangkan lembaga pendidikan dan pelatihan yang mampu mewujudkan tenaga kerja siap pakai, professional, mandiri, dan berbudi pekerti mulia.

#### **b. Misi**

1. Menciptakan iklim belajar yang berakar pada norma dan nilai budaya bangsa Indonesia yang berakhlak mulia
2. Menyelenggarakan pendidikan dan pelatihan yang berwawasan mutu dan keunggulan, professional, mandiri, dan berorientasi masa depan
3. Menyiapkan tamatan untuk bekal dirinya menjadi produktif dan bermanfaat serta bisa mengembangkan diri secara berkelanjutan
4. Mencetak tamatan agar mampu memiliki karier dalam bidangnya, berwirausaha, dan melanjutkan studi ke jenjang yang lebih tinggi
5. Mewujudkan layanan prima dalam upaya pemberdayaan sekolah dan masyarakat secara optimal dalam menunjang program pemerintah dalam pelaksanaan otonomi daerah.

Secara geografis sekolah ini terletak di Jalan Pemuda Barat, Tamanagung, Muntilan dan merupakan sekolah swasta dengan akreditasi B. Lokasi SMK Abdi Negara Muntilan cukup strategis karena berada dipinggir jalan sehingga dapat dijangkau dengan menggunakan jenis kendaraan apapun. Dengan kondisi sekolah yang demikian, maka dapat mendukung pelaksanaan kegiatan belajar mengajar yang pada akhirnya dapat meningkatkan kualitas pendidikan di SMK Abdi Negara Muntilan. Adapun gambaran umum kondisi SMK Abdi Negara Muntilan berdasarkan hasil observasi sekolah pra PPL yang dilaksanakan pada tanggal 26 Februari 2016, diperoleh hasil sebagai berikut :

Utara	: Jalan Raya Magelang
Barat	: SMA N 1 Muntilan
Timur	: POM Bensin Candimas
Selatan	: Lapangan Ponggol, dan SMA N 1 Muntilan

### **2. Analisis Kondisi Fisik Sekolah**

#### **a. Ruang Kantor**

SMK Abdi Negara Muntilan memiliki tiga ruang kantor yaitu ruang Kepala Sekolah, ruang Guru, serta ruang Tata Usaha (TU). Ruang Guru berada disebelah utara bagian kanan lapangan basket. Ruang guru terdiri dari meja dan kursi guru, almari guru, serta perangkat mengajar. Di sebelah utara bagian kiri lapangan basket adalah ruang Kepala Sekolah, ruang Wakil Kepala Kesiswaan, dan ruang Tata Usaha (TU). Ruang TU memiliki fasilitas yang cukup memadai, seperti meja, kursi, ruang tamu, almari, arsip, komputer, printer, mesin fotokopi, TV dan perlengkapan administrasi lainnya, ruang Wakil Kepala Sekolah memiliki fasilitas meja, kursi, almari komputer dan printer, sedangkan ruang Kepala Sekolah terdapat fasilitas berupa ruang kerja dan ruang tamu yang dilengkapi dengan meja, kursi yang digunakan sebagai tempat untuk melayani tamu serta almari kaca yang berisi piala-piala kejuaraan dan benda kenang-kenangan dari mahasiswa yang pernah melaksanakan PPL di SMK Abdi Negara Muntilan.

b. Ruang Belajar Mengajar

Ruang belajar mengajar yang ada di SMK Abdi Negara Muntilan terdapat 15 ruang kelas. Adapun ruang kelas terdiri dari 9 ruang kelas X yaitu kelas X Administrasi Perkantoran, X Akuntansi, X Pemasaran. Ruang kelas XI yaitu kelas XI Administrasi Perkantoran, XI Akuntansi, XI Pemasaran, sedangkan kelas XII yaitu kelas XII Administrasi Perkantoran, XII Akuntansi, XII Pemasaran. Masing-masing ruang kelas memiliki kelengkapan administrasi kelas yang memadai. Tiap ruang kelas dilengkapi dengan meja dan kursi sejumlah siswa masing-masing kelas, meja dan kursi guru, papan administrasi kelas, tempat menyimpan HP, white board, penghapus, spidol, LCD, remote LCD, serta dilengkapi dengan peralatan kebersihan seperti sapu dan kemoceng yang mendukung kebersihan kelas.

c. Laboratorium

SMK Abdi Negara Muntilan memiliki fasilitas penunjang pembelajaran berupa lima ruang laboratorium yaitu Laboratorium Komputer, Laboratorium Administrasi Perkantoran, Laboratorium Mesin, Laboratorium Bahasa, dan Laboratorium Mengetik. Laboratorium digunakan ketika siswa akan melaksanakan kegiatan praktikum, pemanfaatan laboratorium komputer digunakan untuk mempraktikkan ilmu dari mata pelajaran tertentu secara elektronik, laboratorium mengetik digunakan sebagai sarana pengenalan dan pemakaian siswa dalam melakukan praktik pengetikan,

d. Aula

Aula merupakan salah satu fasilitas umum yang ada di SMK Abdi Negara Muntilan, selain sebagai tempat rapat aula dapat pula difungsikan sebagai ruang pembelajaran karena di ruangan ini terdapat fasilitas berupa LCD dan speaker yang sangat mendukung dalam proses pembelajaran di luar kelas.

e. Perpustakaan

Perpustakaan dilengkapi dengan koleksi buku seperti buku-buku pelajaran, buku cerita fiksi dan non fiksi, buku paket, majalah, dan koran. Ruangan Perpustakaan ini cukup nyaman dan bersih tersedia meja, kursi (muatan bisa mencapai 20 siswa). Perpustakaan di SMK Abdi Negara ini memiliki satu buah papan tulis yang dapat digunakan untuk kegiatan pembelajaran.

f. Masjid

Masjid di sekolah ini menjadi tempat yang sangat bermanfaat bagi guru dan peserta didik yang beragama Islam karena setiap waktu shalat dapat dipergunakan. Kondisi masjid juga cukup terawat oleh pengurus masjid yang terdiri dari peserta didik (rohis).

g. Ruang Kepala Sekolah

Ruang kepala sekolah mempunyai ruang sendiri yang letaknya bersebelahan dengan ruang tata usaha.

h. Ruang Guru

Ruang guru berada di lantai satu bersebelahan dengan ruang tata usaha

i. Ruang BK

SMK Abdi Negara memiliki ruang khusus untuk Bimbingan dan Konseling. Ruang Bimbingan dan Konseling ini dapat dimanfaatkan oleh siswa ketika siswa ingin berkonsultasi dengan guru. Ruang BK terletak di selatan mushola dan berdekatan dengan ruang kelas XII Pemasaran.

j. Ruang TU

Ruang TU merupakan ruang tempat pengarsipan dan pengelolaan administrasi guru dan siswa. Siswa dan guru dapat langsung menuju ruang Tata Usaha jika memerlukan hal-hal yang berkaitan dengan ketatausahaan.

k. UKS

Ruang UKS SMK Abdi Negara Muntilan terdiri dari dua ruang yaitu ruang untuk laki-laki dan perempuan. Ruang UKS kurang tertata dengan rapi, karena adanya renovasi.

l. Laboratorium Komputer

Terdapat satu laboratorium komputer yang letaknya di selatan lapangan tengah, yang mempunyai fasilitas yaitu : 20 unit PC, whiteboard, AC, 2 buah

kipas angin yang dipasang di tengah ruangan, serta koneksi internet. Laboratorium tersebut masing-masing digunakan untuk kegiatan pembelajaran Administrasi Perkantoran, dan internet bagi siswa SMK Abdi Negara Muntilan.

m. Media dan Alat Pembelajaran

Media pembelajaran yang terdapat di SMK Negeri 1 Depok antara lain : buku-buku paket dan penunjang, white board, boardmarker, alat peraga, LCD, Laptop dan peralatan laboratorium.

n. Kamar Mandi

Sekolah mempunyai 5 kamar mandi untuk siswa dan 2 kamar mandi khusus untuk guru, dan 1 kamar mandi di ruang BK. Kamar mandi siswa dan guru yang terletak dekat dengan mushola sekolah kurang terawat dengan baik. Oleh karena itu kamar mandi perlu diadakan perawatan berkala dan perbaikan agar kenyamanan penggunaannya dapat terpenuhi.

o. Aula

Aula atau ruang workshop berada di lantai 2 sebelah barat. Ruangan ini sering digunakan untuk berbagai kegiatan, baik untuk kepentingan guru, siswa maupun pihak umum yang berkepentingan di sekolah.

p. Tempat Parkir

Terdapat 2 tempat parkir yaitu 1 tempat parkir untuk siswa yang terletak didepan sebelah timur, serta tempat parkir guru didepan sebelah barat dan ruang TU.

q. Kantin

Kantin SMK Abdi Negara ini letaknya di sebelah barat parkir guru dan gudang. Kebersihan kantin cukup baik serta makanan yang di jual juga terjangkau oleh siswa (murah).

r. Lapangan Sekolah

Lapangan sekolah terletak di tengah sekolah, yang bisa digunakan untuk bermain basket, voli, dan futsal. Selain itu lapangan ini juga biasa digunakan untuk melakukan upacara rutin setiap hari senin.

s. Ruang OSIS

SMK Abdi Negara memiliki ruang OSIS yang berdampingan dengan ruang komputer. Ruang OSIS yang terdapat di SMK Abdi Negara kurang dimanfaatkan secara optimal.. Meskipun demikian kegiatan OSIS secara umum berjalan baik, organisasi OSIS di sekolah cukup aktif dalam berbagai kegiatan seperti MOS, MOP, perekrutan anggota baru, baksos, tonti.

### 3. Analisis Kondisi Non Fisik Sekolah

#### a) Kurikulum Sekolah

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi berdampak pada perubahan tuntutan dan dunia kerja terhadap sumber daya manusia yang dibutuhkan. Karena itu, pengembangan kurikulum KTSP sangat diperlukan. SMK Abdi Negara Muntilan saat ini menggunakan kurikulum KTSP untuk kelas X, XI dan XII. Pengembangan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) yang beragam mengacu pada standar nasional pendidikan untuk menjamin pencapaian tujuan pendidikan nasional. Standar nasional pendidikan untuk menjamin pencapaian tujuan pendidikan nasional. Standar pendidikan nasional terdiri atas, standar isi, proses, kompetensi lulusan, tenaga kependidikan, sarana dan prasarana, pengelolaan, pembiayaan, dan penilaian pendidikan. Dua dari kedelapan standar nasional pendidikan tersebut, yaitu Standar Isi (SI) dan Standar Kompetensi Lulusan (SKL) merupakan acuan utama bagi satuan pendidikan dalam mengembangkan kurikulum.

#### b) Potensi Peserta Didik

Potensi siswa dapat ditunjukkan melalui prestasi maupun organisasi. Potensi siswa SMK Abdi Negara sudah baik, dilihat dari minat belajar yang tinggi dan prestasi kejuaraan di berbagai bidang perlombaan.

SMK Abdi Negara Muntilan memiliki 3 kompetensi keahlian yaitu 1) Akuntansi 2) Administrasi Perkantoran 3) Pemasaran. Jumlah siswa di SMK Abdi Negara Muntilan tahun ajaran 2016/ 2017 secara keseluruhan berjumlah (xxx) siswa yang terdiri dari 85 siswa kelas X, 47 siswa kelas XI, (xxx) siswa kelas XII. Mereka terbagi dalam 9 kelas dengan rincian sebagai berikut :

No	Kelas	Jurusan	L	P	Jumlah Siswa
1.	X	Administrasi Perkantoran	2	34	36
		Akuntansi	2	27	29
		Pemasaran	1	19	20
2.	XI	Administrasi Perkantoran	-	18	18
		Akuntansi	-	18	18
		Pemasaran	1	10	11
3.	XII	Administrasi Perkantoran	1	27	28

	Akuntansi	4	24	28
	Pemasaran	1	19	20

Sekolah banyak mengirim siswa untuk mewakili dalam berbagai perlombaan, diantaranya LKS pada masing-masing kompetensi keahlian dan bidang-bidang olahraga.

**c) Potensi Guru**

SMK Abdi Negara memiliki guru dan karyawan yang siap membantu kelancaran proses belajar mengajar di sekolah. Jumlah guru di SMK Abdi Negara adalah 47 orang. Mayoritas guru adalah berpendidikan S1. Setiap guru telah melaksanakan pembelajaran dengan Kurikulum menggunakan kurikulum KTSP.

**d) Potensi Karyawan**

SMK Abdi Negara memiliki karyawan yang cukup memadai dengan tugasnya masing-masing. Karyawan tersebut antara lain adalah karyawan tata usaha, laboran, penjaga perpustakaan, penjaga sekolah dan tukang kebun/kebersihan.

**e) Kegiatan Ekstrakurikuler**

Pengembangan potensi siswa selain akademik dikembangkan pula potensi siswa dari segi Non-akademik. Beberapa kegiatan Ekstrakurikuler dibentuk untuk menampung berbagai macam potensi siswa SMK Abdi Negara Muntilan. Terdapat 2 jenis kegiatan ekstrakurikuler yaitu ekstrakurikuler wajib dan ekstrakurikuler pilihan.

- Ekstrakurikuler wajib untuk kelas X tersebut antara lain :
  - a. Pramuka.
  - b. PMR.
- Ekstrakurikuler pilihan tersebut antara lain :
  - a. Basket
  - b. Futsal
  - c. Voli
  - d. Seni Tari
  - e. Conversation
  - f. Qiroah

Ekstrakurikuler unggulan SMK Abdi Negara Muntilan adalah Futsal. Pelaksanaan Ekstrakurikuler terjadwal, dan pembinanya merupakan guru SMK Abdi Negara Muntilan. Tempat Pelaksanaan di lingkungan SMK Abdi Negara Muntilan.

Berdasarkan hasil analisis situasi dari observasi yang telah dilaksanakan, maka mahasiswa PPL SMK Abdi Negara Muntilan berusaha memberikan stimulus awal untuk mengoptimalkan potensi dan mengembangkan fasilitas di SMK Abdi Negara Muntilan yang diwujudkan dalam berbagai program yang telah direncanakan. Mengingat kontribusi yang diberikan oleh mahasiswa PPL bersifat sementara, maka diperlukan bantuan dan dukungan dari pihak sekolah untuk menindaklanjuti program yang direncanakan.

**f) Bimbingan Konseling**

Personalia bimbingan konseling di sekolah ini terdapat 2 orang guru BK. Guru BK mengampu Kelas X, XI, XII, selain itu setiap harinya menjaga Buku ijin siswa di ruang BK.

**B. PERUMUSAN PROGRAM KEGIATAN PPL**

Mata kuliah PPL mempunyai sasaran pihak sekolah dalam kegiatan yang terkait dengan pembelajaran. Program PPL diharapkan dapat memberikan pengalaman belajar, memperluas wawasan, melatih dan mengembangkan kompetensi yang diperlukan dalam bidangnya, meningkatkan keterampilan, kemandirian, tanggung jawab dan kemampuan dalam mengajar.

Pelaksanaan PPL melibatkan unsur-unsur Dosen Pembimbing PPL, Dosen Pembimbing PPL, Guru Pembimbing, Koordinator PPL Sekolah, Kepala Sekolah, serta Tim PPL Universitas Negeri Yogyakarta. Program PPL dilakukan secara individu sesuai dengan prodi masing-masing untuk mengembangkan kompetensi mahasiswa sebagai calon guru atau tenaga kependidikan. Program-program yang dikembangkan dalam kegiatan PPL difokuskan pada komunitas sekolah. Komunitas sekolah mencakup civitas internal sekolah (Kepala Sekolah, Guru, karyawan, dan siswa) serta masyarakat lingkungan sekolah.

Perumusan program yang disusun dalam kegiatan PPL di SMK Abdi Negara Muntilan berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada tahap awal. Pemilihan program kerja difokuskan ke praktik mengajar.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) bertujuan untuk memberikan pengalaman dalam mempersiapkan dan melaksanakan kegiatan pembelajaran sebagai bekal untuk menjadi seorang pendidik yang profesional. Ada beberapa hal yang perlu untuk diaplikasikan dalam bentuk kegiatan, sehingga dapat dirasakan manfaatnya oleh siswa dan sekolah.

Kegiatan PPL dimulai sejak tanggal 15 Juli 2016 s/d 15 September 2016 yang dilaksanakan di SMK Abdi Negara Muntilan. Secara garis besar, tahap-tahap kegiatan PPL adalah sebagai berikut :

### **1. Tahap Observasi Lapangan**

Observasi lapangan dilaksanakan tanggal 26 Februari 2016. Pada tahap ini mahasiswa melakukan pengamatan hal-hal yang berkenaan dengan proses belajar mengajar di kelas. Dengan kegiatan ini, diharapkan dapat memberikan informasi tidak hanya mengenai kegiatan proses belajar mengajar tetapi juga mengenai sarana dan prasarana yang tersedia dan dapat mendukung kegiatan pembelajaran di tempat praktikan melaksanakan PPL.

Kegiatan ini meliputi pengamatan langsung dan wawancara dengan Guru pembimbing dan siswa. Hal ini mencakup antara lain :

#### **1) Observasi Lingkungan Sekolah**

Dalam pelaksanaan observasi, praktikan mengamati beberapa aspek yaitu :

- Kondisi fisik sekolah
- Potensi siswa, Guru dan karyawan
- Fasilitas KBM, media, perpustakaan dan laboratorium
- Ekstrakurikuler dan organisasi siswa
- Bimbingan konseling
- UKS
- Administrasi
- Koperasi, tempat ibadah dan kesehatan lingkungan.

#### **2) Observasi Perangkat Pembelajaran**

Praktikan mengamati bahan ajar serta kelengkapan administrasi yang dipersiapkan Guru pembimbing sebelum KBM berlangsung agar praktikan lebih mengenal perangkat pembelajaran.

#### **3) Observasi Proses Pembelajaran**

Tahap ini meliputi kegiatan observasi proses kegiatan belajar mengajar langsung di kelas. Hal-hal yang diamati dalam proses belajar mengajar adalah : membuka pelajaran, penyajian materi, metode pembelajaran, penggunaan bahasa, penggunaan waktu, gerak, teknik bertanya, teknik penguasaan kelas, penggunaan media, bentuk dan cara penilaian dan menutup pelajaran.

#### 4) Observasi Perilaku Siswa

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

### **2. Tahap Pengajaran Mikro**

Pengajaran mikro adalah sebuah kegiatan pembelajaran dimana waktu dan jumlah siswa hanya terbatas. Dalam kegiatan ini ada keterlibatan yang intens antara mahasiswa dan Dosen pembimbing karena ketika mahasiswa mengajar dapat dilakukan konsultasi secara langsung dengan Dosen pembimbing. Hal ini dilakukan supaya mahasiswa memiliki gambaran kegiatan pembelajaran yang akan dilaksanakan secara langsung di sekolah. Dalam pengajaran mikro, selain melatih dalam melaksanakan pembelajaran mahasiswa juga dituntut untuk membuat RPP dan bahan ajar.

### **3. Tahap Pembekalan**

Pembekalan diselenggarakan oleh Universitas Negeri Yogyakarta melalui kebijakan tiap jurusan. Pada tahap ini mahasiswa diberikan materi mengenai keprofesionalisme Guru, motivasi dan hal-hal lain yang terkait dengan kegiatan PPL yang akan dilaksanakan oleh mahasiswa.

### **4. Tahap Penerjunan**

Tahap ini merupakan awal dari kegiatan PPL. Setelah tahap ini, mahasiswa melaksanakan kegiatannya. Tahap penerjunan atau penyerahan disamakan dengan tahap observasi karena itu kebijakan yang ditetapkan oleh LPPMP UNY.

### **5. Tahap Praktek Mengajar**

Praktek mengajar dimulai tanggal 15 Juli 2016 sebagai awal tahun ajaran baru. Tahun 2016 kegiatan PPL bersamaan dengan kegiatan KKN semester Khusus, sehingga hari efektif adalah hari senin sampai jum'at siang, dan jum'at sore sampai minggu adalah kegiatan KKN.

### **6. Tahap Evaluasi**

Tahap evaluasi ini dilakukan pada rentang waktu pelaksanaan PPL. Evaluasi ini dilakukan oleh Guru pembimbing dengan memberikan saran dan tambahan kepada siswa secara langsung tentang pembelajaran di kelas.

## **7. Tahap Penyusunan Laporan**

Tahap penyusunan laporan merupakan tahap akhir PPL sebelum penarikan dari sekolah. Tahap ini sebenarnya dilakukan selama PPL berlangsung, hanya saja difokuskan di minggu terakhir pelaksanaan PPL.

## **8. Tahap Penarikan**

Penarikan PPL dilakukan oleh Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) PPL pada tanggal 15 September 2015 sesuai dengan kesepakatan antara DPL PPL, mahasiswa PPL, dan pihak sekolah berdasarkan waktu yang telah ditetapkan oleh pihak LPPMP. Kegiatan ini pertanda berakhirnya PPL di SMK Abdi Negara.

## **BAB II**

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

#### **A. PERSIAPAN**

Sebelum melaksanakan kegiatan PPL langsung di sekolah, Mahasiswa terlebih dahulu melaksanakan beberapa serangkaian kegiatan sebagai persiapan baik yang dilakukan di kampus maupun kegiatan yang dilakukan di sekolah. Adapun serangkaian kegiatan itu adalah :

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

Pengajaran Mikro atau lebih sering disebut dengan Micro Teaching, merupakan tahap awal sebelum melaksanakan kegiatan PPL yang dilaksanakan di kampus. Pelaksanaan Micro Teaching ini berlangsung selama satu semester dengan bobot 2 SKS. Di sini Mahasiswa belajar mempersiapkan perangkat pembelajaran, berupa RPP, dan media pembelajaran. Selain itu Mahasiswa juga belajar membuka pelajaran, mengajar di depan kelas menyampaikan materi dengan metode pembelajaran yang disesuaikan dengan media pembelajaran, belajar mengelola kelas, belajar menutup pelajaran, dll.

##### **2. Pembekalan**

Tujuan dari pembekalan adalah agar mahasiswa memahami dan menghayati konsep dasar, arti, tujuan, pendekatan, program, pelaksanaan, monitoring, dan evaluasi PPL/ Magang III. Selanjutnya yaitu agar mahasiswa memiliki bekal pengetahuan tata karma kehidupan di sekolah/lembaga, memiliki wawasan tentang pengelolaan dan pengembangan lembaga pendidikan. (Wawan S: 2015 : 15).

Pembekalan PPL yang salah satu tujuannya adalah agar Mahasiswa memiliki bekal pengetahuan dan ketrampilan praktis demi pelaksanaan program dan tugas-tugasnya di sekolah. Kegiatan ini sangat bermanfaat bagi praktikan karena dapat memberikan sedikit gambaran tentang pelaksanaan pendidikan yang relevan dengan kebijakan-kebijakan baru di bidang pendidikan dan materi yang terkait dengan program PPL di lapangan.

##### **3. Observasi**

Observasi kelas dilakukan oleh masing-masing praktikan dengan guru pembimbing guna membekali para praktikan tentang pelaksanaan proses

belajar mengajar di kelas. Kegiatan ini bertujuan untuk memperoleh pengalaman dan pengetahuan tentang ketrampilan dalam melaksanakan kegiatan belajar mengajar di kelas. Dari observasi tersebut, praktikan dapat mengetahui bagaimana sikap, penampilan guru, serta cara penyampaian materi. Kegiatan observasi kelas ini dilakukan pada waktu guru sedang melakukan kegiatan belajar mengajar. Dalam kegiatan observasi ini praktikan secara langsung mengamati bagaimana cara guru membuka pelajaran dan menutup pelajaran, bagaimana cara mengontrol kelas, bagaimana materi disampaikan, metode yang digunakan, pemanfaatan waktu, serta bagaimana memotivasi siswa agar tetap semangat dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar. Aktivitas kelas tersebut secara umum dapat diformasikan ke dalam rangkaian proses mengajar sebagai berikut :

a. Pendahuluan :

1. Salam pembuka dan berdoa
2. Presensi
3. Memberikan pertanyaan pengantar untuk masuk ke materi (Apersepsi).
4. Memberikan motivasi kepada peserta didik secara verbal dan non verbal.

b. Inti :

1. Memberikan materi pelajaran yang berupa teori maupun praktik
2. Memberikan kesempatan peserta didik untuk melatih kemampuannya dengan mempraktikkan suatu gerakan.
3. Memberikan kesempatan peserta didik untuk bertanya.
4. Menjawab pertanyaan peserta didik dan menjelaskan lebih lanjut.

c. Penutup

1. *Me-review* materi yang telah diajarkan.
2. Merangkum materi yang telah diajarkan.
3. Berdoa.
4. Salam penutup.

## **B. PELAKSANAAN**

Setelah melakukan kegiatan observasi kelas, praktikan menyusun program kerja PPL yang mencakup penyusunan perangkat pembelajaran yang merupakan administrasi wajib bagi seorang guru, praktik mengajar, dan evaluasi hasil hasil mengajar.

Pelaksanaan PPL di SMK Abdi Negara Muntilan dilaksanakan mulai hari Senintanggal 18 Juli 2016 sampai hari Kamis,15 September 2016. Adapun kegiatan yang dilaksanakan selama PPL adalah sebagai berikut :

### 1. Pelaksanaan Praktik Mengajar Terbimbing

Pada tahap ini merupakan tahap penting untuk mengetahui kemampuan mahasiswa sebagai calon guru untuk melaksanakan pembelajaran di dalam kelas. Beberapa hal yang berkaitan dengan kegiatan praktik mengajar terbimbing antara lain :

- a. Mengadakan persiapan mengajar termasuk penyusunan perangkat pembelajaran
- b. Memilih dan menggunakan pendekatan serta metode pembelajaran yang sesuai dengan situasi dan kondisi kelas
- c. Mengevaluasi proses belajar mengajar dengan melakukan tes.

#### Berikut Pelaksanaan Praktik Mengajar Terbimbing:

No.	Hari/Tanggal Minggu Ke-1	Jam Ke-	Kelas	Materi
1.	Kamis, 21 Juli 2016	1-2 3-4	XI. AP & XI. PM XI. AK	Perkenalan, Permainan Bola Basket
2.	Jumat,22 Juli 2016	1-2	XII PM	Perkenalan ,pengenalan permainan bola basket
No.	Hari/Tanggal Minggu Ke-2	Jam Ke-	Kelas	Materi
1.	Senin, 25 Juli 2016	1-2 3-4	XII AK XII AP	Pembelajaran materi bola basket
2.	Kamis, 28 Juli 2016	3-4	XI. AK	Perkenalan Permainan Bola Basket
3.	Jum'at, 29 Juli 2016	1-2	XII PM	Pembelajaran materi bola basket
No.	Hari/Tanggal Minggu-3	Jam Ke-	Kelas	Materi
1.	Senin, 1 Agustus 2016	1-2	XII. AK	Pengambilan Nilai &

		3-4	XII. AP	Permainan Bola Basket
2.	Kamis, 4 Agustus 2016	3 – 4	XI. AK	Pengambilan Nilai & Permainan Bola Basket
3.	Jum'at, 5 Agustus 2016	1 – 2	X.II PM	Pengambilan Nilai & Permainan Bola Basket
<b>No.</b>	<b>Hari/Tanggal</b> <b>Minggu Ke-4</b>	<b>Jam Ke-</b>	<b>Kelas</b>	<b>Materi</b>
1.	Senin, 8 Agustus 2016	1 – 2 3-4	XII. AK XII. AP	Pengajaran Permainan Bola Voli
2.	Kamis, 11 Agustus 2016	1 – 2 3 – 4	XI. AP & XI. PM XI. AK	Perkenalan Permainan Sepakbola
3.	Jum'at, 12 Agustus 2016	1 – 2	XII. PM	Pengajaran Permainan Bola Voli
<b>No.</b>	<b>Hari/Tanggal</b> <b>Minggu Ke-5</b>	<b>Jam Ke-</b>	<b>Kelas</b>	<b>Materi</b>
1.	Senin, 15 Agustus 2016	1 – 2 3 - 4	XII. AK XII. AP	Pengambilan nilai Bola Voli
2.	Kamis, 18 Agustus 2016	3 – 4	XI. AK	Permainan Sepakbola
3.	Jum'at, 19 Agustus 2016	1 – 2	XII. PM	Pengambilan nilai Bola Voli
<b>No.</b>	<b>Hari/Tanggal</b> <b>Minggu Ke-6</b>	<b>Jam Ke-</b>	<b>Kelas</b>	<b>Materi</b>
1.	Senin, 22 Agustus 2016	1 – 2 3 – 4	XII. AP XII. AK	Pembelajaran Sepak Bola
2.	Kamis, 25 Agustus 2016	1 – 2 3 – 4	XI. AP & XI. PM XI. AK	Pengenalan Senam Ritmik
3.	Jum'at, 26 Agustus 2016	1 – 2	XII. PM	Pembelajaran Sepak Bola

No.	Hari/Tanggal Minggu Ke-7	Jam Ke-	Kelas	Materi
1.	Senin, 29 Agustus 2016	1 – 2 3 - 4	XII. AK & XII. AP	Pengambilan nilai Materi Sepak Bola
2.	Kamis, 1 September 2016	1 – 2	XI. AP & XI. PM	Senam Irama “Ayo Bersatu”
3.	Jum’at, 2 September 2016	1 – 2	XII. PM	Pengambilan nilai Materi Sepak Bola
No.	Hari/Tanggal Minggu Ke-8	Jam Ke-	Kelas	Materi
1.	Senin, 29 Agustus 2016	1 – 2 3 - 4	XII. AK & XII. AP	Senam Lantai
2.	Kamis, 8 September 2016	1 – 2	XI. AP & XI. PM	Senam Lantai
3.	Jum’at, 9 September 2016	1 – 2 3 – 4	XII. PM X. AP	Senam Lantai

## C. ANALISIS HASIL PELAKSANAAN

### 1. Analisis Program dan Pelaksanaan

Dari pelaksanaan program kerja PPL yang telah dilaksanakan serta hasil yang diperoleh, dapat dikatakan bahwa program PPL berjalan dengan baik. Mahasiswa praktikan mendapat berbagai pengalaman yang sangat berharga selama pelaksanaan kegiatan PPL. Praktik mengajar terbimbing memberikan gambaran secara langsung bagaimana proses pembelajaran dilaksanakan, bagaimana cara berinteraksi dengan peserta didik, bagaimana cara menyampaikan materi secara baik dan benar yang dimengerti oleh peserta didik, selanjutnya yaitu bagaimana penguasaan kelas yang baik, memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk kritis terhadap proses pembelajaran, teknik bertanya, belajar bagaimana cara mengalokasikan waktu pembelajaran secara efektif dan efisien, penerapan metode pembelajaran, penggunaan

media pembelajaran, serta cara melakukan evaluasi terhadap seluruh proses pembelajaran dan juga menutup proses pembelajaran. Semua itu mahasiswa peroleh dalam kegiatan PPL di SMK Abdi Negara Muntilan.

Penguasaan materi merupakan syarat yang harus dimiliki oleh mahasiswa PPL. Penguasaan materi akan berpengaruh terhadap penyampaian atau pelaksanaan kegiatan pembelajaran. Dalam praktik mengajar, seorang pendidik harus memiliki strategi (langkah) pembelajaran antara lain sebagai pendukung dalam menerapkan metode pembelajarannya, karena tidak setiap metode pembelajaran yang diterapkan dianggap baik atau mengarah pada proses pembelajaran.

Berdasarkan metode-metode yang telah praktikan terapkan dalam proses pembelajaran di lapangan, terdapat beberapa metode yang diterapkan oleh mahasiswa PPL sebagai penunjang atau pendukung dalam proses pembelajaran antara lain Metode Demonstrasi, Komando, Drill, Pendekatan Event, dan lain sebagainya. Peserta didik merasa senang dan bersemangat jikalau setiap pembelajaran diawali dengan sebuah demonstrasi, karena siswa SMK cenderung memiliki rasa ingin tahu yang besar sehingga dengan modal ini nantinya pembelajaran akan berlangsung sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

## **2. Model dan Metode Pembelajaran**

Model pembelajaran yang digunakan pada setiap pertemuan adalah Ceramah, Demonstrasi, Drill, Komando, Inklusif, Pendekatan Event, dan lain sebagainya, dengan metode yang berbeda-beda dan latihan atau penugasan. Pemilihan model ini dilakukan agar peran mahasiswa sebagai guru sebagai satu-satunya pemasok ilmu dapat dikurangi sehingga peserta didik lebih berperan aktif dalam proses pembelajaran, dalam hal ini peran guru adalah sebagai fasilitator, motivator, dan inisiator. Pada pelaksanaannya siswa merasa metode yang dipilih dan digunakan pada saat pembelajaran sangat efektif dan sangat membantu dalam proses pembelajaran, terutama untuk meningkatkan minat dan motivasi belajar siswa pada saat proses pembelajaran. Dengan menggunakan metode-metode dan cara penyampaian yang bervariasi membuat peserta didik semakin antusias dalam proses pembelajaran, hal itu disampaikan saat peserta didik menulis sebuah saran, pesan dan kesan untuk mahasiswa PPL.

## **3. Hambatan yang dihadapi**

Kegiatan PPL tidak terlepas dari hambatan. Hambatan ini muncul karena situasi lapangan tidak sama dengan situasi pada saat pengajaran mikro. Beberapa hambatan yang muncul dalam PPL sebagai berikut .

- a. Sarana dan prasarana penjas di SMK Abdi Negara Muntilan terbilang cukup kurang, karena hanya memiliki 1 lapangan ( Basket, Voli, dan Futsal ) serta peralatan pendukung penjas lainnya seperti bola, cone, tongkat dan lain sebagainya sangat minim.
- b. Mahasiswa PPL juga mengalami kesulitan saat proses pembelajaran terutama kepada siswa yang mempunyai motivasi rendah untuk mengikuti proses pembelajaran dan peserta didik yang terlalu hiperaktif dalam mengikuti proses pembelajaran.
- c. Terdapat dua kelas yang jam pelajarannya dipotong dengan jam istirahat. setelah 1 jam pelajaran istirahat lalu pelajaran kembali.

Usaha-usaha yang dilakukan untuk mengatasi hambatan selama kegiatan PPL berlangsung antara lain.

- a. Mengoptimalkan segala bentuk sarana dan prasarana pendukung proses pembelajaran penjas, dan juga memodifikasi alat atau lapangan dan juga proses pembelajaran penjasorkes agar lebih menarik pesertra didik.
- b. Memotivasi siswa lebih tinggi, agar siswa bersemangat untuk mengikuti proses pembelajaran penjasorkes.
- c. Memodifikasi bentuk pembelajaran agar lebih menarik dengan di buat permainan-permainan sehingga siswa antusias dalam mengikuti proses pembelajaran.

## **BAB III**

### **PENUTUP**

#### **A. KESIMPULAN**

Kegiatan PPL merupakan wahana bagi mahasiswa untuk mengabdikan dan mengaplikasikan ilmu dan pengetahuan yang diperoleh di bangku kuliah ke dalam masyarakat/dunia, khususnya dunia pendidikan, secara nyata. Kegiatan ini juga dapat melatih mahasiswa untuk menjadi calon guru juga bagian dari masyarakat yang tidak hanya profesional sesuai dengan bidangnya masing-masing namun juga mampu bergaul dengan masyarakat luas. Di samping itu, melalui kegiatan ini mahasiswa dapat menjalin kerjasama yang saling menguntungkan dan hubungan yang lebih erat dengan lembaga pendidikan secara langsung, dalam hal ini SMK Abdi Negara Muntilan, mulai dari kepala sekolah, guru, karyawan, sampai dengan para peserta didik SMK Abdi Negara Muntilan, serta terhadap rekan-rekan mahasiswa yang melakukan praktik. Sekolah benar-benar memberikan dukungan terhadap program-program yang dilaksanakan dengan menyediakan sarana dan prasarana.

Progran PPL di SMK Abdi Negara Muntilan secara keseluruhan dapat berjalan dengan baik dan lancar. Namun masih terdapat beberapa program yang belum optimal sesuai target yang direncanakan dikarenakan beragam hal. Oleh karena itu, dapat di simpulkan keseluruhan program dapat terlaksana dengan baik dan sesuai rencana..

#### **B. SARAN**

##### **1. Bagi SMK Abdi Negara Muntilan**

- a. Optimalisasi peran peserta didik dalam berbagai kegiatan lebih ditingkatkan.
- b. Senantiasa menjaga dan meningkatkan prestasi baik dalam bidang pendidikan maupun non pendidikan khususny di bidang olahraga/penjasorkes.
- c. Tetaplah menjadi panji primordial.
- d. Sekolah dapat bekerjasama dengan mahasiswa dalam setiap kegiatan dengan lebih baik.
- e. Hubungan baik yang sudah terjalin antara pihak sekolah dan UNY hendaknya lebih ditingkatkan dengan saling memberi masukan antara kedua belah pihak.

- f. Disiplin seluruh warga sekolah sebaiknya lebih ditingkatkan, sehingga seluruh kegiatan di sekolah dapat terlaksana dengan baik sesuai apa yang telah direncanakan.

## **2. Bagi mahasiswa PPL UNY**

- a. Mahasiswa perlu mengetahui tujuan awal diadakannya PPL sehingga dapat memperoleh manfaat dan pengalaman yang berguna dari lingkungan pendidikan.
- b. Perlu lebih membangun sosialisasi dan hubungan baik dengan masyarakat sekolah sehingga semua program dapat terlaksana dengan baik.
- c. Pertahankan tali persaudaraan dan semangat kesetiakawanan, pengorbanan, dan kedisiplinan dalam tubuh tim PPL selama kegiatan PPL berlangsung dan seterusnya.
- d. Pertahankan hubungan baik antara mahasiswa dan seluruh warga masyarakat, dalam hal ini SMK Abdi Negara Muntilan, baik guru dan karyawan maupun para peserta didik SMK Abdi Negara Muntilan.
- e. Tingkatkan koordinasi dalam setiap pelaksanaan program kerja PPL. Program-program PPL yang terlaksana pada periode ini hendaknya ditindak lanjuti, sementara program-program kerja PPL yang belum sempurna dapat dijadikan bahan pemikiran dan pertimbangan untuk dapat dilaksanakan oleh tim PPL berikutnya.

## **3. Bagi penyelenggara PPL UNY (UPPL UNY)**

- a. Dalam memberikan informasi pelaksanaan dan segala hal yang berkaitan dengan PPL secara jelas dan jauh hari sebelum hari pelaksanaan.
- b. Lebih meningkatkan koordinasi dengan sekolah tempat PPL dilaksanakan.
- c. Monitoring lebih ditingkatkan sehingga dapat memantau sejauh mana perkembangan kemampuan mahasiswa PPL.
- d. Memberikan pembekalan kepada mahasiswa dengan lebih efektif dan humanis.
- f. Menetapkan lebih banyak porsi kunjungan DPL ke lokasi PPL agar mahasiswa menjadi lebih termotivasi dan terarah dalam melaksanakan program PPL.
- g. Hendaknya Praktik Pengalaman Lapangan jangan bersamaan dengan Kuliah Kerja Nyata, karena itu akan memforsir kemampuan fisik dan pikiran mahasiswa.



## DAFTAR PUSTAKA

Unit Program Pengalaman Lapangan. 2016. *Panduan PPL/MAGANG III*. Yogyakarta  
: Universitas Negeri Yogyakarta.

Unit Program Pengalaman Lapangan. 2015. *Materi Pembekalan PPL 2016*.  
Yogyakarta : Universitas Negeri Yogyakarta

## LAMPIRAN

**DAFTAR HADIR MATA PELAJARAN PENJASKES  
KELAS XI PEMASARAN ( PM )  
TAHUN 2016**

NO	NIS	NAMA LENGKAP	TANGGAL DAN KETERANGAN ( S, I, A )							
			21-Jul	28-Jul	04-Agu	11-Agu	18-Agu	25-Agu	01-Sep	08-Sep
1	8573	AnginnaBirochmatika	i	v	v	v	v	v	v	v
2	8574	Chelsea	i	v	LKS	v	v	v	v	v
3	8575	DevitaRamandhani	v	A	S	v	v	v	v	v
4	8576	Dian Nita Utami	v	v	v	v	v	v	v	v
5	8577	FatikhatulMukaromah	v	v	v	v	v	v	v	v
6	8578	Kafi Wibowo	v	v	A	v	A	A	A	v
7	8579	Rina Mawarti	v	v	v	v	v	v	v	v
8	8580	RosaYulistina	i	v	v	v	S	v	v	v
9	8581	Siti Rahayu Fadilah	v	v	v	v	v	v	v	v
10	8582	Ndari Dwi Rahmawati	v	v	v	v	v	v	v	v
11	8583	Teresia Kris Widiyanti	v	v	v	v	v	v	v	v

Keterangan :

: Tidak Mengikuti

Guru Mata Pelajaran

Bangkit Kurnia P, S.Pd

Muntilan, 10 September 2016

Mahasiswa PPL

Sabiel Suprastyo

NIM. 13601241018

**DAFTAR HADIR MATA PELAJARAN PENJASKES  
KELAS XI AKUNTANSI ( AK )  
TAHUN 2016**

NO	NIS	NAMA LENGKAP	TANGGAL DAN KETERANGAN ( S, I, A )							
			21-Jul	28-Jul	04-Agu	11-Agu	18-Agu	25-Agu	01-Sep	08-Sep
1	8508	Dwi Ayu Safitri	v	v	v	v	v	v	v	v
2	8509	Dwi Rahmawati	v	v	v	v	v	v	v	v
3	8510	ElisabetWidyaningsih	v	v	v	v	v	v	v	v
4	8511	Firdianasari	v	v	S	v	v	v	v	v
5	8512	ImroatulMuflichah	v	v	v	v	v	v	v	v
6	8513	Istiqomah	v	v	v	v	v	i	v	v
7	8514	MutiaIkhsaniHaq	v	v	v	v	v	v	v	v
8	8515	Novi Rosdiyanti	v	v	v	v	v	v	v	v
9	8516	Nur Suci Ramadhani Rawi	v	v	v	v	v	v	v	v
10	8517	Reza Nur Laeli	v	v	v	v	v	v	v	v
11	8518	SawalWijayana	v	v	v	v	v	v	v	v
12	8519	Sela Silvaini Hakim	v	v	v	v	v	v	v	v
13	8520	SeptianaHariyati	v	v	v	v	v	v	v	v
14	8521	Silmi Aulia Nisa	v	v	v	v	i	v	v	v
15	8522	SobarotunSolikhah	v	v	v	v	v	v	v	v
16	8523	Sri Utami	v	v	v	v	v	v	v	v
17	8524	Susi Royan Desi Kusumawati	v	v	v	v	v	v	v	v
18	8525	UlfatunNisaa	v	v	v	v	v	v	v	v

Keterangan :

 : Tidak Mengikuti

Guru Mata Pelajaran

Bangkit Kurnia P, S.Pd

Muntilan, 10 September 2016  
Mahasiswa PPL

Sabel Suprastyo  
NIM. 13601241018

**DAFTAR HADIR MATA PELAJARAN PENJASKES  
KELAS XI ADMINISTRASI PERKANTORAN ( AP )  
TAHUN 2016**

NO	NIS	NAMA LENGKAP	TANGGAL DAN KETERANGAN ( S, I, A)							
			21-Jul	28-Jul	04-Agu	11-Agu	18-Agu	25-Agu	01-Sep	08-Sep
1	8537	AilulSeptiani	i	v	v	v	v	RSP	v	v
2	8538	AprilianiLucky Yoga Sari	v	ATK	ATK	v	v	ATK	v	v
3	8539	Atika Yuliana	i	i	i	v	v	S	v	v
4	8540	Dian Nandarini	v	v	v	v	Rc	v	v	v
5	8541	Dian Wulandari	v	v	v	v	v	v	ATK	v
6	8542	Dinda Puja Arum	v	Rc	Rc	Rc	v	v	v	v
7	8543	Eva Novaldi	v	v	v	v	v	v	RSP	v
8	8544	Fauziah Ridha Amanah	v	ATK	ATK	v	v	ATK	v	v
9	8545	HanikKholifah	i	v	v	Rc	v	v	v	v
10	8546	Lisa Sholawati	v	v	v	v	v	v	v	v
11	8547	Meti Nur Indah Sari	v	i	i	v	v	v	v	v
12	8548	Nia Wulandari	i	Rc	Rc	v	v	v	v	v
13	8549	Novita Sekar Sari	v	v	v	ATK	v	v	v	v
14	8550	OktaviaRetno A.	i	v	v	A	v	v	v	v
15	8551	Putri Sekarwangi	i	v	v	v	ATK	RSP	v	v
16	8552	Rizka Nurul Hidayah	v	v	v	v	Rc	v	v	v
17	8553	Rizki Nur Hanifah	i	v	v	ATK	v	v	v	v
18	8554	SyahdaMuslikah	i	v	v	A	ATK	v	v	v

Keterangan :

: Tidak Mengikuti

Guru Mata Pelajaran

Bangkit Kurnia P, S.Pd

Muntilan, 10 September 2016

Mahasiswa PPL

Sabiel Suprastyo

NIM. 13601241018

**DAFTAR HADIR MATA PELAJARAN PENJASKES  
KELAS XII ADMINISTRASI PERKANTORAN ( AP )  
TAHUN 2016**

NO	NIS	NAMA LENGKAP	TANGGAL DAN KETERANGAN						
			25-Jul	01-Agu	08-Agu	15-Agu	22-Agu	29-Agu	05-Sep
1	8396	Ana Listya	V	V	A	V	V	S	V
2	8397	Anggraheni	V	V	V	V	V	V	V
3	8399	Aprillia Khoirun Nisa	I	V	V	V	V	V	V
4	8400	Aula Rahmasari	V	V	V	V	V	V	A
5	8401	Deswinta Agustin	V	V	V	V	V	V	V
6	8402	Devi Elista Putri Pangestu	V	V	V	V	V	V	V
7	8404	Endah Zaenatusia	V	V	V	V	V	V	V
8	8405	Estin Widayarsi	V	V	V	V	V	V	V
9	8406	Evi Nur Ma'rufah	V	V	V	V	V	V	V
10	8409	Haryani Monakah	I	V	V	V	V	V	V
11	8410	Ika Pratiwi	V	I	V	V	V	V	V
12	8411	Istiqomah	V	V	V	V	V	V	A
13	8412	Lia Ariani	V	V	V	V	V	V	V
14	8413	Maria Ulfah	V	V	V	V	V	I	V
15	8414	Novi Pratiwi	V	V	V	V	V	V	V
16	8415	Nur Aini Choliso	V	V	V	V	V	V	V
17	8416	Rahayu Dwi Astutik	V	V	V	V	V	V	V
18	8418	Retno Sulastri	I	V	V	V	V	V	V
19	8419	Risna Emi Sarifah	V	V	V	V	V	V	V
20	8420	Septiyana Nurul Hidayah	V	V	V	V	V	V	V
21	8421	Siti Nur Hayati	I	V	S	V	V	V	V
22	8422	Siti Rohani	V	V	V	V	V	V	V
23	8423	Siti Sarifatun Nisak	A	V	A	V	A	A	A
24	8424	Sofi Fabiari	V	V	A	A	V	V	V
25	8426	Verna Octavia Ratnasari	V	V	V	V	V	V	V
26	8427	Widya Handayani	V	V	V	V	V	V	V
27	<b>8428</b>	<b>Yoga Veri Kusumawardani</b>	I	V	I	I	V	V	V
28	8429	Zana Dwi Zuliana	V	V	V	V	V	V	V

Keterangan :

S:  
Sakit  
I :Ijin  
A:Alasan

Guru Mata Pelajaran

Bangkit Kurnia P, S.Pd  
NIP. -

Muntilan, 10 September 2016  
Mahasiswa PPL

Sabiel Suprastyo  
NIM. 13601241018

**DAFTAR HADIR MATA PELAJARAN PENJASKES  
KELAS XII AKUNTANSI ( AK )  
TAHUN 2016**

NO	NIS	NAMA LENGKAP	TANGGAL DAN KETERANGAN						
			25- Jul	01- Agu	08- Agu	15- Agu	22- Agu	29- Agu	05- Sep
1	8508	Ama Khoirunisa	V	V	V	V	V	V	
2	<b>8366</b>	<b>Andi Prasetyo</b>	V	V	V	V	V	V	
3	8367	Annisa Wulandari	V	V	V	V	V	V	
4	8368	Anita Rahmawati	V	V	V	V	V	V	
5	<b>8369</b>	<b>Budi irawan</b>	V	V	V	V	V	V	
6	8370	Devi Septiani	V	S	V	V	V	V	
7	8371	Dewi Novitasari	V	V	V	V	V	V	
8	8372	Dewi Yulianti	V	V	V	V	V	S	
9	<b>8373</b>	<b>Dika Ade Tiya</b>	V	V	V	V	V	V	
10	8374	Dwi Sindi Wulaningrum	V	V	V	V	V	V	
11	8375	Efa Miftachul Hidayah	S	V	V	V	V	V	
12	<b>8376</b>	<b>Eri Irawan</b>	V	V	V	V	V	V	
13	8377	Etik Yosifiyanti	V	V	V	V	V	V	
14	8378	Eva Nur Aisyah	V	V	V	V	V	V	
15	8379	Hermin Dwi Khasanah	V	V	V	V	V	V	
16	8380	Istikomah	V	V	S	V	V	V	
17	8382	Linda Novia Sari	V	V	V	V	V	V	
18	8383	Nana Khayati	I	V	V	V	V	V	
19	8384	Nur Eka Safitri	V	V	V	V	V	V	
20	8385	Okta Dwi Hapsari	V	A	V	V	S	V	
21	8386	Prita Tina Melia	V	I	S	V	V	V	
22	8387	Puspa Riana	V	V	V	V	V	V	
23	8389	Sari Mila Rahayu	V	V	V	V	V	V	
24	8390	Septi Arum Mulyaningsih	V	V	V	V	V	V	
25	8391	Sheania Andriani	V	V	V	V	V	V	
26	8392	Siti Aisyah	V	V	V	V	V	V	
27	8393	Siti Rifkiyati	V	V	V	V	V	I	
28	8394	Sulistyaningsih	V	V	V	V	V	V	

Keterangan :

S: Sakit

I :Ijin

A:Alasan

Muntilan, 10 September 2016

Guru Mata Pelajaran

Mahasiswa PPL

Bangkit Kurnia P, S.Pd  
NIP. -

Sabiel Suprastyo  
NIM. 13601241018

**DAFTAR HADIR MATA PELAJARAN PENJASKES  
KELAS X PEMASARAN ( PM )  
TAHUN 2016**

NO	NIS	NAMA LENGKAP	TANGGAL DAN KETERANGAN							
			22-Jul	29-Jul	05-Agu	12-Agu	19-Agu	26-Agu	02-Sep	09-Sep
1	8430	Ana Sami Rahayu	A	A	V	V	V	V		
2	8431	Bella Yusti Alifah	V	I	V	V	V	V		
3	8432	Dhea Anggraini	v	V	V	V	V	V		
4	8433	Diah Ayu Wulandari	v	V	V	V	V	V		
5	8435	Ega Avina Laili	i	A	V	V	V	V		
6	8437	Eryka Widya Wulandari	v	V	V	V	V	V		
7	8438	Fiki Amaliah	v	V	V	V	V	V		
8	8439	Melani Ambarwati	v	V	V	V	V	V		
9	8440	Miftahul Jannah	v	V	V	V	V	V		
10	8441	Putri Yuli Andriani	v	V	V	V	V	V		
11	8442	Rika Indriyani	A	A	V	V	V	V		
12	8443	Rista Anggriani	v	V	V	V	V	V		
13	8444	Sari Nur Jannah	v	V	V	V	V	V		
14	8445	Sella Oktavianti	v	I	S	V	V	V		
15	8446	Silvi Nurcahyani	A	V	V	V	V	V		
16	8447	Siti Nur Aisyah	v	V	V	V	V	S		
17	8448	Ulviana Tri Waardani	v	V	V	V	V	V		
18	8449	Yuliani Wulandari	S	V	V	V	V	V		
19	<b>8453</b>	<b>Muhammad Mur Huda</b>	v	V	V	V	V	V		
20	8388	Retno Revi Desi Afriyanti	v	V	V	V	V	V		

Keterangan :

S: Sakit

I :Ijin

A:Alasan

Guru Mata Pelajaran

Bangkit Kurnia P, S.Pd

NIP. -

Muntilan, 10 September 2016

Mahasiswa PPL

Sabel Suprastyo

NIM. 13601241018



NAMA : SMK ABDI  
SEKOLAH NEGARA  
ALAMAT : Jl. Pemuda,  
SEKOLAH Tamanagung,  
Muntilang

NAMAMAHASISWA : Sabiel Suprastyo  
NOMOR MHS. : 13601241018  
FAK/JUR/PRODI : FIK / PJKR

No	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan	Keterangan
1	Kondisi fisik sekolah	Gedung sekolah memadai	Baik
2	Potensi siswa	Siswa memiliki potensi yang baik dan sudah dikembangkan	Baik
3	Potensi guru	Guru memiliki potensi mengajar yang baik	Baik
4	Potensi Karyawan	Karyawan memiliki kinerja yang baik	Baik
5	Fasilitas KBM, media	Fasilitas KBM tersedia, seperti media yaitu LCD	Cukup
6	Perpustakaan	Ruangan tertata dengan baik, buku-bukunya pun cukup lengkap	Cukup
7	Laboratorium	Terdapat laboratorium, seperti Lab. Komputer dan Lab. AP	Baik
8	Bimbingan Konseling	BK melakukan bimbingan satu minggu sekali, dan ada ruangan BK	Baik
9	Bimbingan belajar	Ada bimbingan belajar, namun hanya pada saat akan ujian	Cukup
10	Ekstrakurikuler (pramuka, PMI, basket, drumband, dsb)	Ada ekstrakurikuler, seperti Pramuka, PMI, Basket, Tari dll yang dilaksanakan satu minggu sekali	Baik
11	Organisasi dan Fasilitas OSIS	Organisasi OSIS berjalan dengan lancar dan ada ruangan tersendiri di aula	Baik

12	Organisasi dan Fasilitas UKS	Ada organisasi yang melayani yaitu PMI dan adar uangan UKS	Baik
13	Karya Tulis Ilmiah Remaja	Siswa menulis Karya Tulis Ilmiah setelah PKL maupun yang dipasang di mading	Baik
14	Karya Ilmiah oleh Guru	Guru memiliki penelitian berupa PTK	Baik

15	Koperasi siswa	Sekolah memiliki 2 koperasi, yang berada di dalam sekolah dan ada yang berupa minimarket	Baik
16	Tempa tibadah	Memiliki mushola yang bias digunakan untuk tempat ibadah	Baik
17	Kesehatan lingkungan	Terdapat petugas kebersihan dan siswa melaksanakan piket	Baik
18	Lin-lain.....		

**\*) Catatan :sebagaimana penyusunan program kerja PPL.**

Guru Pembimbing

Muh. Sinun, S.Pd

Magelang, 16 Mei 2016

Mahasiswa PPL

Sabiel Suprastyo

NIM. 13601241018

NAMA MAHASISWA : SABIEL  
SUPRASTYO

PUKUL : 08.00- 10.30 WIB

TEMPT PRAKTIK : SMK ABDI

NOMOR MAHASISWA : 13601241018 NEGARA

TGL. OBSERVASI : 16 MEI 2015 FAK/JUR/PRODI : FIK/PJKR

No.	Aspek yang Dinilai	Deskripsi Hasil Pengamatan
<b>A</b>	<b>Perangkat Pembelajaran</b>	
	1. Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)	Sudah menggunakan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) dalam pembelajaran dan telah sesuai dengan standar isi. Pelaksanaan KTSP terlihat diterapkan dalam sekolah ini dari beberapa buku pegangan guru dan siswa yang sudah mengacu pada KTSP.
	2. Silabus	Silabus telah sesuai dengan standar yakni dengan tambahan penilaian karakter. Penyusunan silabus juga sudah cukup jelas.
	3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)	RPP yang dibuat telah sesuai dengan silabus, isinya menjelaskan terdapat unsur eksplorasi, elaborasi, dan komunikasi (EEK) yang sesuai dengan RPP KTSP.
<b>B</b>	<b>Proses Pembelajaran</b>	
	1. Membuka Pelajaran	Guru membuka pelajaran dengan mengucapkan salam, mempersilahkan berdoa, memeriksa kehadiran siswa, mengecek kondisi siswa, serta mengingatkan kembali pelajaran pertemuan sebelumnya melalui pertanyaan-pertanyaan.
	2. Penyajian Materi	Penyajian materi sesuai dengan silabus dan RPP yang telah dibuat. Guru menyampaikan materi dengan jelas dan mampu mengaitkan materi dengan keadaan lingkungan sekitar.
	3. Metode Pembelajaran	Metode pembelajaran yang digunakan yaitu

		Ceramah, Demonstrasi, Komando dan <i>Drill</i> .
	4. Penggunaan Bahasa	Menggunakan bahasa Indonesia dengan baik dan jelas namun terkadang juga diselingi dengan bahasa Jawa untuk candaan agar siswa tidak bosan dan mengantuk di dalam kelas.
	5. Penggunaan Waktu	Waktu yang digunakan efektif. Guru berada di lapangan tepat waktu.
	6. Gerak	Mampu menguasai kelas dengan tidak hanya terpacu pada satu titik.
	7. Cara Memotivasi Siswa	Guru mengajukan pertanyaan insidental sehingga menuntis siswa agar selalu memperhatikan. Guru memberikan kata kunci agar siswa mudah mengingat-ingat gerakan yang penting.
	8. Teknik Bertanya	Guru masih menunjuk siswa untuk menjawab pertanyaan dengan sistem acak merata. Karena siswa masih malu untuk bertanya.
	9. Teknik Penguasaan Kelas	Guru mampu menguasai kelas dengan tidak terpusat pada satu siswa. Guru juga menegur siswa yang kurang memperhatikan dengan mengajukan pertanyaan sehingga siswa dapat terlibat dalam pembelajaran.
	10. Penggunaan Media	Masih belum memanfaatkan dalam penggunaan media.
	11. Bentuk dan Cara Evaluasi	Evaluasi dengan cara mengajukan pertanyaan dan memberikan penugasan untuk memperkuat pemahaman siswa.
	12. Menutup Pelajaran	Pembelajaran ditutup dengan berdoa dan salam.
<b>C</b>	<b>Perilaku Siswa</b>	
	1. Perilaku Siswa Dalam Kelas/Lapangan	Merespon pelajaran dengan cukup baik. siswa yang berada di barisan belakang kurang memperhatikan guru.

	2. Perilaku di LuarKelas	Siswa membudayakan 4S (senyum, salam, sapa, santun) dan menunjukkan sikap menghormati serta berpenampilan rapi.
--	--------------------------	---

Mengetahui  
Guru Pembimbing PPL

Bangkit Kurnia P, S. Pd

Magelang, 16 Mei2016  
Mahasiswa PPL

Sabiel Suprastyo  
NIM.13601241018

**DAFTAR NILAI MATA PELAJARAN PENJASKES  
KELAS XI AKUNTANSI ( AK )  
TAHUN 2016**

NO	NIS	NAMA LENGKAP	Daftar Nilai
			Bola basket
1	8508	Dwi Ayu Safitri	77
2	8509	Dwi Rahmawati	78
3	8510	ElisabetWidyaningsih	75
4	8511	Firdianasari	S
5	8512	ImroatulMuflichah	76
6	8513	Istiqomah	76
7	8514	MutiaIkhsaniHaq	85
8	8515	Novi Rosdiyanti	76
9	8516	Nur Suci Ramadhani Rawi	75
10	8517	Reza Nur Laeli	77
11	8518	SawalWijayana	76
12	8519	Sela Silvaini Hakim	77
13	8520	SeptianaHariyati	77
14	8521	Silmi Aulia Nisa	76
15	8522	SobarotunSolikhah	76
16	8523	Sri Utami	77
17	8524	Susi Royan Desi Kusumawati	77
18	8525	UlfatunNisaa	77

Keterangan :

KKM:  
75

**DAFTAR NILAI MATA PELAJARAN PENJASKES  
KELAS XII ADMINISTRASI PERKANTORAN ( AP )  
TAHUN 2016**

**DAFTAR NILAI MATA PELAJARAN PENJASKES  
KELAS XII AKUNTANSI ( AK )  
TAHUN 2016**

NO	NIS	NAMA LENGKAP	PENILAIAN		
			Bola Basket	Sepak Bola	Bola Voli
1	8508	Ama Khoirunisa	77	77	80
2	<b>8366</b>	<b>Andi Prasetyo</b>	77	80	80
3	8367	Annisa Wulandari	77	77	77
4	8368	Anita Rahmawati	77	77	75
5	<b>8369</b>	<b>Budi irawan</b>	83	79	80
6	8370	Devi Septiani	77	85	75
7	8371	Dewi Novitasari	75	77	76
8	8372	Dewi Yulianti	80	77	75
9	<b>8373</b>	<b>Dika Ade Tiya</b>	78	80	75
10	8374	Dwi Sindi Wulaningrum	76	76	75
11	8375	Efa Miftachul Hidayah	77	78	76
12	<b>8376</b>	<b>Eri Irawan</b>	78	77	75
13	8377	Etik Yosifiyanti	77	77	77
14	8378	Eva Nur Aisyah	76	78	75
15	8379	Hermin Dwi Khasanah	78	75	75
16	8380	Istikomah	77	76	75
17	8382	Linda Novia Sari	77	76	75
18	8383	Nana Khayati	78	76	75
19	8384	Nur Eka Safitri	79	78	75
20	8385	Okta Dwi Hapsari	76	76	75
21	8386	Prita Tina Melia	77	75	75
22	8387	Puspa Riana	80	75	85
23	8389	Sari Mila Rahayu	76	76	77
24	8390	Septi Arum Mulyaningsih	76	75	77
25	8391	Sheania Andriani	78	75	77
26	8392	Siti Aisyah	79	75	80
27	8393	Siti Rifkiyati	77	75	75
28	8394	Sulistyaningsih	77	75	75

Keterangan :

Kriteria Ketuntasan Minimum : 75

**DAFTAR NILAI MATA PELAJARAN PENJASKES  
KELAS XII PEMASARAN ( PM )  
TAHUN 2016**

NO	NIS	NAMA LENGKAP	PENILAIAN		
			Bola Basket	Sepak Bola	Bola Voli
1	8430	Ana Sami Rahayu	77	76	77
2	8431	Bella Yusti Alifah	77	77	75
3	8432	Dhea Anggraini	77	78	77
4	8433	Diah Ayu Wulandari	77	75	77
5	8435	Ega Avina Laili	83	76	76
6	8437	Eryka Widya Wulandari	77	76	85
7	8438	Fiki Amaliah	75	77	77
8	8439	Melani Ambarwati	80	78	77
9	8440	Miftahul Jannah	78	76	80
10	8441	Putri Yuli Andriani	76	75	80
11	8442	Rika Indriyani	77	75	78
12	8443	Rista Anggriani	78	76	78
13	8444	Sari Nur Jannah	77	78	76
14	8445	Sella Oktavianti	76	76	78
15	8446	Silvi Nurcahyani	78	76	77
16	8447	Siti Nur Aisyah	77	75	78
17	8448	Ulviana Tri Waardani	77	77	77
18	8449	Yuliani Wulandari	78	78	80
19	<b>8453</b>	<b>Muhammad Mur Huda</b>	79	85	77
20	8388	Retno Revi Desi Afriyanti	76	75	77

Keterangan :

Kriteria Ketuntasan Minimum : 75

Guru Mata Pelajaran

Bangkit Kurnia P, S.Pd  
NIP. -

Muntilan, 10 September 2016  
Mahasiswa PPL

Sabiel Suprastyo  
NIM. 13601241018

**KALENDER PENDIDIKAN**  
**SMK ABDI NEGARA MUNTILAN**  
**SEMESTER GASAL - TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

NO	BULAN	HARI							HR EF	MG EF	TGL	KETERANGAN
		SN	SL	RB	KM	JM	SB	MG				
1	JULI 2016					1	2	3	0	1	18 - 20	Hari Pertama Masuk Tahun Pelajaran 2016/2017 Kelas X Kegiatan PLSSB
		4	5	6	7	8	9	10	0			
		11	12	13	14	15	16	17	0			
		18	19	20	21	22	23	24	0			
		25	26	27	28	29	30	31	6			
2	AGT 2016							7	6	4	14	Upc. Hari Pramuka
		8	9	10	11	12	13	14	6			
		15	16	17	18	19	20	21	6			
		22	23	24	25	26	27	28	6			
		29	30	31					3			
3	SEP 2016				1	2	3	4	3	4	09	Hari Olah Raga Nasional
		5	6	7	8	9	10	11	6			
		12	13	14	15	16	17	18	5			
		19	20	21	22	23	24	25	6			
		26	27	28	29	30			0			
4	OKT 2016						1	2	1	4	01	Upcr. Hari Kesaktian Pancasila
		3	4	5	6	7	8	9	6			
		10	11	12	13	14	15	16	6			
		17	18	19	20	21	22	23	5			
		24	25	26	27	28	29	30	6			
		31							1			
5	NOV 2016		1	2	3	4	5	6	5	4	10	Upacara Hari Pahlawan
		7	8	9	10	11	12	13	6			
		14	15	16	17	18	19	20	6			
		21	22	23	24	25	26	27	6			
		28	29	30					3			
6	DES 2016				1	2	3	4	3	1	05 - 10	Ulangan Semester Gasal
		5	6	7	8	9	10	11	6			
		12	13	14	15	16	17	18	0			
		19	20	21	22	23	24	25	0			
		26	27	28	29	30	31		0			
JUMLAH HARI/JAM & MINGGU EFEKTIF									113	18	27 Des 2016 s.d. 18 Maret 2017 kelas XI - PI	

Muntilan, 16 Juli 2016  
 Kepala Sekolah,  
  
 Drs. Slamet Riyadi



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

**F04**  
**UNTUK MAHASISWA**

Nama Sekolah/ Lembaga : SMK ABDI NEGARA MUNTILAN  
 Alamat Sekolah/ Lembaga : Jalan Pemuda Muntilan No.5 Fax/ Telp. Sekolah/Lembaga :  
 Nama DPL PPL/ Magang III : Dr. Sugeng Purwanto, M.Pd / Endro Murti Sogoo, S.Pd, M.Pd  
 Prodi / Fakultas DPL PPL/ Magang III : Pendidikan, Kesehatan dan Rekreasi / FK  
 Jumlah Mahasiswa PPL/ Magang III : 2 (Dua)

No	Tgl. Kehadiran	Jml Mhs	Materi Bimbingan	Keterangan	Tanda Tangan DPL PPL/ Magang III
1.	Agustus 2016	2	Rambuatan RPP urta konsultasi	1 mahasiswa tidak bisa hadir	
2	23 Agustus 2016	2	Tentang Kehadiran dan kegiatan di sekolah	1 mahasiswa tidak bisa hadir	
3	1 Agustus 2016	2	Lampiran dalam laporan dan jom pelayanan		
4.	6 September 2016	2	laporan		

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



Mengetahui,  
 Kepala Sekolah / Lembaga  
Dr. Slamet Riyadi

Mogelang ..... September 2016  
 Mhs PPL/ Magang III Prodi  
Imam Agus Faisal

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMK ABDI NEGARA  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : XI / I  
Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

### A. Standar Kompetensi

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

### B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktikkan berbagai keterampilan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya (\*\*).

### C. Indikator

1. Melakukan latihan koordinasi teknik dasar melempar , menangkap , menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok).
2. Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

### D. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan salah satu teknik dasar mengumpan atau *passing* dalam permainan bolabasket yaitu *bounce pass* yaitu, berdiri dengan ke dua kaki, kaki yang satu berda di depan dan kaki lainnya berada di belakannng berat badan berada di belakang. Posisi tangan di tekuk menyentuh dada, jari di buka lebar dan mencengkram bola pada sisi bagian belakang, kemudian bola di dorong ke bawah dipantulkan di depan kawan.
2. Siswa dapat melakukan salah satu teknik dasar mengumpan atau *passing* dalam permainan bola basket yaitu *over head pass* , berdiri dengan ke dua kaki , kaki yang satu berada di depan dan kaki yang lainnya berada di belakang , posisi tangan saat memegang bola berada di atas kepala , siku agak di tekuk kemudian bola di lempar atau di lecutkan menggunakan jari-jari tangan.
3. Siswa dapat melakukan *bounce pass* dan *overhead pass* secara berkelompok, masing-masing siswa melakukan operan pantul dan juga operan di atas kepala, siswa pertama melakukan *bounce pass* kemudian melakukan *overhead pass* bola di lakukan secara bergantian.
4. Siswa dapat bermain bolabasket menggunakan peraturan yang sudah di modifikasi untuk menumbuhka nilai-nilai kerjasama , kejujuran , kerja keras dan percaya diri.

### E. Materi Pembelajaran

Bola besar (permainan bolabasket)

1. Teknik dasar permainan bola basket yaitu *bounce pass* dan *overhead pass*
2. Bermain permainan bolabasket dengan peraturan yang di modifikasi

### F. Metode pembelajaran

1. Ceramah
2. Demonstrasi
3. Permainan

### G. Pelaksanaan Pembelajaran

No.	Kegiatan	Waktu
1.	<p>Pendahuluan :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik dibariskan 2 shaf</li> <li>b. Peserta didik dipimpin berdo'a</li> <li>c. Guru menyampaikan apresepsi dan presensi</li> <li>d. Pemanasan dinamis dan statis : Bola Target</li> </ul> <p>Deskripsi : Peserta didik dibagi menjadi 2 kelompok,kemudian kapten dari kedua belah pihak suit untuk menentukan siapa pemenangnya untuk memilih mau menjadi target atau pelempar.Kemudian salah satu kelompok menjadi target di tengah dan dilempar dengan dipantulkan tidak boleh dengan dilemparkan langsung.Bergantian selama 5 menit.</p>	<b>15 menit</b>
2.	<p>Inti :</p> <p><b>A. Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Guru memberikan penjelasan tentang permainan bolabasket.</li> <li>b. Guru memberikan penjelasan tentang teknik dasar permainan bolabasket yaitu <i>bounce pass</i> dan <i>overhead pass</i>.</li> <li>c. Siswa memperhatikan penjelasan yang di sampaikan oleh guru.</li> </ul> <p><b>B. Elaborasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Siswa melakukan teknik dasar permainan bolabasket yaitu <i>bounce pass</i> dan <i>overhead pass</i>.</li> <li>b. Siswa melakukan permainan bolabasket dengan peraturan yang sudah dimodifikasi</li> </ul> <p><b>C. Konfirmasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Guru mengamati kinerja siswa</li> <li>b. Guru bertanya dengan siswa mengenai hal-hal yang belum di kuasai oleh siswa.</li> <li>c. Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalah pahaman ,memberikan penguatan dan penyimpulan.</li> </ul>	<b>60 menit</b>
3.	<p>Penutup :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Mengulas kembali</li> <li>b. Pendinginan</li> <li>c. Berbaris</li> <li>d. Penugasan,</li> </ul>	<b>15 menit</b>

	e. Berhitung, presensi berdoa.	
--	--------------------------------	--

#### **H. Alat dan sumber belajar**

1. Alat pembelajaran
  - a. Bola basket
  - b. Peluit
  - c. Cone
  
2. Sumber pembelajaran
  - a. Media elektronik
    - 1) <https://danboekstra.wordpress.com/tag/cara-mengumpan-bola-basket/>

#### **I. PENILAIAN**

##### **1. Penilaian Sikap**

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap Peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (√) mendapat nilai 1 (satu).

#### **RUBRIK PENILAIAN SIKAP TEKNIK DASAR PERMAINAN BOLA BASKET**

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
<b>A. Sportif</b>	
1. Menghargai teman dan lawan	√
2. Menerima kekalahan	√
3. Mentaati peraturan permainan	√
<b>B. Tanggung jawab</b>	
1. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	√
2. Mengembalikan peralatan pembelajaran ketempat yang telah disediakan	√
3. Menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dalam beraktivitas.	√
4. Menjaga ketertiban lingkungan sekitar	√
5. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	√
<b>C. Disiplin</b>	
1. Mengikuti kegiatan sesuai waktu yang ditentukan	√
2. Mengikuti semua proses pembelajaran	√
<b>JUMLAH :</b>	
<b>JUMLAH MAKSIMAL : 10</b>	

Nilai = 
$$\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30\%$$

## 2. Penilaian Pengetahuan

Jawab secara tulisan, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep teknik gerak dasar bola basket berikut ini.

### RUBRIK PENILAIAN PENGETAHUAN TEKNIK DASAR PERMAINAN BOLA BASKET

No	Pertanyaan	Kriteria Skor			Jumlah
		1	2	3	
1	Sebutkan 3 dasar teknik dalam permainan bola basket?				
2	Jelaskan langkah-langkah melakukan teknik <i>overhead pass</i> dalam permainan bola basket?				

**Jawaban :**

1. Teknik menggiring, mengumpan dan menembak bola.
2. Cara melakukan teknik dasar mengumpan atau *passing* dalam permainan bola basket yaitu *over head pass* , berdiri dengan ke dua kaki ,kaki yang satu berada di depan dan kaki yang lainnya berada di belakang , posisi tangan saat memegang bola berada di atas kepala , siku agak di tekuk kemudian bola di lempar atau di lecutkan menggunakan jari-jari tangan.

**Keterangan Kriteria Skor :**

**Soal No. 1 :**

- a. Skor 3 : Jika Peserta didik mampu menyebutkan 3 teknik dasar bola basket.
- b. Skor 2 : Jika Peserta didik mampu menyebutkan salah satu teknik saja.
- c. Skor 1 : Jika Peserta didik tidak satupun menyebutkan, namun sudah mencoba untuk menjawab.

**Soal No. 2 :**

- a. Skor 3: Jika Peserta didik mampu menjelaskan semua indikator.
- b. Skor 2: Jika Peserta didik mampu menjelaskan salah satu indikator.
- c. Skor 1: Jika Peserta didik tidak mampu menjelaskan.

**Keterangan Nilai:**

Penilaian terhadap kualitas jawaban Peserta didik, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 3.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20\%$$

**3. Tes Unjuk Kerja (Keterampilan)**

**RUBRIK PENILAIAN KETERAMPILAN  
TEKNIK DASAR PERMAINAN BOLA BASKET**

No	Dimensi	Deskripsi	Kriteria Skor		
			1	2	3
1.	Teknik <i>bounce pass</i>	a. posisi bola depan dada. b. bola di pantulkan ke lantai pada saat mengumpan ke arah kawan .			

2.	Teknik <i>overhead pass</i>	a. teknik <i>passing</i> posisi bola berada di belakang kepala. b. dengan kedua tangan mendorong ke arah depan melewati kepala. c. Dilecutkan dengan jari-jari tangan.			
<b>JUMLAH AKHIR</b>					

**Keterangan :**

1. Peserta mendapatkan nilai 3, apabila ada 4-5 indikator yang dilakukan benar.
2. Peserta mendapatkan nilai 2, apabila ada 2-3 indikator yang dilakukan benar.
3. Peserta mendapatkan nilai 1, apabila ada satu indikator yang dilakukan benar dan/atau tidak ada satu indikator pun yang dilakukan benar.

**Nilai maksimal adalah 15**

**Keterangan:**

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja Peserta didik, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 3.

Jumlah skor yang diperoleh	
Nilai =	_____ X 50%
Jumlah skor maksimal	

#### 4. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Peserta didik	Aspek Penilaian			$\Sigma$ NA =	Paraf Guru
		Pengetahuan (P)	Keterampilan (K)	Sikap (S)	P + K + S	
					3 Aspek	
1						
2						
3						
4						
5						

**Keterangan :**

- Mendapat nilai **Sangat Baik**, jika skor antara = 95 – 100
- Mendapat nilai **Baik**, jika skor antara = 85 – 94
- Mendapat nilai **Cukup**, jika skor antara = 75 – 84
- Mendapat nilai **Kurang**, jika skor antara = 60 – 74
- Mendapat nilai **Kurang Sekali**, jika skor antara < 60

Mengetahui,  
Guru Pembimbing

Magelang, 4 Agustus 2016  
Mahasiswa,

Bangkit Kurnia P. Spd. Jas

---

NIP.

Sabiel Suprastyo

---

NIM. 13601241018

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

Sekolah : SMK ABDI NEGARA  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : XI / I  
Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

**G. Standar Kompetensi**

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

**H. Kompetensi Dasar**

- 2.1 Mempraktikkan berbagai keterampilan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya (\*\*).

**I. Indikator**

3. Melakukan latihan koordinasi teknik dasar melempar , menangkap , menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok).
4. Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

**J. Tujuan Pembelajaran**

5. Siswa dapat melakukan salah satu teknik dasar mengumpan atau *passing* dalam permainan bolabasket yaitu *chest pass* yaitu, berdiri dengan ke dua kaki, kaki yang satu berda di depan dan kaki lainnya berada di belakannng berat badan berada di belakang. Posisi tangan di tekuk menyentuh dada, jari di buka lebar dan mencengkram bola pada sisi bagian belakang,kemudian bola di dorong ke depan, arah bola lurus kedepan .
6. Siswa dapat melakukan *chest pass* dan *dribble* secara berkelompok, masing-masing siswa melakukan sebanyak 5 kali ,siswa pertama melakukan *chest pass* kemudian menggiring bola di lakukan secara bergantian.
7. Siswa dapat bermain bolabasket menggunakan peraturan yang sudah di modifikasi untuk menumbuhka nilai-nilai kerjasama , kejujuran , kerja keras dan percaya diri.

**K. Materi Pembelajaran**

Bola besar (permainan bolabasket)

3. Teknik dasar permainan bola basket yaitu *chest pass* dan *dribble*
4. Bermain permainan bolabasket dengan peraturan yang di modifikasi

**L. Metode pembelajaran**

4. Ceramah
5. Demonstrasi
6. Permainan

**G. Pelaksanaan Pembelajaran**

No.	Kegiatan	Waktu
1.	Pendahuluan :  e. Peserta didik dibariskan 2 shaf	15 menit

	<p>f. Peserta didik dipimpin berdo'a</p> <p>g. Guru menyampaikan apresepsi dan presensi</p> <p>h. Pemanasan dinamis dan statis : Bola Pivot</p> <p>Deskripsi : Peserta didik dibagi menjadi 2 kelompok,kemudian peserta didik berusaha mencetak skor dengan menggunakan operan minimal 10 kali tanpa tersentuh lawan,ketika akan melakukan operan harus menggunakan dua tangan diarahkan ke arah dada saja,begitu pula saat menerima operan.Salah satu kaki maju dan hanya boleh satu kaki yang menjadi pijakan(pivot) minimal menggiring bola 1 kali sebelum melakukan operan.</p>	
2.	<p>Inti :</p> <p><b>C. Eksplorasi</b></p> <p>d. Guru memberikan penjelasan tentang permainan bolabasket.</p> <p>e. Guru memberikan penjelasan tentang teknik dasar permainan bolabasket yaitu <i>chest pass</i> dan <i>dribble</i>.</p> <p>f. Siswa memperhatikan penjelasan yang di sampaikan oleh guru.</p> <p><b>D. Elaborasi</b></p> <p>c. Siswa melakukan teknik dasar permainan bolabasket yaitu <i>chest pas</i> dan <i>dribble</i>.</p> <p>d. Siswa melakukan permainan bolabasket dengan peraturan yang sudah dimodifikasi</p> <p><b>C. Konfirmasi</b></p> <p>d. Guru mengamati kinerja siswa</p> <p>e. Guru bertanya dengan siswa mengenai hal-hal yang belum di kuasai oleh siswa.</p> <p>f. Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pahaman ,memberikan penguatan dan penyimpulan.</p>	<b>60 menit</b>
3.	<p>Penutup :</p> <p>f. Mengulas kembali</p> <p>g. Pendinginan : Dengarkan Instruksi</p> <p>Deskripsi : Peserta didik membentuk lingkaran besar kemudian berjalan memutar.Setelah mendengar aba-aba 3 maka peserta didik harus membentuk kelompok kecil beranggotakan 3 orang.Peserta didik yang tidak mendapatkan kelompok memimpin pendinginan.</p>	<b>15 menit</b>

	h. Berbaris i. Penugasan, j. Berhitung, presensi berdoa.	
--	--	--

#### **H. Alat dan sumber belajar**

3. Alat pembelajaran
  - d. Bola basket
  - e. Peluit
  - f. Cone
4. Sumber pembelajaran
  - b. Media elektronik
    - 2) <https://danboekstra.wordpress.com/tag/cara-menggiring-bola-basket/>

Mengetahui,  
Guru Pembimbing

Magelang, 21 Juli 2016  
Mahasiswa,

Bangkit Kurnia P. Spd. Jas  
NIP.

Sabiel Suprastyo  
NIM. 13601241018

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

Sekolah : SMK ABDI NEGARA  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : XI / I  
Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

**M. Standar Kompetensi**

3. Mempraktikkan berbagai keterampilan dasar permainan olahraga dengan teknik dan taktik , dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

**N. Kompetensi Dasar**

- 3.1 Mempraktikkan berbagai keterampilan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya (\*\*).

**O. Indikator**

5. Melakukan latihan koordinasi teknik dasar melempar , menangkap , menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok).
6. Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

**P. Tujuan Pembelajaran**

8. Siswa dapat melakukan salah satu teknik dasar mengumpan atau *passing* dalam permainan bolabasket yaitu *chest pass* yaitu, berdiri dengan ke dua kaki, kaki yang satu berda di depan dan kaki lainnya berada di belakannng berat badan berada di belakang. Posisi tangan di tekuk menyentuh dada, jari di buka lebar dan mencengkram bola pada sisi bagian belakang,kemudian bola di dorong ke depan, arah bola lurus kedepan .
9. Siswa dapat melakukan *chest pass* dan *dribble* secara berkelompok, masing-masing siswa melakukan sebanyak 5 kali ,siswa pertama melakukan *chest pass* kemudian menggiring bola di lakukan secara bergantian.
10. Siswa dapat bermain bolabasket menggunakan peraturan yang sudah di modifikasi untuk menumbuhka nilai-nilai kerjasama , kejujuran , kerja keras dan percaya diri.

**Q. Materi Pembelajaran**

Bola besar (permainan bolabasket)

5. Teknik dasar permainan bola basket yaitu *chest pass* dan *dribble*
6. Bermain permainan bolabasket dengan peraturan yang di modifikasi

**R. Metode pembelajaran**

7. Ceramah
8. Demonstrasi
9. Permainan

**G. Pelaksanaan Pembelajaran**

No.	Kegiatan	Waktu
1.	Pendahuluan : i. Peserta didik dibariskan 2 shaf	15 menit

	<p>j. Peserta didik dipimpin berdo'a</p> <p>k. Guru menyampaikan apresepsi dan presensi</p> <p>l. Pemanasan dinamis dan statis : Bola Pivot</p> <p>Deskripsi : Peserta didik dibagi menjadi 2 kelompok,kemudian peserta didik berusaha mencetak skor dengan menggunakan operan minimal 10 kali tanpa tersentuh lawan,ketika akan melakukan operan harus menggunakan dua tangan diarahkan ke arah dada saja,begitu pula saat menerima operan.Salah satu kaki maju dan hanya boleh satu kaki yang menjadi pijakan(pivot) minimal menggiring bola 1 kali sebelum melakukan operan.</p>	
2.	<p>Inti :</p> <p><b>E. Eksplorasi</b></p> <p>g. Guru memberikan penjelasan tentang permainan bolabasket.</p> <p>h. Guru memberikan penjelasan tentang teknik dasar permainan bolabasket yaitu <i>chest pass</i> dan <i>dribble</i>.</p> <p>i. Siswa memperhatikan penjelasan yang di sampaikan oleh guru.</p> <p><b>F. Elaborasi</b></p> <p>e. Siswa melakukan teknik dasar permainan bolabasket yaitu <i>chest pas</i> dan <i>dribble</i>.</p> <p>f. Siswa melakukan permainan bolabasket dengan peraturan yang sudah dimodifikasi</p> <p><b>C. Konfirmasi</b></p> <p>g. Guru mengamati kinerja siswa</p> <p>h. Guru bertanya dengan siswa mengenai hal-hal yang belum di kuasai oleh siswa.</p> <p>i. Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pahaman ,memberikan penguatan dan penyimpulan.</p>	<b>60 menit</b>
3.	<p>Penutup :</p> <p>k. Mengulas kembali</p> <p>l. Pendinginan : Dengarkan Instruksi</p> <p>Deskripsi : Peserta didik membentuk lingkaran besar kemudian berjalan memutar.Setelah mendengar aba-aba 3 maka peserta didik harus membentuk kelompok kecil beranggotakan 3 orang.Peserta didik yang tidak mendapatkan kelompok memimpin pendinginan.</p>	<b>16 menit</b>

	m. Berbaris n. Penugasan, o. Berhitung, presensi berdoa.	
--	--	--

#### **H. Alat dan sumber belajar**

5. Alat pembelajaran
  - g. Bola basket
  - h. Peluit
  - i. Cone
  
6. Sumber pembelajaran
  - c. Media elektronik
    - 3) <https://danboekstra.wordpress.com/tag/cara-menggiring-bola-basket/>

Mengetahui,  
Guru Pembimbing

Magelang, 21 Juli 2016  
Mahasiswa,

Bangkit Kurnia P. Spd. Jas  
NIP.

Sabiel Suprastyo  
NIM. 13601241018

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

Sekolah : SMK ABDI NEGARA  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : XII / I  
Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

**S. Standar Kompetensi**

4. Mempraktikkan berbagai keterampilan dasar permainan olahraga dengan teknik dan taktik , dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

**T. Kompetensi Dasar**

- 4.1 Mempraktikkan berbagai keterampilan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya (\*\*).

**U. Indikator**

7. Melakukan latihan koordinasi teknik dasar melempar , menangkap , menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok).
8. Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

**V. Tujuan Pembelajaran**

11. Siswa dapat melakukan salah satu teknik dasar mengumpan atau *passing* dalam permainan bolabasket yaitu *chest pass* yaitu, berdiri dengan ke dua kaki, kaki yang satu berda di depan dan kaki lainnya berada di belakannng berat badan berada di belakang. Posisi tangan di tekuk menyentuh dada, jari di buka lebar dan mencengkram bola pada sisi bagian belakang,kemudian bola di dorong ke depan, arah bola lurus kedepan .
12. Siswa dapat melakukan *chest pass* dan *dribble* secara berkelompok, masing-masing siswa melakukan sebanyak 5 kali ,siswa pertama melakukan *chest pass* kemudian menggiring bola di lakukan secara bergantian.
13. Siswa dapat bermain bolabasket menggunakan peraturan yang sudah di modifikasi untuk menumbuhka nilai-nilai kerjasama , kejujuran , kerja keras dan percaya diri.

**W. Materi Pembelajaran**

Bola besar (permainan bolabasket)

7. Teknik dasar permainan bola basket yaitu *chest pass* dan *dribble*
8. Bermain permainan bolabasket dengan peraturan yang di modifikasi

**X. Metode pembelajaran**

10. Ceramah
11. Demonstrasi
12. Permainan

**G. Pelaksanaan Pembelajaran**

No.	Kegiatan	Waktu
1.	Pendahuluan :  m. Peserta didik dibariskan 2 shaf	15 menit

	<p>n. Peserta didik dipimpin berdo'a</p> <p>o. Guru menyampaikan apresepsi dan presensi</p> <p>p. Pemanasan dinamis dan statis : Bola Pivot</p> <p>Deskripsi : Peserta didik dibagi menjadi 2 kelompok,kemudian peserta didik berusaha mencetak skor dengan menggunakan operan minimal 10 kali tanpa tersentuh lawan,ketika akan melakukan operan harus menggunakan dua tangan diarahkan ke arah dada saja,begitu pula saat menerima operan.Salah satu kaki maju dan hanya boleh satu kaki yang menjadi pijakan(pivot) minimal menggiring bola 1 kali sebelum melakukan operan.</p>	
2.	<p>Inti :</p> <p><b>G. Eksplorasi</b></p> <p>j. Guru memberikan penjelasan tentang permainan bolabasket.</p> <p>k. Guru memberikan penjelasan tentang teknik dasar permainan bolabasket yaitu <i>chest pass</i> dan <i>dribble</i>.</p> <p>l. Siswa memperhatikan penjelasan yang di sampaikan oleh guru.</p> <p><b>H. Elaborasi</b></p> <p>g. Siswa melakukan teknik dasar permainan bolabasket yaitu <i>chest pas</i> dan <i>dribble</i>.</p> <p>h. Siswa melakukan permainan bolabasket dengan peraturan yang sudah dimodifikasi</p> <p><b>C. Konfirmasi</b></p> <p>j. Guru mengamati kinerja siswa</p> <p>k. Guru bertanya dengan siswa mengenai hal-hal yang belum di kuasai oleh siswa.</p> <p>l. Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pahaman ,memberikan penguatan dan penyimpulan.</p>	60 menit
3.	<p>Penutup :</p> <p>p. Mengulas kembali</p> <p>q. Pendinginan : Dengarkan Instruksi</p> <p>Deskripsi : Peserta didik membentuk lingkaran besar kemudian berjalan memutar.Setelah mendengar aba-aba 3 maka peserta didik harus membentuk kelompok kecil beranggotakan 3 orang.Peserta didik yang tidak mendapatkan kelompok memimpin pendinginan.</p>	17 menit

	r. Berbaris s. Penugasan, t. Berhitung, presensi berdoa.	
--	--	--

#### **H. Alat dan sumber belajar**

7. Alat pembelajaran
  - j. Bola basket
  - k. Peluit
  - l. Cone
  
8. Sumber pembelajaran
  - d. Media elektronik
    - 4) <https://danboekstra.wordpress.com/tag/cara-menggiring-bola-basket/>

Mengetahui,  
Guru Pembimbing

Magelang, 21 Juli 2016  
Mahasiswa,

Bangkit Kurnia P. Spd. Jas  
NIP.

Sabiel Suprastyo  
NIM. 13601241018

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

Sekolah : SMK ABDI NEGARA MUNTILAN  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : XII / I  
Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

### **I. Standar Kompetensi**

3. Memperaktikkan berbagai keterampilan dasar gerak senam lantai dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

### **II. Kompetensi Dasar**

- 3.1 Mempraktikkan teknik dasar salah satu ketrampilan senam lantai serta nilai kerja sama, toleransi, percaya diri, menghargai teman dan keberanian.
- 3.2 Mempraktikkan teknik ketrampilan rangkaian senam lantai serta nilai kerja sama, toleransi, percaya diri, menghargai teman dan keberanian.

### **III. Indikator**

1. Melakukan teknik sikap lilin, tidur telentang, kedua tangan di samping badan, pandangan ke atas, angkat ke dua kaki lurus ke atas dan rapat, kedua ujung kaki mengarah lurus ke atas, punggung dan bahu sebagai landasan atau tumpuan, kedua tangan menopang pada pinggang, pertahankan sikap lilin tersebut selama lima detik.
2. Melakukan teknik roll depan diawali sikap berdiri kaki rapat, dilanjutkan kedua telapak tangan menyentuh matras, kepala ditekuk ke dalam, lalu lakukan berguling ke depan dengan tumpuan pada tengkuk kedua kaki rapat dan diakhiri dengan kembali berdiri tegak.
3. Melakukan koordinasi teknik dasar roll depan dan dilanjutkan teknik dasar sikap lilin.

### **IV . Tujuan pembelajaran**

Setelah pembelajaran, di harapkan siswa dapat :

1. Siswa dapat melakukan teknik sikap lilin, tidur telentang, kedua tangan di samping badan, pandangan ke atas ,angkat ke dua kaki lurus ke atas dan rapat ,kedua ujung kaki mengarah lurus ke atas, punggung dan bahu sebagai landasan atau tumpuan, kedua tangan menopang pada pinggang, pertahankan sikap lilin tersebut selama lima detik.
2. Siswa dapat melakukan teknik roll depan diawali sikap berdiri kaki rapat, dilanjutkan kedua telapak tangan menyentuh matras, kepala ditekuk ke dalam, lalu lakukan berguling ke depan dengan tumpuan pada tengkuk kedua kaki rapat dan diakhiri dengan kembali berdiri tegak.
3. Siswa dapat melakukan koordinasi teknik dasar dasar roll depan dan teknik sikap lilin

#### V. Materi Pembelajaran

Senam Lantai (roll depan dan sikap lilin)

#### VI. Media dan Sumber Pembelajaran

##### Media/Alat

1. Matras
2. Peluit

##### Sumber

Muhajir, *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.2000*, Jakarta. Erlangga

#### VII. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi
2. Cangkupan (*Inclusive*)
3. Bagian dan Keseluruhan (*part and whole*)

#### VIII. Pelaksanaan Pembelajaran

No.	Kegiatan	Waktu
1.	Pendahuluan : q. Siswa dibariskan 2 shaf r. Siswa dipimpin berdo'a s. Guru menyampaikan apresepsi dan presensi t. Pemanasan dinamis dan statis : Permainan burung sangkar Deskripsi : siswa siswi dibagi menjadi kelompok kecil beranggotakan 3 orang, 2 orang sebagai sangkar dan 1	15 menit

	<p>orang menjadi burung. Ketika guru memberikan aba-aba sangkar maka sangkar harus mencari burung lain, jika memberikan aba-aba burung maka burung harus mencari sangkar lain dan jika ada aba-aba badai siswa yang menjadi sangkar harus bergantian peran dengan burung. Siswa yang salah akan diberi hadiah berupa memimpin pemanasan statis didampingi guru bersangkutan.</p>	
2.	<p>Inti :</p> <p><b>I. Eksplorasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa dibariskan 2 shaf.</li> <li>2. Siswa melakukan sikap lilin dengan bantuan temannya</li> <li>3. Siswa melakukan gerakan roll semampunya.</li> <li>4. Siswa melakukan gerakan roll depan di matras secara bergantian tanpa arahan guru</li> </ol> <p><b>J. Elaborasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menerapkan tahap-tahap gerakan sikap lilin dengan interuksi dan pendampingan guru.</li> <li>2. Menerapkan tahap-tahap gerakan roll depan sesuai interupsi dan pendampingan guru.</li> <li>3. Menerapkan rangkaian gerakan meroda dan roll depan sesuai interupsi dan pendampingan guru.</li> </ol> <p><b>K. Konfirmasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa secara mandiri melakukan gerakan sikap lilin dengan pengawasan guru serta materi yang sudah diberikan guru.</li> <li>2. Siswa secara mandiri melakukan gerakan roll depan dengan pengawasan guru serta materi yang sudah diberikan guru</li> <li>3. Siswa melakukan gerakan sikap lilin dan roll depan dengan pengawasan guru serta materi yang sudah di berikan oleh guru</li> </ol>	<p><b>60 menit</b></p>

3.	<p>Penutup :</p> <p>u. Mengulas kembali materi gerakan-gerakan dan tanya jawab seputar materi yang telah diberikan guru pembimbing.</p> <p>v. Pendinginan dengan permainan senam bergoyang          Deskripsi : siswa siswi membuat lingkaran kemudian guru di tengah memberikan intruksi yaitu “kaki kanan ke depan,kaki kiri ke depan dan di ngoyang –goyang” dan siswa mengikuti gerakan guru</p> <p>w. Siswa dipimpin berbaris, diberi tugas terkait materi yang telah disampaikan, berhitung, presensi dan berdoa.</p>	<b>15 menit</b>
----	---	-----------------

## IX. Evaluasi

### 2. Penilaian Sikap

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

#### RUBRIK PENILAIAN SIKAP TEKNIK DASAR RANGKAIAN SENAM LANTAI

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
<b>A. Sportif</b>	
4. Menghargai teman dan lawan	V
5. Menerima kekalahan	V
6. Mentaati peraturan permainan	V
<b>B. Tanggung jawab</b>	
6. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	V
7. Mengembalikan peralatan pembelajaran ketempat yang telah disediakan	V
8. Menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dalam beraktivitas.	V
9. Menjaga ketertiban lingkungan sekitar	V
10. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	V

<b>D. Disiplin</b>	
3. Mengikuti kegiatan sesuai waktu yang ditentukan	V
4. Mengikuti semua proses pembelajaran	V
<b>JUMLAH :</b>	
<b>JUMLAH MAKSIMAL : 10</b>	

Nilai = 
$$\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30\%$$

#### 4. Penilaian Pengetahuan

Jawab secara tulisan, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep teknik dasar rangkaian senam lantai berikut ini.

#### RUBRIK PENILAIAN PENGETAHUAN TEKNIK DASAR RANGKAIAN SENAM LANTAI

No	Pertanyaan	Kriteria Skor			Jumlah
		1	2	3	
1	Sebutkan 3 gerakan yang termasuk senam lantai ?				
2	Jelaskan langkah-langkah gerakan roll depan?				

**Jawaban :**

3. Gerakan roll depan, meroda dan guling lenting
4. Cara melakukan gerakan roll depan diawali sikap berdiri kaki rapat, dilanjutkan kedua telapak tangan menyentuh matras, kepala ditekuk ke dalam, lalu lakukan berguling ke depan dengan tumpuan pada tengkuk kedua kaki rapat dan diakhiri dengan kembali berdiri tegak

**Keterangan Kriteria Skor :**

**Soal No. 1 :**

- d. Skor 3 : Jika siswa mampu menyebutkan 3 gerakan yang termasuk senam lantai.
- e. Skor 2 : Jika siswa mampu menyebutkan salah satu gerakan saja.
- f. Skor 1 : Jika siswa tidak satupun menyebutkan, namun sudah mencoba untuk menjawab.

**Soal No. 2 :**

- d. Skor 3: Jika siswa mampu menjelaskan semua indikator.

- e. Skor 2: Jika siswa mampu menjelaskan salah satu indikator.
- f. Skor 1: Jika siswa tidak mampu menjelaskan.

**Keterangan Nilai:**

Penilaian terhadap kualitas jawaban siswa, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4.

Jumlah skor yang diperoleh	
Nilai =	$\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20\%$
Jumlah skor maksimal	

**5. Tes Unjuk Kerja (Keterampilan)**

**RUBRIK PENILAIAN KETERAMPILAN  
TEKNIK DASAR RANGKAIAN SENAM LANTAI**

No	Dimensi	Deskripsi	Kriteria Skor		
			1	2	3
1.	Gerakan sikap lilin	1. Melakukan teknik sikap lilin, tidur terlentang, kedua tangan di samping pinggang, pandangan ke atas, kedua kaki di rapatkan. 2. Angkat ke dua kaki lurus ke atas dan rapat ke dua ujung kaki lurus ke atas, 3. Punggung sebagai tumpuan atau landasan, kedua tangan menopang pada pinggang 4. Pertahankan sikap lilin tersebut selama 5 detik			
2.	Gerakan roll depan	1. Melakukan teknik roll depan diawali sikap berdiri kaki rapat, 2. dilanjutkan kedua telapak tangan menyentuh matras, kepala ditekuk ke dalam, 3. lalu lakukan berguling ke depan dengan tumpuan pada tengkuk kedua kaki rapat 4. diakhiri dengan kembali berdiri tegak.			

<b>JUMLAH AKHIR</b>					

**Keterangan :**

4. Peserta mendapatkan nilai 3, apabila ada 4-5 indikator yang dilakukan benar.
5. Peserta mendapatkan nilai 2, apabila ada 2-3 indikator yang dilakukan benar.
6. Peserta mendapatkan nilai 1, apabila ada satu indikator yang dilakukan benar dan/atau tidak ada satu indikator pun yang dilakukan benar.

**Nilai maksimal adalah 15**

**Keterangan:**

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja siswa, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 3.

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

**4. Rekapitulasi Penilaian**

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Σ NA =	Paraf Guru
		Pengetahuan (P)	Keterampilan (K)	Sikap (S)	P + K + S 3 Aspek	

1						
2						
3						
4						
5						

**Keterangan :**

- Mendapat nilai **Sangat Baik**, jika skor antara = 95 – 100
- Mendapat nilai **Baik**, jika skor antara = 85 – 94
- Mendapat nilai **Cukup**, jika skor antara = 75 – 84
- Mendapat nilai **Kurang**, jika skor antara = 60 – 74
- Mendapat nilai **Kurang Sekali**, jika skor antara < 60

Mengetahui,  
Guru Pembimbing

Magelang, 5 September 2016  
Mahasiswa,

Bangkit Kurnia P. Spd. Jas  
NIP.

Sabiel Suprastyo  
NIM. 13601241018

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

### ( RPP )

Satuan Pendidikan	: SMK ABDINEGARA MUNTILAN
Kelas / Semester	: XI / I
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan
Tema	: Senam Lantai
Alokasi Waktu	: 2 x 45 menit ( 1 x pertemuan )

#### A. Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang di anut
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin tanggung jawab peduli ( toleransi, Gotong royong ) santun percaya diri dalam berinteraksi secara efektif denga 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
- 2.1 Berprilaku sportif dalam bermain
- 3.1 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik
- 4.1 Memahami pengetahuan modifikasi teknik dasar senam lantai
- 5.1 Mempraktikkan modifikasi tehnik dasar gerakan guling depan dan guling belakang Denga menekankan gerak dasar fundamentalny

### **C. Indikator Pencapaian Kompetensi:**

1. Melakukan doa sebelum memulai pembelajaran
2. Menunjukkan sikap sportif dalam gerakan dasar senam lantai
3. Menunjukkan sikap disiplin selama mengikuti pembelajaran
4. Melakukan rangkaian pola gerak dasar senam lantai
5. Menjelaskan bentuk rangkaian ketrampilan dasar senam lantai

### **D. Tujuan pembelajaran**

Setelah mengikuti pembelajaran ini diharapkan peserta didik dapat

1. Melafalkan doa menurut agam dan kepercayaan masing masing
2. Menunjukkan sikap sportif dalam pembelajaran
3. Menunjukkan sikap disiplin selama mengikuti pembelajaran
4. Melakukan sikap awal gerakan dasar guling depan dalam senam lantai
5. Melakukan gerakan dasar guling belakang dalam senam lantai dengan benar
6. Melakukan sikap akhir gerakan ketrampilan rangkaian gerakan guling depan dan guling belakang dengan benar
7. Menjelaskan sikap awal gerakan dasar guling depan dan guling belakang
8. Menjelaskan gerakan dasar guling depan dan guling belakang dengan benar.

### **E. Materi pembelajaran :**

1. Pola gerak senam lantai

Senam lantai adalah satu dari rumpun senam .sesuai dengan istilah lantai

Maka gerakan /bentuk latihannya di lakukan dilantai. Senam lantai disebut

Juga dengan istilah latihan bebas.Bentuk bentuk latihan senam lantai

Ber macam macam gerakannya yang perlu diperhatikan dalam mempelajari

senam lantai adalah :

- a. Hendaknya selalu menggunakan matras,
- b. matras harus diletakkan di atas tanah atau lantai yang aman dari bahaya
- c. sebelum melakukan pembelajaran senam lantai hendaknya melakukan pemanasan yang cukup

Pelaksanaan gerakan senam lantai adalah guling depan, guling belakang dan

rangkaiannya gerakan guling depan dan belakang

1. Persiapan guling depan sikap awal (jongkok)
  - Kedua kaki rapat letakkan lutut ke dada

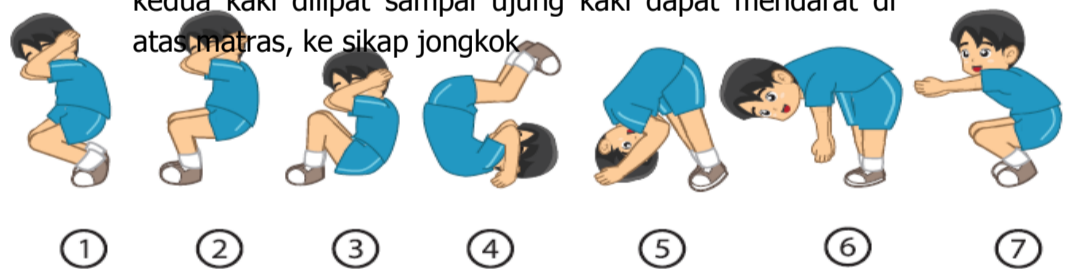
- Kedua tangan menumpu didepan ujung kaki kira-kira 40 cm
- Tekukkan kedua, tangan letakkan pundak pada matras dengan menundukkan kepala dan dagu sampai ke dada
- Setelah itu dilanjutkan dengan melakukan gerakan berguling ke depan
- Ketika panggul menyentuh matras, peganglah tulang kering dengan kedua tangan menuju posisi jongkok
- Peserta didik diminta mengamati dan merasakan koordinasi gerakan yang dilakukakan, lalu menemukan pola yang paling sesuai dengan mereka



Gambar 1 . cara melakukan guling depan dari sikap awal jongkok

## 2. Persiapan guling belakang dengan

- Sikap awal dalam posisi jongkok, kedua tangan didepan dan kaki sedikit rapat
- Kepala ditundukkan kemudian kaki menolak ke belakang
- Pada saat panggul mengenai matras, kedua tangan segera dilipat ke samping telinga dan telapak tangan menghadap ke bagian atas untuk siap menolak
- Kaki segera diayunkan ke belakang melewati kepala, dengan dibantu oleh kedua tangan menolak kuat dan kedua kaki dilipat sampai ujung kaki dapat mendarat di atas matras, ke sikap jongkok



## 3. Bentuk rangkaian gerakan guling depan dan guling belakang

- Lompatan
- Putaran
- Keseimbangan, diselingi dengan lonjakan dan akrobatik



## F Metode Pembelajaran

1. Pendekatan Saintifik ( Saintifik )
2. Metode penugasan

## G. Kegiatan pembelajaran

<b>Kegiatan</b>	<b>Deskripsi</b>	<b>Waktu</b>
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"><li>- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi</li><li>- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran</li></ul>	15 menit
Inti	<ul style="list-style-type: none"><li>- Peregangan statis dan dinamis</li><li>- Pemanasan dengan pendekatan bermain secara berpasangan yang mengarah kelenturan, kekuatan dan keseimbangan</li><li>- Guru mendemonstrasikan guling depan dan guling belakang dengan bantuan beberapa peserta didik</li><li>- Peserta didik mengamati gerakan yang dilakukan guru melalui peserta didik lain</li><li>- Peserta didik diberi kesempatan bertanya tentang gerakan yang didemonstrasikan</li><li>- Peserta didik diberi kesempatan untuk mencoba gerakan yang didemonstrasikan yaitu teknik dasar guling depan, guling belakang dan rangkaian gerakan guling depan dan guling belakang sebagai berikut:</li></ul>	60 menit

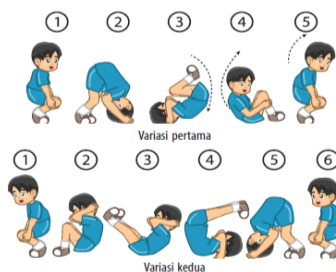


- Sikap awal dalam posisi jongkok, kedua tangan didepan dan kaki sedikit rapat
  - Kepala ditundukkan kemudian kaki menolak ke belakang
  - Pada saat panggul mengenai matras, kedua tangan segera dilipat ke samping telinga dan telapak tangan menghadap ke bagian atas untuk siap menolak
- Kaki segera diayunkan ke belakang melewati kepala, dengan dibantu oleh kedua tangan menolak kuat dan kedua kaki dilipat sampai ujung kaki dapat mendarat di atas matras, ke sikap jongkok



Gerakan kombinasi gerakan guling depan dan gerakan guling belakang

- Lompatan
- Putaran
- Keseimbangan, diselingi dengan lonjakan dan akrobatik



Strategi pelaksanaan dengan menggunakan reciprocal (timbang balik)

- Guru mengatur siswa menjadi 2 kelompok dalam proses pelaksanaan senam lantai
- Guru membagikan bahan ajar yang berisi

	<p>diskripsi dan indikator tugas gerak kepada setiap kelompok</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa mempelajari tugas gerak diskripsi dan indikator keberhasilannya</li> <li>- Siswa melaksanakan tugas gerak dan menampilkan sesuai dengan indikator yang telah ditentukan</li> </ul>	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pendinginan</li> <li>- Berbaris , tugas-tugas dan evaluasi proses pembelajaran,</li> <li>- melakukan refleksi dengan tanya jawab kepada peserta didik</li> <li>- Menarik kesimpulan terhadap hasil pembelajaran</li> <li>- Berdoa dan bubar</li> </ul>	15 menit

#### F. Sumber belajar

1. Ruang terbuka, rindang, datar dan aman
2. Matras
3. Buku teks
4. Buku Referensi
5. Lembar kerja proses belajar

#### G. Penilaian

1. Teknik penilaian

**RUBRIK PENILAIAN AFEKTIF/ PRILAKU DALAM PROSES PEMBELAJARAN SENAM LANTAI**

<b>PRILAKU YANG DIHARAPKAN</b>	<b>BT</b>	<b>MT</b>	<b>TJ</b>
1. Keberanian dalam meakukan Gerakan			
2. Menunjukkan sikap bersungguh sungguh dalam melakukan gerakan Senam lantai			
3. Disiplin selama dalam mengikuti Proses Belajar Mengajar			
4. Saling Menghargai Sesama selama dalam proses belajar mengajar			
5. Mentaati peraturan selama dalam proses belajar mengajar			
JUMLAH			

JUMLAH SEKOR MAKSIMAL : 5			
---------------------------	--	--	--

Keterangan Pengamatan sikap ( Afektif ) Selama proses pembelajaran Guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan Aktivitas di lapangan Sikap perilaku yang diharapkan selama proses pembelajaran Senam Lantai yaitu : Keberanian, kesungguhan,percaya diri dan menghargai teman Tiap perilaku yang di ceklis mendapat nilai 1

$$\text{Nilai} = \text{Skor yang diperoleh} / \text{Skor maksimal} \times 100$$

**RUBRIK PENILAIAN PEMAHAMAN KONSEP DALAM PROSES PEMBELAJARAN SENAM LANTAI**

PERTANYAAN YANG DIAJUKAN	KUALITAS JAWABAN				NILAI AKHIR
	1	2	3	4	
1. Jelaskan cara melakukan gerakan Guling ke depan Senam Lantai					
2. Jelaskan cara melakukan gerakan Guling ke belakang senam lantai					
3. Jelaskan cara melakukan gerakan Guling Lenting senam lantai					
4. Jelaskan cara melakukan Rangkaian Gerakan Guling ke depan dan ke belakang					
5. Jelaskan bagaimana sikap akhir Gerakan					
JUMLAH					
SCORE MAKSIMAL					

**KRITERIA PENILAIAN PENGETAHUAN / PEMAHAMAN KONSEP**

Skor 4 : jika peserta didik mampu menjelaskan tentang Guling depan Guling belakang dan Guling lenting

Skor 3 : jika peserta didik mampu menjelaskan tentang dua pertanyaan diatas

Skor 2 : jika peserta didik mampu menjelaskan salah satu pertanyaan diatas

Skor 1 : jika peserta didik tidak satupun pertanyaan diatas mampu dijelaskan

Keterangan :

$$\text{NILAI} = \text{SKOR YANG DIPEROLEH} / \text{SKOR MAKSIMAL} \times 100$$

RUBRIK PENILAIAN : KETRAMPILAN GERAK RANGKAIAN SENAM LANTAI

ASPEK YANG DINILAI	KUALITAS GERAK			
	1	2	3	4
1. Lakukan Tehnik dasar gerakan guling depan dalam senam dasar				
2. Lakukan gerakan tehnik dasar guling belakang dalam senam dasar				
3. Lakukan rangkaian gerakan guling depan dan guling belakang				
4. Lakukan sikap akhir rangkaian guling depan dan guling belakang				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 16				

KRITERIA PENILAIAN UNJUK KERJA:

1. Sikap awal gerakan Guling depan dan Guling kebelakang : Skor : 3 Jika :

- Ⓜ Berdiri Tegak
- Ⓜ Kedua Lengan Lurus
- Ⓜ Tumpukan kedua tangan dilantai selebar bahu

2. Pelaksanaan Gerak Skor 4 jika :

- Ⓜ Dari sikap jongkok masukkan kepala masukkan diantara dua tangan
- Ⓜ Dorong bahu hingga menyentuh lantai
- Ⓜ Dilanjutkan dengan berguling kedepan
- Ⓜ Pada saat kaki berada diatas, kedua tangan memeluk lutut

Magelang 5 September  
2016

Mengetahui,  
Guru Pembimbing

Mahasiswa,

Bangkit Kurnia P. Spd. Jas

Sabiel Suprastyo

NIP.

NIM. 13601241018

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

Sekolah : SMK ABDI NEGARA  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : XI / I  
Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

### **I. Standar Kompetensi**

1. Memperaktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

### **II. Kompetensi Dasar**

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

### **III. Indikator**

1. Melakukan latihan menggiring (*dribble*) bola sepak menggunakan punggung kaki
2. Melakukan latihan mengoper (*passing*) dan menahan(*control*) bola sepak sepak menggunakan kaki bagian dalam dan luar sejauh 10 meter.
3. Melakukan latihan koordinasi teknik menembak

### **IV . Tujuan pembelajaran**

Setelah pembelajaran, di harapkan Peserta didik dapat :

4. Peserta didik dapat melakukan koordinasi gerakan menggiring (*dribble*) bola sepak sepak menggunakan punggung kaki.
5. Peserta didik dapat melakukan koordinasi gerakan mengoper (*passing*) bola sepak sepak menggunakan kaki bagian dalam dan luar sejauh 10 meter.
6. Peserta didik dapat melakukan kombinasi teknik menggiring(*dribling*) kemudian gerakan mengoper (*passing*) dan menahan(*control*) bola sepak sepak menggunakan kaki bagian dalam dan luar sejauh 10 meter.
7. Peserta didik dapat melakukan teknik menembak.

### **V. Materi Pembelajaran**

Koordinasi teknik dasar menggiring (*dribble*) ,mengoper (*passing*) dan menahan (*control* ) menembak dalam sepakbola.

## VI. Media dan Sumber Pembelajaran

Media/Alat

3. Bola Sepak
4. Peluit
5. *cones*

### Sumber

Muhajir, *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.2000*, Jakarta. Erlangga

## VII. Metode Pembelajaran

4. Demonstrasi
5. Cangkupan (*Inclusive*)
6. Bagian dan Keseluruhan (*part and whole*)

## VIII. Pelaksanaan Pembelajaran

No.	Kegiatan	Waktu
1.	<p>Pendahuluan :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>u. Peserta didik dibariskan 2 shaf</li><li>v. Peserta didik dipimpin berdo'a</li><li>w. Guru menyampaikan apresepsi dan presensi</li><li>x. Pemanasan dinamis dan statis : Permainan Bintang Beralih</li></ul> <p>Deskripsi : Peserta didik dibagi menjadi beberapa kelompok dan disisakan 2 orang sebagai pengejar dan pelari. Pelari berusaha menghindari pengejar dengan berlari menyelamatkan diri berusaha masuk ke dalam kelompok dan menempatkan diri di bagian belakang kemudian orang paling depan berlari menggantikan pelari tersebut.</p>	<b>15 menit</b>
2.	<p>Inti :</p> <p><b>L. Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>5. Peserta didik dibariskan 2 shaf berhadapan dan berpasangan.</li><li>6. Peserta didik mencoba melakukan <i>drible</i> menggunakan kaki bagian dalam dan luar seadanya tanpa koreksi dari guru.</li><li>7. Peserta didik mencoba gerakan <i>passing</i> dan <i>control</i> menggunakan kaki bagian dalam dan luar seadanya tanpa</li></ul>	<b>60 menit</b>

	<p>koreksi dari guru.</p> <p>8. Peserta didik mencoba gerakan menembak dalam sepakbola.</p> <p><b>M. Elaborasi</b></p> <p>4. Menerapkan teknik menggiring bola sepak menggunakan punggung kaki.</p> <p>5. Menerapkan teknik mengoper dan menahan bola sepak menggunakan kaki bagian dalam dan luar dengan interupsi dan pendampingan guru.</p> <p>6. Peserta didik mengkombinasikan gerakan menggiring ,mengoper dan menahan bola sepak menggunakan kaki bagian dalam dan luar.Dan teknik menembak.</p> <p><b>N. Konfirmasi</b></p> <p>4. Peserta didik secara mandiri melakukan teknik menggiring menggunakan punggung kaki.</p> <p>5. Peserta didik secara mandiri melakukan teknik mengoper dan menahan bola sepak menggunakan kaki bagian dalam dan luar dengan materi yang sudah diberikan guru.</p> <p>6. Peserta didik secara mandiri mengkombinasikan gerakan menggiring ,mengoper dan menahan bola sepak dengan materi yang sudah diberikan guru</p> <p>7. Peserta didik secara mandiri melakukan teknik menembak dalam sepak bola.</p>	
3.	<p>Penutup :</p> <p>x. Mengulas kembali</p> <p>y. Pendinginan</p> <p>z. Berbaris</p> <p>aa. Penugasan,</p> <p>bb. Berhitung, presensi berdoa.</p>	<p><b>15 menit</b></p>

## IX. Evaluasi

### 3. Penilaian Sikap

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap Peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (√) mendapat nilai 1 (satu).

#### RUBRIK PENILAIAN SIKAP TEKNIK DASAR PERMAINAN SEPAKBOLA

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
<b>A. Sportif</b>	
7. Menghargai teman dan lawan	V
8. Menerima kekalahan	V
9. Mentaati peraturan permainan	V
<b>B. Tanggung jawab</b>	
11. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	V
12. Mengembalikan peralatan pembelajaran ketempat yang telah disediakan	V
13. Menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dalam beraktivitas.	V
14. Menjaga ketertiban lingkungan sekitar	V
15. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	V
<b>E. Disiplin</b>	

5. Mengikuti kegiatan sesuai waktu yang ditentukan	V
6. Mengikuti semua proses pembelajaran	V
<b>JUMLAH :</b>	
<b>JUMLAH MAKSIMAL : 10</b>	

Nilai = 
$$\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30\%$$

#### 6. Penilaian Pengetahuan

Jawab secara tulisan, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep teknik gerak dasar sepakbola berikut ini.

#### RUBRIK PENILAIAN PENGETAHUAN TEKNIK DASAR PERMAINAN SEPAKBOLA

No	Pertanyaan	Kriteria Skor			Jumlah
		1	2	3	
1	Sebutkan 3 dasar teknik dalam permainan sepakbola?				
2	Jelaskan langkah-langkah melakukan teknik <i>passing</i> dalam permainan sepakbola?				

**Jawaban :**

5. Teknik menggiring, menendang dan mengumpan

6. Cara melakukan teknik *shooting* posisi bola berada di samping kaki tumpuan dengan ayunan kaki penendang diayunkan dari belakang kedepan dengan perkenaan bagian dalam dan luar kaki.

**Keterangan Kriteria Skor :**

**Soal No. 1 :**

g. Skor 3 : Jika Peserta didik mampu menyebutkan 3 teknik dasar sepakbola.

h. Skor 2 : Jika Peserta didik mampu menyebutkan salah satu teknik saja.

i. Skor 1 : Jika Peserta didik tidak satupun menyebutkan, namun sudah mencoba untuk menjawab.

**Soal No. 2 :**

g. Skor 3: Jika Peserta didik mampu menjelaskan semua indikator.

h. Skor 2: Jika Peserta didik mampu menjelaskan salah satu indikator.

i. Skor 1: Jika Peserta didik tidak mampu menjelaskan.

**Keterangan Nilai:**

Penilaian terhadap kualitas jawaban Peserta didik, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 3.

Nilai = 
$$\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20\%$$

Jumlah skor maksimal

**7. Tes Unjuk Kerja (Keterampilan)**

**RUBRIK PENILAIAN KETERAMPILAN  
TEKNIK DASAR PERMAINAN SEPAKBOLA**

No	Dimensi	Deskripsi	Kriteria Skor		
			1	2	3
1.	Teknik <i>shooting</i>	c. posisi bola depan kaki pesertadidik d. bola di dorong ( <i>push</i> ) ke depan dengan menggunakan punggung kaki.			
2.	Teknik <i>passing</i>	d. teknik <i>passing</i> posisi bola berada di samping kaki tumpuan e. dengan ayunan kaki penendang diayunkan dari belakang kedepan f. perkenaan kaki bagian dalam dan luar.			
<b>JUMLAH AKHIR</b>					

**Keterangan :**

- 7. Peserta mendapatkan nilai 3, apabila ada 4-5 indikator yang dilakukan benar.
- 8. Peserta mendapatkan nilai 2, apabila ada 2-3 indikator yang dilakukan benar.
- 9. Peserta mendapatkan nilai 1, apabila ada satu indikator yang dilakukan benar dan/atau tidak ada satu indikator pun yang dilakukan benar.

**Nilai maksimal adalah 15**

**Keterangan:**

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja Peserta didik, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 3.

Jumlah skor yang diperoleh
Nilai = _____ X 50%
Jumlah skor maksimal

**4. Rekapitulasi Penilaian**

No.	Nama	Aspek Penilaian	Σ NA =	Paraf
-----	------	-----------------	--------	-------

	Peserta didik	Pengetahuan (P)	Keterampilan (K)	Sikap (S)	P + K +S	Guru
					3 Aspek	
1						
2						
3						
4						
5						

**Keterangan :**

- Mendapat nilai **Sangat Baik**, jika skor antara = 95 – 100
- Mendapat nilai **Baik**, jika skor antara = 85 – 94
- Mendapat nilai **Cukup**, jika skor antara = 75 – 84
- Mendapat nilai **Kurang**, jika skor antara = 60 – 74
- Mendapat nilai **Kurang Sekali**, jika skor antara < 60

Mengetahui,  
Guru Pembimbing

Magelang, 11 Agustus 2016  
Mahasiswa,

Bangkit Kurnia P. Spd. Jas  
NIP.

Sabiel Suprastyo  
NIM. 13601241018

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMK ABDI NEGARA  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : XII / I  
Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

### **I. Standar Kompetensi**

1. Memperaktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

### **II. Kompetensi Dasar**

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

### **III. Indikator**

4. Melakukan latihan koordinasi menggiring (*dribble*) bola sepak sejauh 10 meter.
5. Melakukan teknik menggiring (*dribble*) kemudian gerakan menendang ke arah gawang (*shooting*).
6. Melakukan kombinasi teknik dasar *dribbling* dan *shooting* dilakukan dari jarak 5 meter.

### **IV . Tujuan pembelajaran**

Setelah pembelajaran, di harapkan Peserta didik dapat :

8. Peserta didik dapat melakukan latihan koordinasi menggiring (*dribble*) bola sepak sejauh 10 meter.
9. Peserta didik dapat melakukan teknik menggiring (*dribble*) kemudian gerakan menendang ke arah gawang (*shooting*).
10. Peserta didik dapat melakukan kombinasi teknik dasar *dribbling* dan *shooting* dilakukan dari jarak 5 meter

### **V. Materi Pembelajaran**

Teknik Dasar Menggiring (*dribble*) dan *shooting* dalam sepakbola

### **VI. Media dan Sumber Pembelajaran**

Media/Alat

6. Bola Sepak
7. Lapangan Bola Sepak

8. gawang
9. Peluit
10. cones

**Sumber**

Muhajir, *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.2000*, Jakarta. Erlangga

**VII. Metode Pembelajaran**

7. Demonstrasi
8. Cangkupan (*Inclusive*)
9. Bagian dan Keseluruhan (*part and whole*)

**VIII. Pelaksanaan Pembelajaran**

No.	Kegiatan	Waktu
1.	Pendahuluan :  y. Peserta didik dibariskan 2 shaf z. Peserta didik dipimpin berdo'a aa. Guru menyampaikan apresepsi dan presensi bb. Pemanasan dinamis dan statis : Permainan Bintang Beralih cc. Deskripsi : Peserta didik dibagi menjadi beberapa kelompok dan disisakan 2 orang sebagai pengejar dan pelari. Pelari berusaha menghindari pengejar dengan berlari menyelamatkan diri berusaha masuk ke dalam kelompok dan menempatkan diri di bagian belakang kemudian orang paling depan berlari menggantikan pelari tersebut.	<b>15 menit</b>
2.	Inti :  <b>O. Eksplorasi</b> 9. Peserta didik dibariskan 2 shaf berhadapan dan berpasangan. 10. Peserta didik mencoba melakukan <i>dribble</i> seadanya tanpa koreksi dari guru. 11. Peserta didik mencoba gerakan <i>shooting</i> seadanya tanpa koreksi dari guru.  <b>P. Elaborasi</b> 7. Menerapkan teknik menggiring bola sepak dengan	<b>60 menit</b>

	<p>interupsi dan pendampingan guru.</p> <p>8. Menerapkan teknik <i>shooting</i>/menendang bola sepak dengan interupsi dan pendampingan guru.</p> <p>9. Peserta didik mengkombinasikan gerakan <i>dribbling</i> dengan <i>shooting</i></p> <p><b>Q. Konfirmasi</b></p> <p>8. Peserta didik secara mandiri melakukan teknik menggiring bola sepak dengan materi yang sudah diberikan guru.</p> <p>9. Peserta didik secara mandiri melakukan teknik menendang bola sepak dengan materi yang sudah diberikan guru.</p> <p>10. Peserta didik secara mandiri mengkombinasikan teknik <i>dribbling</i> dan <i>shooting</i> dengan materi yang sudah diberikan guru</p>	
3.	<p>Penutup :</p> <p>cc. Mengulas kembali</p> <p>dd. Pendinginan</p> <p>ee. Berbaris</p> <p>ff. Penugasan,</p> <p>gg. Berhitung, presensi berdoa.</p>	<p><b>15 menit</b></p>

## IX. Evaluasi

### 4. Penilaian Sikap

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap Peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (√) mendapat nilai 1 (satu).

#### RUBRIK PENILAIAN SIKAP TEKNIK DASAR PERMAINAN SEPAKBOLA

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
<b>A. Sportif</b>	
10. Menghargai teman dan lawan	V
11. Menerima kekalahan	V
12. Mentaati peraturan permainan	V
<b>B. Tanggung jawab</b>	
16. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	V
17. Mengembalikan peralatan pembelajaran ketempat yang telah disediakan	V
18. Menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dalam beraktivitas.	V
19. Menjaga ketertiban lingkungan sekitar	V
20. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	V
<b>F. Disiplin</b>	
7. Mengikuti kegiatan sesuai waktu yang ditentukan	V
8. Mengikuti semua proses pembelajaran	V
<b>JUMLAH :</b>	
<b>JUMLAH MAKSIMAL : 10</b>	

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30\%$$

### 8. Penilaian Pengetahuan

Jawab secara tulisan, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep teknik gerak dasar sepakbola berikut ini.

#### RUBRIK PENILAIAN PENGETAHUAN TEKNIK DASAR PERMAINAN SEPAKBOLA

No	Pertanyaan	Kriteria Skor			Jumlah
		1	2	3	
1	Sebutkan 3 dasar teknik dalam permainan sepakbola?				
2	Jelaskan langkah-langkah melakukan teknik <i>shooting</i> dalam permainan sepakbola?				

**Jawaban :**

7. Teknik menggiring, menendang dan mengumpan
8. Cara melakukan teknik *shooting* posisi bola berada di samping kaki tumpuan dengan ayunan kaki penendang diayunkan dari belakang kedepan dengan perkenaan punggung kaki.

**Keterangan Kriteria Skor :**

**Soal No. 1 :**

- j. Skor 3 : Jika Peserta didik mampu menyebutkan 3 teknik dasar sepakbola.
- k. Skor 2 : Jika Peserta didik mampu menyebutkan salah satu teknik saja.
- l. Skor 1 : Jika Peserta didik tidak satupun menyebutkan, namun sudah mencoba untuk menjawab.

**Soal No. 2 :**

- j. Skor 3: Jika Peserta didik mampu menjelaskan semua indikator.
- k. Skor 2: Jika Peserta didik mampu menjelaskan salah satu indikator.
- l. Skor 1: Jika Peserta didik tidak mampu menjelaskan.

**Keterangan Nilai:**

Penilaian terhadap kualitas jawaban Peserta didik, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 3.

$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20\%$
--

### 9. Tes Unjuk Kerja (Keterampilan)

#### RUBRIK PENILAIAN KETERAMPILAN TEKNIK DASAR PERMAINAN SEPAKBOLA

No	Dimensi	Deskripsi	Kriteria Skor		
			1	2	3
1.	Teknik <i>dribble</i>	e. posisi bola depan kaki pesertadidik f. bola di dorong ( <i>push</i> ) ke depan dengan kaki.			
2.	Teknik <i>shooting</i>	g. teknik <i>shooting</i> posisi bola berada di samping kaki tumpuan n. dengan ayunan kaki penendang diayunkan dari belakang kedepan . perkenaan punggung kaki.			
<b>JUMLAH AKHIR</b>					

**Keterangan :**

10. Peserta mendapatkan nilai 3, apabila ada 4-5 indikator yang dilakukan benar.
11. Peserta mendapatkan nilai 2, apabila ada 2-3 indikator yang dilakukan benar.
12. Peserta mendapatkan nilai 1, apabila ada satu indikator yang dilakukan benar dan/atau tidak ada satu indikator pun yang dilakukan benar.

**Nilai maksimal adalah 15**

**Keterangan:**

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja Peserta didik, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 3.

<p>Jumlah skor yang diperoleh</p> <p>Nilai = _____ X 50%</p> <p>Jumlah skor maksimal</p>
--

**4. Rekapitulasi Penilaian**

No.	Nama Peserta didik	Aspek Penilaian			Σ NA =	Paraf Guru
		Pengetahuan (P)	Keterampilan (K)	Sikap (S)	P + K + S 3 Aspek	
1						

2						
3						
4						
5						

**Keterangan :**

- Mendapat nilai **Sangat Baik**, jika skor antara = 95 – 100
- Mendapat nilai **Baik**, jika skor antara = 85 – 94
- Mendapat nilai **Cukup**, jika skor antara = 75 – 84
- Mendapat nilai **Kurang**, jika skor antara = 60 – 74
- Mendapat nilai **Kurang Sekali**, jika skor antara < 60

Mengetahui,  
Guru Pembimbing

Magelang, 22 Agustus 2016  
Mahasiswa,

Bangkit Kurnia P. Spd. Jas  
NIP.

Sabiel Suprastyo  
NIM. 13601241018

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)

## IDENTITAS MATA PELAJARAN :

- |                   |   |
|-------------------|---|
| 1. Nama Sekolah   | : SMK ABDI NEGARA                             |
| 2. Mata Pelajaran | : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. |
| 3. Kelas/Semester | : XII/1                                       |
| 4. Alokasi Waktu  | : 2X 45 Menit                                 |

**Y. Standar Kompetensi**

5. Mempraktikkan berbagai keterampilan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

**Z. Kompetensi Dasar**

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

**AA.****Indikator**

9. Melakukan latihan teknik dasar bola voli yaitu passing atas ,passing bawah dan servis (berpasangan dan berkelompok) .  
10. Bermain bola voli dengan peraturan yang sudah di modifikasi.

**BB.****Tujuan Pembelajaran**

14. Siswa dapat melakukan salah satu teknik dasar permainan bola voli yaitu servis bawah, berdiri dengan kedua kaki membentuk kuda-kuda ,tubuh agak condong ke depan, salah satu tangan memegang bola dan tangan satunya untuk memukul bola dengan jari-jari tangan mengepal atau menggenggam, bola sedikit di lambungkan kemudian bola di pukul di bagian bawah dengan ayunan tangan dari belakang ke depan.
15. Siswa dapat melakukan salah satu teknik dasar bola voli yaitu servis atas, berdiri dengan ke dua kaki membentuk kuda-kuda , salah satu tangan memegang bola dan tangan satunya untuk memukul bola, dengan jari-jari tangan di rapatkan,kemudian bola di lambungkan pukul bola pada bagian belakang bola dengan ayunan tangan dari atas ke depan.
16. Siswa dapat melakukan salah satu teknik dasar bola voli yaitu passing bawah, sikap badan berdiri ,kedua kaki di buka selebar bahu dengan lutut agak di tekuk, badan agak condong kedepan, pandangan ke arah datangnya bola ,kedua tangan di rapatkan dan di luruskan ke depan badan, perkenaan bola pada bidang datar lengan bawah dekat pergelangan tangan, saat perkenaan gerakkan atau ayunan tangan dari bawah ke atas.
17. Siswa dapat melakukan salah satu teknik dasar bola voli yaitu passing atas, sikap badaan berdiri, kedua kaki di buka selebar bahu,ke dua lutut agak di tekuk, dan ke dua tangan berada di atas depan dahi, badan agak condong ke depan pandangan ke arah datangnya bola, jari-jari kedua tangan di renggangkan, perkenaan bola pada ujung jari, saat perkenaan ikuti gerakan bola, hingga bola melambung.
18. Siswa dapat bermain permainan bola voli dengan peraturan yang di modifikasi untuk menumbuhkan nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri.

**CC.****Materi Pembelajaran**

Bola besar (permainan bola voli)

9. Teknik dasar permainan bola basket yaitu *service dan passing*.
10. Bermain permainan bola voli dengan peraturan yang di modifikasi

**DD.**

**Metode pembelajaran**

13. Ceramah
14. Demonstrasi
15. Permainan
16. Bagian dan keseluruhan (*part and whole*)

**EE.**

**Kegiatan pembelajaran**

Waktu	kegiatan
Pendahuluan (15menit)	<ol style="list-style-type: none"><li>a. Guru membariskan siswa 2 bersyaf kemudian guru meminta siswa untuk berhitung.</li><li>b. Guru menyapa siswa lalu membuka pelajaran dengan mengucapkan salam kemudian di lanjutkan dengan berdoa</li><li>c. Guru menanyakan kabar siswa selanjutnya guru mempresensi siswa</li><li>d. Kemudian guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan diikuti oleh siswa dan memberikan apersepsi kepada siswa</li><li>e. selanjutnya siswa melakukan pemanasan berlari mengelilingi lapangan 2 kali putaran, lalu melakukan pemanasan statis dan dinamis.</li><li>f. Kemudian siswa melakukan pemanasan dalam bentuk permainan, yaitu “ cepat tanggap”.Jadi siswa dibagi menjadi dua kelompok lalu guru menginstruksikan “kuda” maka salah satu kelompok berlari menyentuh bola yang ada di tengah.</li></ol>
Kegiatan inti (60 menit )	<p><b>Eksplorasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>m. Guru memberikan penjelasan tentang permainan bola voli.</li><li>n. Guru memberikan penjelasan tentang teknik dasar permainan bola voli yaitu <i>servis bawah, passing bawah</i>.</li><li>o. Siswa memperhatikan penjelasan yang di sampaikan oleh guru.</li></ol>

	<p><b>Elaborasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>i. Siswa melakukan teknik dasar permainan bola voli yaitu <i>servis</i> bawah, <i>passing</i> bawah</li> <li>j. Siswa melakukan permainan bola voli dengan peraturan yang sudah dimodifikasi</li> </ul> <p><b>Konfirmasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>m. Guru mengamati kinerja siswa</li> <li>n. Guru bertanya dengan siswa mengenai hal-hal yang belum dikuasai oleh siswa.</li> <li>o. Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pahaman ,memberikan penguatan dan penyimpulan.</li> </ul>
Penutup (15menit)	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Siswa di bariskan menjadi 2 bersyaf.</li> <li>b. Siswa bersama –sama melakukan Siswa di bariskan kembali menjadi 2 bersyaf</li> <li>c. Melakukan evaluasi terhadap pembelajaran yang baru saja diikuti oleh siswa.</li> <li>d. Mengingatn kegiatan pertemuan berikutnya .</li> <li>e. Guru menginstruksikan siswanya untuk berhitung.</li> <li>f. Menutup /mengakhiri pelajaran tersebut dengan bersama-sama membaca doa</li> <li>g. Guru mengucapkan salam sebelum mengakhiri pelajaran.</li> </ul>

**FF. Alat dan sumber belajar**

9. Alat pembelajaran
  - m. Bola voli
  - n. Peluit
  - o. Cone
  - p. net
  
10. Sumber pembelajaran
  - e. Media elektronik
    - 5) <https://danboekstra.wordpress.com/tag/bola-voli-passng-operan-service>
  - b. media cetak

Muhajir, *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.2000*, Jakarta.  
Erlangga

**GG. PENILAIAN****RUBRIK PENILAIAN SIKAP****TEKNIK DASAR PERMAINAN BOLA VOLI**

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
<b>A. Sportif</b>	
13. Menghargai teman dan lawan	√
14. Menerima kekalahan	√
15. Mentaati peraturan permainan	√
<b>B. Tanggung jawab</b>	
21. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	√
22. Mengembalikan peralatan pembelajaran ke tempat yang telah disediakan	√
23. Menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dalam beraktivitas.	√
24. Menjaga ketertiban lingkungan sekitar	√
25. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	√

<b>G. Disiplin</b>	
9. Mengikuti kegiatan sesuai waktu yang ditentukan	V
10. Mengikuti semua proses pembelajaran	V
<b>JUMLAH :</b>	
<b>JUMLAH MAKSIMAL : 10</b>	

Nilai = 
$$\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30\%$$

#### 10. Penilaian Pengetahuan

Jawab secara tulisan, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep teknik gerak dasar bulutangkis berikut ini.

#### RUBRIK PENILAIAN PENGETAHUAN TEKNIK DASAR PERMAINAN BOLA VOLI

No	Pertanyaan	Kriteria Skor			Jumlah
		1	2	3	
1	Sebutkan 2 teknik <i>passing</i> dalam permainan bola voli?				
2	Jelaskan langkah-langkah melakukan teknik <i>service</i> bawah?				

**Jawaban :**

9. Teknik *passing* atas dan *passing* bawah

10. Cara melakukan teknik *service* bawah, berdiri dengan kedua kaki membentuk kuda-kuda, tubuh agak condong ke depan, salah satu tangan memegang bola dan tangan satunya untuk memukul bola dengan tangan mengepal atau menggenggam, bola sedikit di lambungkan kemudian bola di pukul di bagian bawah dengan ayunan tangan dari belakang ke depan.

**Keterangan Kriteria Skor :**

**Soal No. 1 :**

- m. Skor 3 : Jika siswa mampu menyebutkan 2 teknik passing dalam bola voli.
- n. Skor 2 : Jika siswa mampu menyebutkan 1 teknik passing dalam bola voli.
- o. Skor 1 : Jika siswa tidak satupun menyebutkan, namun sudah mencoba untuk menjawab.

**Soal No. 2 :**

- m. Skor 3: Jika siswa mampu menjelaskan semua indikator.
- n. Skor 2: Jika siswa mampu menjelaskan salah satu indikator.
- o. Skor 1: Jika siswa tidak mampu menjelaskan.

**Keterangan Nilai:**

Penilaian terhadap kualitas jawaban siswa, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20\%$$

**11. Tes Unjuk Kerja (Keterampilan)**

**RUBRIK PENILAIAN KETERAMPILAN  
TEKNIK DASAR PERMAINAN BOLA VOLI**

No	Dimensi	Deskripsi	Kriteria Skor		
			1	2	3
1.	Teknik <i>service</i>	<p>g. <i>service</i> atas , ke dua kaki membentuk kuda-kuda , tangan sebagai pemukul jari-jarinya di rapatkan , perkenaan bola pada sisi bagian belakang bola,ayunan tangan dari atas ke depan</p> <p>h. <i>service</i> bawah , kedua kaki membentuk kuda-kuda , salah satu tangan memegang bola tangan yang satunya sebagai pemukul dengan jari tangan menggenggam atau</p>			

		mengepal , perkenaan bola pada sisi bawah bola , ayunan tangan dari bawah ke atas .			
2.	Teknik <i>passing</i>	<p>c. passing atas, berdiri dengan kedua kaki, kedua lutut agak di tekuk, pandangan ke arah bola, posisi kedua tangan di atas depan dahi, kedua jari-jari tangan di buka, perkenaan bola pada ujung jari.</p> <p>d. passing bawah, kaki di buka selebar bahu lutut agak di tekuk ,pandangan ke arah bola, kedua tangan di rapatkan lurus ke depan badan, perkenaan bola pada bidang datar lengan bawah dekat pergelangan tangan, saat perkenaan ayunan tangan dari bawah ke atas</p>			
<b>JUMLAH AKHIR</b>					

**Keterangan :**

- 13. Peserta mendapatkan nilai 3, apabila ada 4-5 indikator yang dilakukan benar.
- 14. Peserta mendapatkan nilai 2, apabila ada 2-3 indikator yang dilakukan benar.
- 15. Peserta mendapatkan nilai 1, apabila ada satu indikator yang dilakukan benar dan/atau tidak ada satu indikator pun yang dilakukan benar.

**Nilai maksimal adalah 15**

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja siswa, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 3.

Jumlah skor yang diperoleh	
Nilai = _____	X 50%
Jumlah skor maksimal	

#### 4. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			$\Sigma$ NA =	Paraf Guru
		Pengetahuan (P)	Keterampilan (K)	Sikap (S)	P + K + S	
					3 Aspek	
1						
2						
3						
4						
5						

#### Keterangan :

- Mendapat nilai **Sangat Baik**, jika skor antara = 95 – 100
- Mendapat nilai **Baik**, jika skor antara = 85 – 94
- Mendapat nilai **Cukup**, jika skor antara = 75 – 84
- Mendapat nilai **Kurang**, jika skor antara = 60 – 74
- Mendapat nilai **Kurang Sekali**, jika skor antara < 60

Mengetahui,  
Guru Pembimbing

Magelang, 8 Agustus 2016  
Mahasiswa,

Bangkit Kurnia P. Spd. Jas

---

NIP.

Sabiel Suprastyo

---

NIM. 13601241018

**DOKUMENTASI PPL UNY  
SMK ABDINEGARA 2016**



**Pendampingan PLS**









# **SILABUS MATA PELAJARAN**

## **SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN**

# **PENJASKES**

**KELAS XI**  
**TAHUN AJARAN 2010-2011**



**BADAN STANDAR  
NASIONAL PENDIDIKAN**



**DEPARTEMEN PENDIDIKAN NASIONAL  
DITJEN MANAJEMEN DIKDASMEN  
DIREKTORAT PEMBINAAN SMK**

## SILABUS

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

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain <b>salah satu</b> permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**) )	<b>Sepakbola</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan latihan koor-dinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan ber-keompok dengan meng-gunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.</li> <li>Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk me-numbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, ke-jujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Latihan koordinasi teknik dasar (meng-umpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki.</li> <li>Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.</li> </ul>	<p>Tes</p> <p>Tes</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tes keterampilan</li> <li>Tes sikap</li> <li>Tes penge-tahuan</li> <li>Pengamatan/ observasi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tes me-nendang dan mena-han bola</li> <li>Tes meng-giring bola</li> <li>Bermain sepakbola</li> </ul>	6 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bolasepak</li> <li>Lapangan sepakbola</li> <li>Tiang gawang</li> <li>Tiang pancang</li> <li>Peluit</li> <li>Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>







## SILABUS

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

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
1.3. Mempraktikkan keterampilan keterampilan atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri **)	<b>Atletik (Lompat jauh)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>Memvariasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>Perlombaan lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat).</li> <li>Variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat).</li> <li>Perlombaan lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.</li> </ul>	<p>Tes</p> <p>Tes</p> <p>Tes</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tes keterampilan</li> <li>Tes sikap</li> <li>Tes pengetahuan</li> <li>Pengamatan/observasi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gerakan awalan</li> <li>Tumpuan</li> <li>Melayang di udara</li> <li>Mendarat</li> <li>Tes lompat jauh</li> </ul>	4 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lintasan lompat jauh</li> <li>Bak lompat jauh</li> <li>Kapur</li> <li>Bendera</li> <li>Peluit</li> <li>Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>











		dan obat-obatan untuk menyembuhkan virus HIV/AIDS.						
--	--	---	--	--	--	--	--	--

Mengetahui,  
Kepala Sekolah

Muntilan Juni 2010  
Guru Mata Pelajaran

Drs. Slamet Riyadi  
NIP. 19590329198801 1 001

Bangkit Kurnia P, Spd.Jas

# **SILABUS MATA PELAJARAN SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN**

## **PENJASKES**

**KELAS XII**  
**TAHUN AJARAN 2010-2011**



**BADAN STANDAR  
NASIONAL PENDIDIKAN**



**DEPARTEMEN PENDIDIKAN NASIONAL  
DITJEN MANAJEMEN DIKASMEN  
DIREKTORAT PEMBINAAN SMK**











## SILABUS

Nama Sekolah : SMK ABDI NEGARA  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : XII / 1  
 Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan keterampilan permainan olahraga dengan peraturan yang sebenarnya dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
1.3. Mempraktikkan teknik atletik dengan menggunakan peraturan yang sesungguhnya serta nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri**).	<b>Atletik (Lompat jangkit)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jangkit (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>Perlombaan lompat jangkit dengan menggunakan per-aturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Latihan variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jangkit (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat).</li> <li>Perlombaan lompat jangkit dengan menggunakan per-aturan yang dimodifikasi.</li> </ul>	<p>Tes</p> <p>Tes</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tes keterampilan</li> <li>Tes sikap</li> <li>Tes pengetahuan</li> <li>Pengamatan/observasi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gerakan awalan</li> <li>Tumpuan</li> <li>Melayang di udara</li> <li>Mendarat</li> <li>Tes lompat jangkit</li> </ul>	4 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lintasan lompat jangkit</li> <li>Bak lompat jangkit</li> <li>Kapur</li> <li>Bendera</li> <li>Peluit</li> <li>Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas XII, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>



## SILABUS

Nama Sekolah : SMK ABDI NEGARA  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : XII / 1  
 Standar Kompetensi : 3. Mempraktikkan rangkaian gerak senam ketangkasan dengan konsep yang benar dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
<p>3.1. Mempraktikkan keterampilan gerakan kombinasi rangkaian senam lantai serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.</p> <p>3.2. Mempraktikkan keterampilan gerakan kombinasi rangkaian senam ketangkasan serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.</p>	<b>Aktivitas Uji diri/Senam</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan rangkaian latihan teknik dasar senam lantai (guling depan, guling belakang, guling lenting dan meroda) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>Melakukan rangkaian latihan teknik dasar senam ketangkasan (loncat harimau, salto depan dan salto belakang) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>Melakukan perlombaan senam ketangkasan (loncat harimau, salto depan dan salto belakang) dengan koordinasi yang baik untuk menumbuhkan dan memupuk nilai-nilai percaya diri, kerjasama, tanggung-jawab dan menghargai teman</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Latihan rangkaian latihan teknik dasar senam lantai (guling depan, guling belakang, guling lenting dan meroda)</li> <li>Latihan rangkaian latihan teknik dasar senam lantai (loncat harimau, salto depan dan salto belakang).</li> <li>Perlombaan senam ketangkasan (loncat harimau, salto depan dan salto belakang)</li> </ul>	<p>Tes</p> <p>Tes</p> <p>Tes</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tes keterampilan</li> <li>Tes sikap</li> <li>Tes pengetahuan</li> <li>Pengamatan/observasi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tes rangkaian senam ketangkasan</li> <li>Tes rangkaian senam lantai</li> </ul>	4 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lapangan</li> <li>Matras senam</li> <li>Peluit</li> <li>Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas XII, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>

## SILABUS

Nama Sekolah : SMK ABDI NEGARA  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : XII / 1  
Standar Kompetensi : 4. Mempraktikkan satu rangkaian gerak berirama berbentuk aktivitas aerobik secara beregu dengan diiringi musik dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Alat/Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
<p>4.1. Mempraktikkan keterampilan gerak berirama senam aerobik serta nilai kerjasama, kedisiplinan, percaya diri, keluwesan dan estetika.</p> <p>4.2. Mempraktikkan keterampilan menyelaraskan antara gerak dan irama dengan iringan musik serta nilai kerjasama, kedisiplinan, percaya diri, keluwesan dan estetika.</p>	<b>Aktivitas ritmik</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan gerak berirama senam aerobik serta nilai kerjasama, kedisiplinan, percaya diri, keluwesan dan estetika (perorangan dan berkelompok).</li> <li>Menyelaraskan antara gerak dan irama dengan iringan musik serta nilai kerjasama, kedisiplinan, percaya diri, keluwesan dan estetika (perorangan dan berkelompok)</li> <li>Melakukan perlombaan senam aerobik untuk menumbuhkan nilai-nilai kerjasama, kedisiplinan, percaya diri, keluwesan dan estetika (perorangan dan berkelompok).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Latihan gerak berirama senam aerobik.</li> <li>Latihan penyelarasan antara gerak dan irama dengan iringan musik.</li> <li>Perlombaan senam aerobik (perorangan dan berkelompok).</li> </ul>	<p>Tes</p> <p>Tes</p> <p>Tes</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tes keterampilan</li> <li>Tes sikap</li> <li>Tes pengetahuan</li> <li>Pengamatan/observasi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tes senam aerobik</li> </ul>	2 X 45 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lapangan</li> <li>Tipe recorder</li> <li>Kaset senam aerobik</li> <li>Peluit</li> <li>Sumber: <i>Buku Penjasorkes SMA Kelas XII, Drs. Muhajir, M.Ed, Jakarta: Erlangga.</i></li> </ul>







UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

MATRIKS PROGRAM KERJA PPL UNY  
TAHUN 2016

F01  
KELOMPOK MAHASISWA

NAMA SEKOLAH / LEMBAGA : SMK ABDI NEGARA  
ALAMAT SEKOLAH : MUNTILAN, KAB. MAGELANG  
NAMA : Sabiel Suprastyo  
NIM : 13601241018  
FAKULTAS/PRRODI : FIK / PJKR

No	Program/Kegiatan	Juli		Agustus				September		Jml Jam
		Minggu ke-								
		0	1	2	3	4	5	6	7	
<b>1</b>	<b>Bimbingan DPL PPL</b>									
	a. Persiapan									0
	b. Pelaksanaan	2			1			1	1	1
	c. Evaluasi & Tindak Lanjut									0
<b>2</b>	<b>Pembelajaran Kurikuler (Mengajar)</b>									
	a. Persiapan									0
	1) Konsultasi									0
	2) Mengumpulkan materi			2				2	2	6
	3) Membuat RPP		6	6	6	5	5	5	5	38
	4) Menyiapkan/membuat media							4	2	6
	5) Menyusun materi			6	2		4	5		17
	6) Menyusun Soal Latihan/Ujian									0
	b. Mengajar Terbimbing									0
	1) Praktik Mengajar		4.5	6	6	7.5	6	7.5	7.5	3
	2) Penilaian dan evaluasi									0
	c. Pendampingan Proses Pembelajaran		5							5
<b>3</b>	<b>Pembelajaran Ekstrakurikuler</b>									
	a. Pembinaan Futsal						2	2	2	6
	b. Pembinaan Basket				2		2		2	6
	c. Pembinaan Bola Voli							2	2	4
<b>4</b>	<b>Kegiatan Sekolah</b>									
	a. Observai Sekolah		4							4
	b. Observasi Kelas		3							3
	a. Koordinasi PLS dan Latihan Upacara		4		2					6
	b. Pendampingan PLS		18							18
	c. Upacara Bendera hari senin		1	1	1	1	2	1	1	9
	d. Piket Kantor Guru							15		15
	e. Piket Perpustakaan								9	9
	f. Piket Bimbingan Konseling			20						20
	g. Piket Administrasi Tata Usaha					18	11.5			29.5
	h. Piket Posko PPL				16.5				18	34.5
	i. Pendampingan OSIS									0
	k. Peringatan hari Kemerdekaan RI 71						10	8		18
	l. Upacara hari kemerdekaan RI 71						2			2
	m. Koordinasi dengan koordinator PPL								1	1
	n. Menggantikan guru mata pelajaran		4							4
<b>5.</b>	<b>Penyusunan Laporan PPL</b>									
	a. Persiapan									0
	1) Mempelajari buku panduan PPL 2016								1	1
	2) Mempelajari contoh Laporan PPL								1	1
	b. Pelaksanaan									0
	1) Membuat Laporan PPL								8	8
	c. Evaluasi & Tindak Lanjut									0
	1) Konsultasi dengan GPL dan DPL PPL								2	2
<b>JUMLAH JAM</b>		13	38.5	41	36.5	31.5	44.5	50.5	33.5	38

Kepala SMK Abdi Negara

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing Lapangan

Mahasiswa

Drs. Slamet Riyadi  
NIP. 19590329198801 1 001

Endra Murti Sagoro, S.Pd, M.Sc  
NIP. 19850409201012 1 005

Bangkit Kurnia Priambodo  
NIP.

Sabiel Suprastyo  
NIM. 13601241018





**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
SMK ABDI NEGARA MUNTILAN  
MINGGU KE-0**

F2  
Untuk  
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

---

Nama Sekolah/Lembaga	: SMK Abdi Negara Muntilan	Nama Mahasiswa	: Sabiel Suprastyo
Alamat Sekolah/Lembaga	: Muntilan Magelang	No. Mahasiswa	: 13601241018
Guru Pembimbing	: Bangkit Kurnia Priambodo, S. Pd.	Fak/Jur/Prodi	: FIK/PJKR
		Dosen Pembimbing	: Endra Murti Sagoro, S.Pd, M.Sc

<b>NO</b>	<b>TANGGAL</b>	<b>MATERI KEGIATAN</b>	<b>HASIL</b>	<b>HAMBATAN</b>	<b>SOLUSI</b>
1.	<b>Jum'at, 26 Februari 2016</b> (08.00 – 12.00) <b>4 Jam</b>	Observasi fisik sekolah dan Penyerahan mahasiswa PPL UNY.	Penyerahan mahasiswa PPL UNY oleh DPL PPL, dilanjutkan observasi. SMK Abdi Negara Muntilan	Tidak Ada	Tidak Ada
2.	<b>Senin, 16 Mei 2014</b> <b>08.00 – 14.00</b> <b>2 Jam</b>	Observasi Kelas dan Lingkungan Sekolah	Pembelajaran terlaksana dengan baik. Peserta didik aktif dalam mengikuti pembelajaran olahraga	Tidak Ada	Tidak Ada
3.	<b>Jum'at, 15 Juli 2016</b> <b>08.00-10.00</b> <b>2 Jam</b>	Pelepasan Mahasiswa PPL-KKN di GOR UNY	Pelepasan secara resmi mahasiswa PPL-KKN UNY 2016	Tidak Ada	Tidak Ada
4.	<b>Sabtu, 16 Juli 2016</b>	Koordinasi MOS / PLS (	Tercapainya koordinasi dengan pihak	Kurangnya koordinasi	Melakukan komunikasi

	<b>9.00-13.00</b> <b>4 Jam</b>	Pengenalan Lingkungan Sekolah ) dengan OSIS dan pihak sekolah.	sekolah dan OSIS mengenai pelaksanaan MOS / PLS (Pengenalan Lingkungan Sekolah )	antara OSIS dengan mahasiswa PPL.	dan koordinasi dengan ketua OSIS.
--	-----------------------------------	--	--	-----------------------------------	-----------------------------------

Kepala Sekolah  
SMK Abdi Negara Muntilan

Guru Mata Pelajaran  
Penjasorkes

Magelang, 10 September 2016  
Mahasiswa PPL

Drs. Slamet Riyadi  
NIP. 19590329198801 1 001

Bangkit Kurnia P, S.Pd

Sabiel Suprastyo  
NIM. 13601241018



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
SMK ABDI NEGARA MUNTILAN  
MINGGU KE-1**

F2  
Untuk  
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

---

Nama Sekolah/Lembaga : SMK Abdi Negara Muntilan  
Alamat Sekolah/Lembaga : Muntilan Magelang  
Guru Pembimbing : Bangkit Kurnia Priambodo, S. Pd.

Nama Mahasiswa : Sabiel Suprastyo  
No. Mahasiswa : 13601241018  
Fak/Jur/Prodi : FIK/PJKR  
Dosen Pembimbing : Endra Murti Sagoro, S.Pd, M.Sc

<b>NO</b>	<b>TANGGAL</b>	<b>MATERI KEGIATAN</b>	<b>HASIL</b>	<b>HAMBATAN</b>	<b>SOLUSI</b>
<b>1.</b>	<b>Senin, 18 Juli 2016</b> <b>7.00 – 13.00</b> <b>6 jam</b>	Upacara dan Pelantikan Peserta Didik baru tahun ajaran 2016/2017.	Upacara pelantikan peserta didik baru dilanjutkan dengan halal bi halal SMK Abdi Negara Muntilan, serta pendampingan PLS ( Pengenalan Lingkungan Sekolah ) bersama OSIS dan Bapak/ Ibu guru.	Kurangnya koordinasi antara mahasiswa PPL dengan panitia pelaksana PLS / OSIS.	Melakukan evaluasi untuk kelancaran acara PLS.
<b>2.</b>	<b>Selasa, 19 Juli 2016</b> <b>7.00 – 13.00</b> <b>6 Jam</b>	Pendampingan PLS hari ke-2	Pendampingan bersama OSIS dan Bapak / Ibu guru dalam pelaksanaan PLS hari ke-2.	Tidak Ada	Tidak Ada
<b>3.</b>	<b>Rabu, 20 Juli 2016</b>	Pendampingan PLS hari	Pendampingan bersama OSIS dalam	Kurangnya persiapan	Tetap melaksanakan

	<b>07.00- 13.00</b> <b>6 Jam</b>	ke-3	acara pentas seni dan tamanisasi serta kerja bakti bersama peserta didik baru SMK Abdi Negara Muntilan.	pentas seni, dan sempat mati listrik.	dengan / tanpa menggunakan pengeras suara.
	<b>15.00 – 18.00</b> <b>3 jam</b>	Menyusun Materi Pembelajaran	Mencari dan menyusun materi pembelajaran kelas XI dengan materi bola basket	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>19.00 – 22.00</b> <b>3 jam</b>	Pembuatan RPP	Menyusun materi pembelajaran dan RPP dengan materi pengenalan permainan bola besar, yaitu basket.	Tidak Ada	Tidak Ada
<b>4.</b>	<b>Kamis, 21 Juli 2016</b> <b>07.00 -8.30</b> <b>90 menit</b>	Pembelajaran Penjas kelas XI PM, dan XI AP.	Pembelajaran dilakukan di dalam kelas dan materi yang diajarkan adalah “Pengenalan Bola Basket”.	Cuaca yang mendung, dan kegiatan pramuka di lapangan tengah mengganggu konsentrasi siswa.	Mengajukan pertanyaan kepada siswa dan menjawab dengan cara menulis di papan tulis.
	<b>8.30 – 10.00</b> <b>90 menit</b>	PeerTeaching pembelajaran kelas XI Akuntansi.	Pembelajaran dilakukan di lapangan tengah, dengan materi “Bola Basket”.	Beberapa siswa mengikuti kegiatan Bantara Pramuka sehingga siswa yang mengikuti pembelajaran hanya separuh.	Tetap melaksanakan pembelajaran dengan diisi beberapa permainan, agar siswa merasa senang, dan tidak bosan.

	<b>10.00 – 11.00</b> <b>1 jam</b>	Diskusi Teman Sejawat	Diskusi mengenai materi pembelajaran Penjas yang akan dilakukan pada pertemuan ke-2	Tidak Ada	Tidak Ada
<b>5.</b>	<b>Jum'at 22 Juli 2016</b> <b>07.00-10.00</b> <b>3 Jam</b>	Pembelajaran penjasorkes kelas XII.	Perkenalan mahasiswa dan pengulangan materi bola basket	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>8.30-10.00</b> <b>90 menit</b>	Pembuatan RPP untuk kelas XI.	Tersusun RPP Permainan Bola Besar dengan materi teknik dasar dribbling dan passing pada permainan bola basket	Tidak Ada	Tidak Ada
<b>6.</b>	<b>Sabtu, 23 Juli 2016</b> <b>07.00 – 11.00</b> <b>4 Jam</b>	Pengawasan terhadap Kelas XI Akuntansi.	Pembelajaran terlaksana dengan baik dan tertib.	Pendingin ruangan yang terlampau dingin membuat siswa kedinginan dan tidak nyaman.	Membuka pintu untuk mengurangi hawa dingin di dalam ruangan.

Kepala Sekolah  
SMK Abdi Negara Muntilan

Guru Mata Pelajaran  
Penjasorkes

Magelang, 10 September 2016  
Mahasiswa PPL

Drs. Slamet Riyadi  
NIP. 19590329198801 1 001

Bangkit Kurnia P, S.Pd

Sabiel Suprastyo  
NIM. 13601241018



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
SMK ABDI NEGARA MUNTILAN  
MINGGU KE-2**

F2  
Untuk  
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

---

Nama Sekolah/Lembaga : SMK Abdi Negara Muntilan  
Alamat Sekolah/Lembaga : Muntilan Magelang  
Guru Pembimbing : Bangkit Kurnia Priambodo, S. Pd.

Nama Mahasiswa : Sabiel Suprastyo  
No. Mahasiswa : 13601241018  
Fak/Jur/Prodi : FIK/PJKR  
Dosen Pembimbing : Endra Murti Sagoro, S.Pd, M.Sc

<b>NO</b>	<b>TANGGAL</b>	<b>MATERI KEGIATAN</b>	<b>HASIL</b>	<b>HAMBATAN</b>	<b>SOLUSI</b>
<b>1</b>	<b>Senin, 25 Juli 2016</b> <b>07.00 – 07.45</b> <b>45 Menit</b>	Upacara Bendera	Melakukan upacara rutin setiap hari senin.	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>07.45 – 11.00</b> <b>3 Jam</b>	Pembelajaran penjasorkes kelas 12 Akuntansi dan Administrasi Perkantoran.	Melaksanakan pembelajaran permainan bola basket	Sarana dan prasarana yang kurang memadai.	Menggunakan sarpras seefektif mungkin berpasangan dan permainan.

<b>2</b>	<b>Selasa, 26 Juli 2016</b> <b>07.00 - 08.30</b> <b>90 Menit</b>	Penyambutan Presiden Republik Indonesia bapak Ir. Jokowi.	Memberi sambutan kepada bapak Presiden bersama beberapa Menteri.	Antusias siswa yang berlebih membuat siswa sedikit sulit dikendalikan.	Dengan sabar memberi peringatan dan himbauan.
	<b>8.30 – 13.30</b> <b>5 jam</b>	Piket ruangan BK	Membersihkan ruangan BK dan memberikan surat izin keluar untuk siswa	Tidak ada	Tidak ada
	<b>16.00 – 19.00</b> <b>3 jam</b>	Penyusunan RPP	Menyusun RPP dengan materi teknik dasar dribbling dan passing pada permainan bola basket.	Tidak Ada	Tidak Ada
<b>3</b>	<b>Rabu, 27 Juli 2016</b> <b>07.00 – 14.00</b> <b>7 jam</b>	Piket ruangan BK	Membersihkan ruangan BK dan memberikan surat izin keluar untuk siswa	Tidak ada	Tidak ada
	<b>14.00 – 17.00</b> <b>3 jam</b>	Menyusun Materi Pembelajaran	Mencari dan menyusun materi pembelajaran untuk kelas XI dengan materi teknik dasar dribbling dan passing pada bola basket.	Tidak Ada	Tidak Ada
<b>4</b>	<b>Kamis, 28 Juli 2016</b> <b>07.00 – 8.30</b>	Piket ruangan BK	Membersihkan ruangan BK dan memberikan surat izin keluar untuk	Tidak Ada	Tidak Ada

	<b>90 menit</b>		siswa		
	<b>8.30 – 10.00</b> <b>90 menit</b>	Pembelajaran Penjas Kelas XI	Terlaksananya pembelajaran Penjas dengan materi Bola Basket ( Dribbling dan Passing).	Tidak ada	Tidak ada
	<b>10.00 – 14.00</b> <b>4 Jam</b>	Piket ruang BK	Membersihkan ruangan BK dan memberikan surat izin keluar untuk siswa	Tidak Ada	Tidak Ada
<b>5</b>	<b>Jum'at, 29 Juli 2016</b> <b>7.00 – 8.30</b> <b>90 menit</b>	Pembelajaran penjas basket kelas XII	Terlaksananya pembelajaran bola basket untuk kelas XII	Sarana dan prasarana kurang	Dengan menerapkan pembelajaran dengan permainan
	<b>8.30 – 11.00</b> <b>2,5 Jam</b>	Piket ruangan BK	Membersihkan ruangan BK dan memberikan surat izin keluar untuk siswa	Tidak ada	Tidak ada
<b>6</b>	<b>Minggu, 31 Juli 2016</b> <b>09.00 – 12.00</b> <b>3 Jam</b>	Pembuatan RPP bola basket untuk kelas XI pertemuan ke-2	RPP dengan materi bola basket. Serta pengambilan nilai.	Tidak Ada	Tidak Ada

Kepala Sekolah  
SMK Abdi Negara Muntilan

Drs. Slamet Riyadi  
NIP. 19590329198801 1 001

Guru Mata Pelajaran  
Penjasorkes

Bangkit Kurnia P, S.Pd

Magelang, 10 September 2016  
Mahasiswa PPL

Sabiel Suprastyo  
NIM. 13601241018



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
SMK ABDI NEGARA MUNTILAN  
MINGGU KE-3**

F2  
Untuk  
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

---

Nama Sekolah/Lembaga : SMK Abdi Negara Muntilan  
Alamat Sekolah/Lembaga : Muntilan Magelang  
Guru Pembimbing : Bangkit Kurnia Priambodo, S. Pd.

Nama Mahasiswa : Sabiel Suprastyo  
No. Mahasiswa : 13601241018  
Fak/Jur/Prodi : FIK/PJKR  
Dosen Pembimbing : Endra Murti Sagoro, S.Pd, M.Sc

<b>NO</b>	<b>TANGGAL</b>	<b>MATERI KEGIATAN</b>	<b>HASIL</b>	<b>HAMBATAN</b>	<b>SOLUSI</b>
<b>1</b>	<b>Senin, 1 Agustus 2016</b> <b>7.00 – 7.45</b> <b>45 menit</b>	Upacara Bendera	Upacara Bendera rutin setiap hari senin.	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>7.45 – 11.00</b> <b>3 jam</b>	Pembelajaran Penjasorkes kelas XII AK,AP	Melakukan penilaian terhadap passing dada ( chestpass ) dan passing atas ( overheadpass ) pada permainan bola basket.	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>11.00 – 13.30</b> <b>2,5 jam</b>	Piket Sekolah	Piket di ruang posko PPL, ruangan tertata rapi dan bersih	Tidak Ada	Tidak Ada

<b>2</b>	<b>Selasa, 2 Agustus 2016</b> <b>7.00 – 10.00</b> <b>5 jam</b>	Piket Sekolah	Piket di ruang posko PPL,ruangan tertata rapi dan bersih	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>10.00 – 12.00</b> <b>2 jam</b>	Pelatihan Upacara XI AP	Diikuti oleh 18 siswa, dan mengajarkan pengibaran bendera merah putih serta paduan suara.	Cuaca yang panas, membuat siswa tidak konsentrasi.	Mempercepat pelatihan agar berlangsung dengan efektif.
	<b>13.30 – 15.30</b> <b>2 jam</b>	Pembinaan Ekstrakurikuler Bola Basket.	Diikuti oleh 49 siswa, perkenalan dan	Perbandingan jumlah siswa dengan bola basket.	Pembelajaran dengan permainan.
<b>3</b>	<b>Rabu, 3 Agustus 2016</b> <b>7.00 – 13.00</b> <b>6 jam</b>	Piket Sekolah	Piket di ruang posko PPL,ruangan tertata rapi dan bersih	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>15.00 – 17.00</b> <b>2 jam</b>	Menyusun Materi Pembelajaran kelas XI	Mencari dan menyusun materi teknik dasar passing dan dribbling bola basket untuk kelas XI.	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>19.00 – 22.00</b> <b>3 jam</b>	Pembuatan RPP	Menyusun RPP dengan materi teknik dasar passing dan dribbling pada permainan bola basket kelas XI	Tidak Ada	Tidak Ada
<b>4</b>	<b>Kamis, 4 Agustus 2016</b>	Piket Sekolah	Piket di ruang posko PPL,ruangan	Tidak Ada	Tidak Ada

	<b>7.00 – 8.30</b> <b>90 menit</b>		tertata rapi dan bersih		
	<b>8.30 – 10.15</b> <b>90 menit</b>	Pembelajaran Penjaskes kelas XI AK	Pengambilan nilai terhadap materi passing dada (chestpass) dan passing atas (overheadpass) pada permainan bola basket.	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>10.30 – 12.30</b> <b>2 jam</b>	Piket Sekolah	Piket di ruang posko PPL, ruangan tertata rapi dan bersih	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>13.00 – 14.00</b> <b>1 jam</b>	Bimbingan DPL Mikro PPL	Konsultasi dan bimbingan oleh DPL Mikro Teaching dari FIK	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>15.00 – 17.00</b> <b>2 jam</b>	Penyusunan Materi Pembelajaran kelas X	Mencari dan menyusun materi pembelajaran kelas XI yaitu passing bawah dan servis bawah pada permainan bola voli.	Tidak Ada	Tidak Ada
<b>5</b>	<b>Jum'at, 5 Agustus 2016</b> <b>07.00 – 08.30</b> <b>1,5 Jam</b>	Pembelajaran Penjaskes kelas XII PM	Pengambilan nilai terhadap materi passing dada (chestpass) dan passing atas (overheadpass) pada permainan bola basket.	Tidak Ada	Tidak Ada

	<b>08.30 – 11.30</b> <b>3 Jam</b>	Piket Sekolah	Piket di ruang posko PPL,ruangan tertata rapi dan bersih	Tidak Ada	Tidak Ada
<b>6</b>	<b>Minggu 7 Agustus 2016</b> <b>12.00 – 15.00</b> <b>3 Jam</b>	Pembuatan RPP	Pembuatan RPP untuk kelas XII	Tidak ada	Tidak ada

Kepala Sekolah  
SMK Abdi Negara Muntilan

Guru Mata Pelajaran  
Penjasorkes

Magelang, 10 September 2016  
Mahasiswa PPL

Drs. Slamet Riyadi  
NIP. 19590329198801 1 001

Bangkit Kurnia P, S.Pd

Sabiel Suprastyo  
NIM. 13601241018



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
SMK ABDI NEGARA MUNTILAN  
MINGGU KE-4**

F2  
Untuk  
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

---

Nama Sekolah/Lembaga : SMK Abdi Negara Muntilan  
Alamat Sekolah/Lembaga : Muntilan Magelang  
Guru Pembimbing : Bangkit Kurnia Priambodo, S. Pd.

Nama Mahasiswa : Sabiel Suprastyo  
No. Mahasiswa : 13601241018  
Fak/Jur/Prodi : FIK/PJKR  
Dosen Pembimbing : Endra Murti Sagoro, S.Pd, M.Sc

<b>NO</b>	<b>TANGGAL</b>	<b>MATERI KEGIATAN</b>	<b>HASIL</b>	<b>HAMBATAN</b>	<b>SOLUSI</b>
<b>1.</b>	<b>Senin, 8 Agustus 2016</b> <b>7.00 – 10.00</b> <b>3 jam</b>	Pembelajaran Penjaskes kelas XII AK,AP	Tercapainya materi bola voli.	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>10.00-13.00</b> <b>3 jam</b>	Piket sekolah	Piket ruang TU Membantu Foto Copy dan menata ruang TU	Tidak ada	Tidak ada
	<b>13.00-14.00</b> <b>1 jam</b>	Rapat OSIS	Pembentukan panitia pelaksanaan lomba dalam rangka peringatan HUT RI ke-71.	Tidak Ada	Tidak ada
<b>2.</b>	<b>Selasa, 9 Agustus 2016</b>	Piket sekolah	Piket ruang TU	Tidak ada	Tidak ada

	<b>7.00 – 13.00</b> <b>6 Jam</b>		Membantu Foto Copy dan menata ruang TU		
	<b>14.00 – 16.00</b> <b>2 Jam</b>	Ekstrakurikuler Bola Basket	Pembinaan ekstrakurikuler dengan materi passing dan shooting pada permainan bola basket.	Bola yang tersedia hanya sedikit, sementara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler basket banyak.	Dibentuk kelompok dalam menjalankan / mempraktikkan materi.
<b>3.</b>	<b>Rabu, 10 Agustus 2016</b> <b>7.00 – 13.00</b> <b>6 Jam</b>	Piket sekolah	Piket ruang TU Membantu Foto Copy dan menata ruang TU	Tidak ada	Tidak ada
	<b>14.00 – 16.00</b> <b>2 jam</b>	Penyusunan RPP	Menyusun RPP dengan materi Sepakbola yaitu teknik dasar dribbling, passing.	Tidak Ada	Tidak Ada
<b>4.</b>	<b>Kamis, 11 Agustus 2016</b> <b>7.00 – 8.30</b> <b>90 menit</b>	PembelejaranPenjasorkes kelas XI PM dan XI AP.	Melakukan pembelajaran permainan Bola Besar dengan materi teknik dasar dribbling dan passing dalam permainan Sepakbola.	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>8.30 – 10.00</b>	PembelejaranPenjasorkes kelas XI AK	Melakukan pembelajaran permainan Bola Besar dengan materi teknik dasar	Tidak Ada	Tidak Ada

	<b>90 menit</b>		dribbling dan passing dalam permainan Sepakbola.		
	<b>10.00 – 13.00</b> <b>3 jam</b>	Piket sekolah	Piket ruang TU Membantu Foto Copy dan menata ruang TU	Tidak ada	Tidak ada
<b>5.</b>	<b>Jum'at, 12 Agustus 2016</b> <b>8.30 – 10.00</b> <b>90 menit</b>	Pembelajaran Penjassorkes kelas XII PM	Pembelajaran Bola Voli	Tidak Ada	Tidak Ada

Kepala Sekolah  
SMK Abdi Negara Muntilan

Drs. Slamet Riyadi  
NIP. 19590329198801 1 001

Guru Mata Pelajaran  
Penjasorkes

Bangkit Kurnia P, S.Pd

Magelang, 10 September 2016  
Mahasiswa PPL

Sabiel Suprastyo  
NIM. 13601241018



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
SMK ABDI NEGARA MUNTILAN  
MINGGU KE-5**

F2  
Untuk  
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

---

Nama Sekolah/Lembaga : SMK Abdi Negara Muntilan  
Alamat Sekolah/Lembaga : Muntilan Magelang  
Guru Pembimbing : Bangkit Kurnia Priambodo, S. Pd.

Nama Mahasiswa : Sabiel Suprastyo  
No. Mahasiswa : 13601241018  
Fak/Jur/Prodi : FIK/PJKR  
Dosen Pembimbing : Endra Murti Sagoro, S.Pd, M.Sc

NO	TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
1.	<b>Senin, 15 Agustus 2016</b> <b>7.00 – 10.00</b> <b>3 jam</b>	Pembelajaran materi sepak bola kelas XII AK AP	Pengambilan nilai bola voli passing atas dan passing bawah	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>10.00 – 14.00</b> <b>5 jam</b>	Lomba dalam rangka Peringatan HUT RI ke-71 Tahun 2016	Perlombaan Futsal antar kelas dan joget balon SMK Abdi Negara Muntilan.	Setiap kelas ada yang memiliki siswa laki-laki dan ada yang tidak memiliki.	Apabila kelas yang dimainkan sama-sama memiliki siswa laki-laki bisa dimainkan bersama dengan syarat menjadi penjaga gawang. Apabila salahsatu tidak ada laki-

					laki, maka yang bermain yaitu perempuan semua.
<b>2.</b>	<b>Selasa, 16 Agustus 2016</b> <b>7.00 – 9.00</b> <b>2 jam</b>	Piket sekolah	Piket ruang TU Membantu Foto Copy dan menata ruang TU	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>9.00 – 14.00</b> <b>5 jam</b>	Lomba antar kelas dalam rangka Peringatan HUT RI ke-71, tahun 2016.	Perlombaan Taplak Air, Makan Kerupuk, Paduan Suara, dan Voli antar kelas.	Setiap kelas ada yang memiliki siswa laki-laki dan ada yang tidak memiliki.	Apabila kelas yang dimainkan sama-sama memiliki siswa laki-laki bisa dimainkan bersama dengan syarat menjadi penjaga gawang. Apabila salahsatu tidak ada laki-laki, maka yang bermain yaitu perempuan semua.
<b>3.</b>	<b>Rabu, 17 Agustus 2016</b> <b>10.00 – 13.00</b> <b>jam</b>	Penyusunan Materi Pembelajaran Penjas kelas XI.	Menyusun Materi Pembelajaran Penjas kelas XI dengan materi Sepakbola.	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>15.00 – 17.00</b> <b>2 jam</b>	Upacara Penurunan Bendera.	Mendampingi siswa dalam mengikuti Upacara Penurunan Bendera di	Beberapa siswa tidak hadir dalam upacara.	Tetap mengikuti upacara dengan siswa yang ada.

			lapangan Pasturan, Muntilan		
	<b>19.00 – 21.00</b> <b>2 jam</b>	Pembuatan RPP Sepakbola	Membuat RPP dengan materi Sepakbola untuk kelas XI.	Tidak Ada	Tidak Ada
<b>4.</b>	<b>Kamis, 18 Agustus 2016</b> <b>7.00 – 08.30</b> <b>10.00-13.00</b> <b>5,5 jam</b>	Piket sekolah	Piket ruang TU Membantu Foto Copy dan menata ruang TU	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>8.30-10.00</b> <b>90 menit</b>	Pembelajaran Penjasorkes kelas XI AK	Pembelajaran penjas dengan materi permainan sepakbola, dengan belajar teknik dasar passing dan teknik dasar shooting.	Tidak Ada	Tidak Ada
<b>5.</b>	<b>Jum'at, 19 Agustus 2016</b> <b>07.00-08.30</b> <b>90 menit</b>	Pembelajaran Penjasorkes kelas XII PM	Pengambilan nilai bola voli passing atas dan passing bawah.	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>8.30-11.30</b> <b>4 jam</b>	Piket sekolah	Piket ruang TU Membantu Foto Copy dan menata ruang TU	Tidak Ada	Tidak Ada
<b>6.</b>	<b>Sabtu, 20 Agustus 2016</b> <b>14.00 – 16.00</b>	Ekstrakurikuler Futsal	Pembinaan ekstrakurikuler futsal, dengan materi passing dan shooting di	Tidak Ada	Tidak Ada

	<b>2 jam</b>		ZTOFIA Futsal.		
<b>7.</b>	<b>Minggu, 21 Agustus 2016</b> <b>14.00-17.00</b> <b>3 jam</b>	Pembuatan RPP	Pembuatan RPP untuk kelas XII materi sepak bola	Tidak ada	Tidak ada

Kepala Sekolah  
SMK Abdi Negara Muntilan

Guru Mata Pelajaran  
Penjasorkes

Magelang, 10 September 2016  
Mahasiswa PPL

Drs. Slamet Riyadi  
NIP. 19590329198801 1 001

Bangkit Kurnia P, S.Pd

Sabiel Suprastyo  
NIM. 13601241018



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
SMK ABDI NEGARA MUNTILAN  
MINGGU KE-6**

F2  
Untuk  
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

---

Nama Sekolah/Lembaga : SMK Abdi Negara Muntilan  
Alamat Sekolah/Lembaga : Muntilan Magelang  
Guru Pembimbing : Bangkit Kurnia Priambodo, S. Pd.

Nama Mahasiswa : Sabiel Suprastyo  
No. Mahasiswa : 13601241018  
Fak/Jur/Prodi : FIK/PJKR  
Dosen Pembimbing : Endra Murti Sagoro, S.Pd, M.Sc

NO	TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
1.	<b>Senin, 22 Agustus 2016</b> <b>7.00 – 10.00</b> <b>3 jam</b>	Pembelajaran kelas XII AK,AP	Pembelajaran dengan materi dasar sepak bola	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>10.00 – 13.00</b> <b>3 jam</b>	Piket sekolah	Merapikan ruang guru, ruangan tertata rapi dan bersih	Tidak Ada	Tidak Ada
2.	<b>Selasa, 23 Agustus 2016</b> <b>7.00 – 11.00</b> <b>4 jam</b>	Piket sekolah	Merapikan ruang guru, ruangan tertata rapi dan bersih	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>11.00 – 12.00</b> <b>1 jam</b>	Bimbingan DPL Mikro	Konsultasi dan bimbingan oleh DPL PPL UNY dari FIK	Tidak Ada	Tidak Ada

<b>3.</b>	<b>Rabu, 24 Agustus 2016</b> <b>7.00 – 11.00</b> <b>4 Jam</b>	Piket sekolah		Merapikan ruang guru, ruangan tertata rapi dan bersih	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>15.00 – 17.00</b> <b>2 jam</b>	Penyusunan Materi Pembelajaran Senam Irama.		Mencari dan menyusun materi pembelajaran penjara Senam Irama beserta media pembelajaran berupa video untuk kelas XI.	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>19.00 – 21.00</b> <b>2 jam</b>	Membuat Pembelajaran	Media	Mencari media pembelajaran dalam bentuk video senam irama untuk pembelajaran kelas XI.	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>21.00 – 23.00</b> <b>2 jam</b>	Pembuatan RPP		Pembuatan RPP dengan materi Senam Irama teori untuk kelas XI.	Tidak Ada	Tidak Ada
<b>4.</b>	<b>Kamis, 25 Agustus 2016</b> <b>7.00 – 8.30</b> <b>90 menit</b>	Pembelajaran kelas XI AP dan PM	Penjaskes	Menjelaskan pengertian, jenis, dan gerakan dalam senam, serta memberi tugas untuk mempraktikkan senam ritmik dengan lagu.	2 kelas digabungkan saat olahraga, jadi kurang kondusif saat menjelaskan materi di kelas.	Memberi pertanyaan kepada siswa yang bicara sendiri.
	<b>8.30 – 10.00</b> <b>90 menit</b>	Pembelajaran kelas XI AK	Penjaskes	Menjelaskan pengertian senam ritmik serta memberi tugas untuk mempraktikkan senam ritmik	Tidak Ada	Tidak Ada

	<b>10.00 – 13.00</b> <b>3 jam</b>	Piket sekolah	Merapikan ruang guru,ruangan tertata rapi dan bersih	Tidak Ada	Tidak Ada
<b>5.</b>	<b>Jum'at, 26 Agustus 2016</b> <b>8.30 – 10.00</b> <b>90 menit</b>	Pembelajaran Penjaskes kelas XII PM	Pembelajaran dengan materi dasar sepak bola	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>10.00 – 11.00</b> <b>1 jam</b>	Piket sekolah	Merapikan ruang guru,ruangan tertata rapi dan bersih	Tidak Ada	Tidak Ada
<b>6.</b>	<b>Sabtu, 27 Agustus 2016</b> <b>14.00 – 16.00</b> <b>2 jam</b>	Pendampingan Ekstrakurikuler Futsal	Pembinaan ekstrakurikuler futsal, dengan materi dribbling dan shooting di ZTOFIA Futsal.	Tidak Ada	Tidak Ada

Kepala Sekolah  
SMK Abdi Negara Muntilan

Drs. Slamet Riyadi  
NIP. 19590329198801 1 001

Guru Mata Pelajaran  
Penjasorkes

Bangkit Kurnia P, S.Pd

Magelang, 10 September 2016  
Mahasiswa PPL

Sabiel Suprastyo  
NIM. 13601241018



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
SMK ABDI NEGARA MUNTILAN  
MINGGU KE-7**

F2  
Untuk  
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

---

Nama Sekolah/Lembaga : SMK Abdi Negara Muntilan  
Alamat Sekolah/Lembaga : Muntilan Magelang  
Guru Pembimbing : Bangkit Kurnia Priambodo, S. Pd.

Nama Mahasiswa : Sabiel Suprastyo  
No. Mahasiswa : 13601241018  
Fak/Jur/Prodi : FIK/PJKR  
Dosen Pembimbing : Endra Murti Sagoro, S.Pd, M.Sc

NO	TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
1.	<b>Senin, 29 Agustus 2016</b> 7.00 – 7.45 45 menit	Upacara Bendera	Upacara Rutin setiap hari Senin	Banyak siswa-siswi yang tidak mematuhi aturan dalam mengikuti upacara	Diberi sanksi dan peringatan.
	7.45-10.45 3 jam	Pembelajaran kelas XII AK,AP	Pengambilan nilai sepak bola	Tidak ada	Tidak ada
	11.00 – 19.00 8 jam	Pendampingan Karnaval Peringatan HUT RI ke-71	Mendampingi siswa dalam acara Karnaval Peringatan HUT RI ke-71	Mengalami ban bocor di tengah perjalanan.	Mengganti dengan ban pengganti.
2.	<b>Selasa, 30 Agustus 2016</b> 7.00 – 13.00 5 jam	Piket Sekolah di ruang Perpustakaan	Membantu siswa dalam mengurus peminjaman buku di perpustakaan.	Tidak Ada	Tidak Ada

	<b>14.00 – 16.00</b> <b>2 jam</b>	Ekstrakurikuler Basket	Pembinaan ekstrakurikuler basket	Tidak Ada	Tidak Ada
<b>3.</b>	<b>Rabu, 31 Agustus 2016</b> <b>7.00 – 11.00</b> <b>4 jam</b>	Piket Sekolah di ruang Perpustakaan	Membantu siswa dalam mengurus peminjaman buku di perpustakaan.	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>12.00 – 14.00</b> <b>2 jam</b>	Pembuatan media pembelajaran	Mencari media pembelajaran berupa video senam irama “Ayo Bersatu”	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>15.00 – 17.00</b> <b>2 jam</b>	Menyusun materi pembelajaran	Menyusun dan mencari materi pembelajaran Penjaskes dengan materi senam irama.	Tidak Ada	Tidak Ada
	<b>19.00 – 21.00</b> <b>2 jam</b>	Pembuatan RPP	Membuat dan menyusun RPP Penjaskes dengan materi “Senam Irama”/	Tidak Ada	Tidak Ada
<b>4.</b>	<b>Kamis, 1 September 2016</b> <b>7.00 – 8.30</b> <b>90 menit</b>	Pembelajaran Penjaskes kelas XI AP dan XI PM	Pembelajaran senam irama “Ayo Bersatu”	Banyak siswa yang lupa dengan gerakan.	Memperlihatkan video senam kembali.
	<b>8.30 – 10.00</b> <b>90 menit</b>	Pembelajaran Penjaskes kelas XI AK	Peerteaching pembelajaran senam irama “Ayo Bersatu”	Banyak siswa yang lupa dengan gerakan.	Memperlihatkan video senam kembali.
	<b>13.00 – 14.00</b>	Bimbingan dengan dosen	Konsultasi dan Bimbingan dengan	Tidak Ada	Tidak Ada

	<b>1 jam</b>	Mikro Teaching	DPL Mikro PPL		
	<b>14.00 – 16.00</b> <b>2 jam</b>	Ekstrakurikuler Bola Voli	Pembinaan ekstrakurikuler Bola Voli	Tidak Ada	Tidak Ada
<b>5.</b>	<b>Jum'at, 2 September 2016</b> <b>8.30 – 10.00</b> <b>90 menit</b>	Pembelajaran kelas XII PM	Pengambilan nilai sepak bola	Tidak ada	Tidak Ada
<b>6.</b>	<b>Sabtu, 3 September 2016</b> <b>14.00 – 16.00</b> <b>2 jam</b>	Ekstrakurikuler Futsal	Pembinaan ekstrakurikuler Futsal.	Hanya sedikit siswa yang hadir	Melakukan latih tanding / sparing.
<b>7.</b>	<b>Minggu, 4 September 2016</b> <b>14.00-17.00</b> <b>3 jam</b>	Penyusunan RPP	Membuat RPP dengan materi senam lantai	Tidak Ada	Tidak Ada

Kepala Sekolah  
SMK Abdi Negara Muntilan

Drs. Slamet Riyadi  
NIP. 19590329198801 1 001

Guru Mata Pelajaran  
Penjasorkes

Bangkit Kurnia P, S.Pd

Magelang, 10 September 2016  
Mahasiswa PPL

Sabiel Suprastyo  
NIM. 13601241018



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
SMK ABDI NEGARA MUNTILAN  
MINGGU KE-8**

F2  
Untuk  
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

---

Nama Sekolah/Lembaga : SMK Abdi Negara Muntilan  
Alamat Sekolah/Lembaga : Muntilan Magelang  
Guru Pembimbing : Bangkit Kurnia Priambodo, S. Pd.

Nama Mahasiswa : Sabiel Suprastyo  
No. Mahasiswa : 13601241018  
Fak/Jur/Prodi : FIK/PJKR  
Dosen Pembimbing : Endra Murti Sagoro, S.Pd, M.Sc

NO	TANGGAL	MATERI KEGIATAN	HASIL	HAMBATAN	SOLUSI
1.	<b>Senin, 5 September 2016</b> 7.00 – 7.45 45 menit	Upacara Rutin	Upacara Bendera setiap hari Senin, serta pelantikan pengurus OSIS baru tahun ajaran 2016/2017	Tidak Ada	Tidak Ada
	7.45 – 10.45 3 jam	Pembelajaran kelas XII	Pembelajaran dengan materi senam lantai.	Tidak Ada	Tidak Ada
	11.00-13.30 2,5 jam	Piket sekolah	Piket ruang posko PPL, ruangan tertata rapi dan bersih	Tidak ada	Tidak ada
2.	<b>Selasa, 6 September 2016</b> 7.00 – 12.00 5 jam	Menyusun laporan PPL	Mempelajari laporan PPL tahun-tahun sebelumnya	Tidak ada	Tidak ada

	<b>14.00-16.00</b> <b>2 jam</b>	Ekstrakurikuler Bola basket	Pembinaan ekstrakurikuler Bola basket	Siswa yang hadir hanya sedikit jadi kurang untuk melakukan permainan	Mengajarkan teknik lay up
<b>3.</b>	<b>Rabu, 7 September 2016</b> <b>7.00-12.00</b> <b>5 jam</b>	Menyusun laporan PPL	Mempelajari laporan PPL tahun-tahun sebelumnya	Tidak ada	Tidak ada
	<b>17.00-20.00</b> <b>3 jam</b>	Pembuatan RPP	Pembuatan RPP senam lantai	Tidak ada	Tidak ada
<b>4.</b>	<b>Kamis, 8 September 2016</b> <b>7.00-8.30</b> <b>90 menit</b>	Pembelajaran kelas XI AP,PM	Pembelajaran senam lantai	Tidak ada	Tidak ada
	<b>8.30-10.00</b> <b>90 menit</b>	Pembelajaran kelas XI AP,PM	Pembelajaran senam lantai	Tidak ada	Tidak ada
	<b>10.00-13.00</b> <b>3 jam</b>	Piket sekolah	Piket ruang posko PPL,ruangan tertata rapi dan bersih	Tidak ada	Tidak ada
	<b>14.00-16.00</b> <b>2 jam</b>	Ekstrakurikuler Bola Voli	Pembinaan ekstrakurikuler Bola Voli	Tidak Ada	Tidak Ada
<b>5.</b>	<b>Jumat, 9 September 2016</b> <b>7.00-8.30</b>	Pembelajaran kelas XII	Pembelajaran dengan materi senam lantai.	Tidak Ada	Tidak Ada

	<b>8.30-11.30</b> <b>3 jam</b>	Piket sekolah	Piket ruang posko PPL,ruangan tertata rapi dan bersih	Tidak ada	Tidak ada
--	-----------------------------------	---------------	---	-----------	-----------

Kepala Sekolah  
SMK Abdi Negara Muntilan

Drs. Slamet Riyadi  
NIP. 19590329198801 1 001

Guru Mata Pelajaran  
Penjasorkes

Bangkit Kurnia P, S.Pd

Magelang, 10 September 2016  
Mahasiswa PPL

Sabiel Suprastyo  
NIM. 13601241018



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
SMK ABDI NEGARA MUNTILAN  
MINGGU KE-8**

F2  
Untuk  
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

---

Nama Sekolah/Lembaga : SMK Abdi Negara Muntilan  
Alamat Sekolah/Lembaga : Muntilan Magelang  
Guru Pembimbing : Bangkit Kurnia Priambodo, S. Pd.

Nama Mahasiswa : Sabiel Suprastyo  
No. Mahasiswa : 13601241018  
Fak/Jur/Prodi : FIK/PJKR  
Dosen Pembimbing : Endra Murti Sagoro, S.Pd, M.Sc

<b>NO</b>	<b>TANGGAL</b>	<b>MATERI KEGIATAN</b>	<b>HASIL</b>	<b>HAMBATAN</b>	<b>SOLUSI</b>
<b>1</b>	<b>Selasa, 13 September 2016</b> <b>7.00 – 11.00</b> <b>3 jam</b>	Penarikan PPL	Membeli kenang-kenangan untuk guru pembimbing, memesan plakat, dan melakukan koordinasi untuk acara penarikan PPL dengan bapak Muh Sinun S.Pd.	Tidak Ada	Tidak Ada
<b>2.</b>	<b>Rabu, 14 September 2016</b> <b>10.00 – 11.00</b> <b>1 jam</b>	Penarikan PPL	Penarikan PPL oleh DPL PPL UNY kepada koordinator PPL UNY SMK ABDINEGARA MUNTILAN	Banyak bapak ibu guru yang tidak bisa hadir karena ada jam mengajar	Tetep melaksanakan perpisahan secara sederhana

Kepala Sekolah  
SMK Abdi Negara Muntilan

Drs. Slamet Riyadi  
NIP. 19590329198801 1 001

Guru Mata Pelajaran  
Penjasorkes

Bangkit Kurnia P, S.Pd

Magelang, 10 September 2016  
Mahasiswa PPL

Sabiel Suprastyo  
NIM. 13601241018