

LAPORAN
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LOKASI SMP N 2 Wonosari
Jalan Veteran No.8 Wonosari Gunungkidul

Laporan ini Disusun sebagai Pertanggungjawaban Praktik Pengalaman Lapangan
(PPL) S-1 Semester Khusus Tahun Ajaran 2016/2017



Disusun Oleh :
Afik Budi Setyawan
NIM. 136011244069

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

HALAMAN PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, selaku Pembimbing PPL mengesahkan laporan PPL di SMP N 2 Wonosari dan menerangkan bahwa :

Nama : Afik Budi Setyawan
NIM : 13601244069
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan program PPL di SMP Negeri 2 Wonosari dari tanggal 18 Juli 2016 sampai dengan tanggal 15 September 2016 dan laporan ini sebagai bukti pelaksanaannya.

Wonosari, September 2016

Menyetujui dan Mengesahkan,

Dosen Pembimbing PPL,

Guru Pembimbing PPL,



Saryono, M.Or

NIP. 19811021 200604 1 001



Aminah, S.Pd

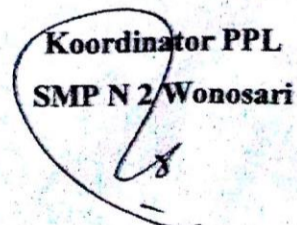
NIP. 19640314 199003 2 003

Mengetahui,



Kepala SMP Negeri 2 Wonosari
Suparto

NIP. 19600903 198610 1 002



Koordinator PPL
SMP N 2/Wonosari

Supramto, S.Pd

NIP. 19620803 198412 1 001

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan Karunia, Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penyusun dapat menyelesaikan laporan PPL ini dengan lancar. Laporan ini di susun sebagai bukti bahwa penulis telah menempuh kegiatan PPL di SMP N 2 Wonosar. PPL ini tidak akan berjalan lancar dan berhasil apabila tidak didukung oleh berbagai pihak yang telah memberikan bimbingan, curahan perhatian, pengarahan, dan bantuan dalam pelaksanaan kegiatan PPL. Oleh karena itu, penyusun menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Rochmat Wahab, M.Pd, M.A selaku rector Universitas Negeri Yogyakarta
2. Ketua LPPM beserta staf yang telah memberikan semua informasi pelaksanaan PPL di sekolah.
3. Saryono, M.Or., selaku Dosen Pembimbing PPL yang telah memberikan bimbingan serta pengarahan dalam melaksanakan PPL dan program PPL
4. Drs. Suparto selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 2 Wonosari Gunungkidul yang telah memberikan izin kepada kami untuk melaksanakan PPL di SMP Negeri 2 Wonosari Gunungkidul.
5. Bapak Supramto, S.Pd selaku Koordinator PPL SMP Negeri 2 Wonosari Gunungkidul yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada kami.
6. Ibu Aminah, S.Pd selaku guru pembimbing yang banyak memberikan bimbingan selama kegiatan PPL.
7. Bapak dan Ibu Guru, serta karyawan SMP Negeri 2 Wonosari Gunungkidul yang senantiasa membantu kami.
8. Teman-teman mahasiswa PPL UNY 2016, selalu memberikan semangat.
9. Siswa-siswi SMP N 2 Wonosari Gunungkidul, terimakasih atas kerjasamanya
10. Kepada semua pihak yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan, hingga terselainya laporan ini.

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

Yogyakarta, 16 September 2016

penulis

DAFTAR ISI

	Hal
HALAMAN JUDUL	i
PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR LAMPIRAN	v
ABSTRAK	vi

BAB I PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi

1. Kondisi Fisik Sekolah..... 2
2. Kondisi Non Fisik Sekolah 6

B. Perumusan Program & Rancangan Kegiatan PPL

1. Rumusan Program 8
2. Rencana Kegiatan PPL 8

BAB II PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISA HASIL

- A. Persiapan PPL 10
- B. Pelaksanaan PPL 11
- C. Analisis Pelaksanaan PPL dan Reflek 17
 1. Analisis Hasil 18
- D. Refleksi Pelaksanaan PPL 18

BAB III PENUTUP

- A. Kesimpulan 20
- B. Saran 20

DAFTAR PUSTAKA..... 22

LAMPIRAN 23

DAFTAR LAMPIRAN

- Lamp 1. Profil SMP N 2 Wonoosari
- Lamp 2. Hasil Observasi Kondisi Fisik Sekolah
- Lamp 2. Hasil Observasi Pembelajaran di Kelas
- Lamp 3. Kartu Bimbingan PPL
- Lamp 4. Matriks Program PPL
- Lamp 5. Laporan Mingguan
- Lamp 6. Jadwal Mengajar
- Lamp 7. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran
- Lamp 8. Dokumentasi

ABSTRAK

Oleh :

Afik budi setyawan

NIM 13601241069

Kegiatan PPL ini dilaksanakan bersama sebagai bagian dari implementasi, pengabdian, tanggung jawab serta loyalitas perguruan tinggi terhadap pendidikan di Indonesia. Program ini ditujukan untuk penguasaan kompetensi keilmuan dan ketrampilan bidang studi, ketrampilan pengembangan profesi, dan kompetensi dalam pembentukan kepribadian sebagai pendidikan yang profesional.

Kegiatan PPL yang bertempat di SMP N 2 Wonosari dilaksanakan mulai tanggal 18 Juli 2016 sampai dengan 15 September 2016. SMP N 2 Wonosari merupakan salah satu SMP unggulan di Kabupaten Gunungkidul yang beralamat di Jalan Veteran Nomor 8, Wonosari, Gunungkidul. Dengan fasilitas yang sudah memadai memberikan keluasaan bagi kami untuk bisa mengembangkan model dan cara pengajaran yang lebih variatif. Dalam hal lingkungan secara umum SMP N 2 Wonosari sudah memiliki fasilitas yang cukup baik dari administrasi dan birokrasi yang dimiliki sekolah sudah cukup lengkap, rapi dan tertata dengan baik.

Kegiatan yang dilakukan dalam rangka PPL di SMP Negeri 2 Wonosari antara lain: observasi lingkungan pembelajaran dan lingkungan fisik sekolah yang dilaksanakan sebelum kegiatan mikro berlangsung, persiapan mengajar yang berkaitan dengan mempersiapkan alat, media pembelajaran maupun rencana pelaksanaan pembelajaran yang sudah harus dibuat. Kegiatan praktek mengajar dikelas merupakan kegiatan inti dalam PPL ini. Pengajaran di kelas pada kegiatan PPL ini diharapkan dapat dilakukan minimal 4 kali pertemuan, namun praktikan dapat melakukan kegiatan pengajaran di kelas sebanyak 15 kali pertemuan, sedangkan kelas yang diajar sebanyak 8 kelas, yaitu kelas VII A, VII C, VII D, VII E, VII F, VII G, VIII B, dan VIII C. Selain itu ada evaluasi dan analisis hasil evaluasi untuk merekap semua penilaian yang telah dilakukan dan untuk kegiatan terakhir berupa pembuatan laporan hasil Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di SMP N 2 Wonosari sebagai bukti telah melaksanakan kegiatan PPL.

Dengan adanya kegiatan PPL ini, praktikan mendapat bekal pengalaman dan gambaran nyata tentang kegiatan dalam dunia pendidikan khususnya di sekolah. Dengan terselesaikannya kegiatan PPL ini diharapkan dapat tercipta tenaga pendidik yang profesional dan berkualitas.

BAB I

PENDAHULUAN

Latar belakang

Dalam usaha mencerdaskan kehidupan bangsa, tugas guru sebagai pendidik tidaklah dapat dikatakan ringan, sebab tidak hanya memberikan bekal pada anak didik berupa ilmu pengetahuan semata, tetapi hal yang lebih penting adalah membentuk keperibadian anak didik menjadi manusia yang berguna bagi dirinya, orang tua, masyarakat, agama, bangsa dan Negara.

Pendidikan merupakan proses pengembangan yang utuh menuju kearah kedewasaan dalam proses berfikir dan bertindak. Oleh karena itu seorang calon pendidik sebelum diterjunkan ke dunia pendidikan hendaknya dibekali dengan berbagai ilmu pengetahuan dan keterampilan yang sesuai dengan profesi, dan kemampuan diri agar dalam melaksanakan tugasnya dapat berhasil seperti yang diharapkan.

Secara teoritis mahasiswa calon guru dibangku kuliah telah mempelajari berbagai ilmu pengetahuan yang berhubungan dengan pendidikan, namun apa yang diperoleh nampaknya belum cukup sebagai bekal bagi seorang pendidik yang profesional.

Untuk melengkapi kekurangan tersebut, maka mahasiswa calon pendidik diwajibkan untuk melaksanakan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) disekolah-sekolah yang telah ditetapkan.

Dengan demikian diharapkan para mahasiswa calon guru setelah selesai praktek mempunyai bekal yang cukup untuk memasuki dunia pendidikan sesuai dengan tujuan dan sasaran yang ingin dicapai melalui program PPL tersebut.

A. Analisis Sekolah

SMP Negeri 2 Wonosari terletak di Jalan Veteran No.8 Wonosari, Gunungkidul yang merupakan suatu sekolah menengah pertama di bawah naungan Dinas Pendidikan Kabupaten Gunungkidul. Lokasi sekolah ini tergolong strategis, karena berada di dekat pusat kota Wonosari dan berada di dekat alun – alun Kota Wonosari. Meskipun berada di tengah kota, sekolah ini cukup kondusif untuk kegiatan belajar-mengajar.

SMP Negeri 2 Wonosari merupakan salah satu dari beberapa sekolah yang digunakan sebagai lokasi PPL pada semester khusus 2016.

Sebelum mahasiswa diterjunkan ke lokasi PPL, mahasiswa diharuskan melakukan observasi. Kegiatan ini bertujuan untuk mengamati secara langsung terhadap kondisi, sarana dan prasarana yang ada di lokasi PPL yaitu SMP Negeri 2 Wonosari. Adapun hasil observasinya adalah sebagai berikut :

1. Kondisi Fisik Sekolah

SMP N 2 Wonosari secara geografis terletak di Kecamatan Wonosari, Kabupaten Gunungkidul. Berdasarkan letak dan kondisi SMP N 2 Wonosari sangat mendukung sebagai tempat pembelajaran. Secara geografis letak SMP N 2 Wonosari dapat digambarkan sebagai berikut:

- Sisi utara berbatasan dengan kantor pos cabang wonosari
- Sisi Barat dan selatan berbatasan dengan Rumah Penduduk warga kepek 1 wonosari
- Sisi Timur berbatasan dengan jalan raya

Lokasi yang mudah dijangkau oleh angkutan umum dari berbagai jalur/line kendaraan, dan pertokoan alat tulis, toko buku, warnet, dan foto kopi.

Dilihat dari segi fisik sekolah ini secara keseluruhan memiliki kondisi bangunan sekolah yang baik, demikian pula dengan sarana dan prasarananya sudah memadai. Sekolah ini mempunyai ruang diantaranya meliputi:

No.	Nama Ruang	Jumlah
1.	Ruang Kelas	21
2.	Ruang Tata Usaha	1
3.	Ruang Kepala Sekolah	1
4.	Ruang Wakil Kepala Sekolah	1
5.	Ruang Guru	1
6.	Dapur	1
7.	Ruang Perpustakaan	1
8.	Ruang Musik	1
9.	Ruang Agama Khatolik/Kristen	1

10.	Ruang koperasi sekolah	1
11.	Gudang	1
12.	Ruang Lab Komputer	1
13.	Ruang Lab Bahasa	1
14.	Ruang Laboratorium Fisika	1
15.	Ruang Laboratorium Biologi	1
16.	Ruang BK	1
17.	Ruang UKS	1
18.	Ruang OSIS	1
19.	Masjid	1
20.	Ruang Tamu Guru	1
21.	Ruang WC/Kamar mandi	12
22.	Ruang/Tempat Sepeda/Kendaraan	3
23.	Ruang Satpam	1

Kondisi fisik sekolah dapat dikatakan baik, ini terlihat dari tata letak ruang, bangunan, dan kebersihan lingkungan yang terjaga serta penghijauan taman yang ada di SMP N 2 Wonosari. SMP N 2 Wonosari memiliki 21 ruangan kelas dan ruangan-ruangan lain, yaitu : ruang kepala sekolah, ruang wakil kepala sekolah, ruang guru, ruang OSIS, ruang BK, ruang Tata Usaha (TU), ruang UKS, koperasi, laboratorium Biologi, laboratorium Fisika, laboratorium Komputer, laboratorium Bahasa, laboratorium Musik, ruang kesenian, ruang tamu, gudang, lapangan basket, mushola, perpustakaan, ruang satpam, dan kantin. Jumlah siswa tiap kelas rata-rata 30 siswa, sehingga total keseluruhan adalah kurang lebih 630 siswa. Sedangkan jumlah guru dan karyawan kurang lebih 62 orang. Pada tahun ajaran 2016/2017, pembelajaran yang dilaksanakan sudah menggunakan Kurikulum 2013 revisi untuk kelas VII serta kelas VII dan IX menggunakan kurikulum 13.

Sarana dan prasarana yang menunjang kegiatan belajar mengajar yang terdapat di SMP N 2 Wonosari antara lain: media pembelajaran, fasilitas olahraga, fasilitas komputer, perpustakaan, laboratorium, dan kesenian. Dilihat dari segi pemeliharaan, fasilitas-fasilitas fisik tersebut perlu mendapatkan pemeliharaan yang lebih baik.

SMP N 2 Wonosari juga menyelenggarakan berbagai jenis kegiatan pengembangan diri dan ekstrakurikuler, yaitu pelatihan tari, musik, pramuka, basket, voli, catur, sepak bola, teater, bahasa jawa, fisika, kimia, biologi, matematika, mading,

karya ilmiah, PMR, dan komputer. Akan tetapi, dapat diketahui bahwa tingkat keterlibatan peserta didik dalam kegiatan ekstrakurikuler tertentu masih kurang.

Melalui kegiatan observasi lokasi SMP N 2 Wonosari yang dilakukan pada tanggal 23 Februari 2016 dapat dikatakan bahwa sarana dan prasarana yang menunjang kegiatan belajar dan mengajar tidak ditemukan adanya permasalahan yang dapat mengganggu kegiatan belajar dan mengajar. Permasalahan-permasalahan yang muncul adalah mengarah pada belum teroptimalkannya penggunaan fasilitas fisik sekolah. Oleh karena itu, upaya optimalisasi tersebut menjadi prioritas program kerja yang kami rancang.

Adapun fasilitas yang dimiliki oleh SMP N 2 Wonosari antara lain:

1. Ruang Administrasi

Ruang administrasi terdiri dari beberapa ruang. Adapun ruang-ruang tersebut antara lain:

a. Ruang Kepala Sekolah

Ruang kepala sekolah berukuran sedang yang terletak diantara ruang piket dan ruang wakil kepala sekolah yang didalamnya terdapat meja dan kursi untuk menerima tamu.

b. Ruang Wakil Kepala Sekolah

Ruang wakil kepala sekolah terletak disebelah ruang kepala sekolah yang juga dilengkapi dengan meja dan kursi untuk menerima tamu.

c. Ruang Guru

Ruang guru berada dalam ruangan yang cukup besar yang menampung semua guru mata pelajaran dengan pembagian tempat masing-masing satu meja dan kursi. Penataan ruangan ini cukup rapi dan leluasa untuk berkomunikasi antar guru.

d. Ruang Tata Usaha

Ruang tata usaha letaknya berdekatan dengan ruang wakil kepala sekolah. Ruang tata usaha ini dilengkapi dengan komputer, almari, televisi, dan telepon.

e. Ruang Bimbingan dan Konseling

SMP N 2 Wonosari sudah memiliki ruang khusus untuk bimbingan dan konseling. Ruang BK dilengkapi dengan sarana dan prasarana untuk melayani konsultasi siswa.

2. Ruang Pengajaran

Ruang pengajaran terdiri dari 21 ruang kelas untuk proses belajar mengajar dan 5 laboratorium. Adapun pembagian ruang pengajaran yang berupa ruang kelas tersebut sebagai berikut:

a. Kelas VII terdiri atas 7 kelas dari kelas A sampai G

b. Kelas VIII terdiri atas 7 kelas dari kelas A sampai G

c. Kelas XI terdiri atas 7 kelas dari kelas A sampai G

Sedangkan ruang laboratorium terdiri dari :

a. Laboratorium Komputer

Dalam laboratorium ini terdapat beberapa unit komputer yang dapat digunakan siswa sebagai penunjang pembelajaran.

b. Laboratorium Fisika

Dalam laboratorium ini terdapat sarana dan prasarana lengkap untuk menunjang pembelajaran fisika, seperti: LCD proyektor, ruang berAC dan peralatan fisika.

3. Ruang Penunjang

Ruang penunjang terdiri dari ruang perpustakaan, ruang UKS, ruang OSIS, mushola, koperasi, dan tempat parkir.

a. Ruang perpustakaan

Perpustakaan dilengkapi dengan koleksi buku-buku pelajaran, buku cerita fiksi dan non fiksi, buku paket, majalah, dan koran serta dilengkapi dengan satu unit komputer sebagai tempat penyimpanan data. Sehingga, hal ini menumbuhkan minat siswa untuk selalu berkunjung ke perpustakaan.

b. Ruang UKS

UKS sebagai miniatur rumah sakit di sekolah memiliki peranan penting dalam menjaga kesehatan para siswa, sekaligus mekanisme gizi siswa dengan inventaris peralatan yang cukup lengkap dan obat-obatan yang memadai.

c. Ruang OSIS

Ruang OSIS merupakan kantor resmi untuk kegiatan-kegiatan yang diselenggarakan oleh OSIS dan dilengkapi dengan fasilitas yang memadai, terdapat ruang khusus, papan proker, dan struktur organisasi.

d. Mushola

Bangunan tersebut terletak berseberangan dengan tempat parkir dan lapangan olahraga. Mushola dilengkapi dengan fasilitas yang lengkap antara lain mukena, Al-Quran, sajadah, tempat wudlu, mimbar khotib, dan LKS.

e. Kantin

Kantin menyediakan berbagai jenis makanan dengan harga yang terjangkau bagi siswa. Kantin di sekolah dijadikan satu tempat namun terdiri dari beberapa penjual. Di kantin sekolah disediakan meja dan kursi untuk makan.

f. Koperasi

Koperasi ini dalam menjalankan roda organisasinya dengan cara menjual peralatan tulis, buku pelajaran, LKS, dan minuman.

g. Kamar mandi dan WC

Terdapat beberapa kamar mandi dan WC, yang dibagi antara guru dan siswa terpisah. Kamar mandi dan WC di sekolah kebersihannya masih perlu untuk diperhatikan khususnya kamar mandi siswa.

h. Terdapat dua tempat parkir kendaraan yaitu tempat parkir siswa dan untuk guru serta karyawan.

4. Infrastruktur

Infrastruktur yang dimiliki terdiri dari pagar, taman sekolah, listrik. Sedangkan lapangan outdoor digunakan untuk lapangan basket dan upacara. Fasilitas olahraga pada umumnya dalam kondisi baik dan dimanfaatkan secara optimal.

lingkungan gedung dan kesehatan lingkungan di SMP Negeri 2 Wonosari secara keseluruhan sudah cukup mencerminkan ketertiban, kebersihan, dan keindahan. Hal ini terlihat dengan adanya taman sekolah dan fasilitas pembuangan sampah.

SMP Negeri 2 Wonosari memiliki 625 siswa, 210 siswa kelas VII, 210 siswa kelas VIII dan 205 siswa kelas IX. Administrasi dan birokrasi yang dimiliki sekolah ini juga sudah cukup lengkap, rapi dan teratur. Selain itu sekolah ini mempunyai potensi siswa, guru dan karyawan yang cukup baik. Potensi siswa tersebut didukung dengan diselenggarakannya ekstrakurikuler sebagai program tambahan bagi siswa-siswi untuk menyalurkan bakat dan minat dalam bidang tertentu, seperti : Kepramukaan, Keolahragaan (Futsal, Basket, Renang, dan Karate), Karya Ilmiah Remaja, Seni Baca Al-Quran, Seni Musik, Lukis, dan Tari.

2. Kondisi Non-Fisik Sekolah

a. Potensi Siswa

SMP N 2 Wonosari terdiri dari 21 kelas. Masing-masing kelas VII, VIII dan IX terdapat 7 kelas paralel. Pada umumnya siswa siswi SMP N 2 Wonosari berpenampilan bersih dan rapi. Segi kerapian dalam berpenampilan selalu diterapkan sekolah untuk setiap warga sekolah termasuk siswa. Disamping itu kegiatan “MARI MEMBACA” yang dilakukan sebelum pelajaran selama 15 menit dan menyanyikan lagu nasional untuk jam pertama dan jam terakhir menjadi kewajiban yang harus dilaksanakan oleh siswa.

b. Potensi Guru

SMP N 2 Wonosari memiliki 47 guru. Tingkat pendidikan guru rata-rata lulusan S1 baik kependidikan maupun akta. Sebagian besar telah lolos sertifikasi, dan sebagian lagi sebanyak 2 orang masih berproses untuk sertifikasi. Terdapat sebanyak 45 guru yang berstatus sebagai PNS dan 2 orang yang berstatus sebagai GTT.

Adapun kegiatan di luar sekolah yang dilakukan untuk mendukung kegiatan belajar mengajar adalah dengan mengikuti diskusi MGMP dan mengikuti berbagai seminar.

c. Potensi karyawan

Karyawan tata usaha SMP 2 Wonosari tercatat sebanyak 14 orang. Terdiri dari 6 orang karyawan yang berstatus sebagai PNS dan 8 orang yang berstatus sebagai PTT. Selain karyawan tata usaha yang berjumlah 6, karyawan SMP N 2 Wonosari juga terdiri dari satpam yang berjumlah 3 orang, pegawai perpustakaan sebanyak 2 orang dan penjaga sekolah sebanyak 2 orang, serta tukang kebun sebanyak 1 orang.

d. Organisasi Sekolah dan Kegiatan Ekstrakurikuler

Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS) di SMP N 2 Wonosari dikelola oleh sebagian siswa yang aktif dan dibina langsung oleh Waka Kesiswaan. Satu kali periode kepengurusan adalah satu tahun. Pemilihan ketua OSIS dilaksanakan dengan cara yang demokratis melalui pemungutan suara secara langsung yang diikuti oleh seluruh siswa. Setiap siswa berhak menggunakan hak pilihnya untuk menyalurkan aspirasinya. Perekrutan pengurus OSIS diawali dengan diadakannya Latihan Dasar Kepemimpinan (LDK) yang dikelola oleh pengurus OSIS terdahulu.

Kegiatan ekstrakurikuler di SMP N 2 Wonosari bertujuan untuk menyalurkan serta mengembangkan minat dan bakat siswa. Ekstrakurikuler lebih banyak ditujukan kepada kelas VII dan VIII, sedangkan kelas IX disarankan untuk menanggalkan semua bentuk kegiatan non-akademik dan mulai diarahkan untuk persiapan Ujian Nasional.

e. Fasilitas dan Media Kegiatan Belajar Mengajar

Fasilitas dan media kegiatan belajar mengajar yang ada di SMP N 2 Wonosari dapat dikatakan sudah cukup menunjang diantaranya adalah perpustakaan, studio musik, laboratorium, ruang komputer, mushola, alat-alat olahraga, lapangan olahraga, dan *wi-fi*.

Laboratorium terdiri dari laboratorium Bahasa, Laboratorium Fisika, Laboratorium Biologi, dan Laboratorium Komputer. Laboratorium IPA terdiri dari laboratorium Biologi dan Fisika. Terdapat berbagai alat peraga untuk masing masing mata pelajaran yang dapat membantu pemahaman siswa dalam belajar mengenal teori yang ada seperti KIT, alat peraga, torso, dan bahan percobaan makanan. Terdapat pula meja dan kursi yang mencukupi untuk siswa sehingga siswa dapat belajar dengan nyaman. Selain fasilitas yang nyaman terdapat pula televisi yang dapat digunakan untuk memutar CD pembelajaran.

Perpustakaan SMP N 2 Wonosari menyediakan buku-buku untuk menunjang kegiatan belajar mengajar, perpustakaan tidak hanya diperuntukkan bagi siswa, tetapi juga guru. Perpustakaan dikelola oleh dua orang karyawan.

Media pembelajaran yang tersedia di SMP N 2 Wonosari juga bermacam-macam, sesuai dengan mata pelajarannya. Misalnya, *chart*, peta, atlas, globe, maket batuan, alat-alat praktikum, alat musik dan sebagainya. Dengan adanya media yang memadai, maka pelaksanaan pembelajaran dapat terlaksana dengan baik. Penggunaan fasilitas media pembelajaranpun juga sudah dimanfaatkan dengan baik oleh guru, hal ini dapat dilihat dengan seringnya guru maupun siswa meminjam media pembelajaran di perpustakaan.

Fasilitas *wi-fi* juga disediakan oleh SMP N 2 Wonosari. Fasilitas ini diadakan dengan alasan untuk menunjang kebutuhan siswa untuk mencari referensi di internet sehingga siswa dapat memiliki khasanah ilmu pengetahuan yang semakin luas dan tentunya tetap dapat mengikuti perkembangan informasi dan ilmu teknologi yang ada.

f. Jam Kegiatan Belajar Mengajar

Jam Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) dimulai dari jam 07.15 dan berakhir pada jam 14.00, sebelum jam KBM di mulai di lakukan kegiatan wajib untuk siswa yaitu “MARI MEMBACA” selama 15 menit dan di lanjutkan dengan KBM Setiap jam mata pelajaran sebanyak 40 menit.

B. Perumusan Program dan Rencana Kegiatan PPL

Berdasarkan hasil observasi dan analisis situasi yang telah dilaksanakan, dapat dirumuskan beberapa rancangan program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) yang tersusun antara lain :

1. Penyusunan perangkat pembelajaran

Sebelum melaksanakan pembelajaran di kelas, mahasiswa diharuskan membuat perangkat pembelajaran berupa rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP), lembar kerja siswa (LKS), alat dan bahan yang diperlukan, media, serta instrumen penilaian. Perangkat pembelajaran terutama RPP tersebut digunakan sebagai pedoman untuk mengajar di kelas pada setiap tatap muka.

2. Praktek mengajar di kelas/lapangan

Pengajaran di kelas bertujuan untuk menerapkan, mempersiapkan, dan mengembangkan kemampuan mahasiswa sebagai calon pendidik. Dalam praktek ini diharapkan mahasiswa dapat melaksanakan pembelajaran minimal 4 kali pertemuan di kelas/lapangan.

3. Penyusunan Laporan

Mahasiswa PPL wajib membuat laporan secara individu sebagai bentuk pertanggung jawaban atas terlaksananya kegiatan PPL. Penyusunan laporan ini dimulai sejak awal kegiatan PPL sampai penarikan mahasiswa PPL oleh pihak Universitas.

4. Evaluasi

Evaluasi merupakan penilaian yang diberikan kepada mahasiswa dalam tugasnya melaksanakan PPL.

5. Penarikan Mahasiswa PPL

Penarikan mahasiswa dari lokasi PPL dari SMP N 2 Wonosari, dilaksanakan pada tanggal 18 September 2016 Penarikan mahasiswa ini, menandai berakhirnya tugas mahasiswa PPL UNY. Pada saat yang sama akan diadakan perpisahan dan ucapan terima kasih kepada pihak sekolah khususnya kepada guru pembimbing yang telah senantiasa membimbing mahasiswa dalam melaksanakan program PPL.

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL

A. Persiapan PPL

Sebelum dilaksanakannya program-program PPL yang sudah tersusun dalam suatu rumusan, maka perlu diadakan persiapan-persiapan agar program tersebut dapat terlaksana dengan lancar dan terpenuhi keberhasilan kegiatan tersebut. Persiapan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) yang berlokasi di SMP N 2 Wonosari, meliputi pengajaran mikro, pembekalan PPL, observasi sekolah dan pembelajaran di kelas, pembimbingan PPL, dan persiapan sebelum mengajar.

1. Pengajaran Mikro

Sebelum terjun ke lapangan, mahasiswa diwajibkan mengikuti perkuliahan pengajaran mikro, yang diampu oleh dosen pembimbing PPL. Tujuan dari pengajaran mikro ini antara lain untuk membentuk dan mengembangkan kompetensi dasar mengajar sebagai bekal praktik mengajar. Selain itu, juga bertujuan memahami dasar-dasar pengajaran mikro, melatih mahasiswa menyusun RPP, membentuk kompetensi kepribadian, serta kompetensi sosial sebagai seorang pendidik. Dalam kegiatan praktik pengajaran mikro ini, dosen pembimbing memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi kepada mahasiswa praktikan. Selain itu, dosen pembimbing juga memberikan masukan, baik berupa kritik maupun saran setiap kali praktikan selesai melakukan praktik mengajar. Pengajaran mikro ini dilaksanakan pada saat mahasiswa menempuh semester enam. Dalam pengajaran mikro ini terdiri atas kelompok – kelompok dengan wilayah PPL tertentu, setiap kelompok terdiri atas 10-13 mahasiswa. Mahasiswa harus memenuhi nilai minimal "B" untuk dapat melaksanakan PPL di sekolah.

Pengajaran mikro yang diikuti mahasiswa ini, diharapkan dapat membantu kesiapan mahasiswa untuk praktek langsung ke sekolah. Sehingga selama terjun di lapangan tidak ada kendala yang berarti.

2. Observasi

Observasi ini dilaksanakan sebanyak dua kali, yaitu observasi kondisi sekolah dan observasi pembelajaran di kelas. Observasi lokasi situasi sekolah dilaksanakan pada Hari selasa tanggal 23 Februari 2016, yaitu dengan mengamati lingkungan sekolah baik fisik maupun non fisik. Observasi kedua pada tanggal 4 maret 2016 yaitu observasi kondisi terutama non fisik termasuk guru – guru, karyawan, siswa – siswi SMP N 2 Wonosari, dan berbagai kegiatan yang ada di sekolah tersebut.

3. Persiapan sebelum mengajar

Sebelum mengajar, mahasiswa PPL harus mempersiapkan perangkat pembelajaran yang meliputi RPP, LKS, dan instrumen penilaian. RPP digunakan untuk mempermudah pelaksanaan kegiatan pembelajaran, meliputi media,

materi, strategi pembelajaran serta skenario pembelajaran yang akan dilaksanakan. Persiapan-persiapan lain yang dilakukan sebelum mengajar di kelas, adalah pembuatan dan penyiapan media pembelajaran. Selain itu juga diskusi dengan rekan mahasiswa praktikan, dan diskusi serta konsultasi dengan guru pembimbing mata pelajaran yang dilakukan sebelum dan sesudah mengajar.

Selain membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP), mahasiswa praktikan juga mempersiapkan media yang akan digunakan dalam proses belajar mengajar di kelas berkaitan dengan materi yang diajarkan. Media yang digunakan dapat berupa media gambar, video, memperbaiki media yang sudah ada, ataupun dapat pula membuat media sendiri.

Diskusi dengan rekan mahasiswa juga diperlukan untuk *sharing* mengenai pembelajaran yang akan dilaksanakan dan atau yang sudah dilaksanakan. Sehingga dengan diskusi tersebut dapat memperbaiki kekurangan yang ada menjadi lebih baik untuk selanjutnya. Selain dengan rekan mahasiswa sesama praktikan, diskusi juga dilakukan dengan guru pembimbing mata pelajaran, yaitu dengan bimbingan dan konsultasi. Hal ini dilakukan agar suasana dan kondisi pembelajaran di kelas dapat diperbaiki dengan adanya saran dari guru pembimbing yang selalu memonitor kegiatan pembelajaran yang dilakukan mahasiswa praktikan.

B. Pelaksanaan PPL

Adapun pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) sebagai berikut:

1. Persiapan Mengajar

Kegiatan ini meliputi mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan untuk kegiatan mengajar, seperti merencanakan jadwal mengajar, membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), serta mempersiapkan materi beserta tugas-tugas yang akan diberikan kepada siswa.

2. Konsultasi dengan Guru Pembimbing

Dalam setiap kesempatan guru pembimbing memberikan arahan kepada praktikan agar melaksanakan PPL dengan baik. Guru pembimbing memberikan gambaran tentang kondisi siswa-siswa SMP 2 Wonosari dalam hal kualitas. Guru pembimbing juga memberikan solusi-solusi tentang masalah-masalah yang mungkin muncul saat mengajar dan memberikan saran untuk mengatasi kesulitan-kesulitan tersebut.

3. Pelaksanaan Praktik Mengajar

Hal yang perlu diperhatikan oleh praktikan dalam Praktik Pengalaman Lapangan adalah kesiapan fisik dan mental. Hal ini bertujuan agar selama kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan berlangsung, praktikan akan mampu menghadapi dan menyingkapi setiap hambatan dan gangguan yang mungkin muncul selama pelaksanaan PPL. Selain itu, praktikan tentu saja harus

mempersiapkan materi yang diajarkan. Dengan persiapan materi yang matang, diharapkan ketika melaksanakan Praktik Mengajar praktikan mampu menguasai materi dan mampu menyampaikannya kepada peserta didiknya.

SMP N 2 Wonosari sudah menerapkan kurikulum terbaru yaitu kurikulum 2013 revisi untuk siswa kelas VII, dan kurikulum 13 untuk kelas VIII, dan kelas IX. Praktik mengajar berlangsung mulai tanggal 21 Juli 2016 sampai dengan 2 September 2016. Praktikan Penjasorkes dibimbing oleh seorang guru pembimbing, yaitu Ibu Aminah, S.Pd. Berdasarkan kesepakatan dengan guru pembimbing, praktikan mengajar kelas VII A, VII C, VII D, VII E, VII F, VII G, dan kelas VIII C dan VIII B. Total jumlah mengajar kurang lebih 48 kali. Jadwal pelaksanaan disesuaikan dengan jadwal pelajaran yang ada di SMP N 2 Wonosari (jadwal terlampir). Buku acuan utama yang dipakai adalah buku pegangan guru dan siswa, dengan pengarang Muhajir, dkk. 2014. Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk SMP/MTs Kelas VII dan VIII Semester I. Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemdikbud dan Buku pendukung lainnya.

Penulis (praktikan) berkesempatan mendapat 8 kelas mengajar yaitu kelas VII A, VII C, VII D, VII E, VII F, VII G, VIII B, dan VIII C. Materi pelajaran dan waktu mengajar yang dilaksanakan praktikan dapat dilihat dengan rekapitulasi jam mengajar berikut:

Tabel 3. Jadwal Mengajar

No	Hari, Tanggal	Kelas	Jam ke-	Materi
1	Senin, 25 Juli 2016	VII G, VIII C dan VII F	1 - 2 3 - 5 7	Mengajar materi dengan pembelajaran bola voli passing bawah. Mengajar teori dengan materi bola voli (passing bawah)
2	Selasa, 26 Juli 2016	VII D VII F	1-2 3-4	Mengajar dengan materi bola voli khususnya passing bawah
3	Rabu, 27 Juli 2016	VII G VII A	1 3-5	Mengajar teori dengan materi bola voli Mengajar dengan materi bola voli passing bawah
4	Kamis, 28 Juli 2016	VIII B VII C	1-2 3-5	Mengajar dengan materi bola voli passing bawah

5	Jumat, 29 Juli 2016	VII E	1-2	Mengajar dengan materi bola voli passing bawah
6	Senin, 1 Agustus 2016	VII G, VIIC VII F	1 - 2 3 - 5 7	Mengajar dengan materi sepakbola, focus pembelajaran pada passing dengan kaki bagian dalam, punggung, luar Teori teknik dasar sepakbola
7	Selasa, 2 Agustus 2016	VII D VII F	1-2 3-4	Mengajar dengan materi sepakbola, focus pembelajaran pada passing dengan kaki bagian dalam, punggung, luar
8	Rabu, 3 Agustus 2016	VII G VII A	1 3-5	Teori teknik dasar sepakbola Mengajar dengan materi sepakbola, focus pembelajaran pada passing dengan kaki bagian dalam, punggung, luar
9	Kamis, 4 Agustus 2016	VIII B VII C	1-2 3-5	Mengajar dengan materi sepakbola, focus pembelajaran pada passing dengan kaki bagian dalam, punggung, luar
10	Jumat, 5 Agustus 2016	VII E	1-2	Mengajar dengan materi sepakbola, focus pembelajaran pada passing dengan kaki bagian dalam, punggung, luar
11	Senin, 8 Agustus 2016	VII G, VIIC VII F	1 - 2 3 - 5 7	Mengajar dengan materi lari jarak pendek focus pembelajaran pada start, dan pada masuk garis finis Teori dengan materi atletik
12	Selasa , 9 Agustus 2016	VII D VII F	1-2 3-4	Mengajar dengan materi lari jarak pendek focus pembelajaran pada start, dan pada masuk garis finis
13.	Rabu, 10 Agustus 2016	VII G VII A	1 3-5	Teori dengan materi atletik Mengajar dengan materi lari jarak pendek focus pembelajaran pada start, dan pada masuk garis finis
14.	Kamis, 11 Agustus 2016	VIII B VII C	1-2 3-5	Mengajar dengan materi lari jarak pendek focus pembelajaran pada start, dan pada masuk garis finis

15.	Jumat, 12 Agustus 2016	VII E	1-2	Mengajar dengan materi lari jarak pendek focus pembelajaran pada start, dan pada masuk garis finis
16.	Senin, 15 Agustus 2016	VII G, VIIC VII F	1 – 2 3 – 5 7	Mengajar dengan materi bola basket, focus pembelajaran pada macam – macam operan dalam bola basket Mengajar teori dengan materi bola basket
17.	Selasa, 16 Agustus 2016	VII D VII F	1-2 3-4	Mengajar dengan materi bola basket, focus pembelajaran pada macam – macam operan dalam bola basket
18.	Kamis, 18 Agustus 2016	VIII B VII C	1-2 3-5	Mengajar dengan materi bola basket, focus pembelajaran pada macam – macam operan dalam bola basket
19	Jumat, 19 Agustus 2016	VII E	1-2	Mengajar dengan materi bola basket, focus pembelajaran pada macam – macam operan dalam bola basket
20	Senin, 22 Agustus 2016	VII G, VIIC VII F	1 - 2 3 – 5 7	Mengajar dengan materi senam lantai focus pembelajaran pada guling depan. Teori dengan materi senam lantai
21.	Selasa, 23 Agustus 2016	VII D VII F	1-2 3-4	Mengajar dengan materi senam lantai focus pembelajaran pada guling depan.
22	Rabu, 24 Agustus 2016	VII G VII A	1 3-5	Mengajar dengan materi senam lantai focus pembelajaran pada guling depan.
23	Kamis, 25 Agustus 2016	VIII B VII C	1-2 3-5	Mengajar dengan materi senam lantai focus pembelajaran pada guling depan.
24	Senin, 29 Agustus 2016	VII G, VIIC	1 - 2 3 – 5	Mengajar dengan materi senam irama

		dan VII F	7	Teori dengan materi senam irama pengertian dll
25	Selasa, 30 Agustus 2016	VII D VII F	1-2 3-4	Mengajar dengan materi senam irama
26	Rabu, 31 Agustus 2016	VII G VII A	1 3-5	Teori dengan materi senam irama pengertian dll Mengajar dengan materi senam irama
27	Kamis, 1 September 2014	VIII B VII C	1-2 3-5	Mengajar dengan materi senam irama
28	Jumat, 2 September 2016	VII E	1-2	Mengajar dengan materi senam irama

4. Penggunaan Metode Pembelajaran

Model pembelajaran yang digunakan pada proses pembelajaran adalah ceramah, demonstrasi, penugasan dan permainan yang dilakukan dengan cara yang berbeda-beda. Beberapa metode yang pernah digunakan praktikan dalam proses pembelajaran adalah:

a. Ceramah

Metode ini dilaksanakan dengan cara mahasiswa praktikan memberi penjelasan yang dapat membawa siswa untuk berfikir bersama mengenai materi yang disampaikan. Dengan kata lain, siswa dilibatkan secara langsung dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan belajar di kelas.

b. Diskusi kelompok

Diskusi kelompok ialah percakapan yang direncanakan atau dipersiapkan diantara empat orang atau lebih tentang topik tertentu, dengan seorang pemimpin. Diskusi kelompok berfungsi untuk memperoleh pendapat dari orang-orang yang tidak suka berbicara, mengenal dan mengolah problema. Dengan adanya diskusi kelompok diharapkan siswa dapat berlatih demokratis, mendorong rasa kesatuan, memperluas pandangan dan mengembangkan rasa kepemimpinan.

c. Tanya Jawab

Metode ini dilaksanakan dengan cara mahasiswa praktikan menyajikan materi pelajaran melalui pertanyaan dan menuntun jawaban siswa. Metode ini berfungsi untuk mengetahui berfikir siswa secara spontanitas, menarik perhatian siswa dan meningkatkan partisipasi siswa saat proses belajar mengajar berlangsung..

Selain itu penggunaan metode pembelajaran yang bervariasi yaitu Discovery Learning, Resiprokal, Self Assesment dan Latihan dapat membuat siswa lebih tertarik lagi untuk belajar mengenai materi yang akan disampaikan.

Pemilihan model ini dilakukan agar peran guru sebagai satu-satunya pemasok ilmu dapat dikurangi sehingga siswa lebih berperan aktif dalam proses pembelajaran, dalam hal ini peran guru adalah sebagai fasilitator dan motivator. Pada pelaksanaannya siswa merasa metode ini sangat efektif dan sangat membantu dalam proses pembelajaran. Dengan menggunakan metode-metode dan cara penyampaian yang bervariasi membuat siswa semakin antusias dalam proses KBM.

5. Media Pembelajaran

Media yang digunakan praktikan selama mengajar meliputi:

- a. Media Gambar
- b. PPT/ Power Point
- c. Lembar penilaian
- d. Lembar tugas

6. Alat, Sumber dan Bahan Pembelajaran

Alat dan bahan pembelajaran yang digunakan praktikan selama masa pembelajaran adalah:

- a. LCD
- b. Speaker
- c. Kertas
- d. Latihan soal
- e. Muhajir, dkk. 2014. Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk SMP/MTs Kelas VII dan VIII Semester I. Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemdikbud dan Buku pendukung lainnya.

7. Evaluasi Pembelajaran

Setelah selesai menyajikan materi, praktikan memiliki tugas untuk memeriksa ketercapaian tujuan pembelajaran. Evaluasi biasa diberikan baik di waktu – waktu akhir jam pelajaran, dalam bentuk pekerjaan rumah, juga ulangan harian. Evaluasi pembelajaran diperlukan juga untuk mendapatkan feedback dari siswa untuk mengetahui efektifitas mengajar mahasiswa praktikan. Adapun hal – hal yang dilakukan dalam kegiatan evaluasi adalah:

a. Mempersiapkan instrumen

Instrumen evaluasi dibuat disesuaikan dengan materi pelajaran yang diberikan dan tujuan pembelajaran yang harus dicapai. Persiapan instrument dilakukan dalam pembuatan soal kuis, pekerjaan rumah, maupun ulangan harian dalam bentuk kisi – kisi ulangan harian.

b. Mengkonsultasikan instrumen

Konsultasi instrumen penilaian diperlukan untuk memeriksa apakah instrumen yang dibuat oleh mahasiswa layak digunakan untuk memeriksa keberhasilan belajar atau tidak. Jika terdapat instrumen yang kurang atau perlu diedit maka praktikan harus membetulkan instrumen terlebih dahulu sebelum digunakan di dalam kelas. Sebelum membuat instrument soal ulangan harian, praktikan harus membuat kisi-kisi soal terlebih dahulu.

c. Mempersiapkan kriteria penilaian

Kriteria penilaian harus dibuat secara adil dan proporsional agar nilai akhirnya dapat benar – benar mencerminkan keberhasilan belajar siswa.

C. Analisis Hasil Pelaksanaan

Pengalaman yang didapatkan selama kegiatan PPL dapat menambah wawasan dalam mengembangkan potensi mahasiswa praktikan. Kegiatan PPL ini difokuskan pada kemampuan dalam mengajar seperti penyusunan rancangan pembelajaran, pelaksanaan praktek mengajar di kelas, yang kemudian menyusun dan menerapkan alat evaluasi, analisis hasil belajar siswa, serta penggunaan media pembelajaran.

Pelaksanaan kegiatan PPL UNY 2016 di SMP N 2 Wonosari berlangsung kurang lebih 8 minggu. Seluruh program mengajar yang telah direncanakan dapat berjalan dengan lancar. Kelancaran dan keberhasilan setiap program sangat dipengaruhi oleh kedisiplinan dan pemanfaatan potensi individu masing-masing dalam melaksanakan program mengajar. Selain itu semangat serta dukungan dari berbagai pihak sangat berpengaruh terhadap terselesaikannya program PPL yang telah direncanakan.

Rencana-rencana yang telah disusun oleh praktikan seluruhnya terlaksana, baik itu untuk metode maupun media. Adapun hasil yang diperoleh selama mahasiswa melakukan praktik mengajar adalah sebagai berikut :

- a. Mahasiswa dapat berlatih membuat dan menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran untuk setiap materi pokok.
- b. Mahasiswa belajar untuk mengembangkan materi, media dan sumber pelajaran, serta belajar merancang strategi pembelajaran.
- c. Mahasiswa belajar menetapkan tujuan dan bahan pembelajaran.
- d. Mahasiswa belajar untuk memilih serta mengorganisasikan materi, media dan sumber belajar.
- e. Mahasiswa belajar untuk melaksanakan kegiatan belajar mengajar dan mengelola kelas.
- f. Mahasiswa mendapatkan pengalaman dalam hal ketrampilan mengajar, seperti pengelolaan tugas-tugas rutin, pengelolaan waktu, komunikasi dengan siswa, serta mendemonstrasikan metode belajar.
- g. Mahasiswa berlatih melaksanakan evaluasi dan penilaian hasil belajar.

Berdasarkan hasil kegiatan PPL selama kurang lebih 15 kali pertemuan, praktikan mendapat ilmu berharga, yaitu perlunya rencana dan persiapan yang matang untuk mengajar dengan baik.

Adapun analisis hasil pelaksanaan dan refleksi praktikan setelah Praktik Pengalaman Lapangan adalah sebagai berikut:

1. Analisis Hasil

Secara rinci, hambatan-hambatan atau masalah yang timbul pada kegiatan Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) yang dialami praktikan antara lain:

- a. Pada penampilan pertama praktikan merasa *nervous* karena dihadapkan pada lebih dari 28 siswa dengan berbagai karakter.
- b. Pengelolaan kelas dilapangan sangat sulit karena kurangnya pengalaman dalam mengajar
- c. Ada beberapa siswa yang bandel dan ribut sendiri sehingga sedikit mengganggu kelancaran kegiatan belajar mengajar.
- d. Ada beberapa siswa yang terlihat kurang suka dan tidak aktif dengan materi pembelajaran Penjasorkes sehingga praktikan harus memutar otak agar siswa menyukai terlebih dahulu apa yang akan dia praktikan dan dapat aktif dalam pembelajaran

D. Refleksi Pelaksanaan PPL

Berdasarkan hasil dari analisis pelaksanaan praktek pengalaman lapangan (PPL) maka mahasiswa PPL banyak mendapatkan pengalaman berharga, baik dalam hal mengajar di kelas dan sosialisasi di luar kelas. Praktek mengajar memberikan gambaran langsung mengenai proses pembelajaran yang merupakan aplikasi dari teori yang didapatkan di perkuliahan. Selain itu, cara berinteraksi dengan peserta didik dan cara penyampaian materi yang baik, pengelolaan kelas dan lain sebagainya juga penting untuk peningkatan kompetensi yang harus dimiliki oleh mahasiswa calon pendidik. Oleh karena itu, praktek pengalaman lapangan ini, hendaknya dapat dilaksanakan dengan maksimal dan optimal.

Setelah menemui hambatan-hambatan tersebut di atas, praktikan berusaha mencari solusi untuk mengatasi atau setidaknya meminimalisasikan hambatan-hambatan tersebut. Adapun cara yang ditempuh praktikan antara lain :

- a. Dalam pelaksanaan praktek mengajar, mahasiswa praktikan berusaha berkoordinasi dengan guru pembimbing mengenai pengelolaan kelas dan penugasan siswa.
- b. Mahasiswa praktikan berusaha menyediakan media pembelajaran yang dapat menarik perhatian para siswa.

- c. Mahasiswa praktikan berusaha menciptakan suasana belajar yang serius, tetapi santai dengan menyisipi sedikit humor, sehingga peserta didik tidak merasa bosan yang terkesan monoton.
- d. Mengatur intonasi suara dalam menyampaikan materi, sehingga peserta didik dapat memperkirakan materi yang penting.
- e. Memberikan petunjuk dan arahan yang jelas kepada peserta didik saat memberikan penugasan.
- f. Memberikan perhatian dan peringatan khusus kepada beberapa siswa yang malas dan kurang berminat mengikuti pelajaran sehingga ia tidak mengganggu teman – temannya dan suasana kelas tetap kondusif.
- g. Lebih mempersiapkan mental, penampilan serta materi agar lebih percaya diri dalam melaksanakan kegiatan praktik mengajar.
- h. Mencari sumber sumber tentang kurikulum 2013 dan selalu berdiskusi dengan dosen pembimbing lapangan serta guru pembimbing ata pelajaran agar lebih paham lagi tentang kurikulum 2013
- i. Melakukan pendekatan secara individual dengan siswa yang kurang menyukai pelajaran Penjasorkes serta memberikan suatu motivasi ataupun menjalin keakraban dengan siswa tersebut sehingga siswa mulai menyukai olahraga

Program Pengalaman Lapangan (PPL) memberikan banyak sekali manfaat bagi praktikan. Melalui PPL, praktikan merasa bagaimana rasanya menjadi seorang guru yang sesungguhnya, yang tidak begitu terasa ketika berada di depan kelas saat mengajar teman-teman kuliah pada mata kuliah *micro teaching*. Selama PPL berlangsung banyak sekali faktor yang mendukung pelaksanaan PPL ini. Tetapi ada pula kelemahan-kelemahan yang menghambat, baik dari lingkungan maupun dari praktikan sendiri. Manfaat, kelebihan maupun kekurangan dapat dijumpai oleh praktikan saat melaksanakan program pengalaman lapangan di SMP N 2 Wonosari.

BAB III PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pengalaman lapangan yang telah dilaksanakan lokasi SMP N 2 Wonosari, maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut.

1. Kegiatan PPL dapat memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk menemukan permasalahan aktual seputar kegiatan belajar mengajar di lokasi tempat PPL. Selain itu, mahasiswa juga dapat menemukan solusi pemecahan dari permasalahan-permasalahan tersebut.
2. Kegiatan PPL sangat bermanfaat bagi mahasiswa untuk menambah wawasan dan pengalaman, serta gambaran yang nyata mengenai pembelajaran dan urusan kependidikan sebagai bekal bagi seorang calon pendidik sebelum terjun dalam dunia pendidikan secara utuh.
3. Melalui kegiatan PPL, mahasiswa dapat mengembangkan potensi dan kreativitasnya, misal dalam pengembangan media, menyusun materi sendiri berdasarkan kompetensi yang ingin dicapai, dan lain sebagainya.

B. Saran

Beberapa hal yang perlu diperhatikan berdasarkan hasil dari pengalaman lapangan selama berada di lokasi PPL, antara lain:

1. Bagi Pihak LPPM UNY
 - a. Perlu diadakan pembekalan yang lebih efektif dan efisien agar mahasiswa PPL benar-benar siap untuk diterjunkan ke lapangan.
 - b. Perlu peningkatan koordinasi antara LPPM, dosen pembimbing lapangan dan guru pembimbing di sekolah tempat lokasi PPL.
 - c. Perlu diadakan pengontrolan dan monitoring ke lokasi PPL tempat mahasiswa diterjunkan.
 - d. Hendaknya ada penyeragaman bentuk laporan sehingga tidak membuat mahasiswa bingung.
 - e. Perlu ada dan harus dilakukan oleh dua lembaga universitas yaitu LPPMP dan LPPM agar kegiatan KKN – PPL tidak di gabung karena sangat tidak efektif untuk mencari pengalaman di sekolah karena waktu harus dibagi Dua, kadang untuk pembuatan RPP sampai pagi dan langsung di lanjutin mengajar jadi menurut saya tahun 2016 ini untuk KKN- PPL tidak efektif dan pada dasarnya mahasiswa yang jadi korban dari kedua lembaga universitas, terkadang dari kami juga mendapat kritikan dari kepala sekolah maupun dari guru, karena kegiatan PPL setengah-setengah tidak serius dll, di situlah kami sebagai mahasiswa merasa prihatin dan menyayangkan, karena kami juga sudah sebisa mungkin membagi dua kegiatan tersebut agar berjalan lancar keduanya tetapi pada nyatanya kami masih kena cadcian dari guru mapel.

2. Bagi Pihak SMP N 1 Wonosari

- a. Perlu adanya perawatan dan pengelolaan terhadap sarana dan prasarana media pembelajaran secara optimal, terutama gudang olahraga
- b. Hendaknya pihak sekolah terus memotivasi siswa agar dapat mencapai prestasi yang baik sesuai visi SMP N 1 Wonosari.
- c. Kegiatan belajar mengajar maupun pembinaan minat dan bakat peserta didik hendaknya lebih ditingkatkan lagi kualitasnya agar prestasi yang selama ini diraih bisa terus dipertahankan
- d. Perlu peningkatan koordinasi dengan mahasiswa PPL, sehingga program dapat berjalan dengan baik dan lancar.

3. Bagi Pihak Mahasiswa PPL

Program PPL merupakan ajang pembelajaran dalam proses menjadi pendidik sekaligus perangkat pendidikan yang baik. Oleh karena itu, hasil dari pengalaman selama PPL perlu dijadikan refleksi serta referensi dalam menjadi sebuah kesatuan perangkat pendidikan. Selama kegiatan PPL berlangsung penyusun menyarankan agar kelak dalam melaksanakan PPL harus memperhatikan hal-hal sebagai berikut:

- a. Mahasiswa agar lebih mempersiapkan diri baik fisik, mental, materi, dan keterampilan mengajar yang nantinya sangat diperlukan dalam mengajar.
- b. Saling menghargai dan menghormati antar anggota kelompok dan selalu menjaga kekompakan demi kelancaran pelaksanaan kegiatan PPL.
- c. Menjalin komunikasi yang baik antar anggota kelompok maupun dengan warga sekolah.
- d. Mahasiswa hendaknya mampu menempatkan diri dan beradaptasi dengan lingkungan dimana mahasiswa ditempatkan.
- e. Meskipun sudah selesai melaksanakan kegiatan PPL hendaknya mahasiswa selalu bisa menjalin hubungan silaturahmi dengan pihak sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Tim Pembekalan PPL, 2014. *Materi Pembekalan Pengajaran Mikro/PPL Tahun 2014*. Yogyakarta: LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta
- Tim Pembekalan KKN-PPL, 2014. *Panduan KKN-PPL Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2013*. Yogyakarta: LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta
- Tim Pembekalan KKN-PPL, 2014. *Panduan Pengajaran Mikro Tahun 2014*. Yogyakarta: LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta

PROFIL SMP N 2 WONOSARI

Provinsi : prof. D.I. Yogyakarta

Kab/Kota : kab. Gunungkidul

A. Identitas Sekolah

Nama sekolah : SMP NEGERI 2 WONOSARI
NPSN / NSS : 20402028 / 201040301002
Jenjang Pendidikan : SMP
Status Sekolah : Negeri

B. Lokasi Sekolah

Alamat : Jl. Veteran No.8, Kepek, Woonosari,
Gunungkidul
RT / RW : 1/1
Nama Dusun : Trimulyo 1
Desa / Kelurahan : Kepek
Kode Pos : 55813
Kecamatan : Kec. Wonosari
Lintang / Bujur : 7.9675000 / 110.5984000

C. Data Lengkap Sekolah

Kebutuhan Khusus : -
SK Pendirian Sekolah : 030/U/1979
Tgl SK Pendirian : 1979-04-01
Status Kepemilikan : Pemerintah Daerah
SK ijin Operasional : 030/U/1979
SK Akreditasi : 28.2/BAP/TU/X/2011
No Rekening BOS : 002 231 004981
Nama Bank : BPD
Cabang / KCP Unit : Wonosari
Rekening Atas Nama : SMPN 2 Wonosari
MBS : Ya
Luas Tanah Milik : 8210 m2
Luas Tanah Bukan Milik : 8210 m2

D. Kontak Sekolah

Nomor Telepon : (0274) 39103
Nomor Fax : (0274) 39103

Email : smp2wonosari@yahoo.co.id
Website : <http://www.smp2wonosari.sch.id>

E. Data periodik

Kategori Wilayah :
Daya Listrik : 1400
Akses Internet : Telkom Speedy
Akreditasi : A
Waktu penyelenggaraan : pagi
Sumber Listrik : PLN
Sertifikasi ISO : belum Bersertifikasi



**FORMAT OBSERVASI
KONDISI SEKOLAH*)**

Npma. 2
Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMP N 2 WONOSARI NAMA MHS : Afik Budi Setyawan

ALAMAT SEKOLAH : Jl. Veteran No.8 Wonosari NIM : 13601241069

FAK/JUR/PRODI : FIK/ PJKR

No.	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan	Keterangan
1.	Kondisi fisik sekolah	Terdapat berbagai ruang diantaranya: Ruang Kelas Ruang Tata Usaha Ruang Kepala Sekolah Ruang Guru Gudang Olahraga Dapur Ruang Perpustakaan Ruang Musik Ruang Agama Katolik/Kristen Ruang Koperasi Sekolah Gudang Ruang Lab Komputer Ruang Lab Bahasa Ruang Laboratorium Fisika Ruang Laboratorium Biologi Ruang BK Ruang UKS Ruang OSIS Masjid Ruang Tamu Guru Ruang WC/Kamar Mandi Ruang/Tempat Sepeda/Kendaraan Ruang Satpam	Sudah lengkap, semua ruang kelas juga sudah dilengkapi dengan media pembelajaran (LCD).
2.	Potensi Siswa	Cukup baik dilihat dari prestasi	Terdapat piagam penghargaan berbagai Olimpiade mata pelajaran. Sedangkan kegiatan ekstrakurikuler seperti tari, musik, geguritan, teater, bahasa jawa, kelompok sains, fisika, biologi, matematika, pramuka, basket, renang, futsal, bola voli, sepak bola, karya ilmiah, PMR, komputer juga memperoleh prestasi yang

			membanggakan.
3.	Potensi Guru	Rata-rata berkualifikasi S-1 beberapa S-2	
4.	Potensi Karyawan	Baik	
5.	Fasilitas KBM, Media	Lapangan halaman sekolah, komputer, LCD-Proyektor, OHP, CD, Model Alat Peraga	
6.	Perpustakaan	Ada	Terdapat pustakawan dan beberapa buku belum tertata rapi.
7.	Laboratorium	Lab IPA (Biologi dan Fisika), Lab Bahasa, Lab Komputer	Terdapat lab IPA
8.	Bimbingan Konseling	Ada	
9.	Bimbingan Belajar	Ada	
10.	Ekstrakurikuler (pramuka, PMI, basket, dsb.)	Ada, pramuka, tonti, musik, mading, basket, PMR, OSN, dll.	
11.	Organisasi dan fasilitas OSIS	Ada	Terdapat ruang OSIS
12.	Organisasi dan fasilitas UKS	Ada	Terdapat ruang UKS dengan 2 tempat tidur
13.	Administrasi (karyawan, sekolah, diting)		
14.	Karya Tulis Ilmiah Remaja	Tidak ada	
15.	Karya Ilmiah oleh Guru	-	
16.	Koperasi Siswa	Ada, tapi belum maksimal	
17.	Tempat Ibadah	Ada mushola	
18.	Kesehatan Lingkungan	Baik	

Mengetahui,



Wonosari, September 2016

Mahasiswa

Afik Budi Setyawan

NIM.12601241065



**FORMAT OBSERVASI
PEMBELAJARAN DI KELAS DAN
OBSERVASI PESERTA DIDIK**

Npma. 1
Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

Aspek Yang Diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
Perangkat Pembelajaran	
1. Kurikulum 2013	Ada
2. Silabus	Ada
3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran	Ada
Proses Pembelajaran	
1. Membuka pelajaran	Ada,yaitu dengan salam, doa, dan menyanyikan lagu Indonesia Raya.
2. Penyajian materi	Guru menyampaikan materi dengan skematis sehingga siswa mudah mengikuti.
3. Metode pembelajaran	Ceramah,diskusi, permainan, dan Tanya jawab
4. Penggunaan bahasa	Bahasa yang digunakan adalah Bahasa Indonesia.
5. Penggunaan waktu	Penggunaan waktu sangat baik sehingga materi tersampaikan sesuai dengan RPP yang sudah ada.
6. Gerak	Guru berdiri di depan kelas dan sekali-kali berkeliling ke belakang. Guru menggunakan bahasa non verbal yaitu berupa gerakan tangan maupun mimik wajah dalam penyampaian materi maupun untuk menanggapi siswa. Dan saat praktek di lapangan guru selalu mengamati siswa yang melakukan aktivitas olahraga
7. Cara memotivasi siswa	Guru memberikan pertanyaan.
8. Teknik bertanya	Baik, guru bertanya untuk membawa siswa menuju suatu konsep. Pada saat bertanya guru memberikan kesempatan berfikir pada siswa sebelum menjawab pertanyaan.
9. Teknik penguasaan kelas	Guru dapat menguasai kelas sehingga siswa tenang walaupun terkadang siswa juga agak ramai (namun guru masih dapat mengendalikan suasana ramai tersebut).
10. Penggunaan media	Belum maksimal dan belum ada
11. Bentuk dan cara evaluasi	Tes tertulis dan keaktifan serta keakuratan siswa dalam menjawab pertanyaan.
12. Menutup pelajaran	Guru memberikan kesimpulan materi yang diajarkan.



**FORMAT OBSERVASI
PEMBELAJARAN DI KELAS DAN
OBSERVASI PESERTA DIDIK**

Npma. 1
Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

Perilaku siswa	
1. Perilaku siswa di dalam kelas	Ada sebagian siswa yang tenang dan ada yang ramai.

Wonosari, September 2016

Mengetahui,

Guru Pembimbing

Aminah, S.Pd
NIP. 19640314 199003 2 003

Mahasiswa

Afik Budi Setyawan
NIM.12601241069



MATRIKS PROGRAM KERJA PPL INDIVIDU UNY
TAHUN 2016

F01
KelompokMahasis

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMP N 2 WONOSARI
ALAMAT SEKOLAH : Jln Veteran no 8
Wonosari Gunungkidul
GURU PEMBIMBING : AMINAH, S.Pd

NAMA MAHASISWA : Afik Budi Seryawan
NO. MAHASISWA : 13601244069
FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR
DOSEN PEMBIMBING : Saryono,M.Pd

No.	Program/Kegiatan PPL	Jumlah Jam per Minggu									Jumlah Jam		
			I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX		
1.	Pembuatan Program PPL												
	a. Observasi ke sekolah	10											10
	b. Observasi Kelas	5											5
	c. Menyusun Matrik Program PPL	6											6
	d. Pembuatan Laporan										10	10	20
2.	Pembelajaran Kokurikuler (Kegiatan Mengajar Terbimbing)												
	a. Persiapan												
	1. Konsultasi			1	1	1	1	1	1	1			6
	2. Mengumpulkan Materi			2	2	2	2	2	2	2			12
	3. Membuat RPP			3	3	3	3	3	3	3			18
	4. Menyiapkan atau membuat media			2	2	2	2	2	2	2			12
	5. Menyusun materi/ lab sheet												
	b. Mengajar terbimbing												
	1. Praktik Mengajar			21	21	21	21	21	21	21			126
	2. Penilaian dan Evaluasi					3				3			6
4.	Kegiatan Sekolah												
	a. PPDB	21											21
	b. Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah		21										21
	c. Adminitrasi Tata Usaha		5	5	5								15
	d. Upacara bendera hari Senin		1	1	1	1	1	1	1				7
	e. Upacara hari kemerdekaan						4						4
5.	Insidental												
	a. Pembuatan Batas Suci mushola				3								3
	b. Pengecapan buku inventaris perpustakaan									8	8		16
	Jumlah jam												308

Mengetahui / menyetujui



NIP 19600903 19861 01 002

Dosen Pembimbing Lapangan

Saryono, M.Or
NIP. 19811021 200604 1 001



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017

F02
Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA	: SMP NEGERI 2 WONOSARI	NAMA MAHASISWA	: Afik Budi Setyawan
ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA	: Jln Veteran Nomor 08	NO. MAHASISWA	: 13601244069
GURU PEMBIMBING	: Aminah,S.Pd.	FAK/JUR/PRODI	: FIK/POR/PJKR
		DOSEN PEMBIMBING	: Saryono,M.Or

Minggu ke-	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Jam	Hasil	Hambatan	Solusi
0	Selasa, 23 Februari 2016	<ul style="list-style-type: none">Penyerahan Kelompok PPL ke sekolah	09.00 – 11.00	Penerjunan mahasiswa yang PPL di SMP n 2 Wonosari Kabupaten Gunungkidul,	Tidak Ada	Tidak Ada
	Selasa, 8 Maret 2016	<ul style="list-style-type: none">Observasi dan kunjungan ke SMP N 2 Wonosari	08.00 – 11.30	Menemui guru pembimbing untuk mendiskusikan kegiatan PPL yang akan dijalani	Tidak Ada	Tidak Ada



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

Wonosari, Maret 2016

Mengetahui :

Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Saryono, M.Or
NIP. 19811021 200604 1 001

Aminah, S.Pd.
NIP. 19640314 199003 2 003

Afik Budi Setyawan
NIM. 13601244069

Minggu ke-	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Jam	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Senin, 18 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none">• Upacara Bendera dan pembukaan MPLS SMP N 2 Wonosari tahun 2015	07.00 – 08.00	Diikuti oleh seluruh siswa baru, guru, dan karyawan, sekaligus pembukaan MOS.	Tidak Ada	Tidak Ada
	Selasa, 19 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none">• Pendampingan MPLS	07.00 – 13.00	Di ikuti semua peserta didik baru, ada pengenalan dan sosialisasi dari guru	Tidak ada	Tidak ada
	Rabu, 20 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none">• Pendampingan MPLS	07.00 – 13.00	Di ikuti semua peserta didik baru, ada sosialisasi tentang	Tidak ada	Tidak ada



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

F02
Unitik Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

				tertib lalu lintas dari polres gunungkidul		
	Kamis, 21 Juli 2016	Pendampingan MPLS (olahraga senang)	07.00 – 13.00	Di ikuti semua peserta didik, siswa antusias mengikuti olahraga senang, di lanjutkan sosialisasi tentang pernikahan dini	Tidak ada	Tidak ada
	Jumat, 22 Juli 2016		07.00 – 13.00	Membantu administrasi TU SMP N 2 Wonosari	Tidak ada	Tidak ada

Wonosari, Juli 2016

Mengetahui :

Pembimbing Lapangan

Sarvono, M.Or
NIP. 19811021 200604 1 001

Guru Pembimbing

Aminah, S.Pd.
NIP. 19640314 199003 2 003

Mahasiswa

Afik Budi Setyawan
NIM. 13601244069



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

Minggu ke-	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Jam	Hasil	Hambatan	Solusi
2.	Senin, 25 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none">• Upacara Bendera sekaligus pengenalan mahasiswa PPL di SMP N 2 Wonosari• Mengajar di kelas VII G materi teknik dasar bola voli (passing bawah)	07.00 – 08.00 08.00 – 09.20	Diikuti oleh seluruh siswa baru, guru, dan karyawan SMP N 2 Wonosari Diikuti oleh seluruh siswa kelas VII G, materi yang diberikan mengenai bola voli khususnya teknik melakukan passinh bawah	Tidak ada Tidak ada	Tidak ada
		<ul style="list-style-type: none">• Mengajar di kelas VIII C materi teknik dasar bola voli	09.45 - 11.45	- Di ikuti semua Siswa kelas VIII C, Siswa antusias untuk mengikuti pelajaran PJOK, materi	Masih belum	Terus berkomunikasi



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

F02

Unitik
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

		(passing bawah)		yang diberikan yaitu passing bawah dalam bola voli dan siswa disuruh untuk berdiskusi mengenai teknik passing bawah.	tegas dalam menghadapi siswa.	dengan siswa agar kondisi lebih cair dan dapat mengkondisikan siswa.
		<ul style="list-style-type: none">Mengajar kelas VIII F		- Di ikuti semua Siswa kelas VIII F, materi penguasan untuk mempelajari teknik dasar bola voli	Tidak ada	Tidak ada
	Selasa, 26 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none">Mengajar kelas VII D materi teknik dasar bola voli (passing bawah)	07.15 - 08.35	Memberikan materi bola besar (voli) dengan permainan yang dimodifikasi. antusias dengan permainan ini dan materi	Siswa merasa kesulitan melakukan passing bawah dala voli.	Materi diberikan dengan menggunakan modifikasi.



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

				yang diberikan yaitu passing bawah. Dari sikap awal, pelaksanaan, dan akhiran.		
		<ul style="list-style-type: none">Mengajar kelas VIII F materi teknik dasar bola voli (passing bawah)	08.35 – 10.00	- Di ikuti semua Siswa kelas VII F, materi bola voli (passing bawah)	siswa masih banyak yang bisa melakukan passing bawah terutama pada siswa perempuan.	Di berikan arahan sendiri mengenai teknik dasar passing bawah
	Rabu, 27 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none">Ijin mengikuti persiapan liga nusantara tahun 2016	-	-	-	-
	Kamis, 28 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none">Mengajar kelas VIII B	07.15 – 08.35	Memberikan materi bola voli (passing bawah) dari sikap awal, pengenalan bola dan sikap akhir	Tidak ada	Tidak ada



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

		<ul style="list-style-type: none">Mengajar kelas VII C	08.35 -11.00	Siswa antusias mengikuti pelajaran PJOK, materi yang pelajaran adalah bola voli passing bawah, dari sikap awal perkenaan dan sikap akhir	Tidak ada	Tidak ada
	Jumat, 29 Juli 2016	<ul style="list-style-type: none">Mengajar kelas VII E	07.15 – 08.35	Di ikuti semua Siswa kelas VII E, materi pelajaran adalah teknik dasar bola voli (passing bawah) cara melakukan dari awalan, perkenaan bola, gerakan akhiran Menyusun RPP materi sepakbola (passing dengan kaki bagian dalam) untuk kelas VII semester ganjil	Beberapa siswa belum bisa focus dalam pembelajaran	Mengemlompokkan siswa yang belum bisa focus, untuk di berikan perhatian khusus
		<ul style="list-style-type: none">Pembuatan RPP	09.00 – 11.00		Masih kesulitan dalam membuat lembar penilaian.	Konsultasi ke teman sejawat



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

F02
Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

Wonosari, Juli 2016

Mengetahui :

Pembimbing Lapangan

Saryono, M.Or
NIP. 19811021 200604 1 001

Guru Pembimbing

Aminah, S.Pd.
NIP. 19640314 199003 2 003

Mahasiswa

Afik Budi Setyawan
NIM. 13601244069

Minggu ke-	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Jam	Hasil	Hambatan	Solusi
3.	Senin, 1 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">• Upacara bendera	07.00 – 08.00	Upacara diikuti oleh seluruh siswa, guru, dan karyawan SMP N 2 Wonosari. Siswa sangat antusias mengikuti pelajaran	Tidak ada	Tidak ada



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

		<ul style="list-style-type: none">Mengajar kelas VII F	13.05 - 13.45	bagian luar Memberikan materi tentang teknik-teknik dasar sepakbola (teori)	Tidak ada	Tidak ada
	Selasa, 2 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">Mengajar kelas VII D materi teknik dasar dalam sepakbolaMengajar kelas VII F materi teknik dasar bola voli (passing bawah)	07.15 – 08.35 08.35 – 10.00	Memberikan materi permainan sepakbola (passing menggunakan bagian luar, kaki bagian dalam dan menggiring bola). Memberikan materi permainan sepakbola (passing menggunakan kaki	Beberapa siswa tidak melakukan dan ramai sendiri.	Di tegur dan disuruh melakukan permainan sepakbola.
				Ada beberapa siswa merasa kesulitan saat melakukan	beberapa merasa saat	Dijelaskan lagi dan disuruh mencoba lagi.



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

		<ul style="list-style-type: none">• Pembuatan media untuk pembelajaran teori (ppt)	11.00 – 12.00	Membuat media ppt Untuk pembelajaran teori	Tidak ada	Tidak ada
	Rabu, 3 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">• Mengajar di kelas VII G• Mengajar di kelas VII A	07.15 – 07.55 08.35 – 11.00	Memberikan materi kesehatan yaitu pola hidup sehat Di ikuti semua siswa kelas VII A, siswa antusias mengikuti pelajaran PJOK, materi pelajaran adalah passing dengan menggunakan kaki bagian dalam, luar punggung, dan teknik	Tidak ada Cuaca mendung dan gerimis	Tidak ada Siswa masuk ke kelas dan di berikan teori tentang sepakbola khusus nya dalam passing kaki bagian dalam, luar punggung dan dribble.



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

F02

Unitik
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

				dribble.		
	Kamis, 4 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">Mengajar kelas VIII B	07.15 – 08.35	Siswa antusias mengikuti mata pelajaran PjOK, materi yaitu sepakbola (passing kaki bagian dalam, luar, punggung, dribble)	Tidak ada	Tidak ada
		<ul style="list-style-type: none">Mengajar kelas VII C	08.35 – 11.00	Di ikuti semua siswa kelas VII C, dengan suasana semangat siswa antusias mengikuti mata pelajaran PjOK	Kurang focus dan kurang memperhatikan saat penjelasan sebelum pelajaran	Di berikan sedikit pemanasan game agar siswa tidak bosan dalam pembelajaran
	Jumat, 5 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">Mengajar kelas VII E	07.15 – 08.35	Di ikuti 29 siswa ada 1 murid yang tidak masuk karena sakit, materi pelajaran yang diajarkan	Siswa kurang memperhatikan dan masih banyak yang bercanda saat	Di tegur dan diajak berinteraksi dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

F02
Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

		<ul style="list-style-type: none">• Pembuatan RPP	09.00 – 11.00	yaitu sepakbola (passing kaki bagian dalam, dribble, control) Membuat RPP materi jalan cepat untuk kelas VIII dan VII semester ganjil	pelajaran Tidak ada	Tidak ada
--	--	---	---------------	--	------------------------	-----------

Wonosari, Agustus 2016

Mengetahui :

Pembimbing Lapangan

Sarwono, M.Or
NIP. 19811021 200604 1 001

Guru Pembimbing

Aminah, S.Pd.
NIP. 19640314 199003 2 003

Mahasiswa

Afik Budi Setyawan
NIM. 13601244069



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

Minggu ke-	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Jam	Hasil	Hambatan	Solusi
4.	Senin, 8 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">• Upacara bendera• Mengajar kelas VII G	07.00 – 08.00 08.00 – 09.20	Di ikuti semua siswa siswi SMP N 2 wonosari guru, karyawan dan mahasiswa PPL UNY 2016 Di ikuti semua siswa materi yang diajarkan yaitu tentang atletik lari jarak pendek	Tidak ada Siswa masih banyak yang kurang mengerti pada saat sikap start karena belum ada teori di kelas	Tidak ada Siswa membawa buku cetak ke lapangan dan sebelum pelajaran di mulai suruh memahami dan membaca tentang lari jarak pendek



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

F02

Unitik
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

					di bagi menjadi 3 ruang kelas	
		<ul style="list-style-type: none">• Mengajar kelas VII F	08.35 – 10.30	Di ikuti semua siswa kelas VII F, materi yang diajarkan yaitu atletik lari jarak pendek	tidak ada	Tidak ada
	Rabu, 10 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">• Mengajar kelas VII G• Mengajar kelas VII A	07.15 – 07.55 08.35 – 11.00	Memberikan materi pelajaran tentang atletik lari jarak pendek di ikuti semua siswa Siswa antusias mengikuti pelajaran penjasor materi yang di berikan yaitu lari jarak pendek	Tidak ada siswa antusias karena cuaca panas banyak mengeluarkan	Tidak ada Memberikan motivasi kepada siswa dan di berikan materi perlombaan pada saat penilaian.



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

Kamis, 11 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">• Pengecatan batas suci mushola	14.00 – 15.00	Pengecatan batas suci mushola yang di lakukan setelah jam KBM	Tidak ada	Tidak ada
Jumat, 12 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">• Mengajar kelas VII B• Mengajar kelas VII C	07.15 – 08.35	Siswa antusias untuk mengikuti pelajaran PJOK, materi yang diberikan yaitu lari jarak pendek dan siswa disuruh untuk berdiskusi mengenai teknik start jongkok	Tidak ada	Tidak ada
	<ul style="list-style-type: none">• Mengajar kelas VII C	08.35 – 11.00	Di ikuti semua siswa, siswa antusias dalam mengikuti pelajaran atletik (lari jarak pendek)	Tidak ada	Tidak ada
	<ul style="list-style-type: none">• Mengajar kelas VII C		Diikuti oleh seluruh siswa kelas VII C	Tidak ada	Tidak ada



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

	VII E	07.15 – 08.35	VII E, materi yang diberikan mengenai atletik khususnya teknik start jongkok	Tidak ada	Tidak ada
--	-------	---------------	--	-----------	-----------

Wonosari, Agustus 2016

Mengetahui :

Pembimbing Lapangan

Saryono, M.Or
NIP. 19811021 200604 1 001

Guru Pembimbing

Aminah, S.Pd.
NIP. 19640314 199003 2 003

Mahasiswa

Afik Budi Setyawan
NIM. 13601244069

Minggu ke-	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Jam	Hasil	Hambatan	Solusi
5	Senin, 15 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">Upacara bendera	07.00 – 08.00	Diikuti oleh seluruh siswa, guru, dan karyawan, sekaligus perkenalan mahasiswa PPL	Tidak ada	Tidak ada



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017

F02

Unitik
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

		UNY tahun 2016			
	<ul style="list-style-type: none">Mengajar di kelas VII G materi bola basket	08.00 – 09.20	Memberikan materi <i>chest pass</i> , <i>bounce pass</i> , dan <i>over head pass</i> dalam permainan bola basket Siswa merasa senang dan antusias melakukan permainan yang sudah dimodifikasi.	Siswa merasa kesulitan saat melakukan passing <i>over head</i> .	Diberikan latihan terus menerus.
	<ul style="list-style-type: none">Mengajar di kelas VII C materi bola basket	09.45 – 11.45	Memberikan materi permainan bola basket dan bermain dengan permainan yang sudah dimodifikasi. Materi yang diberikan yaitu <i>passing</i> (chest pass, bounce pass, dan over head pass) dan <i>dribbling</i>	Tidak ada	Tidak ada
	<ul style="list-style-type: none">Mengajar kelas VII F	13.05 – 13.45	Menerangkan materi mengenai permainan bola basket dari	Tidak ada	Tidak ada



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017

F02

Unitik
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

				macam-macam teknik dasar yang digunakan dalam permainan bola basket, peraturan, dll.		
Selasa, 16 agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">• Mengajar kelas VII D materi teknik dasar dalam bola basket	07.15 – 08.35	Memberikan materi bola basket, khusus pada (bounce pass, cesh pass, overhead pass) dan memberikan permainan yang sudah di modifikasi.	Tidak ada	Tidak ada	
Rabu, 17	<ul style="list-style-type: none">• Mengajar kelas VII F materi teknik dasar dalam bola basket <ul style="list-style-type: none">• Upacara hari	08.35 – 10.20 07.00 -08.00	Materi yang diajarkan yaitu teknik dasar bola basket, khusus nya pada teknik passing dalam permainan bol absket	Siswa banyak yang tidak mengerti pada saat melakukan overhead pass	Di berikan pengetahuan atau di jelasin lagi dan selanjutnya di praktikan bersama sama Tidak ada	



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

Agustus 2016	kemerdekaan Republik Indonesia	15.00 – 18.30	mahasiswa PPL UNY 2016 dan siswa siswi SMP N 2 Wonosari	Tidak ada	Tidak ada
Kamis, 18 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">Upacara penurunan bendera hari kemerdekaan Republik IndonesiaMengajar kelas VIII B materi bola basketMengajar kelas VII C	07.15 – 08.35	Di ikuti dari perwakilan berbagai sekolah dan instansi yang ada di gunungkidul	Tidak ada	Tidak ada
		08.35 – 11.00	Di ikuti semua siswa, materi yang diajarkan yaitu teknik basket	Siswa masih banyak yang	Di berikan latihan



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

	Jumat, 19 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">Mengajar kelas VII E Materi bola basket	07.15 – 08.35	dasar bola basket terfokus dalam (bounce pass, cesh pass, overhead pass) siswa kurang antusias dalam mengikuti pelajaran, Siswa bersemangat dalam mengikuti pelajaran bola basket, di ikuti semua siswa kelas VII E,	belum bisa melakukan teknik dasar bola basket dengan benar	Tidak ada	Tidak ada
--	---------------------------	---	---------------	---	--	-----------	-----------

Wonosari, Agustus 2016

Mengetahui :

Pembimbing Lapangan

Saryono, M.Or
NIP. 19811021 200604 1 001

Guru Pembimbing

Aminah, S.Pd.
NIP. 19640314 199003 2 003

Mahasiswa

Afik Budi Setyawan
NIM. 13601244069



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

Minggu ke-	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Jam	Hasil	Hambatan	Solusi
6.	Senin, 22 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">• Upacara bendera• Mengajar di kelas VII G materi senam lantai gulinhg depan• Mengajar di kelas VII C materi bola basket	07.00 – 08.00 08.00 – 09.20 09.45 – 11.45	Diikuti oleh seluruh siswa, guru, dan karyawan, sekaligus perkenalan mahasiswa PPL UNY tahun 2016 Memberikan materi senam lantai guling depan di ikuti semua siwa kels VII G Memberikan materi senam lantai yaitu guling depan, di ikuti semua siswa dan antusias dalam pelajaran guling depan	Banyak siswa yang masih kesulitan melakukan guling depan Tidak ada	Di berikan latihan Tidak ada



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

	Selasa, 23 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">• Mengajar kelas VII F• Mengajar kelas VII D materi guling depan	07.15 – 08.35	Karena sekolah akreditasi maka pembelajaran olahraga dialihkan ke lapangan sepakbola dan materi yang diberikan adalah permainan sepakbola serta latihan tanding dengann kelas VIII	Tidak ada	Tidak ada
		<ul style="list-style-type: none">• Mengajar kelas VII F materi guling depan	08.35 – 10.20	Materi guling depan di ganti dengan permainan sepakbola, karena sekolah masih akreditasi jadi pembelajaran penjasor dialihkan ke lapangan sepakbola	Tidak ada	Tidak ada



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

F02

Umuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

Rabu, 24 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">-	07.00 – 10.00	Kegiatan sekolah yaitu foging di seluruh halaman dan ruang kelas SMP N 2 Woonosari	Tidak ada	Tidak ada
Kamis, 25 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">Mengajar kelas VII AMengajar kelas VIII B	10.00 – 11.00	Pengambilan nilai akademik dengan memberikan soal esai sejumlah 5	Tidak ada	Tidak ada
	<ul style="list-style-type: none">Mengajar kelas VIII B	07.15 – 08.35	Memberikan materi pelajaran yaitu guling depan, siswa sudah banyak yang menguasai teknik guling depan karena di kelas VII sudah di berikan materi tersebut.	Tidak ada	Tidak ada
	<ul style="list-style-type: none">Mengajar kelas VII C materi	08.35 – 11.00	Di ikuti semua siswa kelas VII C, materi yang diajarkan yaitu	Sebagian besar yang putri belum	Di berikan bantuan pada saat melakukan



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

	senam lantai (guling depan)	guling depan dari sikap awal jongkok perkenaan pada tengkuk dan sikap akhir dalam guling depan.	bias melakukan guling depan	guling depan.
Jumat, 26 Agustus 2016	• -	- Ijin mengikuti perlombaan atletik dalam rangka PORKAB 2016	-	-

Wonosari, Agustus 2016

Mengetahui :

Pembimbing Lapangan

Saryono, M.Or

NIP. 19811021 200604 1 001

Guru Pembimbing

Aminah, S.Pd.

NIP. 19640314 199003 2 003

Mahasiswa

Afik Budi Setyawan

NIM. 13601244069



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017

F02

Urutuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

Minggu ke-	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Jam	Hasil	Hambatan	Solusi
7	Senin, 29 Agustus 2016	<ul style="list-style-type: none">• Upacara bendera• Mengajar di kelas VII G materi senam irama• Mengajar di kelas VII C materi senam irama• Mengajar kelas VII F materi pelajaran senam irama	07.00 – 08.00 08.00 – 09.20 09.45 – 11.45	Di ikuti semua siswa siswi SMP N 2 Wonosari, guru dan karyawan serta mahasiswa PPL UNY 2016 Di ikuti semua kelas VII G siswa antusias dalam menciptakan sendiri dengan berkelompok Di ikuti semua kelas VII C, dengan materi pelajaran senam irama, siswa sangat semangat dalam melakukan senam irama berkelompok.	Tidak ada Siswa masih malu dalam melakukan senamirama di depan teman sekelas	Tidak ada Siswa yang tidak melakukan senam menunggu di luar ruangan senam
	Selasa		13.05 – 13.45 07.15 – 08.35	Memberikan teori tentang senam irama, di ikuti semua siswa kelas VII F Mengajar kelas VIID dengan	Tidak ada Tidak ada	Tidak ada Tidak ada



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

F02
Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

		<ul style="list-style-type: none">• Mengajar kelas VII D materi senam irama• Mengajar kelas VIII F materi guling depan	08.35 – 10.20	materi senam irama di ikuti semua siswa dan sangat antusias dalam mengikuti senam berkelompok, gerakan senam juga sangat kreatif	Tidak ada	Tidak ada
--	--	---	---------------	--	-----------	-----------



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

F02
Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

Wonosari, September 2016

Mengetahui :

Pembimbing Lapangan

Saryono, M.Or
NIP. 19811021 200604 1 001

Guru Pembimbing

Aminah, S.Pd.
NIP. 19640314 199003 2 003

Mahasiswa

Afik Budi Setyawan
NIM. 13601244069

Minggu ke-	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Jam	Hasil	Hambatan	Solusi
8	Senin, 12 september 2016 Rabu, 14 september 2016	Membuat laporan PPL Melanjutkan pembuatan laporan	08.00 – 13.00 09.00 – 14.00	Membuat laporan PPL dan lampiran-lampiran yang ada di laporan Melanjutkan pembuatan laporan dan meminta tanda tangan dari kepala sekolah dan	Tidak ada Tidak ada	Tidak ada Tidak ada



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL
SMP NEGERI 2 WONOSARI
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

F02
Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

			guru pembimbing		

Wonosari, September 2016

Mengetahui :

Pembimbing Lapangan

Saryono, M.Or
NIP. 19811021 200604 1 001


Guru Pembimbing

Aminah, S.Pd.
NIP. 19640314 199003 2 003

Mahasiswa

Afik Budi Setyawan
NIM. 13601244069

KARTU BIMBINGAN DPL



KARTU BIMBINGAN PPL/MAGANG III DI SEKOLAH/LEMBAGA
PUSAT PENGEMBANGAN PPL DAN PKL
 LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN (LPPMP) UNY
 TAHUN 2011

F04

UNTUK MAHASISWA

Nama Sekolah/ Lembaga : GMP N 2 YOGYAKARTA

Alamat Sekolah/ Lembaga : Jalan Veteran No 8

Nama DPL PPL/ Magang III : Sonoko, M. G. Fax/ Telp. Sekolah/ Lembaga : _____

Prodi / Fakultas DPL PPL/ Magang III : XIV / FK


Jumlah Mahasiswa PPL/ Magang III : 2 orang

No	Tgl. Kehadiran	Jml. Sesi	Materi Bimbingan	Kemampuan	Kardus Bagan DPL PPL/ Magang III
1	9/9/2011	2	Magang III	lulus	<i>[Signature]</i>
2	20/9/2011	2	magang v	lulus	<i>[Signature]</i>
3	1/10/2011	2	Magang keabdi	lulus	<i>[Signature]</i>
4	1/3/2011	2	Magang PKL	lulus	<i>[Signature]</i>

PERATURAN :

- * Kartu Bimbingan PPL dan Magang akan diterbitkan PPL/ Magang III / Laporan / Perolehan
- * Buku Bimbingan PPL, Magang III dan Bimbingan
- * Buku Bimbingan PPL, Magang III dan Bimbingan
- * Kartu Bimbingan PPL, Magang III dan Bimbingan
- * Kartu Bimbingan PPL, Magang III dan Bimbingan
- * Kartu Bimbingan PPL, Magang III dan Bimbingan
- * Kartu Bimbingan PPL, Magang III dan Bimbingan
- * Kartu Bimbingan PPL, Magang III dan Bimbingan
- * Kartu Bimbingan PPL, Magang III dan Bimbingan

Mengetahui : 19 September 2011
 Kepala Sekolah/ Lembaga : *[Signature]*
 Nama PPL/ Magang III Prodi : *[Signature]*



Drs. SUPAKI U
 NIP. 019002119881501503

JADWAL MATA PELAJARAN PENJASOR SMP 2 WONOSARI

RABU	VII							VIII							IX						
	A	B	C	D	E	F	G	A	B	C	D	E	F	G	A	B	C	D	E	F	G
07.00 - 07.15																					
07.15 - 07.55																					
07.55 - 08.35																					
08.35 - 09.15																					
09.15 - 10.40																					
09.40 - 10.20																					
10.20 - 11.00																					
11.00 - 11.40																					
11.40 - 12.20																					
12.20 - 13.00																					
13.00 - 13.40																					

KAMIS	VII							VIII							IX						
	A	B	C	D	E	F	G	A	B	C	D	E	F	G	A	B	C	D	E	F	G
07.00 - 07.15																					
07.15 - 07.55																					
07.55 - 08.35																					
08.35 - 09.15																					
09.15 - 10.40																					
09.40 - 10.20																					
10.20 - 11.00																					
11.00 - 11.40																					
11.40 - 12.20																					
12.20 - 13.00																					
13.00 - 13.40																					

DOKUMENTASI MENGAJAR DI SMP N 2 WONOSARI



Gambar 1. mengajar terbimbing senam lantai kelas VII C.



gambar 1. Mengajar mandiri materi sepakbola VII A



Gambar 3. Mengajar teori di kelas VIII B



Gambar 4. Mengajar teori di kelas VIII C



Gambar 5. Dampingan penurunan bendera upacara kemerdekaan



gambar 6. Memulai pelajaran materi lari jarak pendek KELAS VII D



Gambar 7. Foto bersama Kelas VII F



gambar 8. Foto bareng kelas VII G

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(R P P)**

Satuan Pendidikan	: SMP Negeri 2 Wonosari
Kelas/Semester	: VIII/1 (ganjil)
Mata Pelajaran	: Penjasorkes
Tema/Topik	: Lari jarak pendek start jongkok
Pertemuan ke	: 1
Waktu	: 3 JP(3x40 menit)

A. Kompetensi Inti

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

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan:
 - a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran
 - b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir
 - c. Mempraktikkan kebiasaan baik dalam berolahraga dan latihan
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri dan orang lain, lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran
- 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik
- 2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan
- 3.5 Menentukan variasi dan kombinasi teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar)
- 4.3 Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat, Dan lempar) dengan koordinasi yang baik

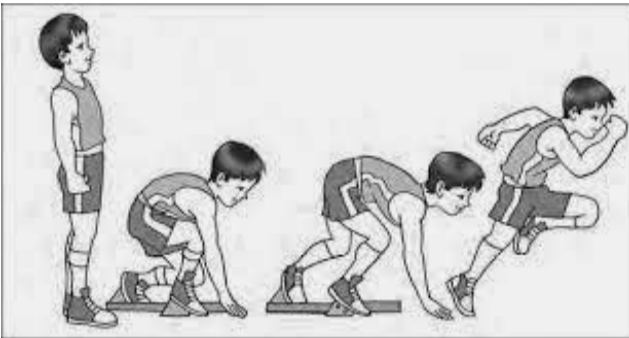
C. Indikator Pencapaian Kompetensi

- 1.1.1 Melakukan doa sebelum dan sesudah memulai pembelajaran.
- 1.1.2 Membiasakan mengucapkan salam
- 2.2.1 Menunjukkan sikap sportif dalam bermain.
- 2.2.1 Menunjukkan sikap disiplin selama mengikuti pembelajaran.

3.1.1 Menjelaskan teknik dasar atletik lari jarak pendek (gerak *start*, memasuki garis *finish*) dengan berbagai posisi baik tanpa awalan maupun dengan awalan.

4.1.1 Mempraktikkan teknik lari jarak pendek, meliputi: start, memasuki garis finish)

D. Materi Pembelajaran



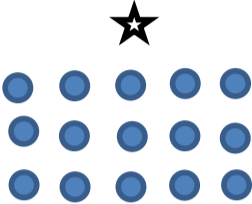
a. Lari jarak pendek start jongkok

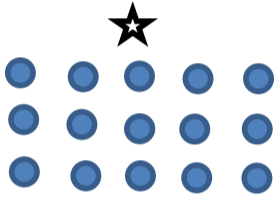
Start jongkok adalah start lari dengan menggunakan gaya jongkok. Cara melakukan start jongkok adalah sebagai berikut:

- Pada aba-aba "Bersedia":
 1. Ambil posisi jongkok. Letakkan tangan di tanah/ tempat melakukan lari. Ibu jari dan jari yang lain membentuk huruf V terbalik. Bahu condong ke depan sedikit di depan tangan, dan lengan lurus.
 2. Kepala rileks agar leher tidak tegang dan pandangan ke depan kira-kira 2,5 meter dimuka garis start
 3. Letakkan kaki menghadap garis start dari bentuk start yang digunakan
- Pada aba-aba "siap", gerakan tubuh adalah sebagai berikut:
 1. Angkat panggul ke atas sedikit lebih tinggi dari bahu, garis punggung sedikit menurun ke depan dan badan lebih condong ke depan. Kepala rendah, leher tetap rileks, pandangan ke bawah 1- 1.5 meter di muka garis start.
 2. Lengan tetap lurus jangan bengkok
 3. Pada waktu mengangkat panggul . ambil napas dalam-dalam.
- Pada waktu aba-aba "ya".
 1. Ayunkan lengan kiri ke depan dan lengan kanan ke belakang kuat-kuat
 2. Kaki kiri menolak kuat-kuat, kaki kanan melangkah secepat mungkin, langkah pertama kira-kira 45 cm sampai 75 cm di depan start.
 3. Berat badan harus bertumpu ke depan
 4. Langkah kaki lari makin lama makin lebar, enam sampai Sembilan langkah pertama merupakan langkah peralihan dari langkah-langkah start ke langkah lari dengan kecepatan penuh.
 5. Bernapaslah seperti biasa. Kekuatan nafas seseorang merupakan kunci kemenangan perlombaan.

E. Metode Pembelajaran

1. Pendekatan : Saintifik (Scientific)
2. Discovery Learning/penemuan

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<p>1. Berbaris</p> <p>Peserta didik dibariskan 2-4 bersaf, peserta didik yg tinggi di sebelah kanan.</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>2. Presensi</p> <p>Mengecek kehadiran peserta didik dan menanyakan kesehatan peserta didik secara umum.</p> <p>3. Berdoa</p> <p>Peserta didik dipimpin berdoa sesuai dengan kepercayaan dan agama masing-masing.</p> <p>4. Apersepsi</p> <p>Guru membuka pelajaran untuk membangkitkan motivasi peserta didik dengan cara:</p> <ol style="list-style-type: none"> a) Mengajukan pertanyaan yang terkait dengan materi yang akan dipelajari guna mengetahui seberapa jauh kompetensi awal peserta didik pada materi yang akan dipelajari sekaligus untuk mengaitkan materi pengetahuan sebelumnya dengan materi yang akan dipelajari. b) Menjelaskan tujuan pembelajaran dan cakupan materi yang akan dipelajari. <p>5. Pemanasan</p> <ol style="list-style-type: none"> a) Menugaskan peserta didik untuk melakukan lari atau pemanasan yang bersifat game agar peserta didik tidak bosan dalam mengikuti pelajaran dan supaya organ-organ tubuh juga mendapatkan gerakan. b) Penguluran (<i>Stretching</i>) yang dimulai dari gerakan kepala menuju ke arah kaki, dengan hitungan masing-masing bagian item gerakan 2x8 hitungan (dinamis dan statis), pemanasan dengan pendekatan lari jarak pendek dengan start jongkok. 	15 MENIT

Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengamati penjelasan konsep dan contoh teknik lari jarak pendek yaitu start jongkok dan gerakan finish. <ul style="list-style-type: none"> a) Peserta didik dibariskan dua/empat bersaf sesuai jumlah siswanya, prinsip memungkinkan masing-masing dari mereka dapat melihat dengan baik contoh gerakan yang disajikan di depan oleh guru. <div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> b) Peserta didik diminta untuk mengamati dan mencatat indikator-indikator dengan langkah-langkah gerakan lari jarak pendek. c) Mempertanyakan teknik start gaya jongkok dan gerakan saat masuk ke garis finish, melakukan lari jarak pendek dengan start jongkok yang benar supaya hasilnya dapat maksimal. Dalam hal ini respon dan kekritisan peserta didik dapat dibangun melalui keberaniannya untuk menanyakan. <p>Pada akhir episode penjelasan gerak dan demo, peserta didik diberi kesempatan untuk menanya pada guru terkait dengan kejelasan dari:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) tujuan gerakan b) prosedur/langkah-langkah gerakan c) prasarat kemampuan <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Mempraktikkan atau latihan lari jarak pendek gaya jongkok sesuai konsep dan contoh. b. Peserta didik diberi kesempatan untuk mencoba gerakan cara sikap melakukan Lari 	50 MENIT

jarak pendek Gaya Jongkok.

Mengasosiasi

- Menganalisa hasil temuan kelompok menggunakan format yang disediakan oleh guru. Peserta didik tetap bekerja dalam kelompok masing-masing. Setiap kelompok difasilitasi guru dengan lembar pengamatan dan lembar penilaian gerak lari jarak pendek. Masing-masing gerakan yang berhasil ditemukan, diminta dilakukan ulang oleh masing-masing anggota kelompok dan dinilai menggunakan format dari guru. Cara dan hasil yang ditulis dalam format diserahkan sepenuhnya pada hasil diskusi dalam kelompok. Lembar pengamatan yang sudah dipandang terisi lengkap dan sempurna oleh masing-masing kelompok, selanjutnya dimintakan konfirmasi kepada guru.

Mengkomunikasikan

- Paparan kelompok tentang hasil temuan dan penilaian gerakan lari jarak pendek gaya jongkok.
 - a) Pada sesi ini, guru memberi kesempatan bergiliran pada masing-masing kelompok untuk memaparkan temuan mereka kepada guru dan kelompok lain.
 - b) Kelompok lain diminta untuk mencatat kesan dan tanggapan terhadap temuan yang ditampilkan.
 - c) Setelah masing-masing kelompok selesai memaparkan, tiap-tiap kelompok diberi kesempatan untuk menyampaikan tanggapan mereka masing-masing.
 - d) Kegiatan ini diakhiri dengan tanggapan, simpulan umum, apresiasi dan pemberian motivasi dari guru.

penutup	<p>1. Penenangan (<i>cooling down</i>) Setelah selesai kegiatan inti, peserta didik dikumpulkan, melakukan <i>stretching</i> dan gerakan ringan yang dipimpin oleh peserta didik.</p> <p>2. Kesimpulan Guru dan peserta didik membuat kesimpulan dari seluruh proses pembelajaran yang telah selesai.</p> <p>3. Penilaian Guru membuat penilaian terhadap keberhasilan proses pembelajaran secara transparan.</p> <p>4. Refleksi dari guru dan peserta didik. Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk menyampaikan pendapatnya tentang materi pembelajaran teknik lari jarak pendek gaya jongkok yang mereka pelajari dari sisi fungsi berbagai teknik untuk melakukannya, kemudian guru memberi penekanan dari hasil yang disampaikan peserta didik.</p> <p>5. Tindak lanjut dan penjelasan Guru memberikan tugas untuk membuat portofolio tentang teknik lari jarak pendek gaya jongkok</p> <p>6. Berdoa Guru menugaskan salah satu peserta didik untuk memimpin berdoa sesuai agama dan kepercayaannya masing-masing.</p> <p>7. Kembali ke kelas dengan tertib dan tepat waktu. Peserta didik kembali ke kelas yang dilakukan dengan tertib, bagi peserta didik yang bertugas mengembalikan peralatan ke tempat semula.</p>	15 MENIT
---------	--	----------

F. Sumber Belajar

- Buku siswa Penjasorkes Kementerian P & K Republik Indonesia 2013
- Buku Guru Penjasorkes Kementerian P & K Republik Indonesia 2013
- Lembar kerja siswa

G. Media, Alat dan Bahan Pembelajaran

1. Media

- Lapangan terbuka
- Tali

2. Alat dan Bahan

- Kun
- Peluit
- Stopwatch

H. Penilaian, Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

1. Teknik

No	Kompetensi Dasar	Teknik penilaian			keterangan
		Pengetahuan	Ketrampilan	Sikap	
1	3.1 Menentukan variasi dan kombinasi teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) 4.3 Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat, Dan lempar) dengan koordinasi yang baik				

2. Instrumen Penilaian

Pengetahuan :

No	KOMPETENSI DASAR	MATERI	INDIKATOR SOAL	BENTUK SOAL	JML SOAL
1	Menentukan variasi dan kombinasi teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar)		Menjelaskan	Tertulis	3

BUTIR SOAL

1. Apa yang yang kalian ketahui tentang jalan cepat dari salah satu cabang olahraga atletik?
2. Jalan cepat menggunakan start ?
3. Jelaskan teknik jalan cepat !
4. Sebutkan 4 fase – fase pembelajaran teknik jalan cepat 1

No	Kunci jawaban	Skor
1	Jalan cepat adalah gerak maju dengan melangkah tanpa adanya hubungan terputus dengan tanah. Setiap kali melangkah kaki depan harus menyentuh tanah sebelum kaki belakang meninggalkan tanah. Saat melangkah satu kaki harus berada di tanah, maka kaki tersebut harus lurus/ lutut tidak bengkok dan tumpuan kaki dalam keadaan posisi tegak lurus.	2
2	Jalan cepat menggunakan start berdiri	1
3	Teknik jalan cepat adalah (1) Langkah	5

	<p>Dimulai dengan gerakan mengangkat paha kaki ayun ke muka, lutut terlipat, tungkai badan bergantung ke muka, karena ayunan paha ke muka tungkai bawah ikut terayun ke muka, lutut menjadi lurus, kemudian menapak ke tumit terlebih dahulu menyentuh tanah; bersamaan dengan ayunan kaki tersebut kaki tumpu menolak dengan mengangkat tumit selanjutnya ujung kaki tumpu lepas dari tanah berganti menjadi kaki ayun.</p> <p>(2) Kecondongan Badan Sedikit ke Depan dengan Ayunan Lengan Siku dilipat lebih kurang 90 derajat, ayunan lengan arahnya lebih masuk, gerakan lengan seirama dengan langkah kaki.</p>	
	<p>4. Fase-Fase Pembelajaran Teknik Jalan Cepat</p> <p>a. Fase Tumpuan Dua Kaki</p> <p>b. Fase Tarikan</p> <p>c. Fase Relaksasi</p> <p>d. Fase Dorongan</p>	2
	Jumlah skor Maksimum	10

$$\text{Nilai} = (\text{ skor perolehan}) / (\text{ skor maksimum}) \times 100$$

Ketrampilan

(1) Instrumen Tes Praktik

Lakukan gerakan jalan cepat dengan jarak 20m

No	Nama Siswa	Aspek yang di nilai dan skor yang di peroleh		
		Data Pengamatam	Kesimpulan	Presentasi
1				
2				
3				

Rubrik

No	Aspek yang di nilai	Rubrik
1	Data Pengamatan	2 : Data lengkap sesuai pengamatan 1 : data tidak lengkap 0 : tidak ada data
2	Kesimpulan	2 : Simpulan benar dan sistematis 1 : simpulan benar tapi kurang sistematis 0 : simpulan salah
3	Presentasi / diskusi	2 : Jelas, sistematis dan dapat menjawab pertanyaan 1 : jelas, sistematis dan tidak dapat menjawab pertanyaan 0 : tidak jelas, kurangh sistematis dan tidak mampu menjawab pertanyaan
	Skor maksimum	6
	Nilai =	((nilai perolehan)) / ((skor maksimu)) x 100

***Pembelajaran Remedial dan Pengayaan**

– **Pembelajaran remedial**

Pembelajaran remedial di lakukan segera setelah kegiatan penilaian

Jika terdapat lebih dari 50% peserta didik yang mendapat nilai di bawah ketuntasan belajar 76 maka di laksanakan remidi. (remedial teaching) terhadap kelompok tertentu.

Jika terdapat 30% - 50% peserta didik yang mendapat nilai dibawah ketuntasan belajar 76 maka di berikan penugasan, dan tutor sebaya terhadap kelompok tertentu

Jika terdapat kurang 30% - 50% peserta didik yang mendapat nilai dibawah ketuntasan belajar 76 maka di berikan penugasan kelompok tertentu

Setelah remedial dilaksanakan kemudian diadakan tes ulang pada indikator – indikator pembelajaran yang belum tercapai oleh masing – masing peserta didik.

- **Pembelajaran pengayaan**

Pembelajaran pengayaan di berikan kepada peserta didik yang mendapat diatas ketuntasan belajar dengan cara pemberian tugas mengkaji tentang jalan cepat atau melakukan latihan jalan cepat agar berprestasi lebih baik.

Mengetahui
Guru mata pelajaran

Wonosari, Agustus 2016
Mahasiswa

AMINAH, S.P.d
NIP. 19640314 199003 2 003

AFIK BUDI SETYAWAN
NIM : 13601244069

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Satuan Pendidikan: SMP Negeri 2 Wonosari

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga Kesehatan

Kelas / Semester : VII / 1

Materi Pokok : Bola Basket

Alokasi Waktu : 6 Jam pelajaran (6 x 40 menit)

A. KOMPETENSI INTI

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni budaya, terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah dan menyajikan 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 atau teori.

B. Kompetensi Dasar dan Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indicator pencapaian kompetensi
3.1 Memahami konsep gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional	3.1.1 Menjelaskan cara melempar bola dengan teknik dasar passing dada (<i>chest pass</i>). 3.1.2 Menjelaskan cara lemparan dari atas kepala 3.1.4 Menjelaskan cara lemparan

<p>4.1 Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional</p>	<p>pantulan 4.1.1 Mempraktikkan cara melempar bola operan dada 4.1.2 Mempraktikkan cara melempar bola dari atas kepala 4.4.4 Mempraktikkan cara melempar bola pantulan</p>
--	---

C. MATERI PEMBELAJARAN

1. Passing dada (chest pass)

Cara melakukannya adalah sebagai berikut :

- a. Berdiri dengan kaki dibuka selebar bahu dan lutut sedikit ditekuk
- b. Badan dicondongkan ke depan
- c. Bola dipegang dengan kedua telapak tangan dan jari-jari terbuka
- d. Tekuk kedua siku dengan mendekati badan dan aturlah bola setinggi dada
- e. Langkahkan kaki kiri ke depan ke arah sasaran
- f. Kemudian kedua lengan menolak lurus ke depan

2. Melempar bola di atas kepala (over head pass)

Cara melakukannya adalah sebagai berikut :

- a. Berdiri dengan kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang, lutut sedikit ditekuk
- b. Bola dipegang dengan kedua tangan dan berada di atas kepala
- c. Kemudian coba kamu lemparkan bola tersebut dengan mendorong bola ke atas.
- d. Bola dilepaskan dengan lecutan ujung jari tangan
- e. Gerakan akhir dengan meluruskan lengan searah dengan lepasnya bola.

3. Melemparkan bola dengan pantulan (bounce pass)

Cara melakukannya adalah sebagai berikut :

- a. Cari pasangan yang seimbang

- b. Berdiri dengan kaki kanan di depan dan kaki kiri di belakang, lutut sedikit ditekuk
- c. Kemudian peserta didik lemparkan bola dengan tolakan dua tangan menyerong ke bawah
- d. Bola dilepaskan setinggi pinggang dan harus diarahkan pada suatu tempat (titik) kira-kira 1 meter di depan penerima.
- e. Bila berhadapan dengan lawan, maka sasaran pantulan bola berada di samping kanan/kiri kaki lawan.

D. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

PERTEMUAN 1

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> a) Berbaris, berdoa, berhitung (presensi), apersepsi, dan memotivasi peserta didik. b) Menjelaskan tujuan pembelajaran. c) Melakukan pemanasan yang mengarah pada Teknik Permainan bola basket 	15 menit
Inti	<p style="text-align: center;">Mengamati</p> <ol style="list-style-type: none"> a) Membaca informasi dan membuat catatan tentang gerak fundamental permainan bola basket (menggiring, melempar, menangkap dan menembak ke ring) dari berbagai sumber dan b) Mencari informasi dan membuat catatan tentang gerak fundamental permainan bola basket (menggiring, melempar, menangkap dan menembak ke ring) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau c) Mengamati pertandingan sepak bola secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak fundamental permainan 	50 menit

	<p>bola basket (menggiring, melempar, menangkap dan menembak ke ring).</p> <p>d) Mempertanyakan tentang gerak fundamental bola basket, misalnya :</p> <ul style="list-style-type: none"> - bagaimana jalannya bola jika titik perkenaan bola dengan tangan dirubah saat melakukan menggiring? Apakah posisi togok mempengaruhi pergerakan bola saat melakukan menggiring, melempar, menangkap dan menembak ke ring? - Apakah perkenaan bola dengan tangan mempengaruhi jalannya bola saat menggiring, melempar, menangkap dan menembak ke ring? <p>e) Mempertanyakan tentang manfaat permainan bola basket terhadap kesehatan dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan bola basket.</p> <p style="text-align: center;">Mengeksplorasi</p> <p>a) Melemparkan dan menangkap bola dengan berbagai cara dalam posisi diam dan bergerak secara individual, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin dan toleransi.</p> <p>b) Mendiskusikan setiap gerak fundamental permainan bola basket (passing) dengan benar.</p> <p>c) Mendiskusikan setiap gerak fundamental permainan bola basket (passing) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <p>d) Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan bola basket (passing)</p>	
--	--	--

	<p>dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <p>e) Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan bola basket (passing) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <p style="text-align: center;">Mengasosiasi</p> <p>a) Menemukan gerak fundamental permainan bola basket (passing) yang paling sesuai untuk kebutuhan sendiri</p> <p>b) Mencari hubungan antara titik perkenaan bola dengan tangan dan jalannya bola</p> <p>c) Mencari hubungan antara jenis lemparan dengan sasaran yang hendak dicapai</p> <p>d) mencari hubungan antara permainan bola basket dengan kesehatan dan kebugaran tubuh</p> <p style="text-align: center;">Mengkomunikasikan</p> <p>a) Menerapkan berbagai keterampilan gerak fundamental permainan bola basket (passing) dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <p>b) Menunjukkan perilaku bertanggungjawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan.</p> <p>c) Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih</p> <p>d) Memberikan saran perbaikan keterampilan</p>	
--	---	--

	<p>kepada teman selama melakukan permainan</p> <p>e) Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang keterampilan gerak fundamental permainan bola basket secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama.</p>	
Penutup	<p>a) Pendinginan (<i>colling down</i>) dengan melemaskan otot-otot tungkai dan punggung.</p> <p>b) Melakukan refleksi dan tanya-jawab materi pembelajaran yang telah dipelajari, memberi tugas pengayaan bagi yang tuntas dan remedial yang belum tuntas, dan memberitahu materi yang akan dipelajari pada minggu yang akan datang.</p> <p>c) Guru menugaskan kepada peserta didik untuk mencatat tehnik permainan bola basket yang telah dipelajari dalam buku tugas/kerja, dan dikumpulkan pada pertemuan yang akan datang.</p>	15 menit

PERTEMUAN 2

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<p>a) Berbaris, berdoa, berhitung (presensi), apersepsi, dan memotivasi peserta didik.</p> <p>b) Menjelaskan tujuan pembelajaran.</p> <p>c) Melakukan pemanasan yang mengarah pada Tehnik Permainan bola basket</p>	15 menit
Inti	<p>Mengamati</p> <p>a) Membaca informasi dan membuat catatan tentang gerak fundamental permainan bola</p>	50 menit

	<p>basket (melempar dan menangkap bola) dari berbagai sumber</p> <p>b) Mencari informasi dan membuat catatan tentang gerak fundamental permainan bola basket (melempar dan menangkap) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik</p> <p>c) Mengamati pertandingan sepak bola secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak fundamental permainan bola basket (melempar dan menangkap).</p> <p>d) Mempertanyakan tentang gerak fundamental bola basket, misalnya :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Apakah posisi togok mempengaruhi pergerakan bola saat melakukan melempar dan menangkap bola? - Apakah perkenaan bola dengan tangan mempengaruhi jalannya bola saat melempar dan menangkap bola? <p>e) Mempertanyakan tentang manfaat permainan bola basket terhadap kesehatan dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan bola basket.</p> <p style="text-align: center;">Mengeksplorasi</p> <p>a. Melemparkan dan menangkap bola dengan berbagai cara dalam posisi diam dan bergerak secara individual, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin dan toleransi.</p> <p>b. Mendiskusikan setiap gerak fundamental</p>	
--	---	--

	<p>permainan bola basket (menerima dan melempar) dengan benar.</p> <p>c. Mendiskusikan setiap gerak fundamental permainan bola basket (melempar dan menerima) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <p>d. Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan bola basket (melempar dan menerima) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <p>e. Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan bola basket (passing) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <p>Mengasosiasi</p> <p>a. Menemukan gerak fundamental permainan bola basket (passing) yang paling sesuai untuk kebutuhan sendiri</p> <p>b. Mencari hubungan antara titik perkenaan bola dengan tangan dan jalannya bola</p> <p>c. Mencari hubungan antara jenis lemparan dengan sasaran yang hendak dicapai</p> <p>d. Mencari hubungan antara permainan bola basket dengan kesehatan dan kebugaran tubuh</p>	
--	---	--

	<p style="text-align: center;">Mengkomunikasikan</p> <p>a. Menerapkan berbagai keterampilan gerak fundamental permainan bola basket (passing) dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <p>b. Menunjukkan perilaku bertanggungjawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan.</p> <p>c. Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih</p> <p>d. Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan</p> <p>e. Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang keterampilan gerak fundamental permainan bola basket secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama.</p>	
Penutup	<p>a. Pendinginan (<i>colling down</i>) dengan melemaskan otot-otot tungkai dan punggung.</p> <p>b. Melakukan refleksi dan tanya-jawab materi pembelajaran yang telah dipelajari, memberi tugas pengayaan bagi yang tuntas dan remedial yang belum tuntas, dan memberitahu materi yang akan dipelajari pada minggu yang akan</p>	15 menit

	<p>datang.</p> <p>c. Guru menugaskan kepada peserta didik untuk mencatat tehnik permainan bola basket yang telah dipelajari dalam buku tugas/kerja, dan dikumpulkan pada pertemuan yang akan datang.</p>	
--	--	--

E. Penilaian, pembelajaran, remedial, dan pengayaan

1. Teknik

No	Kompetensi Dasar	Teknik penilaian			keterangan
		Pengetahuan	Ketrampilan	Sikap	
1	<p>3.1 Memahami konsep gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional</p> <p>4.1 mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional</p>				

2. Instrumen Penilaian

Pengetahuan :

No	KOMPETENSI DASAR	MATERI	INDIKATOR SOAL	BENTUK SOAL	JML SOAL
1	3.1 Memahami konsep gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau		Menjelaskan cara melempar bola dengan teknik dasar	Tertulis	3

	tradisional		passing dada (<i>chest pass</i>), (overhead pass) (bounce pass)		
--	-------------	--	--	--	--

BUTIR SOAL

1. Apa yang di maksud dengan mengoper bola pada permainan bola basket ?
2. Jelaskan apa yang di maksud dengan chest past !
3. Jelaskan apa yang di maksud dengan overhead pass !
4. Jelaskan apa yang di maksud dengan bounce pass !

No	Kunci jawaban	Skor
1	Mengoper adalah salah satu usaha dari seorang pemain untuk membagi atau memberi bola kepada temannya agar dapat memasukan bola ke keranjang lawan	4
2	Chest past adalah memberikan bola ke teman satu team dengan cara passing tepat di depan dada	2
3	Overhead pass adalah memberikan bola ke teman satu team dengan cara passing tepat di atas kepala	2
	Bounce pass adalah memberikan bola ke teman satu team dengan cara memantulkan ke lantai	2
	Jumlah skor Maksimum	10

$$\text{Nilai} = (\text{skor perolehan}) / (\text{skor maksimum}) \times 100$$

Ketrampilan

(1) Instrumen Tes Praktik

Lakukan mengoper bola (operan dada, operan pantul, operan atas kepala) secara berpasangan

No	Nama Siswa	Aspek yang di nilai dan skor yang di peroleh		
		Data Pengamatam	Kesimpulan	Presentasi
1				

2				
3				

Rubrik

No	Aspek yang di nilai	Rubrik
1	Data Pengamatan	2 : Data lengkap sesuai pengamatan 1 : data tidak lengkap 0 : tidak ada data
2	kesimpulan	2 : Simpulan benar dan sistematis 1 : simpulan benar tapi kurang sistematis 0 : simpulan salah
3	Presentasi / diskusi	2 : Jelas, sistematis dan dapat menjawab pertanyaan 1 : jelas, sistematis dan tidak dapat menjawab pertanyaan 0 : tidak jelas, kurangnya sistematis dan tidak mampu menjawab pertanyaan
	Skor maksimum	6
	Nilai =	((nilai perolehan) / (skor maksimu)) x 100

***Pembelajaran Remedial dan Pengayaan**

– **Pembelajaran remedial**

Pembelajaran remedial di lakukan segera setelah kegiatan penilaian

Jika terdapat lebih dari 50% peserta didik yang mendapat nilai di bawah ketuntasan belajar 76 maka di laksanakan remidi. (remedial teaching) terhadap kelompok tertentu.

Jika terdapat 30% - 50% peserta didik yang mendapat nilai dibawah ketuntasan belajar 76 maka di berikan penugasan, dan tutor sebaya terhadap kelompok tertentu

Jika terdapat kurang 30% - 50% peserta didik yang mendapat nilai dibawah ketuntasan belajar 76 maka di berikan penugasan kelompok tertentu

Setelah remedial dilaksanakan kemudian diadakan tes ulang pada indikator – indikator pembelajaran yang belum tercapai oleh masing – masing peserta didik.

- **Pembelajaran pengayaan**

Pembelajaran pengayaan di berikan kepada peserta didik yang mendapat diatas ketuntasan belajar dengan cara pemberian tugas mengkaji tentang mengoper pada permainan bola basket atau melakukan latihan mengoper pada permainan bola basket agar berprestasi lebih baik.

Media/alat, Bahan dan Sumber Belajar

Media : Buku cetak kelas VII,

Bahan : Bola,

Peluit

Cone

Sumber belajar

- a. Kementrian pendidikan dan kebudayaan. 2015. Buku Guru Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan SMP/Mts Kelas VII. Cetak ke-1. Jakarta: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan

Mengetahui
Guru Mata Pelajaran

Wonosari, Agustus 2016
Mahasiswa

AMINAH, S.Pd.
NIP. 19640314 199003 2 003

AFIK BUDI SETYAWAN
NIM. 13601244069

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan: SMP Negeri 2 Wonosari

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga Kesehatan

Kelas / Semester : VIII / 1

Materi Pokok : Bola Basket

Alokasi Waktu : 6 JP (6 x 40 menit)

A. KOMPETENSI INTI

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni budaya, terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah dan menyajikan 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 atau teori.

B. KOMPETENSI DASAR

- 1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga dicerminkan dengan
 - a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran
 - b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir
 - c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain
- 2.2 Bertanggung jawab dalam menggunakan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar
- 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan aktivitas fisik
- 2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik
- 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik
- 2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan
- 3.1 Memahami teknik dasar gerak fundamental bola basket.
- 4.1 Mempraktikkan teknik dasar permainan bola basket dan menekankan gerak dasar fundamental.

C. INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

- 1.1.1 Berdoa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan pembelajaran
- 1.1.2 Menunjukkan sikap berusaha secara maksimal dalam melakukan pembelajaran dengan tetap meningkatkan kemampuan dan menunjukkan sikap tawakal terhadap hasil akhir.
- 1.1.3 Menunjukkan perilaku baik dengan melakukan gerakan sesuai fungsi tubuh (kodrat)
- 2.1.1 Saat bermain menunjukkan bermain tidak curang
- 2.2.1 Merapikan kembali peralatan yang telah digunakan pada tempatnya
- 2.3.1 Tidak melakukan gerakan yang dapat membahayakan diri sendiri dan orang lain
- 2.3.2 Dalam melakukan aktivitas fisik yang dilakukan secara berkelompok, beregu, dan berpasang-sangan memperhatikan kondisi teman baik fisik maupun psikis
- 2.4.1 Saling membantu teman bila ada kesulitan dalam melaksanakan gerakan.
- 2.5.1 Dalam melaksanakan permainan tidak menguasai alat atau lapangan sendiri.
- 2.6.1 Mengikuti peraturan petunjuk atau arahan yang telah diberikan guru.
- 2.7.1 Dalam melakukan permainan menunjukkan perilaku bahwa lawan merupakan teman bermain
- 3.1.1 Menjelaskan cara melempar bola dengan teknik dasar passing dada (*chest pass*), lemparan dari atas kepala, dan lemparan pantul.
- 3.1.2 Menjelaskan cara menggiring bola.
- 3.1.3 Menjelaskan cara melakukan *lay up*.
- 3.1.4 Menjelaskan cara bermain bola basket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi
- 4.1.1 Mempraktikkan cara melempar bola operan dada, operan di atas kepala, dan operan pantul.
- 4.1.2 Mempraktikkan cara menggiring bola.
- 4.1.3 Mempraktikkan cara melakukan *lay up*.
- 4.4.4 Mempraktikkan cara bermain bola basket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

D. MATERI PEMBELAJARAN

1. Passing dada (chest pass)

Cara melakukannya adalah sebagai berikut :

- a. Berdiri dengan kaki dibuka selebar bahu dan lutut sedikit ditekuk
- b. Badan dicondongkan ke depan
- c. Bola dipegang dengan kedua telapak tangan dan jari-jari terbuka
- d. Tekuk kedua siku dengan mendekati badan dan aturlah bola setinggi dada
- e. Langkahkan kaki kiri ke depan ke arah sasaran
- f. Kemudian kedua lengan menolak lurus ke depan

2. Melempar bola di atas kepala (over head pass)

Cara melakukannya adalah sebagai berikut :

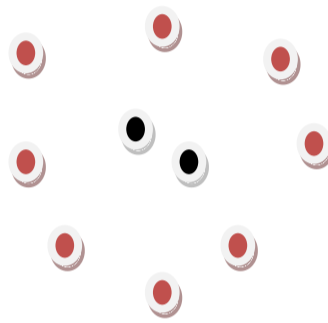
- a. Berdiri dengan kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang, lutut sedikit ditekuk
- b. Bola dipegang dengan kedua tangan dan berada di atas kepala
- c. Kemudian coba kamu lemparkan bola tersebut dengan mendorong bola ke atas.
- d. Bola dilepaskan dengan lecutan ujung jari tangan

- e. Gerakan akhir dengan meluruskan lengan searah dengan lepasnya bola.
3. Melempar bola dari samping (Over side pass)
- Cara melakukannya adalah sebagai berikut :
- Cari pasangan yang seimbang
 - Berdiri dengan kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang, lutut sedikit ditekuk.
 - Kemudian coba peserta didik pegang bola dengan tangan kanan, lalu dibawa ke samping telinga kanan.
 - Setelah itu lemparkan bola ke depan melambung ke atas.
 - Lalu langkahkan kaki kiri ke depan bersamaan dengan gerakan lanjutan (*follow through*)
4. Melemparkan bola dengan pantulan (bounce pass)
- Cara melakukannya adalah sebagai berikut :
- Cari pasangan yang seimbang
 - Berdiri dengan kaki kanan di depan dan kaki kiri di belakang, lutut sedikit ditekuk
 - Kemudian peserta didik lemparkan bola dengan tolakan dua tangan menyerong ke bawah
 - Bola dilepaskan setinggi pinggang dan harus diarahkan pada suatu tempat (titik) kira-kira 1 meter di depan penerima.
 - Bila berhadapan dengan lawan, maka sasaran pantulan bola berada di samping kanan/kiri kaki lawan.
5. Menggiring bola (drible)
6. Memasukkan bola (Lay shooting/Jumping Shooting)

E. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

PERTEMUAN 1

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<p>a. Berbaris, berdoa, berhitung (presensi), apersepsi, dan memotivasi peserta didik.</p> <p>b. Menjelaskan tujuan pembelajaran.</p> <p>c. Melakukan pemanasan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lari keliling lapangan Siswa melakukan lari kecil atau jogging mengelilingi setengah lapangan sebanyak dua kali. - Stretching Guru memimpin stretching dan siswa mengikuti gerakan guru. Guru 	15 menit

	<p>memimpin pemanasan statis dilanjutkan dengan pemanasan dinamis.</p> <p>- Permainan pemanasan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dilakukan dengan bermain, tujuan utama adalah sekaligus berlatih dan mengarahkan siswa untuk melakukan teknik <i>chest pass</i> dalam permainan bola basket 2. Permainan ini dinamakan "si kucing mencari <i>chest pass</i>"  <ol style="list-style-type: none"> 3. Menentukan dua orang siswa untuk bermain sebagai kucing. 4. Tugas kucing adalah merebut bola yang sedang dimainkan oleh teman-temannya. 5. Siswa-siswa yang memainkan bola diberikan peraturan harus mengumpan bola kepada teman yang lain agar tidak direbut oleh si kucing, dengan cara melakukan <i>chest pass</i>. 6. Apabila si kucing berhasil merebut bola, kemudian teman yang gagal mengumpan bola tersebut harus bergantian menjadi kucing. 	
<p>Inti</p>	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Membaca informasi dan membuat catatan tentang gerak fundamental permainan bola basket (menggiring, melempar, menangkap dan menembak ke ring) dari berbagai sumber dan • Mencari informasi dan membuat catatan 	<p>50 menit</p>

tentang gerak fundamental permainan bola basket (menggiring, melempar, menangkap dan menembak ke ring) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau

- Mengamati pertandingan sepak bola secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak fundamental permainan bola basket (menggiring, melempar, menangkap dan menembak ke ring).

Menanya

- Mempertanyakan tentang gerak fundamental bola basket, misalnya : bagaimana jalannya bola jika titik perkenaan bola dengan tangan dirubah saat melakukan menggiring? Apakah posisi togok mempengaruhi pergerakan bola saat melakukan menggiring, melempar, menangkap dan menembak ke ring? Apakah perkenaan bola dengan tangan mempengaruhi jalannya bola saat menggiring, melempat, menangkap dan menembak ke ring?
- Mempertanyakan tentang manfaat permainan bola basket terhadap kesehatan dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan bola basket.

Mengeksplorasi

- Menggiring bola dengan berbagai cara dalam posisi diam dan bergerak secara individual dengan menunjukkan nilai disiplin.
- Melemparkan dan menangkap bola dengan berbagai cara dalam posisi diam dan bergerak secara individual, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin dan toleransi.
- Menembak bola ke ring dari berbagai titik

	<p>dalam posisi diam dan bergerak dengan menunjukkan nilai disiplin.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mendiskusikan setiap gerak fundamental permainan bola basket (drible, passing, shooting) dengan benar. • Mendiskusikan setiap gerak fundamental permainan bola basket (drible, passing, shooting) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan bola basket (drible, passing, shooting) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan bola basket (dribble, passing, shooting) dengan benar dan membuat kesimpulannya. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menemukan gerak fundamental permainan bola basket (dribble, passing, shooting) yang paling sesuai untuk kebutuhan sendiri • Mencari hubungan antara titik perkenaan bola dengan tangan dan jalannya bola • Mencari hubungan antara jenis lemparan dengan sasaran yang hendak dicapai • Mencari hubungan antara permainan bola basket dengan kesehatan dan kebugaran tubuh <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menerapkan berbagai keterampilan gerak fundamental permainan bola basket (drible, passing, shooting) dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, 	
--	--	--

	<p>disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menunjukkan perilaku bertanggungjawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan. • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan • Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang keterampilan gerak fundamental permainan bola basket secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama. 	
Penutup	<p>a.Pendinginan (<i>colling down</i>) dengan melemaskan otot-otot tungkai dan punggung.</p> <p>b.Melakukan refleksi dan tanya-jawab materi pembelajaran yang telah dipelajari, memberi tugas pengayaan bagi yang tuntas dan remedial yang belum tuntas, dan memberitahu materi yang akan dipelajari pada minggu yang akan datang.</p> <p>c.Guru menugaskan kepada peserta didik untuk mencatat tehnik permainan bola basket yang telah dipelajari dalam buku tugas/kerja, dan dikumpulkan pada pertemuan yang akan datang.</p>	15 menit

PERTEMUAN 2

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<p>a.Berbaris, berdoa, berhitung (presensi), apersepsi, dan memotivasi peserta didik.</p> <p>b.Menjelaskan tujuan pembelajaran.</p> <p>c.Melakukan pemanasan yang mengarah pada Tehnik Permainan bola basket</p>	15 menit
Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Membaca informasi dan membuat catatan tentang gerak fundamental permainan bola basket (menggiring, 	50 menit

melempar, menangkap dan menembak ke ring) dari berbagai sumber

- Mencari informasi dan membuat catatan tentang gerak fundamental permainan bola basket (menggiring, melempar, menangkap dan menembak ke ring) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik
- Mengamati pertandingan sepak bola secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak fundamental permainan bola basket (menggiring, melempar, menangkap dan menembak ke ring).

Menanya

- Mempertanyakan tentang gerak fundamental bola basket, misalnya : bagaimana jalannya bola jika titik perkenaan bola dengan tangan dirubah saat melakukan menggiring? Apakah posisi togok mempengaruhi pergerakan bola saat melakukan menggiring, melempar, menangkap dan menembak ke ring? Apakah perkenaan bola dengan tangan mempengaruhi jalannya bola saat menggiring, melempat, menangkap dan menembak ke ring?
- Mempertanyakan tentang manfaat permainan bola basket terhadap kesehatan dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan bola basket.

Mengeksplorasi

- Menggiring bola dengan berbagai cara dalam posisi diam dan bergerak secara individual dengan menunjukkan nilai disiplin.
- Melemparkan dan menangkap bola dengan berbagai cara dalam posisi diam dan bergerak secara individual,

	<p>berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin dan toleransi.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menembak bola ke ring dari berbagai titik dalam posisi diam dan bergerak dengan menunjukkan nilai disiplin. • Mendiskusikan setiap gerak fundamental permainan bola basket (drible, passing, shooting) dengan benar. • Mendiskusikan setiap gerak fundamental permainan bola basket (drible, passing, shooting) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan bola basket (drible, passing, shooting) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan bola basket (dribble, passing, shooting) dengan benar dan membuat kesimpulannya. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menemukan gerak fundamental permainan bola basket (dribble, passing, shooting) yang paling sesuai untuk kebutuhan sendiri • Mencari hubungan antara titik perkenaan bola dengan tangan dan jalannya bola • Mencari hubungan antara jenis lemparan dengan sasaran yang hendak dicapai • Mencari hubungan antara permainan bola basket dengan kesehatan dan kebugaran tubuh <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menerapkan berbagai keterampilan gerak fundamental permainan bola basket 	
--	--	--

	<p>(drible, passing, shooting) dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menunjukkan perilaku bertanggungjawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan. • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebihan • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan • Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang keterampilan gerak fundamental permainan bola basket secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama. 	
Penutup	<p>a.Pendinginan (<i>colling down</i>) dengan melemaskan otot-otot tungkai dan punggung.</p> <p>b.Melakukan refleksi dan tanya-jawab materi pembelajaran yang telah dipelajari, memberi tugas pengayaan bagi yang tuntas dan remedial yang belum tuntas, dan memberitahu materi yang akan dipelajari pada minggu yang akan datang.</p> <p>c.Guru menugaskan kepada peserta didik untuk mencatat tehnik permainan bola basket yang telah dipelajari dalam buku tugas/kerja, dan dikumpulkan pada pertemuan yang akan datang.</p>	15 menit

F. Penilaian, pembelajaran, remedial, dan pengayaan

1. Teknik

No	Kompetensi Dasar	Teknik penilaian			keterangan
		Pengetahuan	Ketrampilan	Sikap	
1	3.1 Memahami teknik dasar gerak fundamental bola basket.				

	4.1 Mempraktikkan teknik dasar permainan bola basket dan menekankan gerak dasar fundamental.				
--	--	--	--	--	--

2. Instrumen Penilaian

Pengetahuan :

No	KOMPETENSI DASAR	MATERI	INDIKATOR SOAL	BENTUK SOAL	JML SOAL
1	Memahami teknik dasar gerak fundamental bola basket.		Menjelaskan cara melempar bola dengan teknik dasar passing dada (<i>chest pass</i>), (<i>overhead pass</i>) (<i>bounce pass</i>)	Tertulis	3

BUTIR SOAL

1. Apa yang di maksud dengan mengoper bola pada permainan bola basket ?
2. Jelaskan apa yang di maksud dengan chest past !
3. Jelaskan apa yang di maksud dengan overhead pass !
4. Jelaskan apa yang di maksud dengan bounce pass !

No	Kunci jawaban	Skor
1	Mengoper adalah salah satu usaha dari seorang pemain untuk membagi atau memberi bola kepada temannya agar dapat memasukan bola ke keranjang lawan	4
2	Chest past adalah memberikan bola ke teman satu team dengan cara passing tepat di depan dada	2
3	Overhead pass adalah memberikan bola ke teman satu team dengan cara passing tepat di atas kepala	2
	Bounce pass adalah memberikan bola ke teman satu team dengan cara memantulkan ke lantai	2
	Jumlah skor Maksimum	10

$$\text{Nilai} = ((\text{skor perolehan}) / (\text{skor maksimum})) \times 100$$

Ketrampilan

(1) Instrumen Tes Praktik

Lakukan mengoper bola (operan dada, operan pantul, operan atas kepala) secara berpasangan

No	Nama Siswa	Aspek yang di nilai dan skor yang di peroleh		
		Data Pengamatam	Kesimpulan	Presentasi
1				
2				
3				

Rubrik

No	Aspek yang di nilai	Rubrik
1	Data Pengamatan	2 : Data lengkap sesuai pengamatan 1 : data tidak lengkap 0 : tidak ada data
2	kesimpulan	2 : Simpulan benar dan sistematis 1 : simpulan benar tapi kurang sistematis 0 : simpulan salah
3	Presentasi / diskusi	2 : Jelas, sistematis dan dapat menjawab pertanyaan 1 : jelas, sistematis dan tidak dapat menjawab pertanyaan 0 : tidak jelas, kurangh sistematis dan tidak mampu menjawab pertanyaan
	Skor maksimum	6
	Nilai =	((nilai perolehan)) / ((skor maksimu)) x 100

***Pembelajaran Remedial dan Pengayaan**

– **Pembelajaran remedial**

Pembelajaran remedial di lakukan segera setelah kegiatan penilaian

Jika terdapat lebih dari 50% peserta didik yang mendapat nilai di bawah ketuntasan belajar 76 maka di laksanakan remidi. (remidial teaching) terhadap kelompok tertentu.

Jika terdapat 30% - 50% peserta didik yang mendapat nilai dibawah ketuntasan belajar 76 maka di berikan penugasan, dan tutor sebaya terhadap kelompok tertentu

Jika terdapat kurang 30% - 50% peserta didik yang mendapat nilai dibawah ketuntasan belajar 76 maka di berikan penugasan kelompok tertentu

Setelah remedial dilaksanakan kemudian diadakan tes ulang pada indikator – indikator pembelajaran yang belum tercapai oleh masing – masing peserta didik.

- **Pembelajaran pengayaan**

Pembelajaran pengayaan di berikan kepada peserta didik yang mendapat diatas ketuntasan belajar dengan cara pemberian tugas mengkaji tentang mengoper pada

permainan bola basket atau melakukan latihan mengoper pada permainan bola basket agar berprestasi lebih baik.

b.Sumber Belajar

1. Media Cetak

- a. Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII, Cetakan Ke-2 (Edisi Revisi). 2014. Jakarta: Kemendikbud.
- b. Poster / gambar gerak dasar permainan bola basket

2. Media Elektronik

- a. Audio / Video visual teknik dasar permainan bola basket
- b. Rekaman / cuplikan pertandingan bola basket

Mengetahui
Guru Mata Pelajaran

Wonosari, Agustus 2016
Mahasiswa

AMINAH, S.Pd.

NIP. 19640314 199003 2 003

AFIK BUDI SETYAWAN

NIM. 13601244069

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 2 Wonosari
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga Kesehatan
Kelas / Semester : VII / 1
Materi Pokok : Permainan Bola Voli
Alokasi Waktu : 3 JP (3x40 menit)

A. Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni budaya, terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah dan menyajikan 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 atau teori.

B. Kompetensi dasar dan indikator pencapaian kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator pencapaian kompetensi
3.1 Memahami konsep gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional	3.1.1 Menjelaskan cara melakukan teknik dasar passing bawah dan passing atas dengan benar 3.1.2 Menjelaskan konsep rangkaian gerak teknik passing bawah dan passing atas dengan benar
4.1 Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional	4.1.1 Mempraktikkan teknik dasar passing bawah dan passing atas dengan benar

	4.1.2Mempraktikkan rangkaian gerak teknik passing bawah dan passing atas dengan benar
--	---

C. Materi Pembelajaran

Teknik dalam permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal. Teknik dasar permainan bola voli yang harus ditingkatkan keterampilannya antara lain: *passing* bawah, *passing* atas, *smash* dan *spike*, servis, dan bendungan. *Passing* adalah mengoperkan bola kepada teman seregunya dengan teknik tertentu, sebagai

langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan.

1) Pembelajaran *Passing* Bawah

Cara melakukan *passing* bawah (*dig pass*) adalah sebagai berikut.

- a. Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu dan lutut ditekuk.
- b. Rapatkan dan luruskan kedua lengan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar.
- c. Lakukan gerakan mengayunkan kedua lengan secara bersamaan dari bawah ke atas hingga setinggi bahu.
- d. Perkenaan bola yang baik tepat pada pergelangan tangan.

D. Langkah-langkah Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Waktu
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengkondisikan siswa untuk segera memulai pembelajaran. 2. Berbaris dan memberikan apersepsi (memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran). 3. Melakukan pemanasan (statis dan dinamis) 4. Permainan pemanasan <ol style="list-style-type: none"> a. Dilakukan dengan bermain, tujuan utama adalah sekaligus berlatih dan mengarahkan siswa untuk melakukan teknik <i>passing</i> bawah 	15 menit

<p>Pendahuluan</p>	<p>dan atas dalam permainan bola voli</p> <ol style="list-style-type: none"> i. Membagi siswa dalam beberapa kelompok sesuai jumlah bola ii. Siswa diarahkan untuk berlari disekitar area yang disediakan iii. Siswa yang membawa bola sambil jogging ketika ada peluit harus melempar bola ke atas kemudian ditangkap oleh siswa lainnya. iv. Begitu seterusnya sampai semua siswa melakukan <p>5. Membariskan siswa kembali untuk selanjutnya memberikan pengarahan dengan media gambar mengenai teknik passing dalam volly yang baik dan benar.</p>	
<p>Inti</p>	<p style="text-align: center;">➤ Mengamati</p> <ol style="list-style-type: none"> a) Membaca informasi tentang gerak fundamental permainan bola voli (passing atas dan bawah), dan b) Mencari informasi tentang gerak fundamental permainan bola voli (passing atas dan bawah) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau c) Mengamati pertandingan bolavoli secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak fundamental permainan bolavoli (passing atas dan bawah) dan membuat catatan hasil pengamatan. d) Mempertanyakan tentang gerak fundamental bola voli, misalnya : bagaimana jalannya bola jika titik perkenaan bola dengan tangan diubah saat melakukan passing? Apakah posisi togok mempengaruhi peregerakan bola saat melakukan passing? 	<p style="text-align: right;">50 menit</p>

	<p style="text-align: center;">➤ Mencoba/ Mengeplorasi</p> <p>a. Melakukan servis dengan berbagai cara dengan menunjukkan nilai disiplin</p> <p>b. Melakukan passing dengan berbagai cara secara individu, berpasangan , atau berkelompok dengan menunjukkan nilai disiplin, toleransi dan kerjasama</p> <p>c. Mendiskusikan setiap gerak fundamental permainan bola voli (passing) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <p>d. Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan bola voli (passing) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <p>e. Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan bola voli (passing) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <p style="text-align: center;">➤ Mengasosiasi</p> <p>a. Menemukan gerak fundamental permainan bola voli (passing) yang paling sesuai untuk kebutuhan sendiri</p> <p>b. Mencari hubungan antara titik perkenaan bola dengan tangan dan jalannya bola</p> <p>c. Mencari hubungan antara jenis passing dengan sasaran yang hendak di capai</p> <p>d. Mencari hubungan antara permainan bola voli dengan kesehatan dan kebugaran tubuh</p>	
Penutup	<p>a. Melakukan Cooling Down</p> <p>Yaitu pendinginan melalui permainan, siswa dibagi menjadi dua kelompok.</p> <p>Setiap kelompok bertugas melakukan estafet bola ke</p>	15 Menit

	<p>arah belakang dengan cara melewatkan bola lewat kolong kakinya. Sampai siswa terakhir kemudian siswa tersebut mengembalikan bola ke siswa depannya dengan posisi duduk.</p> <p>Permainan berakhir ketika bola sampai ke pemain pertama.</p> <p>b. Memberikan evaluasi pembelajaran kepada siswa</p> <p>c. Mengarahkan siswa untuk membuat rangkuman pembelajaran</p> <p>d. Memberikan tugas untuk pertemuan selanjutnya.</p> <p>e. Mengarahkan siswa untuk berdoa dan membubarkan barisan.</p>	
--	---	--

E. Penilaian, pembelajaran, remedial, dan pengayaan

1. Teknik

No	Kompetensi Dasar	Teknik penilaian			keterangan
		Pengetahuan	Ketrampilan	Sikap	
1	<p>3.1 Memahami konsep gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional</p> <p>4.1 Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional</p>				

2. Instrumen Penilaian

Pengetahuan :

No	KOMPETENSI DASAR	MATERI	INDIKATOR SOAL	BENTUK SOAL	JML SOAL
1	3.1 Memahami konsep gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional		- Menjelaskan cara melakukan teknik dasar passing bawah dan passing atas dengan benar - Menjelaskan konsep rangkaian gerak teknik passing bawah dan passing atas dengan benar	Tertulis	3

BUTIR SOAL

1. Apa yang di maksud dengan Passing dalam permainan bola voli ?
2. Jelaskan bagaimana cara melakukan passing bawah dengan benar !
3. Jelaskan apa yang di maksud dengan passing atas dengan benar !

No	Kunci jawaban	Skor
1	Passing dalam permainan bola voli adalah salah satu teknik dasar dalam bola voli di gunakan untuk menerima serangan pertama dari lawan sebelum menyerang balik.	4
2	Passing bawah adalah passing yang di gunakan saat menerima bola dari lawan dan bola berada di posisi bawah kepala	3
3	Passing bawah adalah passing yang di gunakan saat menerima bola dari lawan dan bola berada di posisi atas kepala	3
	Jumlah skor Maksimum	10

Nilai = ((skor perolehan) / (skor maksimum)) x 100

Ketrampilan

(1) Instrumen Tes Praktik

Lakukan passing bawah dan passing atas

No	Nama Siswa	Aspek yang di nilai dan skor yang di peroleh		
		Data Pengamatam	Kesimpulan	Presentasi
1				
2				
3				

Rubrik

No	Aspek yang di nilai	Rubrik
1	Data Pengamatan	2 : Data lengkap sesuai pengamatan 1 : data tidak lengkap 0 : tidak ada data
2	kesimpulan	2 : Simpulan benar dan sistematis 1 : simpulan benar tapi kurang sistematis 0 : simpulan salah
3	Presentasi / diskusi	2 : Jelas, sistematis dan dapat menjawab pertanyaan 1 : jelas, sistematis dan tidak dapat menjawab pertanyaan 0 : tidak jelas, kurangh sistematis dan tidak mampu menjawab pertanyaan
	Skor maksimum	6
	Nilai =	((nilai perolehan) / (skor maksimu)) x 100

***Pembelajaran Remedial dan Pengayaan**

– **Pembelajaran remedial**

Pembelajaran remedial di lakukan segera setelah kegiatan penilaian

Jika terdapat lebih dari 50% peserta didik yang mendapat nilai di bawah ketuntasan belajar 76 maka di laksanakan remidi. (remedial teaching) terhadap kelompok tertentu.

Jika terdapat 30% - 50% peserta didik yang mendapat nilai dibawah ketuntasan belajar 76 maka di berikan penugasan, dan tutor sebaya terhadap kelompok tertentu

Jika terdapat kurang 30% - 50% peserta didik yang mendapat nilai dibawah ketuntasan belajar 76 maka di berikan penugasan kelompok tertentu

Setelah remedial dilaksanakan kemudian diadakan tes ulang pada indikator – indikator pembelajaran yang belum tercapai oleh masing – masing peserta didik.

- **Pembelajaran pengayaan**

Pembelajaran pengayaan di berikan kepada peserta didik yang mendapat diatas ketuntasan belajar dengan cara pemberian tugas mengkaji tentang passing bawah dan passing atas atau melakukan latihan passing atas dan passing bawah agar berprestasi lebih baik.

F. Media Pembelajaran

1. Lapangan Voli
2. Peluit
3. Stopwatch

G. Sumber Belajar

1. Media Cetak
 - a. Buku pegangan guru dan peserta didik SMP Kelas VII Muhajir, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Jakarta : Pusurbuk Kemdikbud RI.
 - b. Poster / gambar teknik dasar bola voli
 - c. Video pertandingan bola voli.

Mengetahui
Guru Mata Pelajaran

Wonosari, Juli 2016
Mahasiswa

AMINAH, S.Pd.
NIP. 19640314 199003 2 003

AFIK BUDI SETYAWAN
NIM. 13601244069

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan	: SMP Negeri 2 Wonosari
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga Kesehatan
Kelas / Semester	: VIII / 1
Materi Pokok	: Permainan Bola Voli
Alokasi Waktu	: 3 JP (3x40 menit)

A. Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni budaya, terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah dan menyajikan 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 atau teori.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga dicerminkan dengan
 - a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran
 - b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir
 - c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain
- 2.2 Bertanggung jawab dalam menggunakan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar
- 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan aktivitas fisik
- 2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik
- 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik

- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik
- 2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan
- 3.1 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola besar.
- 4.1 Mempraktikkan teknik dasar permainan bola besar dengan menekankan gerak dasar fundamental.

C. Indikator Pembelajaran

- 1.1.1 Berdoa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan pembelajaran
- 1.1.2 Menunjukkan sikap berusaha secara maksimal dalam melakukan pembelajaran dengan tetap
- 1.1.3 Meningkatkan kemampuan dan menunjukkan sikap tawakal terhadap hasil akhir.
Menunjukkan perilaku baik dengan melakukan gerakan sesuai fungsi tubuh (kodrat)
- 2.1.1 Saat bermain menunjukkan bermain tidak curang
- 2.2.1 Merapikan kembali peralatan yang telah digunakan pada tempatnya
- 2.3.1 Tidak melakukan gerakan yang dapat membahayakan diri sendiri dan orang lain
- 2.3.2 Dalam melakukan aktivitas fisik yang dilakukan secara berkelompok, beregu, dan berpasang-sangan memperhatikan kondisi teman baik fisik maupun psikis
- 2.4.1 Saling membantu teman bila ada kesulitan dalam melaksanakan gerakan.
- 2.5.1 Dalam melaksanakan permainan tidak menguasai alat atau lapangan sendiri.
- 2.6.1 Mengikuti peraturan petunjuk atau arahan yang telah diberikan guru.
- 2.7.1 Dalam melakukan permainan menunjukkan perilaku bahwa lawan merupakan teman bermain
- 3.1.1 Menjelaskan cara melakukan teknik dasar passing bawah, atas dan service bawah dengan benar
- 3.1.2 Menjelaskan konsep rangkaian gerak teknik passing bawah, atas dan service bawah dengan benar
- 4.1.1 Mempraktikkan teknik dasar passing bawah, atas dan service bawah dengan benar
- 4.1.2 Mempraktikkan rangkaian gerak teknik passing bawah, atas dan service bawah dengan benar

D. Materi Pembelajaran

Teknik dalam permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk

mencapai suatu hasil yang optimal. Teknik dasar permainan bola voli yang harus ditingkatkan keterampilannya antara lain: *passing* bawah, *passing* atas, *smash* dan *spike*, servis, dan bendungan. *Passing* adalah mengoperkan bola kepada teman seregunya dengan teknik tertentu, sebagai

langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan.

1) Pembelajaran *Passing* Bawah

Cara melakukan *passing* bawah (*dig pass*) adalah sebagai berikut.

- a. Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu dan lutut ditekuk.
- b. Rapatkan dan luruskan kedua lengan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar.
- c. Lakukan gerakan mengayunkan kedua lengan secara bersamaan dari bawah ke atas hingga setinggi bahu.
- d. Perkenaan bola yang baik tepat pada pergelangan tangan.

2) Pembelajaran Teknik Dasar Servis

Pada mulanya servis hanya merupakan pukulan pembukaan untuk memulai suatu permainan. Servis tangan bawah adalah servis yang sangat sederhana dan diajarkan terutama untuk pemain pemula. Gerakannya lebih alamiah dan tenaga yang dibutuhkan tidak terlalu besar.

Cara melakukannya adalah sebagai berikut.

- a. Berdiri dengan kaki kiri di depan, kaki kanan di belakang.
- b. Bola dipegang oleh tangan kiri.
- c. Kemudian lambungkan bola setinggi bahu.
- d. Lalu pada saat yang bersamaan lengan kanan diayunkan ke belakang, seterusnya pukul bola dengan tangan kanan.
- e. Perkenaan bola tepat pada tangan, dan telapak tangan menghadap ke arah bola.
- f. Pukulan dilakukan dengan tangan dalam keadaan mengempal.
- g. Setelah bola dipukul, diteruskan dengan melangkahkan kaki kanan ke depan.

E. Langkah-langkah Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Waktu
	1. Mengkondisikan siswa untuk segera memulai pembelajaran.	15 menit

<p>Pendahuluan</p>	<ol style="list-style-type: none"> 2. Berbaris dan memberikan apersepsi (memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran). 3. Melakukan pemanasan (statis dan dinamis) 4. Permainan pemanasan <ol style="list-style-type: none"> a. Dilakukan dengan bermain, tujuan utama adalah sekaligus berlatih dan mengarahkan siswa untuk melakukan teknik passing dan service dalam permainan bola voli b. Melakukan permainan nelayan mencari ikan. Peraturannya yaitu 2 siswa memegang bola dan berperan sebagai nelayan, siswa yang lain menjadi ikan. Kemudian nelayan berusaha mencari ikan dengan cara melemparkan bola kearah ikan (hanya boleh lutut kebawah). Apabila siswa yang menjadi ikan terkena bola dari nelayan maka siswa tersebut juga menjadi nelayan. 5. Membariskan siswa kembali untuk selanjutnya memberikan pengarahan dengan media gambar mengenai teknik passing volly yang baik dan benar. 	
<p>Inti</p>	<p style="text-align: center;">➤ Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Membaca informasi tentang gerak fundamental permainan bola voli (servis, passing, smesh, dan membendung), dan • Mencari informasi tentang gerak fundamental permainan bola voli (servis, passing, smesh, dan membendung) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau • Mengamati pertandingan bolavoli secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak fundamental permainan bolavoli (servis, passing, smesh, dan membendung) dan membuat catatan hasil pengamatan. 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Mempertanyakan tentang gerak fundamental bola voli, misalnya : bagaimana jalannya bola jika titik perkenaan bola dengan tangan diubah saat melakukan passing? Apakah posisi togok mempengaruhi pergerakan bola saat melakukan passing atau servis? <p style="text-align: center;">➤ Mencoba/ Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan servis dengan berbagai cara dengan menunjukkan nilai disiplin • Melakukan passing dengan berbagai cara secara individu, berpasangan , atau berkelompok dengan menunjukkan nilai disiplin, toleransi dan kerjasama • Mendiskusikan setiap gerak fundamental permainan bola voli (servis, passing, smesh, dan membendung) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan bola voli (servis, passing, smesh, dan membendung) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan bola voli (servis, passing, smesh, dan membendung) dengan benar dan membuat kesimpulannya. <p style="text-align: center;">➤ Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menemukan gerak fundamental permainan bola voli (servis, passing, smesh, dan membendung) yang paling sesuai untuk kebutuhan sendiri • Mencari hubungan antara titik perkenaan bola dengan tangan dan jalannya bola • Mencari hubungan antara jenis passing dengan sasaran yang hendak di capai • Mencari hubungan antara permainan bola voli dengan 	50 menit
--	--	-----------------

	kesehatan dan kebugaran tubuh	
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan Cooling Down Yaitu pendinginan melalui permainan, siswa dibagi menjadi dua kelompok. Setiap kelompok bertugas melakukan estafet bola ke arah belakang dengan cara melewatkan bola lewat kolong kakinya. Sampai siswa terakhir kemudian siswa tersebut mengembalikan bola ke siswa depannya dengan posisi duduk. Permainan berakhir ketika bola sampai ke pemain pertama. 2. Memberikan evaluasi pembelajaran kepada siswa 3. Mengarahkan siswa untuk membuat rangkuman pembelajaran 4. Memberikan tugas untuk pertemuan selanjutnya. 5. Mengarahkan siswa untuk berdoa dan membubarkan barisan. 	15 Menit

F. Penilaian, pembelajaran, remedial, dan pengayaan

1. Teknik

No	Kompetensi Dasar	Teknik penilaian			keterangan
		Pengetahuan	Ketrampilan	Sikap	
1	3.1 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola besar.				
	4.1 Mempraktikkan teknik dasar permainan bola besar dengan menekankan gerak				

dasar fundamental.				
--------------------	--	--	--	--

2. Instrumen Penilaian

Pengetahuan :

No	KOMPETENSI DASAR	MATERI	INDIKATOR SOAL	BENTUK SOAL	JML SOAL
1	Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola besar.		- Menjelaskan cara melakukan teknik dasar passing bawah dan passing atas dengan benar - Menjelaskan konsep rangkaian gerak teknik passing bawah dan passing atas dengan benar	Tertulis	3

BUTIR SOAL

1. Apa yang di maksud dengan Passing dalam permainan bola voli ?
2. Jelaskan bagaimana cara melakukan passing bawah dengan benar !
3. Jelaskan apa yang di maksud dengan passing atas dengan benar !

No	Kunci jawaban	Skor
1	Passing dalam permainan bola voli adalah salah satu teknik dasar dalam bola voli di gunakan untuk menerima serangan pertama dari lawan sebelum menyerang balik.	4
2	Passing bawah adalah passing yang di gunakan saat menerima bola dari lawan dan bola berada di posisi bawah kepala	3
3	Passing bawah adalah passing yang di gunakan saat menerima bola dari lawan dan bola berada di posisi atas kepala	3
	Jumlah skor Maksimum	10

$$\text{Nilai} = ((\text{skor perolehan}) / (\text{skor maksimum})) \times 100$$

Ketrampilan

(1) Instrumen Tes Praktik

Lakukan passing bawah dan passing atas

No	Nama Siswa	Aspek yang di nilai dan skor yang di peroleh		
		Data Pengamatam	Kesimpulan	Presentasi
1				
2				
3				

Rubrik

No	Aspek yang di nilai	Rubrik
1	Data Pengamatan	2 : Data lengkap sesuai pengamatan 1 : data tidak lengkap 0 : tidak ada data
2	kesimpulan	2 : Simpulan benar dan sistematis 1 : simpulan benar tapi kurang sistematis 0 : simpulan salah
3	Presentasi / diskusi	2 : Jelas, sistematis dan dapat menjawab pertanyaan 1 : jelas, sistematis dan tidak dapat menjawab pertanyaan 0 : tidak jelas, kurangh sistematis dan tidak mampu menjawab pertanyaan
	Skor maksimum	6
	Nilai =	((nilai perolehan) / (skor maksimu)) x 100

***Pembelajaran Remedial dan Pengayaan**

– **Pembelajaran remedial**

Pembelajaran remedial di lakukan segera setelah kegiatan penilaian

Jika terdapat lebih dari 50% peserta didik yang mendapat nilai di bawah ketuntasan belajar 76 maka di laksanakan remidi. (remedial teaching) terhadap kelompok tertentu.

Jika terdapat 30% - 50% peserta didik yang mendapat nilai dibawah ketuntasan belajar 76 maka di berikan penugasan, dan tutor sebaya terhadap kelompok tertentu

Jika terdapat kurang 30% - 50% peserta didik yang mendapat nilai dibawah ketuntasan belajar 76 maka di berikan penugasan kelompok tertentu

Setelah remedial dilaksanakan kemudian diadakan tes ulang pada indikator – indikator pembelajaran yang belum tercapai oleh masing – masing peserta didik.

- **Pembelajaran pengayaan**

Pembelajaran pengayaan di berikan kepada peserta didik yang mendapat diatas ketuntasan belajar dengan cara pemberian tugas mengkaji tentang passing bawah dan passing atas atau melakukan latihan passing atas dan passing bawah agar berprestasi lebih baik.

G. Media Pembelajaran

1. Lapangan Voli
2. Peluit
3. Stopwatch

H. Sumber Belajar

1. Media Cetak
 - a. Buku pegangan guru dan peserta didik SMP Kelas VII Muhajir, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Jakarta : Pusurbuk Kemdikbud RI.
 - b. Poster / gambar teknik dasar bola voli
 - c. Video pertandingan bola voli.

Mengetahui
Guru Mata Pelajaran

Wonosari, Juli 2016
Mahasiswa

AMINAH, S.Pd.
NIP. 19640314 199003 2 003

AFIK BUDI SETYAWAN
NIM. 13601244069

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 2 Wonosari
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga Kesehatan
Kelas / Semester : VII / 1
Materi Pokok : Pola hidup sehat
Alokasi Waktu : 1 JP (40 menit)

A. Kompetensi Inti

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

B. Kompetensi Dasar dan Pencapaian Kompetensi

Kompetensi dasar	Indicator pencapaian kompetensi
3.10 Memahami pola makan sehat, bergizi dan seimbang serta pengaruhnya terhadap kesehatan.	3.9.1 Menjelaskan pengertian pola makan sehat / pola hidup sehat
4.10 Memaparkan pola makan sehat, bergizi dan seimbang serta pengaruhnya terhadap kesehatan.	3.9.10 Memberi contoh bentuk bentuk perilaku hidup sehat dengan benar

A. Materi Pembelajaran

Pola Hidup Sehat

B. Metode Pembelajaran

1. Ceramah

KEGIATAN	DESKRIPSI	ALOKASI
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none">Salam pembuka dan berdoa bersamaPresensi dan menanyakan materi yang di tugaskan terlebih dahuluMemberikan apersepsi dan tujuan pembelajaran hari iniGuru menginformasikan bahwa hari ini siswa akan belajar mengenai pola hidup sehat	6 Menit
Inti	<ul style="list-style-type: none">❖ Mengamati<ol style="list-style-type: none">Guru memberikan lembar kerja untuk mengamati gambar gamabar dan melihat tayangan video tentang pola hidup sehatMengarahkan agar peserta didik aktif bertanya tentang pola hidup sehat dan penyakit yang di sebabkan akibat tidak melakukan pola hidup sehat❖ Mengumpulkan Informasi<ol style="list-style-type: none">Peserta didik mencari informasi dari media pembelajaran tentang bagaimana melakukan pola hidup sehatPeserta didik mencari informasi dari media pembelajaran tentang penyakit yang sering timbul akibat tidak melakukan pola hidup sehatPeserta didik mencari informasi dari media pembelajaran tentang manfaat dan keuntungan apabila melakukan pola hidup sehat❖ Mengasosiasikan (Menalar)<ol style="list-style-type: none">Peserta didik membuat pertanyaan tentang pola hidup sehat atau manfaat dan keuntungan atau penyakit yang di sebabkan akibat tidak melakukan pola hidup sehat selanjutnya pertanyaan di berikan kepada teman sebangku❖ Mengkomunikasikan (jejaring)<ol style="list-style-type: none">Memaparkan hasil kajian pola hidup sehat secara berkelompok dengan menunjukan nilai kerjasama dan	30 Menit

	<p>toleransi.</p> <p>b. Guru mengkonfirmasi dan atau mengklarifikasi persepsi siswa tentang pola hidup sehat dan penyakit apa yang di sebabkan</p>	
Penutup	<p>a. Guru meminta siswa untuk menyimpulkan apakah pembelajaran hari tersebut berguna, hal mana yang dianggap sangat penting.</p> <p>b. Guru mengapresiasi kegiatan dan saran siswa serta berterimakasih atas kerjasama</p> <p>c. Memberikan evaluasi kesimpulan dan informasi tentang materi pelajaran pertemuan yang telah dilaksanakan</p> <p>d. Guru memberikan tugas untuk dikerjakan di rumah sebagai upaya perbaikan dan pengayaan</p> <p>e. Menjelaskan rencana kegiatan/tujuan pembelajaran pertemuan selanjutnya</p> <p>f. Berdoa dan menyampaikan salam penutup</p>	4 Menit

D. Sumber Belajar

1. Ruang/Kelas
2. Buku teks
3. Referensi

E. Penilaian

1. Teknik

No	Kompetensi Dasar	Teknik penilaian			keterangan
		Pengetahuan	Ketrampilan	Sikap	
1	<p>3.10 Memahami pola makan sehat, bergizi dan seimbang serta pengaruhnya terhadap kesehatan.</p> <p>4.10 Memaparkan pola makan sehat, bergizi dan seimbang serta pengaruhnya terhadap kesehatan.</p>				

2. Instrumen Penilaian

Pengetahuan :

No	KOMPETENSI DASAR	MATERI	INDIKATOR SOAL	BENTUK SOAL	JML SOAL
1	3.10 Memahami pola makan sehat, bergizi dan seimbang serta pengaruhnya terhadap kesehatan.		Menjelaskan pengertian pola makan sehat / pola hidup sehat	Tertulis	2

BUTIR SOAL

1. Apa yang di maksud dengan pola hidup sehat ?
2. Apa perbedaan antara sehat jasmani dan sehat rohani ?

No	Kunci jawaban	Skor
1	Pola hidup sehat adalah gambaran dari aktivitas atau kegiatan kita yang di dukung oleh keinginan dan minat kita dan bagaimana pikiran kita menjalaninya dalam berinteraksi dengan lingkungan kita. Kotler [2002 p 192]	5
2	. Kesehatan Jiwa (rohani) adalah perasaan sehat dan bahagia serta mampu mengatasi tantangan hidup, dapat menerima orang lain sebagaimana adanya serta mempunyai sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain . Sehat jasmani adalah komponen utama dalam makna sehat sepenuhnya, berbentuk sosok manusia yang berpenampilan kulit bersih, mata bercahaya, rambut tersisir rapi, kenakan pakaian rapi, tidak gemuk dan tidak kuru (ideal), nafas tak bau, selera makan baik, tidur nyenyak, gesit serta semua manfaat fisiologi badan jalan normal.	5

$$\text{Nilai} = (\text{skor perolehan}) / (\text{skor maksimum}) \times 100$$

Ketrampilan

(1) Instrumen Tes Praktik

Lakukan mengoper bola (operan dada, operan pantul, operan atas kepala) secara berpasangan

No	Nama Siswa	Aspek yang di nilai dan skor yang di peroleh		
		Data Pengamatam	Kesimpulan	Presentasi

1				
2				
3				

Rubrik

No	Aspek yang di nilai	Rubrik
1	Data Pengamatan	2 : Data lengkap sesuai pengamatan 1 : data tidak lengkap 0 : tidak ada data
2	Kesimpulan	2 : Simpulan benar dan sistematis 1 : simpulan benar tapi kurang sistematis 0 : simpulan salah
3	Presentasi / diskusi	2 : Jelas, sistematis dan dapat menjawab pertanyaan 1 : jelas, sistematis dan tidak dapat menjawab pertanyaan 0 : tidak jelas, kurangnya sistematis dan tidak mampu menjawab pertanyaan
	Skor maksimum	6
	Nilai =	((nilai perolehan)) / ((skor maksimu)) x 100

***Pembelajaran Remedial dan Pengayaan**

– **Pembelajaran remedial**

Pembelajaran remedial dilakukan segera setelah kegiatan penilaian

Jika terdapat lebih dari 50% peserta didik yang mendapat nilai di bawah ketuntasan belajar 76 maka dilaksanakan remedi. (remedial teaching) terhadap kelompok tertentu.

Jika terdapat 30% - 50% peserta didik yang mendapat nilai dibawah ketuntasan belajar 76 maka di berikan penugasan, dan tutor sebaya terhadap kelompok tertentu

Jika terdapat kurang 30% - 50% peserta didik yang mendapat nilai dibawah ketuntasan belajar 76 maka di berikan penugasan kelompok tertentu

Setelah remedial dilaksanakan kemudian diadakan tes ulang pada indikator – indikator pembelajaran yang belum tercapai oleh masing – masing peserta didik.

- **Pembelajaran pengayaan**

Pembelajaran pengayaan di berikan kepada peserta didik yang mendapat diatas ketuntasan belajar dengan cara pemberian tugas mengkaji tentang pola hidup sehat, atau melakukan dan menerapkan pola hidup sehat setiap hari, agar kesehatan tetap terjaga.

Mengetahui
Guru Mata Pelajaran

Wonosari, 3 Agustus 2016
Mahasiswa

AMINAH, S.Pd.
NIP. 19640314 199003 2 003

AFIK BUDI SETYAWAN
NIM. 13601244069

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 2 Wonosari
Mata Kuliah : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas / Semester : VII / 1
Materi Pokok : Senam Lantai (Guling depan dan belakang)
Alokasi Waktu : 3 JP (3 x 40 menit)

A. KOMPETENSI INTI

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni budaya, terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah dan menyajikan 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 atau teori.

B. Kompetensi dasar dan pencapaian kompetensi

Kompetensi dasar	Indikator pencapaian kompetensi
3.6 Memahami konsep berbagai keterampilan dasar dalam aktivitas spesifik senam lantai.	3.6.1 Menjelaskan cara melakukan rangkaian gerakan guling ke depan dengan benar. tarikan, fase relaksasi, dan fase dorongan) dengan benar. 3.6.2 Menjelaskan cara melakukan rangkaian gerakan guling belakang dengan benar. 3.6.3 Menjelaskan cara melakukan rangkaian gerakan guling ke depan, guling ke belakang

4.6 Mempraktikkan konsep berbagai keterampilan dasar dalam aktivitas spesifik senam lantai.	4.6.1 Mempraktikkan rangkaian gerakan guling ke depan dengan koordinasi yang baik. 4.6.2 Mempraktikkan rangkaian gerakan guling belakang dengan koordinasi yang baik 4.6.3 Mempraktikkan rangkaian gerakan guling ke depan dan guling ke belakang dengan koordinasi yang baik.
---	--

C. MATERI PEMBELAJARAN

Gerakan guling depan (*forward roll*) adalah gerakan mengguling atau menggelinding ke depan membulat. Jadi, dalam gerakan guling depan, gerakan tubuh harus dibulatkan. Aktivitas guling depan dapat terbagi atas dua bagian, yaitu guling depan dan sikap awal jongkok dan guling depan dengan sikap awal berdiri.

a. Aktivitas Guling Depan dan Sikap Awal Jongkok

Cara melakukan aktivitas guling depan dari sikap awal jongkok adalah sebagai berikut.

- 1) Sikap awal jongkok, kedua kaki rapat, letakkan lutut ke dada.
- 2) Kedua tangan menumpu di depan ujung kaki kira-kira 40 cm.
- 3) Kemudian, bengkokkan kedua tangan, letakkan pundak pada matras dengan menundukkan kepala dan dagu sampai ke dada.
- 4) Setelah itu, lakukan gerakan berguling ke depan.
- 5) Ketika panggul menyentuh matras, peganglah tulang kering dengan kedua tangan menuju posisi jongkok.

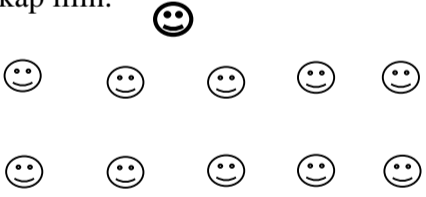
b. Aktivitas Guling Depan dari Sikap Berdiri

Cara melakukan Aktivitas guling depan dari sikap berdiri adalah sebagai berikut.

- 1) Sikap awal berdiri dengan kedua kaki rapat, lalu letakkan kedua telapak tangan di atas matras selebar bahu, di depan ujung kaki sejauh ± 50 cm.
- 2) Bengkokkan kedua tangan, lalu letakkan pundak di atas matras dan kepala dilipat sampai dagu menempel bagian dada.

3) Selanjutnya dengan, berguling ke depan, yaitu saat panggul menyentuh matras lipat kedua kaki dan pegang tulang kering dengan kedua tangan menuju ke posisi jongkok. Peserta didik diminta mengamati dan merasakan yang dilakukan, lalu temukan pola yang paling sesuai buat mereka.

D. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

Kegiatan	Diskripsi	Waktu
Pendahuluan	1. Menyiapkan peserta didik dalam barisan dua sab. 2. Dipimpin berdoa untuk keselamatan dalam pembelajaran dan kebermanfaatan. 3. Mengecek kehadiran semua peserta didik dan menanyakan kesehatan mereka secara umum. 4. Menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dicapai pada hari itu. 5. Melakukan apersepsi tentang senam lantai khususnya roll depan, roll belakang dan sikap lilin. Formasi barisan  6. Melakukan pemanasan statis dan dinamis sesuai otot yang dominan	15menit
Inti	A. Mengamati 1. Siswa mengamati media pembelajaran berupa gambar teknik roll depan, roll belakang dan sikap lilin. 2. Mempertanyakan konsep gerakan dominan senam lantai (gerak statis, mendarat, meloncat / melompat, berpindah, berputar dan mengayun) dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, menjaga keselamatan diri sendiri dan	50 menit

orang lain dan toleransi selama beraktivitas.

3. Mempertanyakan konsep gerakan (roll depan, roll belakang dan sikap lilin) dengan menunjukkan nilai kerjasama dan toleransi.

B. Mengeksplorasi

1. Melakukan gerakan guling ke depan dari posisi jongkok yang dibantu / tidak dibantu oleh teman.
2. Melakukan gerakan mengguling ke depan dari posisi berdiri yang dibantu / tidak dibantu oleh teman dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dan toleransi selama beraktivitas.
3. Melakukan gerakan mengguling ke depan dari posisi jongkok yang dibantu/tidak dibantu oleh teman dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain, dan toleransi selama beraktivitas.
4. Melakukan gerakan mengguling ke belakang dari posisi jongkok yang dibantu / tidak dibantu oleh teman dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dan toleransi selama beraktivitas.

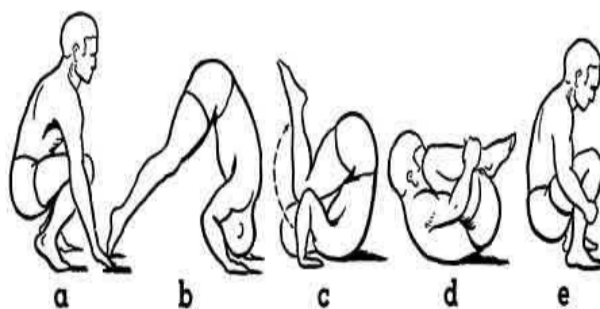
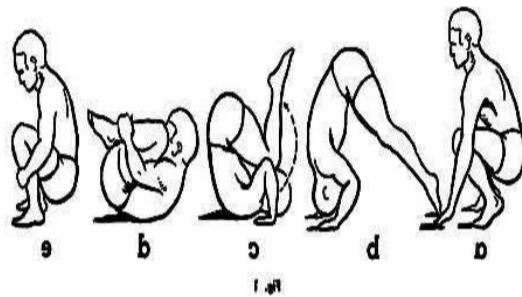


fig. 1



5. Mendiskusikan konsep gerakan dominan dalam senam lantai (gerakan statis, mendarat, meloncat/melompat, berpindah, berputar dan mengayun) dan membuat kesimpulannya.
6. Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan komponen gerak dominan dalam senam lantai (gerak statis, mendarat, meloncat/melompat, berpindah, berputar dan mengayun) dan membuat kesimpulannya.
7. Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak konsep gerakan dominan dalam senam lantai (gerak statis, mendarat, meloncat/melompat, berpindah, berputar dan mengayun) dan membuat kesimpulannya.

C. Mengasosiasi

1. Semua peserta didik berkumpul kemudian melakukan diskusi tentang pengalaman belajar yang telah dia dapatkan kepada seluruh teman dan guru
2. Menemukan hubungan keserasian gerak dengan konsep gerak dominan dalam senam lantai (gerak statis, mendarat, meloncat/melompat, berpindah, berputar dan mengayun).
3. Peserta didik menunjukkan sikap respek pada orang lain dengan mendengarkan secara seksama setiap ada orang lain

	<p>yang berpendapat.</p> <p>D. Mengkomunikasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Memperagakan (guling depan, guling belakang) secara parsial. 2. Menunjukkan perilaku bertanggungjawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan. 3. Memberikan dan menerima saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan. 4. Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang keterampilan gerak dominan lantai (gerak statis, mendarat, meloncat/melompat, berpindah, berpindah, berputar, dan mengayun) dengan menunjukkan kerjasama. 	
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik melakukan pelepasan/pendinginan dipimpin oleh guru / siswa. 2. Peserta didik bersama guru, melakukan refleksi. 3. Pesertadidikbersama guru menyimpulkanhasil pembelajaran. 4. Menyampaikan materi untuk pertemuan yang akan datang. 5. Mengakhiri pembelajaran dengan doa untuk mensyukuri keselamatan, kesehatan dan manfaat dalam pembelajaran. 6. Peserta didik bersalaman dengan guru 	15menit

E. PENILAIAN

E. Penilaian, pembelajaran, remedial, dan pengayaan

1. Teknik

No	Kompetensi Dasar	Teknik penilaian			keterangan
		Pengetahuan	Ketrampilan	Sikap	
1	3.6 Memahami konsep berbagai keterampilan dasar dalam				

	<p>aktivitas spesifik senam lantai.</p> <p>4.6 Mempraktikkan konsep berbagai keterampilan dasar dalam aktivitas spesifik senamantai.</p>				
--	--	--	--	--	--

2. Instrumen Penilaian

Pengetahuan :

No	KOMPETENSI DASAR	MATERI	INDIKATOR SOAL	BENTUK SOAL	JML SOAL
1	3.6 Memahami konsep berbagai keterampilan dasar dalam aktivitas spesifik senam lantai.		Menjelaskan cara melakukan rangkaian gerakan guling ke depan dengan benar. tarikan, fase relaksasi, dan fase dorongan), rangkaian gerakan guling belakang, rangkaian gerakan guling ke depan, guling ke belakang	Tertulis	3

BUTIR SOAL

1. Jelaskan apa yang di maksud dengan senam lantai ?
2. Jelaskan cara melakukan guling depan (roll depan) dengan sikap awal jongkok?
3. Jelaskan cara melakukan guling depan (roll depan) dengan sikap awal berdiri?
4. Jelaskan cara melakukan gulingbelakang (roll belakang) ?

No	Kunci jawaban	Skor
----	---------------	------

1	Senam lantai adalah latihan senam yang dilakukan di atas matras, terdapat beberapa unsur-unsur gerakannya mulai dari mengguling, melompat, meloncat, berputar di udara, menumpu dengan tangan, atau kaki untuk mempetahankan sikap seimbang atau pada saat meloncat ke depan dan kebelakang.	3
2	Cara melakukan guling depan sikap awalan jongkok 1) Sikap awal jongkok, kedua kaki rapat, letakkan lutut ke dada. 2) Kedua tangan menumpu di depan ujung kaki kira-kira 40 cm. 3) Kemudian, bungkukkan kedua tangan, letakkan pundak pada matras dengan menundukkan kepala dan dagu sampai ke dada. 4) Setelah itu, lakukan gerakan berguling ke depan. 5) Ketika panggul menyentuh matras, peganglah tulang kering dengan kedua tangan menuju posisi jongkok.	2
3	Cara melakukan Aktivitas guling depan dari sikap berdiri adalah sebagai berikut. 1) Sikap awal berdiri dengan kedua kaki rapat, lalu letakkan kedua telapak tangan di atas matras selebar bahu, di depan ujung kaki sejauh ± 50 cm. 2) Bungkukkan kedua tangan, lalu letakkan pundak di atas matras dan kepala dilipat sampai dagu menempel bagian dada. 3) Selanjutnya dengan, berguling ke depan, yaitu saat panggul menyentuh matras lipat kedua kaki dan pegang tulang kering dengan kedua tangan menuju ke posisi jongkok. Peserta didik diminta mengamati dan merasakan yang dilakukan, lalu temukan pola yang paling sesuai buat mereka.	3
4	1. Posisi jongkok, kedua kaki rapat, dan tumit diangkat. 2. Kepala menunduk dan dagu rapat ke dada. 3. Kedua tangan berada disamping telinga dan telapak tangan menghadap ke atas. 4. Jatuhkan pantat ke belakang, badan tetap bulat. 5. Pada saat punggung menyentuh matras, kedua lutut cepat ditarik ke belakang kepala. 6. Pada saat kedua ujung kaki menyentuh matras di belakang kepala, kedua telapak tangan menekan matras hingga tangan lurus dan kepala terangkat. 7. Ambil sikap jongkok, dengan lurus ke depan sejajar bahu, lalu berdiri	2
Jumlah skor Maksimum		10

$$\text{Nilai} = ((\text{skor perolehan}) / (\text{skor maksimum})) \times 100$$

Ketrampilan

(1) Instrumen Tes Praktik

Lakukan gerakan guling depan dengan sikap awal jongkok dan berdiri serta lakukan gerakan guling belakang

No	Nama Siswa	Aspek yang di nilai dan skor yang di peroleh		
		Data Pengamatam	Kesimpulan	Presentasi
1				
2				
3				

Rubrik

No	Aspek yang di nilai	Rubrik
1	Data Pengamatan	2 : Data lengkap sesuai pengamatan 1 : data tidak lengkap 0 : tidak ada data
2	Kesimpulan	2 : Simpulan benar dan sistematis 1 : simpulan benar tapi kurang sistematis 0 : simpulan salah
3	Presentasi / diskusi	2 : Jelas, sistematis dan dapat menjawab pertanyaan 1 : jelas, sistematis dan tidak dapat menjawab pertanyaan 0 : tidak jelas, kurangh sistematis dan tidak mampu menjawab pertanyaan
	Skor maksimum	6
	Nilai =	((nilai perolehan)) / ((skor maksimu)) x 100

*Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

– Pembelajaran remedial

Pembelajaran remedial di lakukan segera setelah kegiatan penilaian

Jika terdapat lebih dari 50% peserta didik yang mendapat nilai di bawah ketuntasan belajar 76 maka di laksanakan remedi. (remedial teaching) terhadap kelompok tertentu.

Jika terdapat 30% - 50% peserta didik yang mendapat nilai dibawah ketuntasan belajar 76 maka di berikan penugasan, dan tutor sebaya terhadap kelompok tertentu

Jika terdapat kurang 30% - 50% peserta didik yang mendapat nilai dibawah ketuntasan belajar 76 maka di berikan penugasan kelompok tertentu

Setelah remedial dilaksanakan kemudian diadakan tes ulang pada indikator – indikator pembelajaran yang belum tercapai oleh masing – masing peserta didik.

- **Pembelajaran pengayaan**

Pembelajaran pengayaan di berikan kepada peserta didik yang mendapat diatas ketuntasan belajar dengan cara pemberian tugas mengkaji tentang gerakan senam lantai (guling depan dan guling belakang) atau melakukan latihan gerakan senam lantai (guling depan dan guling belakang) agar berprestasi lebih baik.

F. Media Pembelajaran

1. Media

- a. Gambar poster rangkaian gerak rol depan dan belakang
- b. Video rangkaian gerak rol depan dan belakang

2. Alat dan bahan

- Laptop : 1 buah
- LCD : 1 buah
- *Screen monitor*: 1 buah
- Matras : 2 buah
- Arena : Ruang keterampilan SMP N 2 Wonosari

G. Sumber Belajar

1. Muhajir dan Budi Sutrisno. 2013. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII*. cetakanKe-1. Jakarta: Politeknik Negeri Media Kreatif. Hal: 169-182
2. Muhajir dan Budi Sutrisno. 2013. *Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII*. cetakanKe-1. Jakarta: Politeknik Negeri Media Kreatif. Hal: 138-143

Guru Mata Pelajaran

Mahasiswa

AMINAH, S.Pd.

NIP. 19640314 199003 2 003

AFIK BUDI SETYAWAN

NIM. 13601244069

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 2 Wonosari
Mata Kuliah : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas / Semester : VIII / 1
Materi Pokok : Senam Lantai (Guling depan dan belakang)
Alokasi Waktu : 3 JP (3 x 40 menit)

A. KOMPETENSI INTI

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni budaya, terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah dan menyajikan 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 atau teori.

B. KOMPETENSI DASAR

- 1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan:
 - a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran
 - b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir
 - c. Mempraktikkan kebiasaan baik dalam berolahraga dan latihan
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri dan orang lain, lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran

- 2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan
- 2.5 Toleransi dan mau berbagi dalam penggunaan sarana dan prasarana
- 3.7 Menentukan variasi dan kombinasi teknik dasar senam lantai dalam bentuk Rangkaian sederhana
- 4.5 Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana

C. INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

- 1.1.1 Berdoa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan pembelajaran
- 1.1.2 Menunjukkan sikap berusaha secara maksimal dalam melakukan pembelajaran dengan tetap
- 1.1.3 Meningkatkan kemampuan dan menunjukkan sikap tawakal terhadap hasil akhir. Menunjukkan perilaku baik dengan melakukan gerakan sesuai fungsi tubuh (kodrat)
- 2.1.1 Saat bermain menunjukkan bermain tidak curang
- 2.2.1 Merapikan kembali peralatan yang telah digunakan pada tempatnya
- 2.3.1 Tidak melakukan gerakan yang dapat membahayakan diri sendiri dan orang lain
- 2.3.2 Dalam melakukan aktivitas fisik yang dilakukan secara berkelompok, beregu, dan berpasangan memperhatikan kondisi teman baik fisik maupun psikis
- 2.4.1 Saling membantu teman bila ada kesulitan dalam melaksanakan gerakan.
- 2.5.1 Dalam melaksanakan permainan tidak menguasai alat atau lapangan sendiri.
- 2.6.1 Mengikuti peraturan petunjuk atau arahan yang telah diberikan guru.
- 2.7.1 Dalam melakukan permainan menunjukkan perilaku bahwa lawan merupakan teman bermain
- 3.6.1 Menjelaskan cara melakukan rangkaian gerakan guling ke depan dengan benar. tarikan, fase relaksasi, dan fase dorongan) dengan benar.
- 3.6.2 Menjelaskan cara melakukan rangkaian gerakan guling belakang dengan benar.
- 3.6.3 Menjelaskan cara melakukan rangkaian gerakan guling ke depan, guling ke belakang dan guling lenting dalam bentuk perlombaan dengan menunjukkan perilaku sportivitas, kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin dan toleransi selama melakukan perlombaan.
- 4.6.1 Mempraktikkan rangkaian gerakan guling ke depan dengan koordinasi yang baik.
- 4.6.2 Mempraktikkan rangkaian gerakan guling belakang dengan koordinasi yang baik
- 4.6.3 Mempraktikkan rangkaian gerakan guling ke depan dan guling ke belakang dengan koordinasi yang baik.
- 4.6.4 Mempraktikkan gerakan rangkaian gerakan guling ke depan, guling ke belakang dan guling lenting dalam bentuk perlombaan dengan menunjukkan perilaku sportivitas,

kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin dan toleransi selama melakukan gerakan senam

D. MATERI PEMBELAJARAN

Gerakan guling depan (*forward roll*) adalah gerakan mengguling atau menggelinding ke depan membulat. Jadi, dalam gerakan guling depan, gerakan tubuh harus dibulatkan. Aktivitas guling depan dapat terbagi atas dua bagian, yaitu guling depan dan sikap awal jongkok dan guling depan dengan sikap awal berdiri.

a. Aktivitas Guling Depan dan Sikap Awal Jongkok

Cara melakukan aktivitas guling depan dari sikap awal jongkok adalah sebagai berikut.

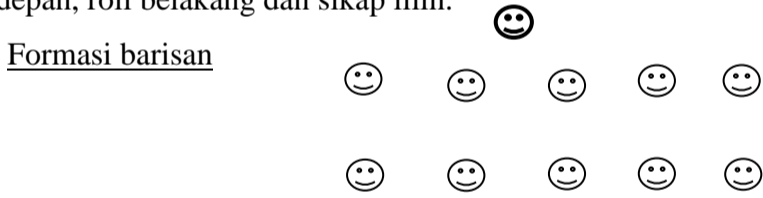
- 1) Sikap awal jongkok, kedua kaki rapat, letakkan lutut ke dada.
- 2) Kedua tangan menumpu di depan ujung kaki kira-kira 40 cm.
- 3) Kemudian, bungkukkan kedua tangan, letakkan pundak pada matras dengan menundukkan kepala dan dagu sampai ke dada.
- 4) Setelah itu, lakukan gerakan berguling ke depan.
- 5) Ketika panggul menyentuh matras, peganglah tulang kering dengan kedua tangan menuju posisi jongkok.

b. Aktivitas Guling Depan dari Sikap Berdiri

Cara melakukan Aktivitas guling depan dari sikap berdiri adalah sebagai berikut.

- 1) Sikap awal berdiri dengan kedua kaki rapat, lalu letakkan kedua telapak tangan di atas matras selebar bahu, di depan ujung kaki sejauh ± 50 cm.
- 2) Bungkukkan kedua tangan, lalu letakkan pundak di atas matras dan kepala dilipat sampai dagu menempel bagian dada.
- 3) Selanjutnya dengan, berguling ke depan, yaitu saat panggul menyentuh matras lipat kedua kaki dan pegang tulang kering dengan kedua tangan menuju ke posisi jongkok. Peserta didik diminta mengamati dan merasakan yang dilakukan, lalu temukan pola yang paling sesuai buat mereka.

E. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

Kegiatan	Diskripsi	Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menyiapkan peserta didik dalam barisan dua sab. 2. Dipimpin berdoa untuk keselamatan dalam pembelajaran dan kebermanfaatn. 3. Mengecek kehadiran semua peserta didik dan menanyakan kesehatan mereka secara umum. 4. Menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dicapai pada hari itu. 5. Melakukan apersepsi tentang senam lantai khususnya roll depan, roll belakang dan sikap lilin. <div style="text-align: center;">  </div> 6. Melakukan pemanasan statis dan dinamis sesuai otot yang dominan 	15menit
Inti	<ol style="list-style-type: none"> A. Mengamati <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa mengamati media pembelajaran berupa gambar teknik roll depan, roll belakang dan sikap lilin. B. Menanya (Question) <ol style="list-style-type: none"> 1. Mempertanyakan konsep gerakan dominan senam lantai (gerak statis, mendarat, meloncat / melompat, berpindah, berputar dan mengayun) dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dan toleransi selama beraktivitas. 2. Mempertanyakan konsep gerakan (roll depan, roll belakang dan sikap lilin) dengan menunjukkan nilai 	50 menit

kerjasama dan toleransi.

C. Mengeksplorasi

1. Melakukan gerakan guling ke depan dari posisi jongkok yang dibantu / tidak dibantu oleh teman.
2. Melakukan gerakan mengguling ke depan dari posisi berdiri yang dibantu / tidak dibantu oleh teman dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dan toleransi selama beraktivitas.
3. Melakukan gerakan mengguling ke depan dari posisi jongkok yang dibantu/tidak dibantu oleh teman dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain, dan toleransi selama beraktivitas.
4. Melakukan gerakan mengguling ke belakang dari posisi jongkok yang dibantu / tidak dibantu oleh teman dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dan toleransi selama beraktivitas.

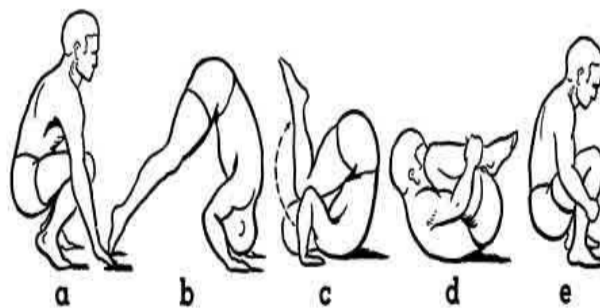


Fig. 1

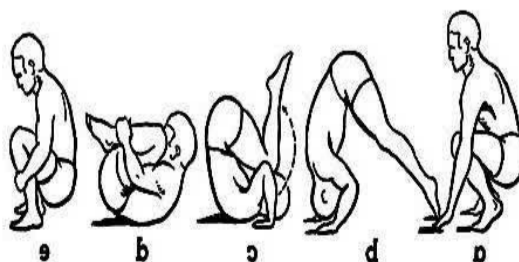


Fig. 2

5. Mendiskusikan konsep gerakan dominan dalam senam

	<p>lantai (gerakan statis, mendarat, meloncat/melompat, berpindah, berputar dan mengayun) dan membuat kesimpulannya.</p> <p>6. Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan komponen gerak dominan dalam senam lantai (gerak statis, mendarat, meloncat/melompat, berpindah, berputar dan mengayun) dan membuat kesimpulannya.</p> <p>7. Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak konsep gerakan dominan dalam senam lantai (gerak statis, mendarat, meloncat/melompat, berpindah, berputar dan mengayun) dan membuat kesimpulannya.</p> <p>D. Mengasosiasi</p> <p>1. Semua peserta didik berkumpul kemudian melakukan diskusi tentang pengalaman belajar yang telah dia dapatkan kepada seluruh teman dan guru</p> <p>2. Menemukan hubungan keserasian gerak dengan konsep gerak dominan dalam senam lantai (gerak statis, mendarat, meloncat/melompat, berpindah, berputar dan mengayun).</p> <p>3. Peserta didik menunjukkan sikap respek pada orang lain dengan mendengarkan secara seksama setiap ada orang lain yang berpendapat.</p> <p>E. Mengkomunikasi</p> <p>1. Memperagakan (guling depan, guling belakang) secara parsial.</p> <p>2. Menunjukkan perilaku bertanggungjawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan.</p> <p>3. Memberikan dan menerima saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan</p>	
--	---	--

	<p>permainan.</p> <p>4. Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang keterampilan gerak dominan lantai (gerak statis, mendarat, meloncat/melompat, berpindah, berpindah, berputar, dan mengayun) dengan menunjukkan kerjasama.</p>	
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik melakukan pelepasan/pendinginan dipimpin oleh guru / siswa. 2. Peserta didik bersama guru, melakukan refleksi. 3. Peserta didik bersama guru menyimpulkan hasil pembelajaran. 4. Menyampaikan materi untuk pertemuan yang akan datang. 5. Mengakhiri pembelajaran dengan doa untuk mensyukuri keselamatan, kesehatan dan manfaat dalam pembelajaran. 6. Peserta didik bersalaman dengan guru 	15menit

F. PENILAIAN

F. Penilaian, pembelajaran, remedial, dan pengayaan

G. Teknik

No	Kompetensi Dasar	Teknik penilaian			keterangan
		Pengetahuan	Ketrampilan	Sikap	
1	<p>3.6.1 Menjelaskan cara melakukan rangkaian gerakan guling ke depan dengan benar. tarikan, fase relaksasi, dan fase dorongan) dengan benar.</p> <p>3.6.2 Menjelaskan cara melakukan rangkaian gerakan</p>				

<p>guling belakang dengan benar.</p> <p>4.6.1 Mempraktikkan rangkaian gerakan guling ke depan dengan koordinasi yang baik.</p> <p>3.6.2 Mempraktikkan rangkaian gerakan guling belakang dengan koordinasi yang baik</p> <p>3.6.3 Mempraktikkan rangkaian gerakan guling ke depan dan guling ke belakang dengan koordinasi yang baik.</p>				
--	--	--	--	--

1. Instrumen Penilaian

Pengetahuan :

No	KOMPETENSI DASAR	MATERI	INDIKATOR SOAL	BENTUK SOAL	JML SOAL
1	<p>3.6.1 Menjelaskan cara melakukan rangkaian gerakan guling ke depan dengan benar. tarikan, fase relaksasi, dan fase dorongan) dengan benar.</p> <p>3.6.2 Menjelaskan cara melakukan rangkaian gerakan guling belakang dengan benar.</p>		<p>Menjelaskan cara melakukan rangkaian gerakan guling ke depan dengan benar. tarikan, fase relaksasi, dan fase dorongan), rangkaian gerakan guling belakang, rangkaian gerakan guling ke depan, guling ke belakang</p>	Tertulis	3

BUTIR SOAL

1. Jelaskan apa yang di maksud dengan senam lantai ?
2. Jelaskan cara melakukan guling depan (roll depan) dengan sikap awal jongkok?

3. Jelaskan cara melakukan guling depan (roll depan) dengan sikap awal berdiri?
4. Jelaskan cara melakukan gulingbelakang (roll belakang) ?

No	Kunci jawaban	Skor
1	<p>Senam lantai adalah latihan senam yang dilakukan di atas matras, terdapat beberapa unsur-unsur gerakannya mulai dari mengguling, melompat, meloncat, berputar di udara, menumpu dengan tangan, atau kaki untuk mempetahankan sikap seimbang atau pada saat meloncat ke depan dan kebelakang.</p>	3
2	<p>Cara melakukan guling depan sikap awalan jongkok</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Sikap awal jongkok, kedua kaki rapat, letakkan lutut ke dada. 2) Kedua tangan menumpu di depan ujung kaki kira-kira 40 cm. 3) Kemudian, bengkokkan kedua tangan, letakkan pundak pada matras dengan menundukkan kepala dan dagu sampai ke dada. 4) Setelah itu, lakukan gerakan berguling ke depan. 5) Ketika panggul menyentuh matras, peganglah tulang kering dengan kedua tangan menuju posisi jongkok. 	2
3	<p>Cara melakukan Aktivitas guling depan dari sikap berdiri adalah sebagai berikut.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Sikap awal berdiri dengan kedua kaki rapat, lalu letakkan kedua telapak tangan di atas matras selebar bahu, di depan ujung kaki sejauh ± 50 cm. 2) Bengkokkan kedua tangan, lalu letakkan pundak di atas matras dan kepala dilipat sampai dagu menempel bagian dada. 3) Selanjutnya dengan, berguling ke depan, yaitu saat panggul menyentuh matras lipat kedua kaki dan pegang tulang kering dengan kedua tangan menuju ke posisi jongkok. Peserta didik diminta mengamati dan merasakan yang dilakukan, lalu temukan pola yang paling sesuai buat mereka. 	3
4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Posisi jongkok, kedua kaki rapat, dan tumit diangkat. 2. Kepala menunduk dan dagu rapat ke dada. 3. Kedua tangan berada disamping telinga dan telapak tangan menghadap ke atas. 4. Jatuhkan pantat ke belakang, badan tetap bulat. 	2

	<p>5. Pada saat punggung menyentuh matras, kedua lutut cepat ditarik ke belakang kepala.</p> <p>6. Pada saat kedua ujung kaki menyentuh matras di belakang kepala, kedua telapak tangan menekan matras hingga tangan lurus dan kepala terangkat.</p> <p>7. Ambil sikap jongkok, dengan lurus ke depan sejajar bahu, lalu berdiri</p>	
	Jumlah skor Maksimum	10

$$\text{Nilai} = ((\text{skor perolehan}) / (\text{skor maksimum})) \times 100$$

Ketrampilan

(1) Instrumen Tes Praktik

Lakukan gerakan guling depan dengan sikap awal jongkok dan berdiri serta lakukan gerakan guling belakang

No	Nama Siswa	Aspek yang di nilai dan skor yang di peroleh		
		Data Pengamatam	Kesimpulan	Presentasi
1				
2				
3				

Rubrik

No	Aspek yang di nilai	Rubrik
1	Data Pengamatan	2 : Data lengkap sesuai pengamatan 1 : data tidak lengkap 0 : tidak ada data
2	Kesimpulan	2 : Simpulan benar dan sistematis 1 : simpulan benar tapi kurang sistematis 0 : simpulan salah
3	Presentasi / diskusi	2 : Jelas, sistematis dan dapat menjawab pertanyaan 1 : jelas, sistematis dan tidak dapat menjawab pertanyaan 0 : tidak jelas, kurangh sistematis dan tidak mampu menjawab pertanyaan
	Skor maksimum	6
	Nilai =	((nilai perolehan)) / ((skor maksimu)) x 100

*Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

– Pembelajaran remedial

Pembelajaran remedial di lakukan segera setelah kegiatan penilaian

Jika terdapat lebih dari 50% peserta didik yang mendapat nilai di bawah ketuntasan belajar 76 maka di laksanakan remidi. (remidial teaching) terhadap kelompok tertentu.

Jika terdapat 30% - 50% peserta didik yang mendapat nilai dibawah ketuntasan belajar 76 maka di berikan penugasan, dan tutor sebaya terhadap kelompok tertentu

Jika terdapat kurang 30% - 50% peserta didik yang mendapat nilai dibawah ketuntasan belajar 76 maka di berikan penugasan kelompok tertentu

Setelah remidial dilaksanakan kemudian diadakan tes ulang pada indikator – indikator pembelajaran yang belum tercapai oleh masing – masing peserta didik.

- **Pembelajaran pengayaan**

Pembelajaran pengayaan di berikan kepada peserta didik yang mendapat diatas ketuntasan belajar dengan cara pemberian tugas mengkaji tentang gerakan senam lantai (guling depan dan guling belakang) atau melakukan latihan gerakan senam lantai (guling depan dan guling belakang) agar berprestasi lebih baik.

G. Media Pembelajaran

1. Media

- a. Gambar poster rangkaian gerak rol depan dan belakang
- b. Video rangkaian gerak rol depan dan belakang

2. Alat dan bahan

- Laptop : 1 buah
- LCD : 1 buah
- *Screen monitor*: 1 buah
- Matras : 2 buah
- Arena : Ruang keterampilan SMP N 2 Wonosari

H. Sumber Belajar

1. Muhajir dan Budi Sutrisno. 2013. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII*. cetakanKe-1. Jakarta: Politeknik Negeri Media Kreatif. Hal: 169-182

2. Muhajir dan Budi Sutrisno. 2013. *Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII*. cetakanKe-1. Jakarta: Politeknik Negeri Media Kreatif. Hal: 138-143

I. Media Pembelajaran

3. Media

- c. Gambar poster rangkaian gerak rol depan dan belakang
- d. Video rangkaian gerak rol depan dan belakang

4. Alat dan bahan

- Laptop : 1 buah
- LCD : 1 buah
- *Screen monitor*: 1 buah
- Matras : 2 buah
- Arena : Ruang keterampilan SMP N 2 Wonosari

J. Sumber Belajar

1. Muhajir dan Budi Sutrisno. 2013. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII*. cetakanKe-1. Jakarta: Politeknik Negeri Media Kreatif. Hal: 169-182
2. Muhajir dan Budi Sutrisno. 2013. *Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII*. cetakanKe-1. Jakarta: Politeknik Negeri Media Kreatif. Hal: 138-143

Mengetahui
Guru Mata Pelajaran

Wonosari, Agustus 2015
Mahasiswa

AMINAH, S.Pd.
NIP. 19640314 199003 2 003

AFIK BUDI SETYAWAN
NIM. 13601244069

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan	: SMP N 2 Wonosari
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: VIII / 1 (Ganjil)
Topik Pembelajaran	: Teknik Dasar Sepakbola
Alokasi Waktu	: 3 JP (3 x 40 menit)

A. Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni budaya, terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah dan menyajikan 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 atau teori.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga dicerminkan dengan
 - a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran
 - b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir
 - c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain
- 2.2 Bertanggung jawab dalam menggunakan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar

- 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan aktivitas fisik
- 2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik
- 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik
- 2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan
- 3.1 Memahami teknik dasar gerak fundamental sepakbola.
- 4.1 Mempraktikkan teknik dasar permainan sepakbola dan menekankan gerak dasar fundamental.

C. Indikator Pencapaian

- 1.1.1 Berdoa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan pembelajaran
- 1.1.2 Menunjukkan sikap berusaha secara maksimal dalam melakukan pembelajaran dengan tetap meningkatkan kemampuan dan menampilkan sikap tawakal terhadap hasil akhir
- 1.1.3 Menunjukkan perilaku baik dengan melakukan gerakan sesuai fungsi tubuh (kodrat).
- 2.1.1 Saat bermain menunjukkan permainan tidak curang
- 2.2.1 Menggunakan peralatan sesuai dengan fungsinya
- 2.4.1 Dalam melakukan aktivitas fisik yang dilakukan secara berkelompok, beregu, dan berpasangan perlu memperhatikan kondisi teman, baik fisik atau psikis.
- 3.1.1 Menyebutkan konsep variasi pada permainan bola besar dengan sepakbola.
- 3.1.2 Menyebutkan konsep kombinasi pada permainan bola besar dengan sepakbola.
- 3.1.3 Menyebutkan konsep keterampilan dasar permainan bola besar dengan sepakbola.
- 4.1.1 Melakukan variasi dan kombinasi prinsip dasar aktivitas permainan mengumpan bola menggunakan kaki bagian dalam, luar, dan punggung kaki.
- 4.1.2 Melakukan variasi dan kombinasi prinsip dasar aktivitas permainan menendang bola menggunakan kaki bagian dalam, luar, dan punggung kaki.
- 4.1.3 Melakukan variasi dan kombinasi prinsip dasar aktivitas permainan menggiring bola menggunakan kaki bagian dalam, luar, dan punggung kaki.

D. Materi Pembelajaran

1. Aktivitas bermain menendang bola menggunakan kaki bagian dalam, luar, punggung kaki, (kaki kanan dan kiri) berkelompok membentuk lingkaran berpegangan tangan,



fokuskan perhatian peserta didik pada prinsip gerakan kaki, perkenaan kaki pada bola,

dan bola harus selalu di bawah kontrol,

hingga bola tidak keluar dari lingkaran, gerakan dilakukan menyamping, dan dilanjutkan bergerak maju- mundur.

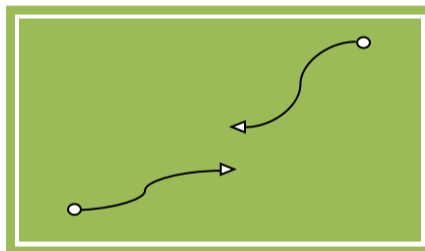
2. Aktivitas bermain menggiring bola menggunakan kaki bagian dalam, luar, punggung kaki, (kaki kanan dan kiri) perorangan atau berkelompok, tahap pertama menyentuh bola menggunakan kaki bagian dalam, luar, punggung kaki di tempat, dilanjutkan sambil bergerak maju jalan *fokuskan perhatian peserta didik pada prinsip gerakan kaki, perkenaan kaki pada bola, dan bola harus selalu di bawah kontrol,* hingga bola tidak bergulir jauh dari kaki.
3. Aktivitas bermain menggiring bola menggunakan kaki bagian luar, dalam, punggung pada garis lurus (menggunakan kaki kanan dan kiri).

F. Kegiatan Pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> • Berbaris, berdoa, presensi, • Menyampaikan apersepsi : • Melakukan pemanasan : <ul style="list-style-type: none"> ○ Pemanasan ini berbentuk permainan ular-ularan ○ Peserta didik dibagi menjadi 2 kelompok, kelompok satu yaitu ular 1 dan kelompok dua yaitu ular 2 	15 menit

- Ular 1 harus berusaha merebut ekor ular 2
- Kepala ekor dari ular 2 harus berusaha melindungi ekornya agar tidak terebut oleh kepala ular 1
- Apabila ekor ular (ular 1 atau ular 2) dapat terebut oleh kepala ular (ular 1 atau ular 2) maka permainan diulang kembali
- Peserta didik berhenti melakukan pemanasan permainan ini setelah mendengar suara peluit lalu melakukan penguluran.


Gambar. Peamanan dalam bentuk permainan



Keterangan :

△ : kepala ular

○ : ekor ular

<p>Inti</p>	<p>1) Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Peserta didik disiapkan untuk mengamati materi yang akan disampaikan. ○ Guru memberikan materi passing kaki bagian dalam, luar dan dribling berupa gambar dan demonstrasi dari guru dibantu beberapa siswa untuk melakukan. ○ Selain memberikan materi dalam bentuk gambar, guru juga menjelaskan materi teknik dasar passing secara umum, passing adalah menendang bola dengan menggunakan kaki bagian dalam. passing digunakan untuk mengumpan bola kepada teman. <p>Teknik melakukan passing dan control kaki bagian dalam dan luar :</p> <p><i>gambar teknik dasar passing kaki bagian dalam</i></p> 	<p>50 menit</p>
	<p>a. Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Siswa diberikan kesempatan untuk bertanya tentang apa yang belum mereka pahami mengenai penjelasan yang dijelaskan oleh guru. ○ Siswa diberikan kesempatan untuk bertanya mengenai kesulitan apa yang mereka rasakan saat melakukan gerak dasar passing dan kontrol kaki bagian dalam, luar 	

dan dribling.

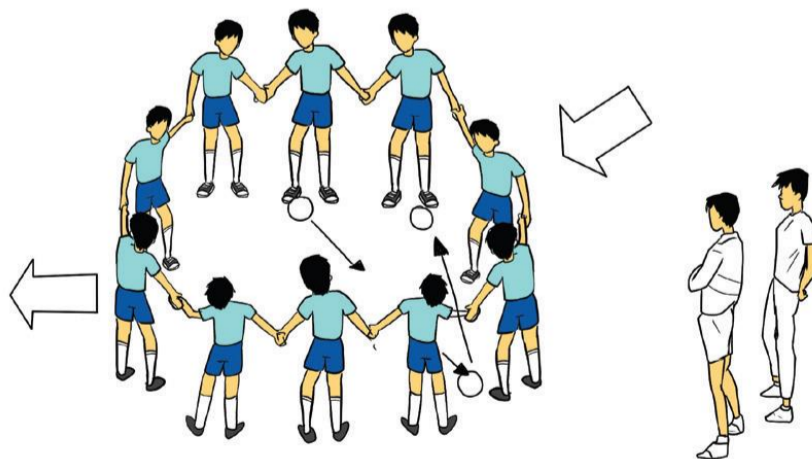
- o Guru memberikan pertanyaan mengenai gerak dasar passing dan control kaki bagian luar,dalam dan dribling.

Pertanyaannya :

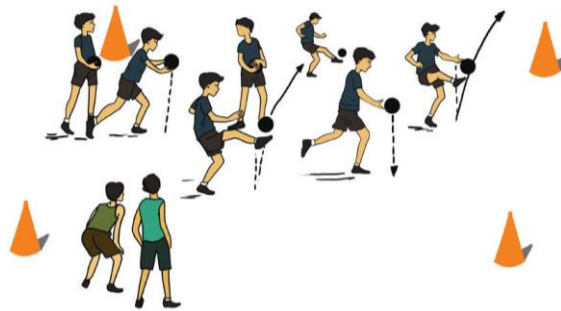
1. Bagaimana posisi badan saat melakukan passing kaki bagian dalam dalam permainan sepak bola ? kaki buka selebar bahu kemudian kaki di ayunkan.
2. Bagaimana perkenaan bola pada kaki agar bola bisa tepat di oper kepada teman? bagian dalam kaki di tendang pada bagian tengah bola.
3. Bagai mana dribling yang benar ? yaitu menggunakan punggung kaki dan lurus ke depan.

b. Mencoba

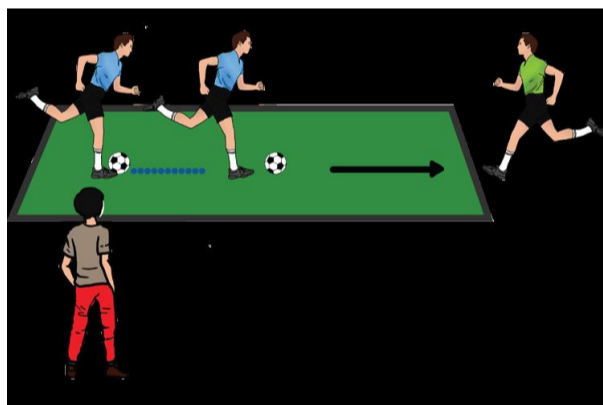
Peserta didik diberi kesempatan untuk mencoba gerakan yang di demonstarsikan dan dijelaskan oleh guru yaitu teknik dasar sepak bola dengan rincian kegiatan sebagai berikut:



Gambar. Latihan teknik dasar passing kaki bagian dalam



Gambar :menendang dengan punggung kaki



Gambar : menggiring bola

- Dan yang terakhir kombinasi yaitu passing control dan dribling menjadi satu kesatuan dengan posisi berhadapan di bagi menjadi 2 kelompok berhadapan.

3. Menalar (mengasosiasikan)

- Setelah mencoba mengenai gerak dasar passing dan control kaki bagian luar, dalam dan dribling yang diajarkan oleh guru maka siswa akan mampu merasakan :
 1. Siswa mampu merasakan bagaimana posisi badan saat melakukan passing dalam luar dan dribling

dalam permainan sepak bola ?

2. Siswa mampu merasakan bagaimana perkenaan bola pada kaki agar bola tepat kepada teman ?

c. Mengkomunikasi

- Peserta didik dibagi menjadi 2 kelompok.
- Kelompok pertama yaitu Tim A dan kelompok 2 Tim B.
- Peraturan permainan dilakukan sama seperti peraturan permainan sepak bola yang sesungguhnya, hanya saja tidak menggunakan kiper, menggunakan 1 gawang dan harus menggunakan teknik dasar yang telah di ajarkan
- Kelompok pemenang adalah kelompok yang mencapai score paling banyak.



Gambar permainan sederhana

Penutup	<ul style="list-style-type: none"> • Pendinginan <p>Petunjuk Pelaksanaan :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Siswa di suruh berjaan melingkar ▪ Siswa menunggu instruksi dari guru ▪ Permainan berakhir setelah siswa berhasil fokus dan tidak ada kesalahan. <ul style="list-style-type: none"> • Evaluasi Pembelajaran • Penarikan Kesimpulan • Penugasan untuk siswa • Doa syukur 	15 menit
----------------	---	-----------------

A. Penilaian, pembelajaran, remedial, dan pengayaan

1. Teknik

No	Kompetensi Dasar	Teknik penilaian			keterangan
		Pengetahuan	Ketrampilan	Sikap	
1	3.1 Memahami teknik dasar gerak fundamental sepakbola.				
	4.1 Mempraktikkan teknik dasar permainan sepakbola dan menekankan gerak dasar fundamental.				

2. Instrumen Penilaian

Pengetahuan :

No	KOMPETENSI DASAR	MATERI	INDIKATOR SOAL	BENTUK SOAL	JML SOAL
----	------------------	--------	----------------	-------------	----------

1	3.1 Memahami teknik dasar gerak fundamental sepakbola.		Menjelaskan cara passing dengan kaki bagian dalam, luar dan punggung kaki	Tertulis	3
---	--	--	---	----------	---

BUTIR SOAL

1. Apa yang di maksud dengan passing dalam permainan sepakbola ?
2. Jelaskan apa yang di maksud dengan passing dengan kaki bagian dalam ?
3. Jelaskan apa yang di maksud dengan passing dengan kaki bagian luar ?
4. Jelaskan apa yang di maksud dengan passing dengan punggung kaki ?

No	Kunci jawaban	Skor
1	Passing dalam sepakbola adalah salah satu usaha dari seorang pemain untuk membagi atau membangun serangan dengan cara kerjasama team, agar menembus barisan pertahanan lawan.	4
2	Passing kaki bagian dalam adalah memberikan bola ke teman satu team dengan menggunakan kaki bagian dalam	2
3	Passing kaki bagian luar adalah memberikan bola ke teman satu team dengan menggunakan kaki bagian luar	2
4	Passing dengan punggung kaki adalah memberikan bola ke teman satu team dengan menggunakan punggung kaki	2
	Jumlah skor Maksimum	10

$$\text{Nilai} = \left(\frac{\text{skor perolehan}}{\text{skor maksimum}} \right) \times 100$$

Ketrampilan

(1) Instrumen Tes Praktik

Lakukan passing dengan kaki bagian (dalam,luar,punggung)

No	Nama Siswa	Aspek yang di nilai dan skor yang di peroleh		
		Data Pengamatam	Kesimpulan	Presentasi
1				
2				
3				

Rubrik

No	Aspek yang di nilai	Rubrik
1	Data Pengamatan	2 : Data lengkap sesuai pengamatan

		1 : data tidak lengkap 0 : tidak ada data
2	Kesimpulan	2 : Simpulan benar dan sistematis 1 : simpulan benar tapi kurang sistematis 0 : simpulan salah
3	Presentasi / diskusi	2 : Jelas, sistematis dan dapat menjawab pertanyaan 1 : jelas, sistematis dan tidak dapat menjawab pertanyaan 0 : tidak jelas, kurangnya sistematis dan tidak mampu menjawab pertanyaan
	Skor maksimum	6
	Nilai =	$((\text{nilai perolehan}) / (\text{skor maksimum})) \times 100$

*Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

– Pembelajaran remedial

Pembelajaran remedial dilakukan segera setelah kegiatan penilaian

Jika terdapat lebih dari 50% peserta didik yang mendapat nilai di bawah ketuntasan belajar 76 maka dilaksanakan remedi. (remedial teaching) terhadap kelompok tertentu.

Jika terdapat 30% - 50% peserta didik yang mendapat nilai di bawah ketuntasan belajar 76 maka diberikan penugasan, dan tutor sebaya terhadap kelompok tertentu

Jika terdapat kurang 30% - 50% peserta didik yang mendapat nilai di bawah ketuntasan belajar 76 maka diberikan penugasan kelompok tertentu

Setelah remedial dilaksanakan kemudian diadakan tes ulang pada indikator – indikator pembelajaran yang belum tercapai oleh masing – masing peserta didik.

- Pembelajaran pengayaan

Pembelajaran pengayaan diberikan kepada peserta didik yang mendapat di atas ketuntasan belajar dengan cara pemberian tugas mengkaji tentang passing dengan kaki bagian dalam, luar, punggung atau melakukan latihan passing kaki bagian dalam, luar, punggung agar berprestasi lebih baik.

E. Metode Pembelajaran

1. Pendekatan: saintifik (scientific)
2. TGfU
3. Metode: penugasan.

E. Media, Alat, dan sumber Pembelajaran

1. Media

1. Gambar : passing kaki bagian dalam.control menggunakan kaki bagian dalam, dribling
2. video

2. Alat dan bahan

- Bola
- cone
- Peluit, stopwatch
- Lapangan sepakbola

3. Sumber Belajar

1. Media Cetak
 - a. Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII, Cetakan Ke-2 (Edisi Revisi). 2014. Jakarta: Kemendikbud.
 - b. Poster / gambar gerak dasar permainan sepakbola.
2. Media Elektronik
 - a. Audio / Video visual teknik dasar permainan sepakbola.
 - b. Rekaman / cuplikan pertandingan sepakbola.

Mengetahui
Guru Mata Pelajaran

Wonosari, 1 Agustus 2016
Mahasiswa

AMINAH, S.Pd.
NIP. 19640314 199003 2 003

AFIK BUDI SETYAWAN
NIM. 13601244069