

LAPORAN INDIVIDU

PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN(PPL)

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA TAHUN 2016/2017

DI SMP NEGERI 4 WONOSARI

Alamat: Ngerboh I, Piyaman, Wonosari, Gunungkidul

Disusun dan Diajukan Guna Memenuhi Persyaratan Dalam Mata Kuliah

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)

Dosen Pembimbing Lapangan : Saryono, M. Or



Disusun Oleh:

Isnan Iriyanto

NIM. 13601241105

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

LEMBAR PENGESAHAN LAPORAN INDIVIDU

Yang bertanda tangan di bawah ini, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa:

Nama : Isnan Iriyanto
NIM : 13601241105
Fak/Jurusan/Prodi : FIK/POR/PJKR

Telah melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Tahun Akademik 2016/2017 di SMP Negeri 4 mulai tanggal 15 Juli sampai dengan 15 September 2016. Sebagai pertanggung jawaban telah di susun laporan individu di SMP Negeri 4 Wonosari.

Gunungkidul, 15 September 2016

Guru Pembimbing PPL

Mahasiswa PPL


Dra. Tyas Titik Sekartani


Isnan Iriyanto

NIP. 19650403 200701 2 010

NIM. 13601241105

Mengetahui

Koordinator PPL sekolah

Dosen Pembimbing Lapangan


Puji Purnomo, S. Pd


Saryono, S.Pd Jas M.Or

NIP. 196512151989031008

NIP. 198110212006041001

Kepala SMP Negeri 4 Wonosari




Mardiono, S. Pd, M. M

NIP.195910191981031011

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN..... ii

KATA PENGANTAR iii

DAFTAR ISI v

ABSTRAK..... vi

BAB I PENDAHULUAN

 A. Analisis situasi..... 1

 B. Perumusan Program Kegiatan KKN-PPL..... 4

BAB II PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL

 A. Kegiatan PPL

 1. Persiapan..... 8

 2. Pelaksanaan..... 11

 3. AnalisisHasil 17

BAB III PENUTUP

 A. Simpulan..... 20

 B. Saran..... 20

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT, atas segala limpahan berkah rahmat, rahmat dan inayahnya kepada kita, sehingga laporan ini dapat tersusun secara tepat. Sholawat serta salam semoga selalu terlimpah kepada Rasulullah Muhammad SAW, semoga kita kelak mendapat syafa'at di yaumul akhir.

Laporan ini dibuat sebagai pertanggung jawaban atas pelaksanaan kegiatan PPL dan juga merupakan penjabaran kegiatan yang penulis laksanakan selama kegiatan PPL berlangsung. Harapannya setelah pelaksanaan PPL selesai, laporan ini dapat memberi manfaat dan melatih mahasiswa agar memiliki kemampuan yang berkaitan dengan proses belajar mengajar dan kegiatan yang berkaitan dengan pendidikan lainnya.

Penulis menyadari bahwa dalam melaksanakan kegiatan PPL dan penyusunan laporan ini tidak lepas dari partisipasi banyak pihak yang memberikan dukungan, bimbingan, dan bantuan. Oleh karena itu, pada kesempatan ini kami menyampaikan banyak terima kasih kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan kesehatan dan segala karunia-Nya sehingga penyusun dapat melaksanakan PPL dengan baik dan lancar.
2. Bapak Prof. Dr. Rachmad Wahab, M.Pd, M.A. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
3. Ibu Ani Setyaningsih, M.A selaku DPL Pamong yang telah memberikan masukan serta pengarahan demi terlaksananya dan lancarnya kegiatan PPL.
4. Bapak Mardjono, S.Pd, M.M selaku Kepala SMP Negeri 4 Wonosari yang telah memberikan izin, sarana serta prasarana demi kelancaran kegiatan PPL.
5. Bapak Puji Purnomo, S.Pd selaku koordinator PPL UNY 2016 di SMP Negeri 4 Wonosari yang telah bersedia memberikan pengarahan demi kepentingan dan kelancaran Praktik Pengalaman Lapangan.
6. Bapak Saryono, M.Or. selaku Dosen Pembimbing PPL yang telah memberi saran dan masukan selama pelaksanaan PPL.
7. Dra. Tyas Titik Sekartini selaku guru Mata Pelajaran Penjasorkes sekaligus pembimbing yang telah memberikan masukan demi keberhasilan praktek pengajaran di kelas selama kegiatan PPL.
8. Bapak dan Ibu yang senantiasa memberikan dukungan dan doa demi kelancaran kegiatan PPL.
9. Seluruh Bapak/ Ibu guru dan karyawan SMP Negeri 4 Wonosari yang telah dengan ikhlas membantu jalanya PPL.

10. Siswa-siswi SMP Negeri 4 Wonosari yang telah banyak membantu jalannya PPL, dan atas kritik dan saran yang sangat membantu penulis untuk menjadi guru yang profesional di masa mendatang.
11. Teman-teman PPL UNY 2015 SMP Negeri 4 Wonosari.
12. Semua pihak yang tidak bisa kami sebutkan satu-persatu.

Penyusun menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam pelaksanaan PPL serta penyusunan laporan ini. Oleh karena itu baik saran maupun kritik yang membangun sangat penulis harapkan demi kesempurnaan laporan ini. Demikian laporan ini disusun semoga apa yang telah penulis buat dapat bermanfaat untuk semua pihak.

Wonosari, 15 September 2016

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Isn' followed by a stylized flourish and the number '71'.

Isnan Iriyanto

ABSTRAK

LAPORAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) DI SMP NEGERI 4 WONOSARI

Oleh : Isnan Iriyanto

Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan yang dilaksanakan di SMP Negeri 4 Wonosari bertujuan memberi gambaran kepada mahasiswa bagaimana cara menyampaikan materi kepada peserta didik dengan metode dan model pembelajaran yang sesuai. Sehingga diharapkan lulusan UNY kelak dapat menjadi tenaga kependidikan yang profesional, unggul serta mampu menjadi pendidik bagi calon penerus bangsa. Untuk program PPL, pembagian kelas sebagai tempat praktek mengajar disesuaikan dengan kelas ampuan guru pembimbing masing-masing. Masing-masing mahasiswa mengampu kelas VII, VIII, dan kelas IX.

Kegiatan PPL UNY 2016 di SMP Negeri 4 Wonosari dilaksanakan dari tanggal 15 Juli 2016 sampai 15 September 2016. Pelaksanaan PPL di SMP N 4 Wonosari secara umum meliputi tiga tahapan yaitu, tahap persiapan, pembelajaran di kelas, dan analisis hasil pembelajaran. Tahap persiapan meliputi penetapan tujuan pembelajaran dan teknis pengajaran yang tertuang dalam rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP), satuan pembelajaran dan silabus, yang di dalamnya sudah termasuk pemilihan metode dan pendekatan yang digunakan dalam pembelajaran. Sedangkan tahap pembelajaran di kelas adalah aplikasi dari perencanaan pengajaran yang telah dibuat. Praktikan melakukan kegiatan mengajar terbimbing yaitu mengajar dengan pengawasan dari guru mata pelajaran yang bersangkutan.

Tahapan selanjutnya adalah analisis hasil pembelajaran yang dilakukan melalui proses evaluasi siswa baik dalam bentuk tugas maupun ulangan harian sebagai parameter untuk mengukur tingkat ketuntasan belajar siswa. selain tiga tahapan tersebut, praktikan juga dituntut untuk melaksanakan pembelajaran administratif guru.

BAB I

PENDAHULUAN

Sekolah merupakan bagian penting dalam proses pendidikan nasional. Perannya yang begitu besar untuk membentuk individu menjadi manusia yang dapat membangun moral bangsa. Universitas Negeri Yogyakarta sebagai bagian dari komponen pendidikan nasional yang sejak awal berdirinya telah menyatakan komitmennya terhadap dunia pendidikan salah satu perwujudannya adalah merintis pemberdayaan sekolah melalui program PPL.

SMP Negeri 4 Wonosari merupakan salah satu sekolah yang di gunakan sebagai tempat mahasiswa UNY untuk PPL. Sebagai sekolah sasaran, diharapkan pasca program berakhir, SMP Negeri 4 Wonosari lebih aktif dan kreatif dengan pendekatan menyeluruh diharapkan lingkungan sekolah menjadi tempat yang nyaman bagi siswa dalam mengikuti proses belajar mengajar karena dalam pendekatan dimensi kognitif, afektif, dan psikomotor siswa dapat mendapatkan kesempatan luas.

A. ANALISIS SITUASI

Analisis situasi merupakan upaya untuk menggali potensi dan mengetahui kendala yang ada di sekolah atau lembaga pendidikan, dalam hal ini SMP N 4 Wonosari. Tujuan dari analisis situasi ini yaitu agar mahasiswa dapat merencanakan, menyusun, serta melaksanakan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) UNY tahun 2016 di SMP N 4 Wonosari. Berdasarkan hasil observasi yang telah dilaksanakan pada pra PPL diperoleh data sebagai berikut:

SMP Negeri 4 Wonosari sebelumnya bernama SMP Negeri 3 Wonosari. Pada tanggal 7 maret 1997 SMP Negeri 3 Wonosari berubah nama menjadi SMP Negeri 4 Wonosari dengan adanya SK MENDIKBUD RI NOMOR 034/0/1997 tanggal 7 Maret 1997 tentang perubahan nomenklatur dari SMP N 3 Wonosari menjadi SMP N 4 Wonosari. Perubahan terjadi karena saat itu di kecamatan wonosari jumlah SLTP bersetatus negeri ada empat yakni SMP N 1, SMP N 2, SMP N 3, SMP Mulo. Karena SMP Mulo berdiri lebih awal maka konsekuensinya SMP Mulo di urutkan berubah nama menjadi SMP Negeri 3 Wonosari seperti saat ini, sedangkan SMP N 3 Wonosari berubah menjadi SMP N 4 Wonosari. SMP N 4 Wonosari secara geografis masih termasuk dalam lingkaran kota Wonosari. Terletak disebelah timur Balai Desa Piyaman sekitar 100 meter dari Balai Desa. Keadaan

geografisnya sangat mendukung pembelajaran, karena sebelah timur berbatasan dengan area pertanian penduduk yang setidaknya dapat meredam kebisingan kota. Gedung SMP N 4 Wonosari terletak di RT 04 RW 04 Dusun Ngerboh 1, Desa Piyaman, Kecamatan Wonosari, Kabupaten Gunungkidul. Secara administratif masih berada dalam wilayah desa Piyaman. Letak Geografis SMP Negeri 4 Wonosari yaitu:

- Sebelah utara : berbatasan dengan perkampungan penduduk Dusun Ngerboh 1.
- Sebelah timur : berbatasan dengan area pertanian penduduk dan perkampungan warga dusun Ngemplek
- Sebelah selatan : perkampungan penduduk dusun Ngerboh 1 dan Kemorosari II, terdapat pula lapangan bola basket dan gedung baru SMP N 4 Wonosari
- Sebelah barat : berbatasan dengan perkampungan penduduk Dusun Ngerboh 1 dan Balai Desa Piyaman

1. Alamat

Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 Wonosari beralamat di RT 04 RW 04 Dusun Ngerboh I, Desa Piyaman, Kecamatan Wonosari, Kabupaten Gunungkidul, Daerah Istimewa Yogyakarta.

2. Potensi Sekolah

Berdasarkan hasil observasi yang kami lakukan, SMP N 4 Wonosari memiliki kelengkapan gedung/fasilitas yang ada antara lain:

a) Ruang kelas

SMP N 4 Wonosari memiliki 15 ruang kelas dengan rincian sebagai berikut:

- 5 ruang kelas VII A, B, C, D, E
- 5 ruang kelas VIII A, B, C, D, E
- 5 ruang kelas IX A, B, C, D, E

b) Ruang perkantoran

- Ruang staff tata usaha
- Ruang kepala sekolah
- Ruang BK
- Ruang Guru

c) Ruang penunjang proses belajar mengajar

- Tempat parkir sepeda
- Perpustakaan

- Kamar mandi guru dan siswa
 - Ruang UKS
 - Tempat parkir sepeda motor
 - Mushola
 - Ruang ganti siswa
- d) Ruang kegiatan siswa
- Ruang koperasi siswa
 - Ruang keterampilan
 - Ruang OSIS
- e) Ruang lain
- Warehouse
 - Ruang utama depan
 - Ruang tamu
 - Kantin sekolah
- f) Ruang laboratorium
- Laboratorium computer
 - Laboratorium AVA
 - Laboratorium IPA

Fasilitas yang terdapat di SMP N 4 Wonosari dalam keadaan baik dan cukup terawat. Hanya saja beberapa fasilitas yang ada, masih kurang memadai dan belum dimanfaatkan secara optimal dalam proses pembelajaran di sekolah.

Adapun visi dan misi SMP N 4 Wonosari adalah sebagai berikut:

➤ **VISI :**

Terwujudnya siswa sebagai pribadi yang taqwa, cerdas, dan terampil.

➤ **MISI :**

- a. Ibadah di sekolah
- b. Pembimbingan keagamaan
- c. PAIKEM : Pembelajaran aktif, Inovatif, Kreatif, dan Menyenangkan
- d. Ekstra Olahraga
- e. Ekstra Keterampilan

➤ **TUJUAN :**

- a. Pribadi yang bertaqwa, berakhlak mulia, dan bertanggungjawab.
- b. Meningkatkan prestasi bidang keagamaan.
- c. Meningkatkan perolehan nilai ujian.
- d. Selalu lulus 100%.
- e. Memiliki prestasi di bidang Olahraga.
- f. Memiliki prestasi di bidang seni.
- g. Membekali siswa dalam teknologi, informasi, dan komunikasi.
- h. Membekali siswa dalam keterampilan.

3. Potensi Siswa

Jumlah siswa yang ada di SMP N 4 Wonosari adalah sejumlah 395 siswa terdiri dari 147 siswa kelas VII, 140 siswa kelas VIII, 129 kelas IX. Di SMP N 4 Wonosari terdapat 5 kelas paralel, mulai dari kelas VII sampai kelas IX, dengan jumlah siswa rata-rata berjumlah 27 siswa setiap kelas. Siswa-siswa tersebut berasal dari Kecamatan Wonosari namun juga terdapat siswa dari kecamatan lain seperti Kecamatan Patuk dan Playen. Semua siswa merupakan anggota dari OSIS. Prestasi yang pernah diraih oleh para siswa adalah sebagai berikut :

1. Menjadi semifinalis memanah tingkat kabupaten Gunungkidul sebanyak 5 siswa
2. Tanggal 4 oktober 2011 juara 3 lomba dance pelajar tingkat provinsi
3. Tanggal 5 maret 2012 memborong kejuaraan taekwondo tingkat kabupaten, dari juara 1 sampai 4
4. Tanggal 20 maret 2012 mendapat juara 3 tingkat provinsi
5. Tanggal 28 maret 2012 : juara 2 OSN IPS, juara 3 OSN BIOLOGI, tingkat kabupaten
6. Tanggal 30-31 maret 2012 juara 2 dan 3 taekwondo tingkat provinsi

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan, program-program yang disusun disesuaikan dengan kondisi fisik maupun siswa yang terdapat di lingkungan SMP N 4 Wonosari serta kurikulum yang digunakan adalah kurikulum 2006 (KTSP) untuk kelas VII dan IX, serta kurikulum 2013 (K13). Penyusunan program kerja ini berdasarkan pada kebutuhan dan peluang di SMP N 4 Wonosari, dengan harapan agar program-program dapat bermanfaat bagi SMP N 4 Wonosari.

B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL

Kegiatan PPL di sekolah mempunyai tujuan untuk meningkatkan potensi bakat dan minat siswa guna menunjang proses belajar mengajar meningkatkan kondisi lingkungan sekolah yang mendukung proses belajar mengajar. Pelaksanaan kegiatan PPL di SMP Negeri 4 Wonosari ini mempunyai beberapa manfaat, diantaranya:

1. Bagi pimpinan sekolah akan membantu meningkatkan pengelolaan sarana belajar mengajar yang efektif.
2. Bagi guru akan lebih membantu terciptanya situasi belajar mengajar yang efektif dan lebih aktif.
3. Bagi peserta didik dapat menyalurkan dan mengembangkan kreatifitas serta minat dan bakat lebih berkembang.
4. Bagi penyusun dengan program PPL diharapkan dapat membantu jiwa profesionalisme seorang tenaga kependidikan.

Adapun program PPL yang dilakukan antara lain :

- a. Konsultasi dengan guru pembimbing
- b. Konsultasi dengan Dosen Pembimbing Lapangan (DPL)
- c. Penyusunan silabus
- d. Penyusunan RPP
- e. Konsultasi RPP yang sudah dibuat
- f. Mencari bahan ajar
- g. Membuat media pembelajaran
- h. Administrasi pembelajaran
- i. Praktik mengajar

Rancangan kegiatan PPL yang dilakukan sebagai berikut pada kegiatan PPL di SMP Negeri 4 Wonosari. Kegiatan PPL UNY di SMP Negeri 4 Wonosari dilakukanselama kurang lebih delapan minggu terhitung mulai tanggal 15 Juli sampai 15 September 2016. Adapun jadwal pelaksanaan kegiatan PPL di SMP Negeri 4 Wonosari sebagai berikut:

1. Penyerahan mahasiswa PPL UNY

Dilaksanakan pada tanggal tanggal 26 Februari 2016. Penyerahan mahasiswa PPL UNY ini dihadiri oleh seluruh mahasiswa PPL UNY, Dosen Pembimbing Lapangan Pamong, Koordinator PPL SMP Negeri 4 Wonosari, Kepala Sekolah, Wakil Kesiswaan, Koordinator tatausaha dan perangkat beserta guru pembimbing

matapelajaran SMP Negeri 4 Wonosari. Dalam hal ini mahasiswa praktik diserahkan resmi kepada pihak sekolah oleh Dosen Pembimbing Lapangan Pamong (DPL Pamong). DPL Pamong untuk SMP N 4 Wonosari adalah Ibu Ani Setyaningsih, M.A. dosen Fakultas Bahasa dan Seni UNY.

2. Kegiatan Observasi

Kegiatan ini berlangsung sebelum pelaksanaan PPL berlangsung yang dimulai dari tanggal 20 februari 2016 dan pada tanggal 26 februari 2016.

3. Pembekalan PPL

Pembekalan PPL bertujuan untuk mempersiapkan materi teknis dan moril mahasiswa yang akan diterjunkan dilokasi PPL. Melalui pembekalan ini mahasiswa dapat memperoleh pengetahuan awal tentang guru, tanggung jawab, dan profesionalitas guru, sehingga diharapkan mahasiswa dapat mengatasi hambatan yang mungkin terjadi selama pelaksanaan PPL.

4. Penerjunan mahasiswa PPL

Penerjunan mahasiswa PPL UNY dilaksanakan pada tanggal 15 Juli 2016 dalam hal ini, praktikan berkoordinasi dengan koordinator PPL sekolah dan wakil kepala sekolah mengenai kegiatan yang dilaksanakan selama pelaksanaan PPL. Dengan adanya penerjunan ini, maka secara otomatis mahasiswa praktikan dapat memulai PPL di SMP Negeri 4 Wonosari.

5. Praktik Mengajar

Praktik mengajar ini merupakan inti dari kegiatan PPL. Tujuan dari kegiatan ini adalah agar mahasiswa memiliki ketrampilan mengajar yang meliputi persiapan mengajar baik persiapan tertulis maupun tidak tertulis, juga ketrampilan melaksanakan proses pembelajaran dikelas yang mencakup membuka pelajaran, memberi apresiasi, menyajikan materi, memotivasi peserta didik pada saat mengajar, dan menutup pelajaran. Selain itu praktikan dapat belajar memberikan tugas, memberikan ulangan harian, mengoreksi, menilai, dan mengevaluasi. Dalam praktik mengajar ini mahasiswa masih dibimbing oleh guru pembimbing mata pelajaran sesuai dengan prodinya masing-masing (mengajar terbimbing).

6. 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.

7. Evaluasi

Evaluasi merupakan penilaian yang diberikan kepada mahasiswa praktikan setelah melaksanakan PPL. Penilaian ini berasal dari penilaian proses dari hasil pengamatan guru pembimbing yang selanjutnya akan diolah oleh Dosen Pembimbing Lapangan PPL.

8. Penarikan Mahasiswa PPL

Kegiatan penarikan mahasiswa dilaksanakan tanggal 15 September 2016, sedangkan perpisahan dan ucapan terimakasih kepada pihak sekolah khususnya kepada guru pembimbing yang telah senantiasa membimbing mahasiswa dalam melaksanakan program PPL dilaksanakan pada tanggal 15 September 2016. Penarikan mahasiswa ini menandai berakhirnya pelaksanaan PPL UNY.

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL

A. Persiapan

Tujuan dari dilaksanakannya PPL adalah menunjukkan kondisi di lapangan sebenarnya dalam proses kegiatan belajar mengajar di kelas beserta permasalahan yang sering dijumpai dalam mengajar, dan mempraktikkan berbagai ilmu mengajar langsung di dalam kelas. Selain itu, bertujuan pula menambah kemampuan mahasiswa dalam menyampaikan materi pembelajaran dan meningkatkan mental serta teknik dalam menghadapi siswa di kelas. Persiapan untuk melakukan program PPL dilakukan agar pelaksanaan PPL dapat berjalan dengan baik. Persiapan dilakukan oleh pihak UNY khususnya LPPMP antara lain :

1. Kuliah Pengajaran Mikro

Program ini dilaksanakan dengan dimasukkan dalam mata kuliah yang wajib tempuh bagi mahasiswa yang akan mengambil PPL pada semester berikutnya. Persyaratan yang diperlukan untuk mengikuti mata kuliah ini adalah mahasiswa yang telah menempuh minimal semester VI. Dalam pelaksanaan perkuliahan, mahasiswa diberikan materi tentang bagaimana mengajar yang baik dengan disertai praktik untuk mengajar dengan peserta yang diajar adalah teman sekelompok/ *peer teaching*. Keterampilan yang diajarkan dan dituntut untuk dimiliki dalam pelaksanaan mata kuliah ini adalah berupa ketrampilan-ketrampilan yang berhubungan dengan persiapan menjadi seorang calon guru/ pendidik.

Dalam pengajaran mikro mahasiswa dibagi menjadi kelompok kecil, kemudian ada yang menjadi guru dan ada yang menjadi siswa, setiap kesempatan maju menjadi guru berlangsung 10 menit (untuk keterampilan terbatas) sedangkan 15 menit (untuk keterampilan terpadu). Dalam waktu yang relative singkat tersebut, mahasiswa belajar untuk mampu menyampaikan materi secara lugas, jelas, luwes dan menarik, meliputi seluruh proses pembelajaran, yaitu membuka pelajaran dan menyampaikan materi, serta menutup pelajaran.

Seperti dalam proses kegiatan belajar- mengajar nyata, sebelum maju ke depan mahasiswa menyiapkan Rencana Pelaksanaan

Pembelajaran (RPP). RPP yang dibuat menjadi acuan bagi DPL untuk penilaian kesesuaian materi pelajaran, waktu, dan metode dengan praktik mengajar di depan. Setelah selesai mengajar, DPL memberikan masukan kepada mahasiswa serta memberikan contoh-contoh aplikasi serta metode cara mengajar yang sesuai dengan materi yang disampaikan. Dalam melaksanakan praktik pengajaran mikro, terdapat beberapa aspek mendasar yang harus dikuasai mahasiswa praktikan berupa keterampilan dasar mengajar, yaitu:

- Keterampilan membuka dan menutup pelajaran
- Keterampilan bertanya
- Keterampilan menjelaskan
- Keterampilan variasi interaksi
- Keterampilan memotivasi siswa
- Keterampilan memberikan ilustrasi dan penggunaan contoh-contoh
- Keterampilan mengelola kelas
- Keterampilan menggunakan isyarat
- Keterampilan memberikan penguatan
- Keterampilan menggunakan metode

2. Pembimbingan PPL

Pembimbingan untuk PPL diselenggarakan di sekolah, kegiatan ini memiliki tujuan untuk membantu kesulitan/ permasalahan dalam pelaksanaan program PPL. Dilaksanakan sebanyak empat kali selama PPL. Di sini para praktikan sekaligus dapat belajar dan berbagi pengalaman dari rekan-rekan yang berpraktik mengajar di sekolah lain atau sebagai wahana bertukar pengalaman mengajar.

3. Observasi Pembelajaran di Kelas

Dengan adanya penyerahan dari Universitas yang dilakukan oleh Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) pada hari pertama observasi. Dengan adanya observasi mahasiswa dapat mengetahui gambaran nyata di lapangan. Dalam observasi pembelajaran di kelas diharapkan mahasiswa memperoleh gambaran pengetahuan dan pengalaman pendahuluan mengenai tugas-tugas seorang guru di sekolah. Dalam observasi ini mahasiswa melakukan pengamatan

dalam perangkat pembelajaran seperti persiapan pembelajaran, rencana pelaksanaan pembelajaran, silabus maupun satuan pembelajaran. Selain itu mahasiswa juga melakukan pengamatan dalam proses pembelajaran meliputi:

- a. Perangkat Pembelajaran
 - Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
 - Silabus
 - Program Tahunan dan Program Semester
- b. Proses Pembelajaran
 - Membuka pelajaran
 - Penyajian materi
 - Metode pembelajaran
 - Penggunaan bahasa
 - Penggunaan waktu
 - Gerak tubuh
 - Cara memotivasi siswa
 - Teknik bertanya dan menanggapi pertanyaan
 - Teknik penguasaan kelas
 - Penggunaan media pembelajaran
 - Bentuk dan cara evaluasi
 - Menutup pelajaran
- c. Perilaku Siswa
 - Perilaku siswa di dalam kelas
 - Perilaku siswa di luar kelas

Pengamatan baik di dalam kelas dan lingkungan sekolah. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan, sehingga mampu memberikan gambaran proses belajar yang akan dilakukan mahasiswa.

4. Pembuatan persiapan mengajar (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran)

Sebelum mengajar mahasiswa PPL harus mempersiapkan administrasi dan persiapan materi, serta media yang akan digunakan untuk mengajar agar proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik

dan lancar sesuai dengan rencana dan harapan. Persiapan-persiapan tersebut antara lain:

1. Pembuatan rencana pelaksanaan pembelajaran yang berisi rencana pembelajaran untuk setiap kali pertemuan. Pembuatan media, sebelum melaksanakan pembelajaran yang sesuai dan dapat membantu pemahaman siswa dalam menemukan konsep, yang dapat berupa objek sesungguhnya ataupun model.
2. Diskusi dan konsultasi dengan guru pembimbing yang dilakukan sebelum dan sesudah mengajar.

B. Pelaksanaan Program PPL

1. Observasi pembelajaran

Observasi pembelajaran guna mengetahui beberapa cara dan untuk mendapatkan gambaran mengenai proses kegiatan belajar mengajar. Dalam observasi ini mahasiswa melihat bagaimana cara guru mengajar dan mengelola kelas. Kegiatan observasi pembelajaran dilaksanakan pada hari Jumat, 26 Februari 2016

2. Penyusunan program kerja matrik

Menyusun program kerja dari hasil observasi yang telah dilaksanakan. Dalam membuat matriks disesuaikan dengan peraturan yang ada. Penyusunan program matrik dilaksanakan pada hari Senin 15 Juli 2015. Program kerja yang berhasil dibentuk adalah :

A. Kegiatan Mengajar

1. Persiapan
 - a. Konsultasi dengan guru pembimbing
 - b. Mengumpulkan materi.
 - c. Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
 - d. Memilih dan membuat media sesuai dengan materi
2. Pelaksanaan
 - a. Praktik mengajar
3. Evaluasi
 - a. Pembuatan instrument tes dan evaluasi
 - b. Pengoreksian ulangan harian
 - c. Analisa ulangan harian siswa

B. Kegiatan Non-mengajar

- a. Observasi Sekolah
- b. Penerimaan Peserta Didik Baru
- c. Syawalan Keluarga SMP N 4 Wonosari
- d. Pengenalan lingkungan sekolah
- e. Pendampingan latihan PPDB peserta didik baru
- f. Upacara Bendera
- g. Upacara Memperingati Hari Kemerdekaan RI
- h. Apel pagi
- i. Piket
- j. Pendampingan kerja bakti

C. Pembuatan Laporan PPL

- 1. Persiapan
 - a. Mempelajari buku panduan PPL 2016
 - b. Mempelajari contoh laporan PPL
- 2. Pelaksanaan
 - a. Pembuatan laporan ppl
- 3. Evaluasi dan Tindak Lanjut Hasil Evaluasi
 - a. Konsultasi dengan guru pembimbing dan DPL

3. Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dibuat berdasarkan materi pembelajaran yang akan disampaikan dalam praktik mengajar di kelas. Adapun proses penyusunan RPP adalah sebagai berikut :

- b. Mahasiswa membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) sesuai dengan format yang telah ditentukan.
- c. Rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) yang telah tersusun dikonsultasikan dengan guru pembimbing.

Proses penyusunan RPP tersebut digunakan sebagai pedoman pengajaran dan diharapkan mahasiswa praktikan dapat menyampaikan materi pelajaran sesuai dengan yang diharapkan. Dalam pelaksanaan PPL ini, pembuatan RPP dilakukan sebelum proses mengajar dilakukan, yaitu pada :

- 1) Minggu, 24 Juli 2016
- 2) Minggu, 31 Juli 2016
- 3) Minggu, 7 Agustus 2016

- 4) Minggu, 14 Agustus 2016
- 5) Minggu, 21 Agustus 2016
- 6) Minggu, 28 Agustus 2016

Dalam penyusunan RPP tidak mengalami kendala atau hambatan apapun. Format RPP disesuaikan dengan format yang ada di sekolah yaitu menggunakan kurikulum 2013 (K13). Setelah RPP tersusun maka akan dikonsultasikan terlebih dahulu dengan guru pembimbing mata pelajaran sebelum digunakan.

4. Mencari dan mengumpulkan materi untuk menyusun RPP

Mencari materi berkaitan dengan materi yang akan diajarkan. Materi didapat dari buku sumber dan menggunakan jaringan internet. Dalam mencari materi tempat yang biasa digunakan adalah perpustakaan sekolah, dan di warnet ataupun memanfaatkan jaringan wifi di sekolah. Adapun dalam mencari dan mengumpulkan materi dilaksanakan pada:

1. Minggu, 24 Juli 2016
2. Minggu, 31 Juli 2016
3. Minggu, 7 Agustus 2016
4. Minggu, 14 Agustus 2016
5. Minggu, 21 Agustus 2016
6. Minggu, 28 Agustus 2016

Tidak terdapat hambatan dalam pencarian dan penyusunan RPP.

5. Membuat media pembelajaran

Membuat media pembelajaran guna membantu dan mempermudah dalam menjelaskan mengenai materi yang akan disampaikan. Media berupa power point dan video. Dalam menyusun media ini dilaksanakan pada:

- 1) Senin, 25 juli 2016
- 2) Senin, 1 Agustus 2016
- 3) Senin, 8 Agustus 2016
- 4) Senin, 15 Agustus 2016

6. Praktik Mengajar

Praktik mengajar dimulai tanggal 21 Juli 2016 sampai dengan 2 September 2016. Guru pembimbing memberikan kami kesempatan untuk mengajar kelas VII A, B, C, D, dan E dan pendampingan untuk kelas VIII dan IX. Dalam praktik mengajar mahasiswa masih dibimbing dan didampingi oleh Guru pembimbing mata pelajaran,

yang nantinya terdapat evaluasi mengenai proses belajar mengajar yang telah dilaksanakan. RPP yang digunakan adalah RPP yang menggunakan kurikulum 2013, dan format RPP disesuaikan dengan sekolah. RPP yang digunakan dibuat oleh mahasiswa sebelum praktik mengajar dimulai.

Dalam pelaksanaan belajar mengajar (PBM) mahasiswa mengajar dengan praktik mengajar terbimbing. Dalam praktik mengajar terbimbing mahasiswa dibimbing dalam persiapan dan pembuatan materi. Dalam proses pembelajaran guru memberikan masukan dari penampilan mahasiswa guna perbaikan menjadi calon guru yang lebih baik. Namun setelah beberapa kali melakukan praktik mengajar terbimbing dengan guru pembimbing, akhirnya kami di beri kesempatan untuk mengajar

Praktik mengajar terbimbing adalah praktik mengajar dengan pendampingan oleh guru pembimbing di dalam kelas. Waktu pelaksanaannya sesuai kesepakatan dengan guru pembimbing. Dalam 18 kali tatap muka yang kami laksanakan, pada pertemuan pertama kami masih didampingi oleh guru pembimbing. Dalam pembagian kelas di awal kami di beri kesempatan untuk mengajar kelas VII yang terdiri dari 5 kelas yaitu kelas A,B,C,D, dan E. Pada minggu pertama dan kedua saya mengajar kelas VII A, B , dan D.

Dalam seminggu saya selalu mengikuti pembelajaran penjas, apabila tidak mengajar maka saya mendampingi dan membantu guru dalam memberikan pembelajaran PJOK sehingga dalam seminggu selalu ikut pembelajaran guna menambah pengalaman dan melihat guru dalam mengajar serta belajar bagaimana mengelola kelas yang baik. Sese kali saya juga diberikan kesempatan untuk mengajar dalam pendampingan mengajar, saya sering diberi waktu untuk menyampaikan materi atau memberikan game pemanasan dalam proses KBM.

Pembimbing mempunyai peranan yang sangat besar dalam pelaksanaan PPL. Pembimbing memberikan arahan tentang materi yang harus disampaikan, penguasaan kelas, dan tindak lanjut dari kendala yang dihadapi. Metode adalah suatu prosedur untuk mencapai tujuan yang efektif dan efisien. Metode mengajar adalah cara untuk mempermudah siswa mencapai tujuan belajar atau prestasi belajar.

Metode mengajar bersifat prosedural dan merupakan rencana menyeluruh yang berhubungan dengan penyajian materi pelajaran. Masing-masing metode mengajar mempunyai kebaikan dan keburukan, sehingga metode mengajar yang dipilih memainkan peranan utama dalam meningkatkan prestasi belajar siswa. Metode mengajar yang dipilih disesuaikan dengan tujuan belajar dan materi pelajaran yang akan diajarkan. Jadi metode mengajar bukanlah merupakan tujuan, melainkan cara untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Metode yang digunakan selama kegiatan praktek mengajar adalah penyampaian materi dengan menggunakan metode ceramah/menerangkan, TGFU, dan demonstrasi alat (star block, bola basket, bola voli, video) tanya jawab, dan presentasi power point.

7. Konsultasi dan evaluasi pembelajaran dengan guru pembimbing

Konsultasi dan evaluasi pembelajaran yang telah dilaksanakan. Guru menilai dan memberikan koreksi proses mengajar yang dilakukan oleh mahasiswa. Konsultasi dan evaluasi pembelajaran dilakukan pada:

- 1) 29 Juli 2016
- 2) 12 Agustus 2016
- 3) 26 Agustus 2016
- 4) 9 September 2016

Dalam evaluasi ini tidak terdapat hambatan apapun, namun guru pembimbing memberikan koreksi untuk manajemen waktu perlu ditingkatkan, dan penggunaan bahasa harus lebih baik mudah dipahami. Selain itu pengelolaan kelas secara umum sudah baik namun perlu adanya peningkatan.

8. Evaluasi Pembelajaran

Evaluasi adalah proses penimbangan yang diberikan kepada nilai materi ataupun metode tertentu untuk tujuan atau maksud tertentu pula. Sedangkan penilaian adalah proses pengumpulan dan pengolahan informasi untuk mengukur pencapaian hasil belajar peserta didik (PP 19 Tahun 2005, pasal 1). Penimbangan tersebut

dapat bersifat kualitatif maupun kuantitatif dengan maksud untuk memeriksa seberapa jauh materi atau metode tersebut dapat memenuhi tolak ukur yang telah ditetapkan.

Evaluasi pembelajaran yang digunakan dalam mata pelajaran Pendidikan kesehatan yaitu dengan memberikan tugas kliping dan test tertulis, dan keaktifan siswa selama KBM berlangsung.

9. Upacara bendera Hari Senin

Mengikuti upacara bendera yang dilaksanakan setiap hari senin. Upacara ini diikuti oleh seluruh warga SMP N 4 Wonosari, baik dari Kepala Sekolah, Guru, Karyawan, Siswa dari kelas VII- IX dan seluruh mahasiswa PPL UNY 2016. Acara upacara bendera berjalan dengan lancar tanpa ada hambatan. Adapun upacara dilaksanakan pada:

- 1) Senin, 18 Juli 2016
- 2) Senin, 25 Juli 2016
- 3) Senin, 1 Agustus 2016
- 4) Senin, 8 Agustus 2016
- 5) Senin, 22 Agustus 2016
- 6) Senin, 29 Agustus 2016

10. Upacara memperingati HUT RI yang ke 71

Mengikuti upacara memperingati Hari Ulang Tahun Republik Indonesia yang ke-71. Upacara dilaksanakan di Lapangan Upacara SMP Negeri 4 Wonosari. Upacara diikuti oleh seluruh siswa dari kelas VII- IX, Guru dan Karyawan, serta Mahasiswa PPL. Upacara dilakukan pada hari Rabu tanggal 17 Agustus 2016 dan berjalan dengan baik.

11. Apel pagi di sekolah

Apel dilaksanakan setiap pagi sebelum kegiatan belajar mengajar dimulai. Apel pagi dilaksanakan selama kurang lebih 15 menit. Dalam apel ini kegiatan diisi dengan beberapa pengumuman dari sekolah dan penertiban bagi siswa yang kurang tertib. Apel pagi dilaksanakan setiap hari kecuali hari senin yang diisi dengan upacara bendera hari Senin.

12. Membuat laporan PPL 2016

Membuat laporan kegiatan PPL yang dilaksanakan di SMP N 4 Wonosari. Laporan digunakan untuk pertanggungjawaban dan sebagai hasil dari kegiatan yang dilaksanakan selama dua bulan, yaitu mulai 15 Juli 2016 sampai 15 September 2016. Pembuatan laporan dilaksanakan pada:

- 1) Senin, 11 September 2016
- 2) Selasa, 12 September 2016
- 3) Rabu, 13 September 2016
- 4) Kamis, 14 September 2016

13. Menyusun Administrasi Guru

Menyusun administrasi guru berupa Buku 1, Buku 2 dan Buku 3. Dalam penyusunan ini Mahasiswa berkonsultasi dengan guru pembimbing mata pelajaran. Mahasiswa didampingi dalam pembuatan administrasi tersebut. Penyusunan administrasi guru dilakukan pada:

- 1) Kamis, 11 Agustus 2016
- 2) Senin, 21 Agustus 2016
- 3) Jumat, 2 September 2016
- 4) Kamis, 8 September 2016

2. Analisis Hasil

Secara umum Mahasiswa PPL dalam melaksanakan PPL tidak banyak mengalami hambatan yang berarti justru mendapat pengalaman dan dapat belajar untuk menjadi guru yang baik dengan bimbingan guru pembimbing masing-masing di sekolah. Adapun hambatan-hambatan yang muncul dalam pelaksanaan kegiatan PPL adalah sebagai berikut:

1. Hambatan Saat Menyiapkan Administrasi Pengajaran

Hambatan saat menyiapkan administrasi pengajaran antara lain disebabkan karena praktikan kurang memahami tentang keperluan administrasi apa saja yang dimiliki oleh seorang guru. Pembuatan SP, RPP, Prosem, Prota, dan kelengkapan yang lain kurang dipahami oleh praktikan. Selama ini, praktikan hanya mengetahui metode untuk membuat rencana pelaksanaan pembelajaran, menyiapkan materi pembelajaran dan evaluasi pencapaian hasil belajar.

Solusi yang dilakukan adalah pada saat penyiapan administrasi pengajaran dilakukan dengan melihat contoh-contoh yang telah ada, disesuaikan dengan materi diklat yang akan diberikan. Setelah itu berkoordinasi dengan guru pembimbing dan melakukan pelaporan terhadap apa yang telah dikerjakan atau dibuat.

2. Hambatan Saat Menyiapkan Materi Pelajaran

Saat menyiapkan materi pelajaran, hal-hal yang menghambat antara lain karena mahasiswa praktikan, baru mengetahui mata pelajaran apa yang akan diajarkan beberapa hari sebelum proses mengajar berlangsung, hal ini dikarenakan adanya perubahan mata pelajaran dan guru pembimbing yang mendadak, sehingga mahasiswa PPL terpaksa menyiapkan materi yang akan diajarkan mendadak, disamping itu referensi buku yang minim sehingga mahasiswa PPL harus mencari sumber ajar ke perpustakaan dan internet.

Solusi yang dilakukan pada saat menyiapkan materi adalah Materi pelajaran disiapkan dengan mengacu kepada buku-buku acuan yang diperoleh dari perpustakaan sekolah, perpustakaan di kampus dan juga sumber dari internet.

3. Hambatan Dari Siswa

Siswa kelas VII masih terbawa dengan kondisi saat SD yang mengobrol pada saat guru menjelaskan materi, serta jadwal pelajaran yang berada pada jam-jam akhir yaitu jam ke- 4-5 untuk kelas VII dan VIII sehingga siswa kurang konsentrasi dalam mengikuti pelajaran, ada beberapa siswa yang merasa jenuh dan merasa kelelahan. Cuaca yang sangat panas dan berdebu sangat mengganggu siswa dalam proses belajar mengajar.

Hal ini membutuhkan penanganan yang lebih intensif, berimbang kepada penyampaian materi yang diberikan oleh mahasiswa praktikan. Perilaku siswa yang sulit dikendalikan sehingga memerlukan penanganan khusus dalam proses pembelajaran dan memerlukan kesabaran dalam penyampaian materi yang diajarkan. Disini guru harus bisa memahami karakter siswanya dan harus bisa menjadi teman, orang tua serta guru itu sendiri sesuai dengan kondisi yang sedang berlangsung.

Solusi yang dilakukan adalah secara umum siswa kelas VII masih dapat dikendalikan, dan dibimbing dengan baik karena siswa kelas VII masih dalam masa peralihan/penyesuaian dari SD. Untuk mengantisipasi siswa yang merasa jenuh dan kelelahan, seorang guru harus mempunyai strategi pembelajaran yang menarik, seperti menyuruh siswa untuk cuci muka dahulu atau istirahat untuk sholat, memberikan sedikit cerita dan motivasi yang masih berhubungan dengan materi atau jurusannya. Hal ini menjadikan penyampaian materi dari praktikan tidak menjadikan masalah.

4. Hambatan Dari Sekolah

Hambatan dari sekolah secara umum terletak pada minimnya sarana dan media pembelajaran yang dimiliki. Hambatan ini menjadikan kondisi proses belajar mengajar menjadi kurang kondusif. Sejauh peran yang diberikan sekolah antara lain menyangkut kesiapan untuk mengajar, pembuatan administrasi guru, dan lain sebagainya. Adapun yang menyangkut dari segi kondisi ruangan dan minimnya media pembelajaran, praktikan berusaha untuk mengajar dengan menggunakan media yang ada dan media yang dibuat sendiri sehingga pembelajaran berlangsung lebih efektif.

BAB III

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Setelah dilaksanakannya kegiatan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di SMP NEGERI 4 WONOSARI, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Seluruh kegiatan PPL mendapatkan dukungan sepenuhnya dari pihak sekolah dengan memberikan berbagai fasilitas berupa bahan dan alat kerja sehingga pelaksanaan kegiatan dapat berjalan dengan lancar tanpa adanya masalah yang berarti. Dukungan moril maupun materiil diberikan oleh pihak sekolah dengan sepenuhnya, dan sekolah sangat antusias atas pelaksanaan kegiatan tersebut.
2. Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan suatu sarana bagi mahasiswa UNY untuk dapat menerapkan langsung ilmu yang telah diperoleh di bangku kuliah dengan program studi atau konsentrasi masing-masing. Dengan terjun ke lapangan maka kita akan berhadapan langsung dengan masalah yang berkaitan dengan proses belajar mengajar di sekolah baik itu mengenai manajemen sekolah maupun manajemen pendidikan dan akan menuju proses pencarian jati diri dari mahasiswa yang melaksanakan PPL tersebut.
3. Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) akan menjadikan mahasiswa untuk dapat mendalami proses belajar mengajar secara langsung, menumbuhkan rasa tanggung jawab dan profesionalisme yang tinggi sebagai calon pendidik dan pengajar.
4. Keberhasilan proses belajar mengajar tergantung kepada unsur utama (guru, murid, orang tua dan perangkat sekolah) ditunjang dengan sarana dan prasarana pendukung.

B. SARAN

1. Bagi Pihak SMP Negeri 4 Wonosari

- a. Agar lebih meningkatkan hubungan baik dengan pihak UNY yang telah terjalin selama ini sehingga akan timbul hubungan timbal balik yang saling menguntungkan.
- b. Khususnya bidang keahlian sendiri lebih baik untuk tidak menerapkan sistem blok pada mata diklat yang terdiri dari teori dan praktek.

Karena dengan saling mendukungnya antara teori dan praktek akan mempermudah siswa untuk memahami suatu materi

- c. Program yang dijalankan secara berkelanjutan hendaknya tetap dijaga dan dilanjutkan serta dimanfaatkan semaksimal mungkin dan seefektif mungkin.
- d. Untuk dapat menambah sarpras pembelajaran praktek olahraga, baik itu lapangan maupun alatnya.
- e. Untuk kegiatan ekstrakurikuler perlu ditingkatkan dan pada khususnya ekstrakurikuler olahraga seperti bola basket, sepakbola, bola voli atletik, bela diri harus diadakan agar sekolah mampu berkompetisi dan berpartisipasi dalam bidang olahraga, misal dalam ajang O2SN dan kegiatan lain.

2. Bagi Pihak Universitas Negeri Yogyakarta

- a. Agar lebih meningkatkan hubungan dengan sekolah-sekolah yang menjadi tempat PPL, supaya terjalin kerjasama yang baik untuk menjalin koordinasi dan mendukung kegiatan praktik lapangan dan praktik mengajar, baik yang berkenaan dengan kegiatan administrasi maupun pelaksanaan PPL di lingkungan sekolah.
- b. Program pembekalan PPL hendaknya lebih diefisienkan, dioptimalkan dan lebih ditekankan pada permasalahan yang sebenarnya yang ada di lapangan agar hasil pelaksanaan PPL lebih maksimal.
- c. Agar bimbingan dan dukungan moral dari dosen pembimbing tetap dipertahankan dan lebih ditingkatkan agar mahasiswa praktikan dapat menjalankan tugas mengajarnya dengan penuh percaya diri.
- d. Hendaknya permasalahan teknik di lapangan yang dihadapi oleh mahasiswa praktikan yang melaksanakan PPL saat ini maupun sebelumnya dikaji dan dicari solusinya untuk diinformasikan kepada mahasiswa PPL yang akan datang agar mereka tidak mengalami permasalahan yang sama.
- e. Hendaknya waktu pelaksanaan PPL lebih diperpanjang pada sekolah yang bersangkutan. Karena hasil yang diperoleh praktikan tidak bisa maksimal. Paling tidak minimal 8 kali pertemuan dalam menyampaikan materi kepada peserta didik.

3. Bagi Mahasiswa

- a. Hendaknya sebelum mahasiswa praktikan melaksanakan PPL terlebih dahulu mempersiapkan diri dalam bidang pengetahuan teori atau praktek, keterampilan, mental dan moral sehingga mahasiswa dapat melaksanakan PPL dengan baik dan tanpa hambatan yang berarti.
- b. Hendaknya mahasiswa praktikan senantiasa menjaga nama baik lembaga atau almamater, khususnya nama baik diri sendiri selama melaksanakan PPL dan mematuhi segala tata tertib yang berlaku pada sekolah tempat pelaksanaan PPL dengan memiliki disiplin dan rasa tanggung jawab yang tinggi.
- c. Hendaknya mahasiswa PPL memanfaatkan waktu dengan seefektif dan seefisien mungkin untuk mendapatkan pengetahuan dan pengalaman mengajar, serta manajemen sekolah dan manajemen pribadi secara baik dan bertanggung jawab.
- d. Mahasiswa praktikan harus mampu memiliki jiwa untuk menerima masukan dan memberikan masukan sehingga mahasiswa dapat melaksanakan pekerjaan-pekerjaan yang diberikan oleh pihak sekolah yang diwakili oleh guru pembimbing dan senantiasa menjaga hubungan baik antara mahasiswa dengan pihak sekolah baik itu dengan para guru, staf atau karyawan dan dengan para peserta diklat itu sendiri.
- e. Hendaknya mahasiswa PPL mempersiapkan rencana pelaksanaan pembelajaran dan materi pembelajaran beberapa hari sebelum praktik dilaksanakan sebagai pedoman dalam mengajar, supaya pada saat mengajar dapat menguasai materi dengan baik dan sering berkonsultasi pada guru dan dosen pembimbing sebelum dan sesudah mengajar, supaya bisa diketahui kelebihan, kekurangan dan permasalahan selama mengajar. Dengan demikian proses pembelajaran akan mengalami peningkatan kualitas secara terus menerus.
- f. Menjaga sikap dan tingkah laku selama berada di dalam kelas maupun didalam lingkungan sekolah, agar dapat terjalin interaksi dan kerjasama yang baik dengan pihak yang bersangkutan.



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL UNY TAHUN 2016

F02

untuk
mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMP NEGERI 4 WONOSARI

NAMA MAHASISWA : Isnan Iriyanto

ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA : Jl. Ring Road Utara,

NO. MAHASISWA : 13601241105

Ngerboh I, Piyaman, Wonosari

FAK./JUR./PRODI : FIK/ POR/ PJKR

Gunungkidul

GURU PEMBIMBING : Dra. Tyas Titik Sekartani

DOSEN PEMBIMBING : Saryono, M. Or

No	Hari, tanggal	Jam	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
----	---------------	-----	-----------------	-------	----------	--------

1.	Senin, 27 Juni 2016	07.00 – 14.00	- Penerimaan Peserta Didik Baru	Membantu pelaksanaan kegiatan ppdb, yaitu membantu tata cara pengisian formulir pendaftaran dan mengecek kelengkapan syarat-syarat pendaftaran pada kegiatan ppdb. Pada kegiatan ppdb hari pertama nilai tertinggi yang masuk adalah 28,00 dan nilai terendah adalah 18,00		
2.	Selasa, 28 Juni 2016	07.00 – 14.00	- Penerimaan Peserta Didik Baru	- Membantu pelaksanaan kegiatan ppdb, yaitu membantu tata cara pengisian formulir pendaftaran dan mengecek kelengkapan syarat-syarat pendaftaran pada kegiatan ppdb. Pada kegiatan ppdb hari pertama nilai tertinggi yang masuk adalah 28,50 dan nilai terendah adalah 20,70		
3.	Rabu, 29 Juni 2016	07.00 – 14.00	- Penerimaan Peserta Didik Baru	- Membantu pelaksanaan kegiatan ppdb, yaitu membantu tata cara pengisian formulir pendaftaran dan mengecek kelengkapan syarat-syarat pendaftaran pada kegiatan ppdb.		

				Pada kegiatan ppdb hari pertama nilai tertinggi yang masuk adalah 28,50 dan nilai terendah adalah 22,90		
4.	Sabtu, 16 Juli 2016	07.30 – 14.00	- Syawalan	- Syawalan dilaksanakan di pantai Sarangan, Tepus, Gunungkidul yang dihadiri oleh kepala sekolah, guru, karyawan beserta keluarganya masing-masing, dan mahasiswa PPL.		
5.	Senin, 18 Juli 2016	07.00 – 08.15 08.15 – 10.00	- Upacara pengenalan lingkungan sekolah - Pendampingan pengenalan lingkungan sekolah	- Upacara pengenalan lingkungan sekolah diikuti oleh seluruh siswa kelas VII, VIII, dan IX, guru, karyawan dan mahasiswa PPL bertempat di halaman sekolah. - Mendampingi siswa baru memperkenalkan ruangan-ruangan yang ada di SMP N 4 Wonosari.		
6.	Selasa, 19 Juli 2016	06.55 – 07.10 07.15 – 09.00	- Apel pagi - Pendampingan penyuluhan narkoba	- Apel pagi diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru serta karyawan di halaman sekolah. - Mendampingi seluruh siswa baru kelas VII dan mengondisikan siswa selama kegiatan penyuluhan berlangsung.		

		09.00 – 11.30	<ul style="list-style-type: none"> - Pendampingan penyuluhan kebersihan organ reproduksi - Pendampingan kerohanian 	<ul style="list-style-type: none"> - Mendampingi seluruh siswa baru kelas VII dan mengondisikan siswa selama kegiatan penyuluhan berlangsung - Mendampingi siswa kelas VII melaksanakan ibadah sholat dzuhur berjamaah. 		
		12.00 – 12.30				
7.	Rabu, 20 Juli 2016	06.55 – 07.10	<ul style="list-style-type: none"> - Apel pagi 	<ul style="list-style-type: none"> - Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah. 		
		07.15 – 09.00	<ul style="list-style-type: none"> - Pendampingan penyuluhan tata tertib sekolah - Pendampingan olahraga dan games 	<ul style="list-style-type: none"> - Mendampingi seluruh siswa kelas VII dan mengondisikan siswa selama acara berlangsung. - Membuat permainan dan mendampingi siswa kelas VII selama mengikuti permainan di halaman sekolah. 		
		09.20 – 11.00	<ul style="list-style-type: none"> - Pendampingan kerohanian 	<ul style="list-style-type: none"> - Mendampingi siswa kelas VII melaksanakan Ibadan sholat dzuhur berjamaah. 		

		12.00 – 12.30				
8.	Kamis, 21 Juli 2016	06.55 – 07.10	- Apel pagi	- Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah		
		07.15 – 09.15	- Mengamati proses mengajar (praktik)	- Mendampingi bu Tyas mengajar kelas VII B pada jam ke 1-2 mengenai dasar-dasar bola basket diikuti oleh 30 siswa.		
		10.15- 10.55	- Mengajar teori	- Mengajar kelas VII D pada jam ke 5 mengenai HIV/ AIDS		
		10.55 – 11.35	- Mengajar teori	- Mengajar kelas VII A pada jam ke 6 mengenai HIV/ AIDS.		
		11.35 – 12.10	- Pendampingan kerohanian	- Mendampingi seluruh siswa melaksanakan sholat dzuhur berjamaah.		
9.	Jumat, 22 Juli 2016	06.00 – 07.15	- Apel pagi	- Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah		
			- Mengajar praktik	- Mengajar kelas VII A mengenai materi dasar-dasar bola basket		

		08.35 – 09.55				
10.	Senin, 25 Juli 2016	07.00 – 08.00	- Upacara bendera	- Upacara bendera diikuti oleh seluruh siswa, guru, karyawan, dan mahasiswa ppl, dilaksanakan di halaman sekolah		
		08.05 – 08.35	- Briefing	- Dilaksanakan di ruang guru yang diikuti oleh seluruh guru dan mahasiswa ppl, kegiatan ini dipimpin oleh kepala sekolah.		
		08.35 – 10.15	- Pendampingan mengajar	- Mendampingi Novrizal mengajar kelas VII C pada jam ke 3-4 tentang teknik dasar bola voli.		
			- Pendampingan kerohanian	- Mendampingi seluruh siswa melaksanakan ibadah sholat dzuhur berjamaah.		
		11.35 – 12.10				
11.	Selasa, 26 Juli 2016	06.55 – 07.10	- Apel pagi	- Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah		
		08.35 – 09.55	- Mengajar praktik	- Mengajar kelas VII D pada jam ke 3 mengenai dasar-dasar bola voli.		
				- Mengajar teori kelas VII B yang diikuti		

		10.15 – 10.55	- Mengajar teori	oleh 30 peserta didik.		
		11.35 – 12.10	- Pendampingan kerohanian	- Mendampingi seluruh siswa melaksanakan ibadah sholat dzuhur berjamaah.		
12.	Rabu, 27 Juli 2016	06.55 – 07.10	- Apel pagi	- Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah		
		07.15 - 08.20	- Pendampingan mengajar praktik	- Mendampingi novrizal mengajar kelas VII E pada jam ke 1-2 tentang dasar-dasar bola basket.		
		10.55 - 11.35	- Pendampingan mengajar praktik	- Mendampingi novrizal mengajar kelas VII C		
		11.35 – 12.10	- Pendampingan kerohanian	- Mendampingi siswa sholat berjamaah di masjid		
		12.10 – 12.55	- Pendampingan mengajar teori	- Mengajar teori kelas VII E yang dihadiri oleh 30 siswa.		
13.	Kamis, 28 Juli 2016	06.55 – 07.10	- Apel pagi	- Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah		

		07.15 – 08.20	- Mengajar praktik	- Mengajar kelas VII B yang diikuti oleh 30 siswa dengan materi dasar permainan bola basket.		
		10.15 – 10.55	- Pendampingan mengajar teori	- Mengajar kelas VII D teori di kelas		
		11.35 – 12.10	- Pendampingan kerohanian	- Mendampingi seluruh siswa-siswi smpn 4 Wonosari untuk melakukan sholat berjamaah di masjid		
14.	Jumat, 29 Juli 2016	06.55 – 07.10	- Apel pagi	- Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah		
		08.35 – 09.55	- Mengajar praktik	- Mengajar praktik kelas VII A tentang dasar-dasar permainan bola basket.		
		10.00 – 11.00	- Konsultasi dan evaluasi dengan GPL	- Konsultasi dengan GPL terkait dengan pembelajaran yang telah di laksanakan dan meminta evaluasi terkait proses pembelajaran.		
15.	Minggu, 31 Juli 2016	20.00 – 22.00	- Mencari bahan dan penyusunan RPP	- Mencari dan mengumpulkan materi untuk menyusun RPP, baik itu dari internet maupun dari buku. Dilanjutkan dengan menyusun RPP untuk materi dasar permainan bola		

				voli yaitu passing bawah dan servise bawah		
16.	Senin 1 Agustus 2016	07.00 – 08.00	- Upacara bendera	- Upacara bendera diikuti oleh seluruh siswa, guru, karyawan, dan mahasiswa ppl, dilaksanakan di halaman sekolah		
		08.05 – 08.35	- Briefing	- Dilaksanakan di ruang guru yang diikuti oleh seluruh guru dan mahasiswa ppl, kegiatan ini dipimpin oleh kepala sekolah.		
		08.35 – 10.15	- Pendampingan mengajar	- Mendampingi Novrizal mengajar kelas VII C pada jam ke 3-4 tentang teknik dasar bola voli.		
			- Pendampingan kerohanian	- Mendampingi seluruh siswa melaksanakan ibadah sholat dzuhur berjamaah.		
		11.35 – 12.10				
17.	Selasa, 2 Agustus 2016	06.55 – 07.10	- Apel pagi	- Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah		
		08.35 – 09.55	- Pendampingan mengajar praktik	- Mengajar di kelas VII D yang diikuti oleh 29 siswa materi yang diajarkan tentang dasar permainan bola basket		

		10.15 – 10.55 11.35 – 12.10	<ul style="list-style-type: none"> - Mengajar teori - Pendampingan kerohanian 	<p>yaitu shooting dan dribbling.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mengajar teori kelas VII B yang diikuti oleh 30 siswa - Mendampingi seluruh siswa melaksanakan ibadah sholat dzuhur berjamaah. 		
18.	Rabu, 3 Agustus 2016	06.55 – 07.10 07.15 - 08.20 10.55 - 11.35 11.35 – 12.10	<ul style="list-style-type: none"> - Apel pagi - Pendampingan mengajar praktik - Pendampingan mengajar praktik - Pendampingan kerohanian - Pendampingan mengajar teori 	<ul style="list-style-type: none"> - Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah - Mendampingi novrizal mengajar kelas VII E pada jam ke 1-2 tentang dasar-dasar bola basket. - Mendampingi novrizal mengajar kelas VII C - Mendampingi siswa sholat berjamaah di masjid - Mengajar teori kelas VII E yang dihadiri oleh 30 siswa. 		

		12.10 – 12.55				
19.	Kamis, 4 Agustus 2016	06.55 – 07.10 07.15 – 08.20 10.15 – 10.55 10.55 – 11.35 11.35 – 12.10	<ul style="list-style-type: none"> - Apel pagi - Mengajar praktik - Pendampingan mengajar teori - Mengajar teori - Pendampingan kerohanian 	<ul style="list-style-type: none"> - Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah - Mengajar kelas VII B yang diikuti oleh 30 siswa dengan materi dasar permainan bola basket. - Mengajar kelas VII D teori di kelas - Mengajar teori kelas VII A yang di hadiri oleh 30 siswa. - Mendampingi seluruh siswa-siswi smpn 4 Wonosari untuk melakukan sholat berjamaah di masjid 		
20.	Jumat, 5 Agustus 2016	06.55 – 07.10 08.35 – 09.55	<ul style="list-style-type: none"> - Apel pagi - Mengajar praktik 	<ul style="list-style-type: none"> - Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah - Mengajar praktik kelas VII A tentang dasar-dasar permainan bola basket. 		

21.	Senin, Agustus 2016	8	07.00 – 08.00	- Upacara bendera	- Upacara bendera diikuti oleh seluruh siswa, guru, karyawan, dan mahasiswa ppl, dilaksanakan di halaman sekolah		
			08.05 – 08.35	- Briefing	- Dilaksanakan di ruang guru yang diikuti oleh seluruh guru dan mahasiswa ppl, kegiatan ini dipimpin oleh kepala sekolah.		
			08.35 – 10.15	- Pendampingan mengajar	- Mendampingi Novrizal mengajar kelas VII C pada jam ke 3-4 tentang teknik dasar bola voli		
			11.35 – 12.10	- Pendampingan kerohanian	- Mendampingi seluruh siswa melaksanakan ibadah sholat dzuhur berjamaah.		
22.	Selasa, Agustus 2016	9	06.55 – 07.10	- Apel pagi	- Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah		
			08.35 – 09.55	- Pendampingan mengajar praktik	- Mengajar di kelas VII D yang diikuti oleh 29 siswa materi yang diajarkan tentang dasar permainan bola voli.		
					- Mengajar teori kelas VII B yang diikuti oleh 30 siswa		

		10.15 – 10.55 11.35 – 12.10	<ul style="list-style-type: none"> - Mengajar teori - Pendampingan kerohanian 	<ul style="list-style-type: none"> - Mendampingi seluruh siswa melaksanakan ibadah sholat dzuhur berjamaah. 		
23.	Rabu, 10 Agustus 2016	06.55 – 07.10 07.15 - 08.20 10.55 - 11.35 11.35 – 12.10 12.10 – 12.55	<ul style="list-style-type: none"> - Apel pagi - Pendampingan mengajar praktik - Pendampingan mengajar praktik - Pendampingan kerohanian - Pendampingan mengajar teori 	<ul style="list-style-type: none"> - Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah - Mendampingi novrizal mengajar kelas VII E pada jam ke 1-2 tentang dasar-dasar bola voli. - Mendampingi novrizal mengajar kelas VII C - Mendampingi siswa sholat berjamaah di masjid - Mengajar teori kelas VII E yang dihadiri oleh 30 siswa. 		

24.	Kamis, 11 Agustus 2016	06.55 – 07.10 07.15 – 08.20 10.15 – 10.55 10.55 – 11.35 11.35 – 12.10	<ul style="list-style-type: none"> - Apel pagi - Mengajar praktik - Pendampingan mengajar teori - Mengajar teori - Pendampingan kerohanian 	<ul style="list-style-type: none"> - Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah - Mengajar kelas VII B yang diikuti oleh 30 siswa dengan materi dasar permainan bola voli. - Mengajar kelas VII D teori di kelas - Mengajar teori kelas VII A yang di hadiri oleh 30 siswa. - Mendampingi seluruh siswa-siswi smpn 4 Wonosari untuk melakukan sholat berjamaah di masjid 		
25.	Jumat, 12 Agustus 2016	06.55 – 07.10 08.35 – 09.55	<ul style="list-style-type: none"> - Apel pagi - Mengajar praktik 	<ul style="list-style-type: none"> - Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah - Mengajar praktik kelas VII A tentang dasar-dasar permainan bola voli. 		
	Minggu, 14 Agustus	20.00 – 22.00	<ul style="list-style-type: none"> - Menyusun RPP 	<ul style="list-style-type: none"> - Menyusun RPP untuk pembelajaran yang akan dilakukan. 		

	2016					
26.	Senin, 15 Agustus 2016	07.00 – 08.00	- Upacara bendera	- Upacara bendera diikuti oleh seluruh siswa, guru, karyawan, dan mahasiswa ppl, dilaksanakan di halaman sekolah		
		08.05 – 08.35	- Briefing	- Dilaksanakan di ruang guru yang diikuti oleh seluruh guru dan mahasiswa ppl, kegiatan ini dipimpin oleh kepala sekolah.		
		08.35 – 10.15	- Pendampingan mengajar	- Mendampingi Novrizal mengajar kelas VII C pada jam ke 3-4 tentang teknik dasar permainan sepak bola.		
			- Pendampingan kerohanian	- Mendampingi seluruh siswa melaksanakan ibadah sholat dzuhur berjamaah.		
		11.35 – 12.10				
27.	Selasa, 16 Agustus 2016	06.55 – 07.10	- Apel pagi	- Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah		
		08.35 – 09.55	- Pendampingan mengajar praktik	- Mengajar di kelas VII D yang diikuti oleh 29 siswa materi yang diajarkan tentang dasar permainan sepak bola.		

		10.15 – 10.55 11.35 – 12.10	<ul style="list-style-type: none"> - Mengajar teori - Pendampingan kerohanian 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengajar teori kelas VII B yang diikuti oleh 30 siswa - Mendampingi seluruh siswa melaksanakan ibadah sholat dzuhur berjamaah. 		
28.	Rabu, 17 Agustus 2016	06.55 – 07.10 07.15 - 08.20 10.55 - 11.35 11.35 – 12.10	<ul style="list-style-type: none"> - Apel pagi - Pendampingan mengajar praktik - Pendampingan mengajar praktik - Pendampingan kerohanian - Pendampingan mengajar teori 	<ul style="list-style-type: none"> - Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah - Mendampingi novrizal mengajar kelas VII E pada jam ke 1-2 tentang dasar-dasar permainan sepak bola. - Mendampingi novrizal mengajar kelas VII C - Mendampingi siswa sholat berjamaah di masjid - Mengajar teori kelas VII E yang dihadiri oleh 30 siswa. 		

		12.10 – 12.55				
29.	Kamis, 18 Agustus 2016	06.55 – 07.10 07.15 – 08.20 10.15 – 10.55 10.55 – 11.35 11.35 – 12.10	<ul style="list-style-type: none"> - Apel pagi - Mengajar praktik - Pendampingan mengajar teori - Mengajar teori - Pendampingan kerohanian 	<ul style="list-style-type: none"> - Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah - Mengajar kelas VII B yang diikuti oleh 30 siswa dengan materi dasar permainan sepak bola. - Mengajar kelas VII D teori di kelas - Mengajar teori kelas VII A yang di hadiri oleh 30 siswa. - Mendampingi seluruh siswa-siswi smpn 4 Wonosari untuk melakukan sholat berjamaah di masjid 		
30.	Jumat, 19 Agustus 2016	06.55 – 07.10 08.35 – 09.55	<ul style="list-style-type: none"> - Apel pagi - Mengajar praktik 	<ul style="list-style-type: none"> - Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah - Mengajar praktik kelas VII A tentang dasar-dasar permainan sepak bola. 		

	Minggu 21 Agustus 2016	20.00 – 22.00	- Menyusun RPP	- Menyusun RPP untuk pembelajaran yang akan dilakukan.		
31.	Senin, 22 Agustus 2016	07.00 – 08.00 08.05 – 08.35 08.35 – 10.15 11.35 – 12.10	- Upacara bendera - Briefing - Pendampingan mengajar - Pendampingan kerohanian	- Upacara bendera diikuti oleh seluruh siswa, guru, karyawan, dan mahasiswa ppl, dilaksanakan di halaman sekolah - Dilaksanakan di ruang guru yang diikuti oleh seluruh guru dan mahasiswa ppl, kegiatan ini dipimpin oleh kepala sekolah. - Mendampingi Novrizal mengajar kelas VII C pada jam ke 3-4 tentang teknik dasar permainan bola kecil/ kasti. - Mendampingi seluruh siswa melaksanakan ibadah sholat dzuhur berjamaah.		
32.	Selasa, 23 Agustus 2016	06.55 – 07.10	- Apel pagi	- Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah - Mengajar di kelas VII D yang diikuti		

		08.35 – 09.55	- Pendampingan mengajar praktik	oleh 29 siswa materi yang diajarkan tentang permainan bola kecil/ kasti.		
		10.15 – 10.55	- Mengajar teori	- Mengajar teori kelas VII B yang diikuti oleh 30 siswa		
		11.35 – 12.10	- Pendampingan kerohanian	- Mendampingi seluruh siswa melaksanakan ibadah sholat dzuhur berjamaah.		
33.	Rabu, 24 Agustus 2016	06.55 – 07.10	- Apel pagi	- Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah		
		07.15 - 08.20	- Pendampingan mengajar praktik	- Mendampingi novrizal mengajar kelas VII E pada jam ke 1-2 tentang permainan bola kecil/ kasti.		
		10.55 - 11.35	- Pendampingan mengajar praktik	- Mendampingi novrizal mengajar kelas VII C		
			- Pendampingan kerohanian	- Mendampingi siswa sholat berjamaah di masjid		
		11.35 – 12.10	- Pendampingan mengajar teori	- Mengajar teori kelas VII E yang dihadiri oleh 30 siswa.		

		12.10 – 12.55				
34.	Kamis, 25 Agustus 2016	06.55 – 07.10 07.15 – 08.20 10.15 – 10.55 10.55 – 11.35 11.35 – 12.10	<ul style="list-style-type: none"> - Apel pagi - Mengajar praktik - Pendampingan mengajar teori - Mengajar teori - Pendampingan kerohanian 	<ul style="list-style-type: none"> - Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah - Mengajar kelas VII B yang diikuti oleh 30 siswa dengan materi permainan bola kecil/ kasti . - Mengajar kelas VII D teori di kelas - Mengajar teori kelas VII A yang di hadiri oleh 30 siswa. - Mendampingi seluruh siswa-siswi smpn 4 Wonosari untuk melakukan sholat berjamaah di masjid 		
35.	Jumat, 26 Agustus 2016	06.55 – 07.10 08.35 – 09.55	<ul style="list-style-type: none"> - Apel pagi - Mengajar praktik 	<ul style="list-style-type: none"> - Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah - Mengajar praktik kelas VII A tentang permainan bola kecil/ kasti. 		

	Minggu, 28 Agustus 2016	20.00 – 22.00	- Menyusun RPP	- Menyusun RPP untuk pembelajaran yang akan dilakukan.		
36.	Senin, 29 Agustus 2016	07.00 – 08.00	- Upacara bendera	- Upacara bendera diikuti oleh seluruh siswa, guru, karyawan, dan mahasiswa ppl, dilaksanakan di halaman sekolah		
		08.05 – 08.35	- Briefing	- Dilaksanakan di ruang guru yang diikuti oleh seluruh guru dan mahasiswa ppl, kegiatan ini dipimpin oleh kepala sekolah.		
		08.35 – 10.15	- Pendampingan mengajar	- Mendampingi Novrizal mengajar kelas VII C pada jam ke 3-4 tentang lari sprint jarak pendek.		
		11.35 – 12.10	- Pendampingan kerohanian	- Mendampingi seluruh siswa melaksanakan ibadah sholat dzuhur berjamaah.		
37.	Selasa, 30 Agustus	06.55 – 07.10	- Apel pagi	- Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah		

	2016	08.35 – 09.55	- Pendampingan mengajar praktik	- Mengajar di kelas VII D yang diikuti oleh 29 siswa materi yang diajarkan tentang lari sprint jarak pendek.		
		10.15 – 10.55	- Mengajar teori	- Mengajar teori kelas VII B yang diikuti oleh 30 siswa		
		11.35 – 12.10	- Pendampingan kerohanian	- Mendampingi seluruh siswa melaksanakan ibadah sholat dzuhur berjamaah.		
38.	Rabu, 31 Agustus 2016	06.55 – 07.10	- Apel pagi	- Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah		
		07.15 - 08.20	- Pendampingan mengajar praktik	- Mendampingi novrizal mengajar kelas VII E pada jam ke 1-2 tentang lari sprint jarak pendek.		
		10.55 - 11.35	- Pendampingan mengajar praktik	- Mendampingi novrizal mengajar kelas VII C		
			- Pendampingan kerohanian	- Mendampingi siswa sholat berjamaah di masjid		
			- Pendampingan mengajar	- Mengajar teori kelas VII E yang dihadiri oleh 30 siswa.		

		11.35 – 12.10	teori			
		12.10 – 12.55				
39.	Kamis, 1 September 2016	06.55 – 07.10	- Apel pagi	- Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah		
		07.15 – 08.20	- Mengajar praktik	- Mengajar kelas VII B yang diikuti oleh 30 siswa dengan materi lari sprint jarak pendek.		
		10.15 – 10.55	- Pendampingan mengajar teori	- Mengajar kelas VII D teori di kelas		
		10.55 – 11.35	- Mengajar teori	- Mengajar teori kelas VII A yang di hadiri oleh 30 siswa.		
		11.35 – 12.10	- Pendampingan kerohanian	- Mendampingi seluruh siswa-siswi smpn 4 Wonosari untuk melakukan sholat berjamaah di masjid		
40.	Jumat, 2 September 2016	06.55 – 07.10	- Apel pagi	- Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah		
		08.35 – 09.55	- Mengajar praktik	- Mengajar praktik kelas VII A tentang lari sprint jarak pendek.		
				- Menyusun buku guru, buku 1, buku		

		10.00 – 11.00	- Menyusun administrasi guru	2, dan buku 3		
41.	Senin, 5 September 2016	07.00 – 08.00 08.10 – 08.30	- Upacara Bendera - Konsultasi laporan	- Upacara bendera diikuti oleh seluruh siswa, guru, karyawan, dan mahasiswa ppl, dilaksanakan di halaman sekolah. - Konsultasi laporan dengan guru pembimbing.		
42.	Selasa, 6 September 2016	06.55 – 07.10	- Apel pagi - Menyusun laporan PPL	- Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah - Mencil menyusun laporan PPL		
43.	Senin, 11 September 2016	07.00 – 08.00 08.00 – 10.00	- Upacara bendera - Menyusun laporan	- Upacara bendera diikuti oleh seluruh siswa, guru, karyawan, dan mahasiswa ppl, dilaksanakan di halaman sekolah Mencil menyusun laporan PPL		

44.	Selasa, 12 September 2016	06.55 – 07.10 07.30 – 09.00	- Apel pagi - Menyusun laporan PPL	- Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah - Mencil menyusun laporan PPL		
45	Rabu, 13 September 2016	06.55 – 07.10 07.30 – 09.00	- Apel pagi - Menyusun laporan PPL	- Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah - Mencil menyusun laporan PPL		
46.	Kamis, 14 September 2016	06.55 – 07.10 07.30 – 09.00	- Apel pagi - Menyusun laporan PPL	- Apel diikuti oleh seluruh siswa, mahasiswa ppl dan sebagian guru dan karyawan di halaman sekolah - Mencil menyusun laporan PPL		

Mengetahui,

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru
SMP Negeri 4



Pembimbing
Wonosari

Wonosari, 2 September 2016

Mahasiswa PPL



Saryono, M.Or.

NIP. 198110212006041001

Dra.TyasTitikSekartani

NIP. 196504032007012010



Isnan Iriyanto

NIM. 12601244086

DAFTAR HADIR SISWA

MATA PELAJARAN: PJOK
GASAL

KELAS: VII A

SEMESTER:

NO.	NO. IN- DUK	NAMA	BULAN DAN TANGGAL PENYAJIAN / TATAP MUKA																									JUMLAH				PROSENTASE ABSENSI
			Juli						Agustus																September			S	I	A	J	
1	4273	Abian Nurya Pratama																														$\frac{Jml\ tdk\ msk \times 100}{Jml\ siswa \times hari} =\%$
2	4274	Aisah Dwi Kurniati																														$\frac{0 \times 100}{27 \times 8} = 0,00 \%$
3	4275	Alfina Tuzaka Rahmaningtyas																														
4	4276	Amelia Dea Febrianti																														
5	4277	Anggita Putri Mahardini																														
6	4278	Atifa Wulandari																														
7	4279	Aulia Tharrisha Putri																														
8	4280	Avicenna Za'im Alfaruq																														
9	4281	Azis Nanda Saputra																														
10	4282	Bayu Fajar Nur Saputra																														
11	4283	Defi Fira Fransiska																														

DAFTAR HADIR SISWA

MATA PELAJARAN: PJOK
GASAL

KELAS: VII B

SEMESTER:

NO.	NO. IN-DUK	NAMA	BULAN DAN TANGGAL PENYAJIAN / TATAP MUKA																											JUMLAH				PROSENTASE ABSENSI
			Juli					Agustus																September						S	I	A	J	
1	4303	Adi Dwi Jakmiko																													$\frac{Jml\ tdk\ msk \times 100}{Jml\ siswa \times hari} =\%$ $\frac{0 \times 100}{27 \times 8} = 0,00 \%$			
2	4304	Alifia Friska Safitri																																
3	4305	Aninda Kusumaningrum																																
4	4306	Aufa Helga Ramdhani																																
5	4307	Balqis Adestya Wili																																
6	4308	Burham Syahrul Romadhanz																																
7	4309	Chelsa Etadea Utami																																
8	4310	Dewi Nuryani																																
9	4311	Dimas Arengga Divansa																																
10	4312	Hanindya Putri Farelita																																



MATRIK REKAPITULASI DANA PROGRAM PPL UNY DI SMP NEGERI 4 WONOSARI

SEMESTER : GANJIL TAHUN AJARAN : 2016/2017

NAMA SEKOLAH : SMP NEGERI 4 WONOSARI

ALAMAT SEKOLAH : NGERBOH 1, PIYAMAN, WONOSARI, GUNUNGGKIDUL

NAMA DPL : SARYONO, M. Or

No	Nama Kegiatan	Hasil Kualitatif/Kuantitatif	Dana Serapan (dalam rupiah)						
			SDM	MHS	Pemda. Prop.	Pemda Kab.	UNY	Sponsor/ lembaga lain	jumlah
1.	Konsultasi dengan guru pembimbing	Terlaksananya bimbingan dengan guru mengenai kegiatan pembelajaran yang akan dilaksanakan atau sesudah dilaksanakan.	-	-	-	-	-	-	-
2.	Konsultasi dengan dosen pembimbing PPL	Terlaksananya bimbingan dengan DPL mengenai kegiatan pembelajaran yang akan dilaksanakan atau sesudah dilaksanakan	-	-	-	-	-	-	-

3.	Penyusunan matriks program.	Terselesaikannya matriks program PPL/ Magang 3 yang akan dilakukan di smpn 4 Wonosari.	-	-	-	-	-	-	-
4.	Penyusunan Buku 1, Buku 2, dan Buku 3	Terlaksananya administrasi Guru dengan menyusun Buku 1, Buku 2, dan Buku 3.	-	Rp. 50.000,00	-	-	-	-	Rp. 50.000,00
5.	Penyusunan jadwal mengajar, silabus, RPP, dan media pembelajaran	Terbuatnya perangkat yang digunakan untuk proses pembelajaran supaya kegiatan pembelajaran di kelas berjalan lancar.	-	Rp. 25.000,00	-	-	-	-	Rp. 25.000,00
6.	Penyusunan bahan mengajar	Mencari bahan baik materi maupun bahan praktikum untuk proses pembelajaran di lapangan. Di dapat dari buku ataupun dari internet.	-	-	-	-	-	-	-
7.	Mengajar.	Mengelola pembelajaran dikelas sesuai dengan bidangnya.	-	-	-	-	-	-	-
8.	Membuat soal ujian/ ulangan harian.	Terbuatnya soal ulangan untuk mengetahui kemampuan siswa dalam menyerap materi pembelajaran.	-	Rp. 25.000	-	-	-	-	Rp. 25000
9.	Mengolah data nilai siswa dan memasukkan ke dalam lembar kerja	Memasukkan nilai dari hasil pengambilan nilai dalam pembelajaran ke dalam lembar kerja siswa.	-	-	-	-	-	-	-

	siswa.								
10.	Praktik mengajar	Praktek mengajar kelas VII dan VIII. Dalam kesempatan ini 2 minggu didepan fokus untuk mengajar kelas VII sedangkan 2 Minggu terakhir mengajar kelas VIII. Selain mengajar juga mendampingi guru mengajar. Jadi dalam seminggu selalu berada dan mengikuti pembelajaran penjasorkes.	-	-	-	-	-	-	-
11.	Penilaian dan evaluasi	Penilaian dan evaluasi pembelajaran yang telah berjalan dengan guru pembimbing mata pelajaran. Mendapat beberapa masukan guna perbaikan dan menjadi guru profesional.	-	-	-	-	-	-	-
12.	Upacara Bendera Hari Senin	Mengikuti upacara bendera setiap hari senin, upacara diikuti oleh seluruh warga sekolah SMP Negeri 4 Wonosari. Seluruh siswa kelas VII sampai IX mengikuti upacara ini, dan petugas upacara adalah siswa dalam satu kelas yang mendapat giliran.	-	-	-	-	-	-	-
13.	Apel pagi	Mengikuti apel pagi yang dilaksanakan setiap hari sebelum	-	-	-	-	-	-	-

		kegiatan KBM dimulai. Apel dilaksanakan selama 15 menit dan digunakan untuk menertibkan siswa yang belum tertib dan diisi dengan beberapa pengumuman dari sekolah							
14.	Pembuatan Laporan PPL	Menyusun laporan praktik pengalaman lapangan.	-	Rp. 50.000,00	-	-	-	-	Rp. 50.000,00
Jumlah									Rp. 150.000,00

Mengetahui/ menyetujui :

Dosen Pembimbing Lapangan



Saryono, M. Or

NIP. 198110212006041001

Guru Pembimbing Lapangan



Dra. Tyas Titik Sekartani

NIP. 1965040332007012010

Mahasiswa PPL



Isnani Iriyanto

NIM 13601241105



FORMAT OBSERVASI
PEMBELAJARAN DI KELAS DAN
OBSERVASI PESERTA DIDIK

NPma.1

Universitas Negeri Yogyakarta

Nama Mahasiswa : Isnan Iriyanto
No. Mahasiswa : 13601241105 Tempat Praktik : SMP N 4 Wonosari
Tgl. Observasi : 29 Februari 2016 Fak/ Jur/ Prodi : FIK/ POR/ PJKR

No.	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
A.	Perangkat Pembelajaran	
	1. Kurikulum 2013 (K13)	Untuk kelas VII menggunakan K13
	2. Silabus	Pelaksanaan pembelajaran telah mengacu pada silabus yang telah disusun
	3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)	Guru menyampaikan materi sesuai dengan RPP yang telah disusun
B.	Proses Pembelajaran	
	1. Membuka Pelajaran	Dengan mengucap salam, presens dan apersepsi (mengulas materi pelajaran pertemuan sebelumnya)
	2. Penyajian Materi	Setiap poin materi dijelaskan dengan cukup detail dan disertai dengan contoh
	3. Metode Pembelajaran	Menggunakan metode demonstrasi dan penugasa
	4. Penggunaan Bahasa	75% menggunakan Bahasa Indonesia, 25% Bahasa Jawa, jelas dan tidak berbelit-belit
	5. Penggunaan Waktu	Penggunaan waktu oleh guru efisien, hal ini karena dalam menjelaskan guru tidak berbelit-belit tetapi dengan gaya bahasa yang santai dan mudah dipahami oleh siswa.
	6. Gerak	Berada di pinggir lapangan dan sesekali ke tengah lapangan untuk memberi pengarahan.
	7. Cara memotivasi siswa	Memberikan umpan balik berupa pertanyaan pada siswa, mengacungkan jempol sehingga siswa lebih termotivasi untuk menunjukkan pengetahuan yang dimiliki.

	8. Teknik bertanya	Guru memberikan pertanyaan kepada seluruh siswa, guru memberikan umpan balik pada siswa
	9. Teknik Penguasaan kelas	Untuk mengendalikan siswa, guru memberikan permainan yang menarik.
	10. Penggunaan media	Belum menggunakan media
	11. Bentuk dan cara evaluasi	Belum ada evaluasi
	12. Menutup Pelajaran	Ditutup salam dan kesimpulan
C.	Perilaku Siswa	
	1. Perilaku siswa di dalam kelas	Siswa antusias mendengarkan penjelasan guru, aktif menanggapi pertanyaan dari guru, namun ada juga yang ramai sendiri
	2. Perilaku siswa di luar kelas	Sopan, ramah di luar kelas

Yogyakarta, 29 Februari 2016

Guru Pembimbing,

Mahasiswa Praktikan,



Dra. Tyas Titik Sekartani

NIP. 196504032007012018



Isnani Iriyanto

NIM. 13601241105

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 4 WONOSARI
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VII / 1 (satu)
Alokasi Waktu : 3 X 40 menit (2 kali Pertemuan)

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

- 3.1 Memahami konsep gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan/atau tradisional
- 4.1 Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional

C. Indikator Pencapaian Kompetensi

- 3.1.1 Menjelaskan konsep gerak mengoper bola dalam permainan bola basket
- 3.1.2 Menjelaskan konsep gerak menggiring bola dalam permainan bola basket
- 3.1.3 Menjelaskan konsep gerak *shooting* dalam permainan bola basket
- 4.1.1 Melakukan gerak mengoper bola dalam permainan bola basket
- 4.1.2 Melakukan gerak menggiring bola dalam permainan bola basket
- 4.1.3 Melakukan gerak *shooting* dalam permainan bola basket

D. Materi Pembelajaran

Tema : Permainan bola besar
Sub Tema : Permainan bola besar menggunakan permainan bola basket

1. Materi Pembelajaran Reguler
 - a. Konsep gerak mengoper bola dalam permainan bola basket
 - Gerak operan dada (cest pass)
 - Gerak operan pantul (bond pass)

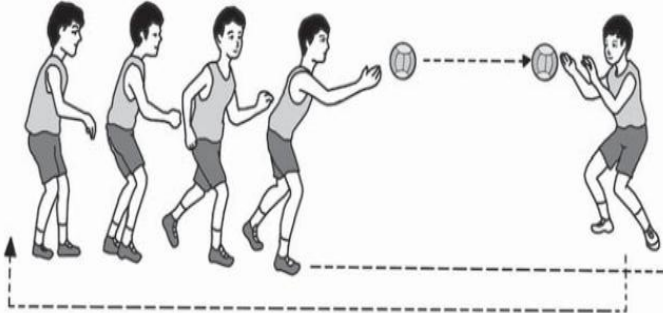
- Gerak operan di atas kepala (overhead pass)
 - b. Konsep gerak menggiring bola dalam permainan bola basket
 - Gerak menggiring bola rendah
 - Gerak menggiring bola tinggi
 - c. Konsep gerak menembak ke ring basket (*shooting*)
 - Gerak menembak ke ring basket (*shooting*) dengan satu tangan
 - d. Permainan bola basket dengan permainan yang dimodifikasi
 - Bermain dengan menggunakan lapangan penuh dengan waktu dan jumlah pemain yang dimodifikasi.
2. Materi Pembelajaran Remedial
- a. Konsep gerak mengoper bola dalam permainan bola basket
 - Gerak menangkap dan mengoperkan bola
 - Gerak menggiring bola
 - Gerak menembak ke ring basket
 - b. Permainan bola basket dengan permainan yang dimodifikasi
 - Bermain dengan menggunakan setengah lapangan dengan jumlah pemain 2 lawan 3, 3 lawan 4, dan atau 5 lawan 4.
- Pada dasarnya materi pembelajaran remedial adalah materi pembelajaran regular yang disederhanakan sehingga lebih mudah dipahami dan dilakukan. Misalnya jumlah pemain diperbanyak, ring basket di modifikasi (diturunkan atau diperbesar diameter).
3. Materi Pembelajaran Pengayaan
- Bermain dengan menggunakan lapangan penuh dengan jumlah pemain 5 lawan 5.

Materi pengayaan dikembangkan dari materi pembelajaran regular dengan meningkatkan faktor kesulitan dan peraturan serta strategi permainan bola basket sesungguhnya

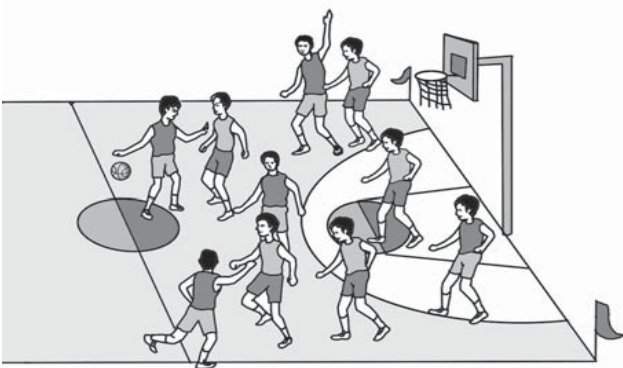
E. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan Pembelajaran	Deskripsi	Waktu
Pendahuluan	<p>Pertemuan ke 1 (3 jp)</p> <ol style="list-style-type: none"> Kegiatan Pendahuluan Guru menyiapkan peserta didik di dalam kelas dan mengucapkan salam atau selamat pagi kepada peserta didik. Guru memimpin doa. Guru harus memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat, Guru memotivasi peserta didik untuk mengondisikan suasana belajar yang menyenangkan dengan menjelaskan manfaat olahraga bagi kesehatan dan kebugaran. Guru mengecek penguasaan kompetensi yang sudah dipelajari sebelumnya, yaitu sepakbola dengan cara tanya jawab. Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai peserta didik setelah proses pembelajaran (seperti yang tercantum 	15 menit

	<p>dalam indikator ketercapaian kompetensi) disertai dengan penjelasan manfaat dari kegiatan bermain bola basket: misalnya bahwa bermain bola basket adalah salah satu aktivitas yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani.</p> <p>8) Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari yaitu: gerak mengoper bola, gerak menggiring bola, dan gerak menembak ke ring (<i>shooting</i>).</p> <p>9) Guru menjelaskan tehnik penilaian untuk kompetensi bola basket, baik kompetensi sikap spiritual dengan observasi dalam bentuk jurnal: yaitu perilaku keseriusan dalam berdoa dan berusaha secara maksimal, kompetensi sikap sosial: perilaku jujur, disiplin, dan kerjasama, kompetensi pengetahuan: pemahaman mengenai konsep gerak mengoper bola, konsep gerak menggiring bola, konsep menembak ke ring (<i>shooting</i>) menggunakan penugasan atau tes tertulis, dan kompetensi terkait keterampilan yaitu gerak mengoper bola, gerak menggiring bola, dan gerak menembak ke ring (<i>shooting</i>), serta bermain bola basket dengan peraturan yang disederhanakan.</p> <p>10) Dilanjutkan dengan pemanasan agar peserta didik terkondisikan dalam materi yang akan diajarkan dengan perasaan senang. Pemanasan dalam bentuk <i>game</i>.</p> <ul style="list-style-type: none">- Peserta didik dibagi menjadi dua kelompok besar yaitu kelompok putra dan kelompok putri. Masing-masing kelompok putra dibagi lagi menjadi dua kelompok kecil yaitu kelompok A dan kelompok B, begitu juga dengan kelompok putri dibagi menjadi dua kelompok kecil yaitu kelompok A dan kelompok B. Kelompok putra menggunakan setengah lapangan dan kelompok putri menggunakan setengah lapangan yang lain.- Peraturan <i>game</i> yaitu bola dioper ke teman kelompoknya dengan cara mengoper bola (dengan lemparan dada, lemparan melambung atau lemparan memantul). Masing-masing kelompok berusaha untuk mendapatkan point sebanyak-banyaknya yaitu dengan cara dua anggota kelompok melakukan lemparan berturut-turut sebanyak 3 kali akan mendapat point 1. Kelompok pemenang adalah kelompok yang mendapatkan point banyak- Berdasarkan amatan guru pada game, dipilih sejumlah peserta didik yang dianggap cukup mampu untuk menjadi tutor bagi temannya dalam aktivitas berikutnya. Mereka akan mendapat anggota kelompok dari peserta didik yang tersisa dengan cara berhitung sampai angka sejumlah peserta didik yang terpilih (misalnya 4 orang). Maka jika terdapat 30 peserta didik, setiap kelompok akan memiliki anggota 7-8 orang. <p>10) Pemanasan dilanjutkan dengan pemanasan baik statis maupun dinamis yang mencakup penguluran, pelepasan koordinasi, kelenturan dan kekuatan</p>	
--	---	--

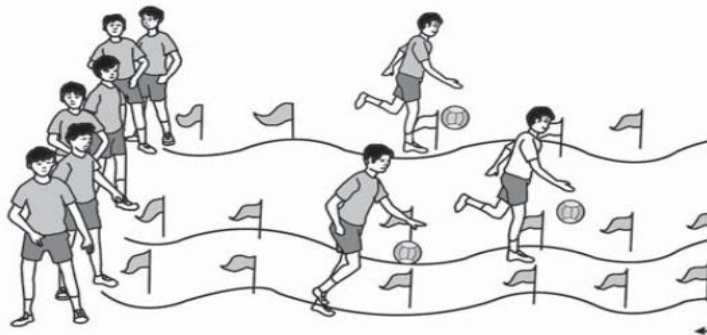
Inti	<p>b. Kegiatan Inti</p> <ul style="list-style-type: none">• Penayangan vidio atau gambar (dapat dilakukan sebelum pembelajaran dilapangan)- Peserta didik mengamati tayangan vidio peragaan guru /teman/ tentang permainan bolabasket dan membuat catatan tentang gerak spesifik permainan bolabasket (melempar bola, menggiring bola, menembak ke ring/sasaran) berdasarkan hasil pengamatan.• Setelah itu siswa disuruh membuat rumusan pertanyaan terkait dari tayangan yang berkaitan dengan lemparan.- Mempertanyakan tentang gerak spesifik permainan bolabasket, misalnya :<ul style="list-style-type: none">○ Bagaimana cara melakukan teknik dasar operan dada?○ Bagaimana cara melakukan teknik dasar operan pantul?○ Bagaimana cara melakukan teknik dasar operan atas kepala?○ Bagaimana cara melakukan teknik dasar menggiring bola?,○ Apakah jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan menggiring, melempar, dan menangkap? dan pertanyaan lainnya.- Mempertanyakan tentang manfaat permainan bolabasket terhadap kesehatan dan kebugaran tubuh dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan bola basket. <p>• Dengan formasi berhadapan siswa diberi kesempatan melakukan latihan mengoper bola dengan berbagai cara melempar bola mencakup : operan dada. operan pantulan operan satu tangan dan menggiring sesuai kemampuannya masing-masing.</p> <p>Aktivitas gerak mengoper bola (<i>chest pass, bounce pass, overhead pass</i>) secara berkelompok/berpasangan</p> <p>1) Mengoper (<i>chest pass, bounce pass, overhead pass</i>) dan menangkap bola dengan formasi berbanjar</p>  <ul style="list-style-type: none">* Pada saat pelaksanaan dilakukan pengamatan bagi siswa yang menemui masalah dalam proses melempar* anak yang mengalami kesulitan dalam melakukan tehnik lemparan disuruh mencari penyebab -penyebabnya* Setelah selesai kegiatan ini dilanjutkan dengan pengamatan pada peragaan atau simulasi oleh guru atau teman/model. Kelompok pesertadidik membuat analisis berbagai cara mengoper yang dilakukan model, terkait operan yang berhasil dan yang gagal. Diharapkan pesertadidik dalam kelompok dapat membuat kesimpulan mengenai konsep gerak lempar tangkap bola dan	90 menit
------	---	----------

	<p>prosedur cara melakukan gerak lempar tangkap bola. Komunikasikan dengan guru dan peserta didik lain agar mendapatkan kesimpulan yang baik.</p> <p>1) Gerak operan dada (<i>Chest pass</i>)</p> <p>Sikap awal</p> <ol style="list-style-type: none">Berdiri dengan kaki dibuka selebar bahu, dan lutut sedikit ditekuk.Badan dicondongkan ke depan.Bola dipegang dengan kedua telapak tangan dan jari-jari terbuka.Tekuk kedua siku, dan aturlah bola setinggi dada. <p>Sikap pelaksanaan</p> <ol style="list-style-type: none">Langkahkan salahsatu kaki ke depan ke arah sasaran.Kemudian kedua lengan mendorong bola lurus ke depan. <p>Sikap akhir</p> <p>Ikuti grakan dengan langkah kaki yang lainnya dengan gerak lanjutan</p> <p>2) Gerak operan pantul (<i>Bounce pass</i>)</p> <p>Sikap awal</p> <ol style="list-style-type: none">Secara berpasangan, berdiri berhadapan.Berdiri dengan kaki kanan di depan dan kaki kiri di belakang, lutut sedikit ditekuk.Bola dipegang dengan kedua telapak tangan dan jari-jari terbuka <p>Sikap pelaksanaan</p> <ol style="list-style-type: none">Bola dilepaskan setinggi pinggang dan harus diarahka kearah depan bawah menyesuaikan posisi sasaranBila berhadapan dengan lawan, maka sasaran pantulan bola berada di samping kanan/kiri kaki lawan <p>Sikap akhir</p> <p>Ikuti grakan dengan langkah kaki yang lainnya dengan gerak lanjutan</p> <p>Arah bola</p> <p>Bola diarahkan kira-kira disuatu tempat kira-kira 1 meter didepan penerima</p> <p>3) Gerak operan atas kepala (<i>Over head pass</i>)</p> <p>Sikap awal</p> <ol style="list-style-type: none">Berdiri dengan kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang, lutut sedikit ditekuk.Bola dipegang dengan kedua tangan di atas kepala. <p>Sikap pelaksanaan</p> <ol style="list-style-type: none">Kemudian coba kamu lemparkan bola tersebut dengan mendorong bola ke atas.Bola dilepaskan dengan lecutan ujung jari tangan. <p>Sikap akhir</p>	
--	--	--

	<p>Gerakan akhir dengan meluruskan lengan searah dengan lepasnya bola. Arah bola Bola diarahkan keatas depan</p> <p>4) Lemparan samping satu tangan.</p> <p>Sikap awal</p> <p>(1) Siswa diminta untuk mencari pasanganmu yang seimbang.</p> <p>(2) Berdiri dengan kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang, lutut sedikit ditekuk.</p> <p>(3) Kemudian siswa diminta memegang bola dengan tangan , lalu dibawa ke samping telinga</p> <p>Sikap pelaksanaan</p> <p>(4) Setelah itu lemparkan bola ke depan melambung ke atas.</p> <p>Sikap akhir</p> <p>(5) Lalu langkahkan kaki kiri ke depan bersamaan dengan gerakan lanjutan (follow thought).</p> <p>Arah bola</p> <p>(6) bola diarahkan kedepan atas</p> <p>5) Menerima bola</p> <p>Sikap awal</p> <p>a) Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu, lutut sedikit ditekuk.</p> <p>b) Kedua tangan lurus ke depan dan kedua telapak tangan menghadap ke depan serta jari-jari tangan terbuka.</p> <p>Sikap pelaksanaan</p> <p>c) Kemudian suruh temanmu melempar bola setinggi dada</p> <p>d) Lalu tangkap bola tersebut dan bawalah kearah dada.</p> <p>Sikap akhir</p> <p>Gerakan diakhiri dengan melangkahkan salah satu kaki ke belakang</p> <p>Setelah Mengumpulkan informasi / data / mencoba menalar / mengasosiasi – mengomunikasikan 2</p> <p>Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi</p> <p>Bermain dengan menggunakan lapangan penuh dengan jumlah pemain seluruh siswa putra dibagi 2, sedang yang siswa putri menjadi pengamat dalam bermain dengan menggunakan gerak-gerak yang telah dipelajari.</p> 	
--	--	--

	<p>Sumber : Buku Penjas Untuk SMP Klas VII</p> <p>Permainan ini dapat dilakukan dengan menggunakan setengah lapangan dan menggunakan satu ring, lama permainan bisa disesuaikan yaitu 2 x 10 menit atau 2 x 15 menit</p>	
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1) Kegiatan Penutup Peserta didik melakukan pelepasan dan pelepasan. 2) Kesimpulan Guru dan peserta didik membuat kesimpulan dari seluruh materi 3) Refleksi dari guru dan peserta didik Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan. 4) Penilaian Guru membuat penilaian terhadap keberhasilan proses pembelajaran secara transparan 5) Tindak lanjut dan penjelasan materi minggu depan Guru memberikan tugas yang terkait dengan pembelajaran hari ini dan pembelajaran yang akan datang. 6) Berdoa Guru menugaskan salah satu peserta didik untuk memimpin berdoa sesuai agama dan kepercayaannya masing-masing. 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. 	15 menit
	<p>2. Pertemuan kedua = 3 JP</p> <p>a. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Guru membariskan peserta didik menjadi dua bersyaf atau membentuk setengah lingkaran, ucapkan salam atau selamat pagi kepada peserta didik. 2) Guru meminta salah seorang peserta didik untuk memimpin berdoa 3) Guru harus memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat 4) Guru mengecek penguasaan kompetensi yang sudah dipelajari sebelumnya, yaitu gerak mengoper bola dengan cara tanya jawab. 5) Guru menyampaikan kegiatan pembelajaran dan penilaian yang akan dilakukan, yaitu gerak menggiring bola, dan gerak menembak ke ring (<i>shooting</i>). 6) Dilanjutkan dengan pemanasan agar peserta didik terkondisikan dalam materi yang akan diajarkan dengan perasaan senang. Pemanasan dalam bentuk <i>game</i> dengan ketentuan sebagai berikut : 	

	<ul style="list-style-type: none">- Peserta didik dibagi menjadi dua kelompok besar yaitu kelompok putra dan kelompok putri. Masing-masing kelompok putra dibagi lagi menjadi dua kelompok kecil yaitu kelompok A dan kelompok B, begitu juga dengan kelompok putri dibagi menjadi dua kelompok kecil yaitu kelompok A dan kelompok B. Kelompok putra menggunakan setengah lapangan dan kelompok putri menggunakan setengah lapangan yang lain.- Peraturan <i>game</i> yaitu bola dioper ke teman kelompoknya dengan cara mengoper bola (dengan lemparan dada, lemparan melambung atau lemparan memantul). Masing-masing kelompok berusaha untuk mendapatkan point sebanyak-banyaknya yaitu dengan cara dua anggota kelompok melakukan lemparan berturut-turut sebanyak 3 kali akan mendapat point 1. Kelompok pemenang adalah kelompok yang mendapatkan point banyak- Berdasarkan amatan guru pada game, dipilih sejumlah peserta didik yang dianggap cukup mampu untuk menjadi tutor bagi temannya dalam aktivitas berikutnya. Mereka akan mendapat anggota kelompok dari peserta didik yang tersisa dengan cara berhitung sampai angka sejumlah peserta didik yang terpilih (misalnya 4 orang). Maka jika terdapat 30 peserta didik, setiap kelompok akan memiliki anggota 7-8 orang <p>b. Kegiatan Inti (90 Menit)</p> <ul style="list-style-type: none">• Mengumpulkan informasi / data / mencoba – menalar / mengasosiasi – mengomunikasikan <p>Aktivitas menggiring bola secara berkelompok / berpasangan</p> <p>1) Menggiring bola ditempat, jalan dan lari ke depan.</p> <div data-bbox="673 1557 1193 1981"></div> <p>Sumber : Buku Penjas Untuk SMP Klas VII</p> <p>2) Gerak menggiring bola rendah dan menggiring bola tinggi</p>	
--	---	--



Sumber : Buku Penjas Untuk SMP Klas VII

Setelah selesai kegiatan ini dilanjutkan dengan pengamatan pada peragaan atau simulasi menggiring bola yang dilakukan guru/model. Kelompok peserta didik membuat analisis berbagai cara menggiring yang dilakukan model, mulai dari sikap awal, sikap pelaksanaan dan sikap akhir. Komunikasikan dengan guru dan peserta didik lain agar mendapatkan kesimpulan yang baik.

Sikap awal

- (1) Sikap awal seperti menangkap atau menerima bola. Kemudian lengan bagian atas tegak lurus dengan lantai, lengan bawah sejajar dengan lantai, pergelangan tangan lemas atau tidak kaku. Sikap pelaksanaan
- (2) Cara mendorong bola dipantul-pantulkan di depan, samping kiri, dan kanan dengan telapak tangan berikut jari-jari tangan terbuka (bukan dipukul-pukul).

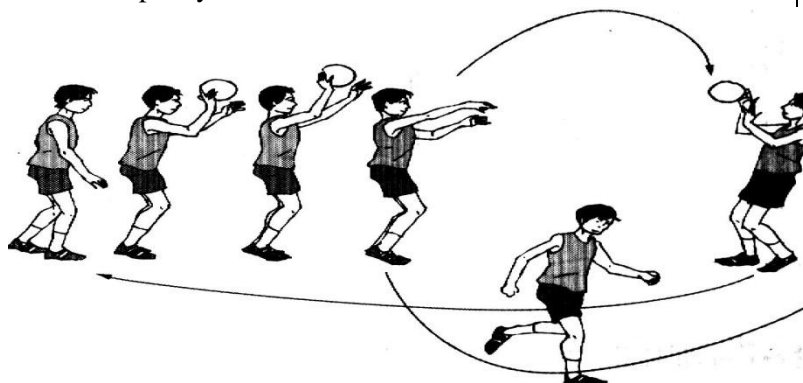
Sikap akhir

- (3) Pandangan ke bola lalu akhirnya ke segala arah.

- Mengumpulkan informasi / data / mencoba – menalar / mengasosiasi – mengomunikasikan 4

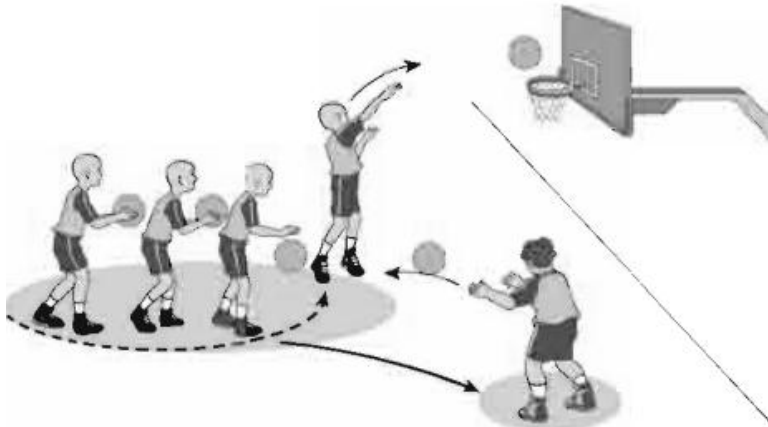
Menembak bola (*shooting*) secara berkelompok/berpasangan

- 1) Menembak bola basket (satu tangan, dua tangan) pada formasi berbanjar, setelah melakukan menembak bergerak lari pindah tempat ke barisan belakang pada barisan dihadapannya.



Sumber : Buku Penjas Untuk SMP Klas VII.

- 2) Menembak bola ke basket secara berkelompok. Peserta didik melakukan menembak bola ke ring basket (*shooting*) dari depan ring basket.



Buku sumber : Buku pesertadidik PJOK SMP/MTs klas VII

Setelah selesai kegiatan ini dilanjutkan dengan pengamatan pada peragaan atau simulasi menembak bola yang dilakukan guru/model. Kelompok pesertadidik membuat analisis berbagai cara menggiring yang dilakukan model, mulai dari sikap awal, sikap pelaksanaan dan sikap akhir. Komunikasikan dengan guru dan peserta didik lain agar mendapatkan kesimpulan yang baik.

Sikap awal

Sikap awal	Sikap pelaksanaan	Sikap akhir	Arah bola

- Mengumpulkan informasi / data / mencoba – menalar / mengasosiasi – mengomunikasikan
- Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi
- Bermain dengan menggunakan setengah lapangan dengan jumlah pemain 2 lawan 3, 3 lawan 4, dan atau 5 lawan 4 dengan ketentuan:
- 2 lawan 3 yaitu 2 pemain menyerang dengan 3 pemain bertahan
- 3 lawan 4 yaitu 3 pemain menyerang dngan 4 pemain bertahan
- 5 lawan 4 yaitu 5 pemain menyerang dengan 4 pemain bertahan



Sumber : Buku Penjas Untuk SMP Klas VII

Permainan ini dapat dilakukan dengan menggunakan setengah lapangan dan menggunakan satu ring, lama permainan bisa disesuaikan yaitu 2 x 10 menit atau 2 x 15 menit

Dilakukan dengan metode resiprokal yaitu siswa berpasangan yang satu menjadi pengamat yang lain menjadi pelaku. Guru

	<p>membuat lembar observasi untuk pengamatan siswa saat bermain yaitu :</p> <table><tr><td></td><td>Teknik yang diamati</td><td>Jumlah</td></tr><tr><td></td><td>Operan dada</td><td></td></tr><tr><td></td><td>Operan pantul</td><td></td></tr><tr><td></td><td>Opera atas kepala</td><td></td></tr><tr><td></td><td>Menggiring</td><td></td></tr><tr><td></td><td>Menembak ke ring basket</td><td></td></tr></table> <p>c. Kegiatan Penutup (15 menit)</p> <p>1) Peserta didik melakukan pelepasan dan pelepasan.</p> <p>2) Kesimpulan</p> <p>Guru dan peserta didik membuat kesimpulan dari seluruh materi</p> <p>3) Refleksi dari guru dan peserta didik</p> <p>Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan.</p> <p>4) Penilaian</p> <p>Guru membuat penilaian terhadap keberhasilan proses pembelajaran secara transparan</p> <p>5) Guru memberitahukan pembelajaran remedi, yaitu melakukan gerak teknik dasar permainan bola basket</p> <p>6) Guru memberitahukan pembelajaran program pengayaan, yaitu bermain bola basket 5 lawan 5 dengan menggunakan lapangan penuh.</p> <p>7) Guru memberitahukan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya, yaitu bolavoli.</p> <p>8) Berdoa</p> <p>Guru menugaskan salah satu peserta didik untuk memimpin berdoa sesuai agama dan kepercayaannya masing-masing.</p> <p>9) Kembali ke kelas dengan tertib dan tepat waktu.</p> <p>Peserta didik kembali ke kelas yang dilakukan dengan tertib, bagi peserta didik yang bertugas mengembalikan peralatan ke tempat semula</p>		Teknik yang diamati	Jumlah		Operan dada			Operan pantul			Opera atas kepala			Menggiring			Menembak ke ring basket		
	Teknik yang diamati	Jumlah																		
	Operan dada																			
	Operan pantul																			
	Opera atas kepala																			
	Menggiring																			
	Menembak ke ring basket																			

F. Penilaian, Pembelajaran Remedial, dan Pengayaan

Penilaian

1. Teknik

No	Kompetensi Dasar	Teknik Penilaian			Keterangan
		Pengetahuan	Keterampilan	Sikap	
1	3.1 Memahami	Tes tertulis	Tes praktek	pengamatan	

	konsep gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional 4.1 Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional				
--	---	--	--	--	--

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	Konsep gerak mengoper bola dalam permainan bola basket	Menjelaskan konsep gerak mengoper bola dalam permainan bola basket	Tertulis	4

BUTIR SOAL

1. Apa yang di maksud dengan mengoper bola pada permainan bola basket itu ?
2. Operan dada lebih sesuai digunakan untuk operan jarak
3. Operan pantulan di gunakan untuk
4. Operan jarak jauh lebih tepat menggunakan cara

PEDOMAN PENSKORAN SOAL URAIAN

No	Kunci Jawaban	Skor
1	Mengoper bola adalah salah satu usaha dari seorang pemain untuk membagi atau memberi bola kepada temannya agar dapat memasukkan bola ke keranjang lawan.	3
2	Operan dada sesuai untuk operan jarak pendek	1
3	Operan pantulan digunakan untuk menerobos lawan	1
4	Operan jarak jauh lebih tepat menggunakan lemparan satu tangan	1
	Jumlah Skor Maksimum	6

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

Catatan : 1. Jika hanya menyebutkan ciri-ciri tanpa dijelaskan, maka skor menjadi 1 tiap jawaban

2. Jika menyebutkan ciri-ciri dan dijelaskan namun penjelasannya salah, maka nilai menjadi setengahnya (skor : 1)

Keterampilan :

- (i). Instrumen Tes Praktik
- .. Lakukan mengoper bola (operan dada, operan pantul dan operan atas kepala) secara berpasangan.

No	Nama Siswa	Aspek yang dinilai dan skor yang diperoleh		
		Data Pengamatan	Kesimpulan	Presentasi
1	Amir			
2	Budi			
3	Cici			
4	dst			

Rubrik

No	Aspek yang dinilai	Rubrik
1	Data Pengamatan	2 = data lengkap sesuai dengan 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, kurang sistematis dan tidak mampu menjawab pertanyaan
	Skor maksimum	6
	Nilai =	((skor perolehan) / (skor maksimum)) x 100

Instrumen Sikap : Catatan Jurnal

No	Waktu	Nama Siswa	Catatan Perilaku	Butir Sikap	Keterangan
----	-------	------------	------------------	-------------	------------

1.	6 juni '16	budi	Berbicara kasar	sosial	Sospan santun
2.	10 Jun '16	cici	Membantu mencari alat yang hilang	sosial	Kepedulian
3.					

Pembelajaran Remedial dan pengayaan

- a. Instrumen penilaian pembelajaran remedial pada dasarnya sama dengan instrumen penilaian pembelajaran regular.
- b. Instrumen penilaian pembelajaran pengayaan, untuk materi pengetahuan dan keterampilan:

Pembelajaran Pengayaan

G. Media/alat, Bahan dan Sumber Belajar

Media/alat : Gambar , vidio pembe;ajaran lempar tangkap bola basket
 Bahan : Bola basket
 Peluit
 cone

Sumber Belajar :

- a. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2015. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII*. Cetakan Ke-1. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- b. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2015. *Buku Pesertadidik Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII*. Cetakan Ke-1. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
- c. Buku lain yang relevan

GunungkiduL, 24

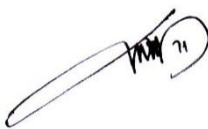
Juli 2016

Mengetahui,
 Guru Pembmbing Lapangan



Dra. Tyas Titik Sekartani
 NIP 196504032007012010

Mahasiswa PPL



Isnan Iriyanto
 NIM 13601241105

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	:	SMP N 4 WONOSARI
Mata pelajaran Kesehatan	:	Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	:	VII/ Ganjil
Materi Pembelajaran	:	Bolavoli
Alokasi Waktu	:	1 x Pertemuan (3 x 40 menit)

A. Kompetensi Inti (KI)

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 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, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan:
 - a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran.
 - b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir.
 - c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolah raga dan latihan.
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.
- 2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.
- 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai 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 variasi dan kombinasi keterampilan permainan bola besar.
- 4.1 mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan berbagai permainan bola besar dengan koordinasi yang baik.

C. Indikator Pencapaian Pembelajaran

- 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
- 2.1.1 Saat bermain menunjukkan permainan 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
- 2.4.1 Dalam melakukan aktivitas fisik yang dilakukan secara berkelompok, beregu dan berpasangan memperhatikan kondisi teman baik fisik maupun psikis
- 2.5.1 Saling membantu teman bila ada kesulitan dalam melakukan gerakan
- 2.5.2 Dalam melakukan permainan tidak menguasai bola sendiri dan selalu mengoper bola pada teman
- 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 Menyebutkan konsep prinsip dasar passing bawah permainan bolavoli
- 3.1.2 Menyebutkan konsep prinsip dasar servis bawah permainan bolavoli
- 4.1.1 Melakukan variasi dan kombinasi prinsip dasar Passing bawah permainan bolavoli
- 4.1.2 Melakukan variasi dan kombinasi prinsip dasar Servis bawah permainan bolavoli
- 4.1.3 Bermain bolavoli dengan variasi dan kombinasi passing atas, servis atas.

D. Materi Pembelajaran

Permainan bola besar bolavoli :

- 1. Materi Reguler
PASSING BAWAH DAN SERVIS BAWAH

A) Aktivitas pembelajaran gerak dasar *passing*

Passing adalah mengoperkan bola kepada teman seregunya dengan gerakan tertentu,

sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan.

1) Aktivitas pembelajaran gerak dasar passing bawah (*dig pass*)

Siswa diminta untuk mengamati dan meragakan gerakan *passing* bawah permainan bola

voli berikut ini.

- 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) Saat bola tersentuh kedua lengan kedua lutut diluruskan.

e) Perkenaan bola yang baik tepat di atas pergelangan tangan.



Gambar 2.26 Aktivitas pembelajaran passing bawah permainan bola voli

B) Aktivitas pembelajaran gerak spesifik servis bawah

Servis tangan bawah adalah servis yang sangat sederhana dan diajarkan terutama untuk

pemain pemula. Gerakannya lebih alamiah dan tenaga yang dibutuhkan tidak terlalu besar.

Siswa diminta untuk mengamati dan meragakan cara melakukan gerakan servis bawah permainan bola voli berikut ini.

- Berdiri dengan kaki kiri di depan, kaki kanan di belakang.
- Bola dipegang oleh tangan kiri.
- Kemudian lambungkan bola setinggi bahu.
- Lalu pada saat yang bersamaan lengan kanan diayunkan ke belakang, seterusnya pukul bola dengan tangan kanan.
- Perkenaan bola tepat pada tangan, dan telapak tangan menghadap ke arah bola.
- Pukulan dilakukan dengan tangan dalam keadaan mengepal.
- Setelah bola dipukul, diteruskan dengan melangkah kaki kanan ke depan.



Gambar 2.32. Aktivitas pembelajaran gerak spesifik servis bawah permainan bola voli

2.MATERI REMIDIAL

A.Pada ssat melakukan gerakan passing bawah

- Sikap berdirinya masih berdiri tegak
- Perkenaanya masih pada tangan dan bukan lengan bawah
- Sudut perkenaan bola masih belum lurus dan tidak sesuai dengan harapan

- B. Pada saat melakukan gerakan servis bawah
- > sikap berdirinya pada kaki masih belum depan belakang
 - > perkenaan bola tidak tepat pada kepalan/telapak tangan
 - > arah perkenaan tidak melambung dan lurus
 - > belum kuat melampaui net

3.MATERI PENGAYAAN

A.Siswa yang sudah mampu melakukan passing bawah dengan lurus diberi kegiatan pengayaan berupa:

- Melakukan variasi pasing bawah dengan bola-bola yang agak sulit dan harus mengejanya
- Bermain voli dengan peraturan yang dimodivikasi

B.Siswa yang sudah mampu melakukan servis bawah dengan lurus dan mampu melampaui net diberi pengayaan berupa:

- > melakukan servis bawah dengan menggunakan telapak tangan
- > bermain bola voli dengan peraturan yang di modivikasi

E. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Diskripsi	Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> • Berbaris, berdoa, berhitung (presensi), apersepsi, dan memotivasi peserta didik. • Menjelaskan indikator pembelajaran. • Melakukan pemanasan yang mengarah pada permainan bolavoli seperti: bermain memberikan bolavoli secara estafet dengan berbagai variasi atau permainan yang lainnya. 	15 menit
Inti	<p>Mengamati :</p> <ul style="list-style-type: none"> a . Peserta didik membaca informasi dan membuat catatan tentang gerak fundamental permainan bolavoli (passing bawah dan servis bawah) dari berbagai sumber. b . Peserta didik mencari informasi dan membuat catatan tentang gerak fundamental permainan bolavoli (passing bawah dan servis bawah) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik. c . Peserta didik mengamati pertandingan bolavoli secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak fundamental permainan bolavoli (passing bawah dan servis bawah) <p>Menanya :</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Peserta didik menanyakan kepada guru tentang gerak fundamental bolavoli, misalnya: Apakah posisi kedua lutut mempengaruhi pergerakan bola saat melakukan passing bawah dan servis bawah? Apakah perkenaan bola dengan tangan mempengaruhi jalannya bola saat passing atas dan Servis bawah ? Apakah jenis pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan bolavoli? 	90 menit

b. Peserta didik menanyakan kepada guru tentang manfaat permainan bolavoli terhadap kesehatan dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan bolavoli.

Mengolah/Eksplorasi/ Mencoba:

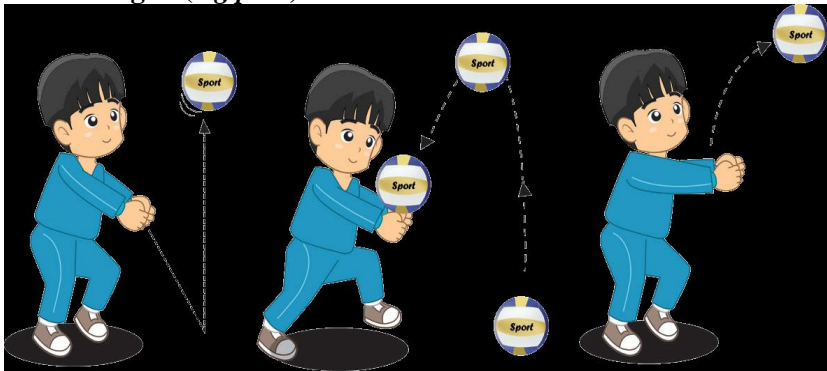
a. Peserta didik melakukan teknik dasar passing bawah dan servis bawah bolavoli dengan berbagai cara dalam posisi diam dan bergerak secara individual, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, dan tolerensi.

***. Prinsip Dasar Passing Bawah Permainan bolavoli**

- 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) Saat bola tersentuh kedua lengan kedua lutut diluruskan.
- e) Perkenaan bola yang baik tepat di atas pergelangan tangan.

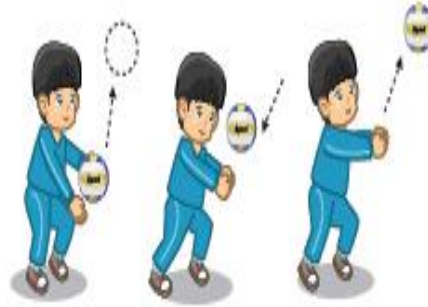
Bentuk-bentuk aktivitas pembelajaran passing bawah:

1) memantulkan bola ke lantai dan melambungkan bola dengan kedua tangan (*dig pass*)



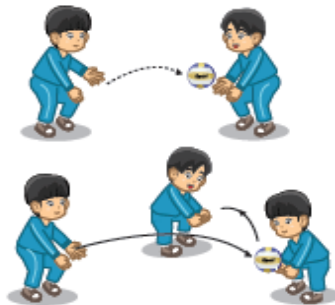
Gambar 2.27 Aktivitas pembelajaran memantulkan bola ke lantai kemudian mempassingnya

2) melambungkan bola ke atas kemudian *passing* dengan kedua tangan.



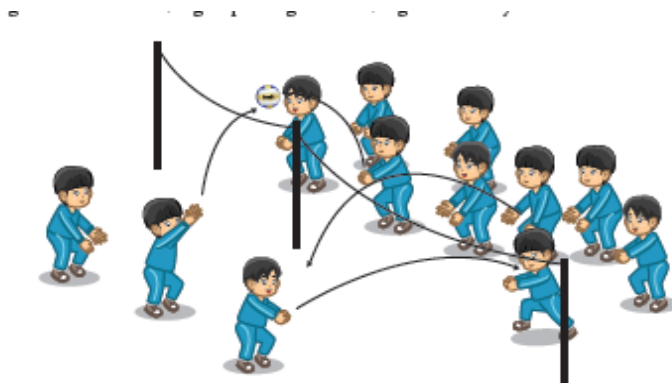
Gambar 2.28 Aktivitas pembelajaran melambungkan bola kemudian ditangkap dengan kedua tangan

- 3) melakukan pembelajaran mempassingkan bola secara berpasangan berdua atau bertiga.



Gambar 2.29 Aktivitas pembelajaran mempassingkan bola berpasangan dan bertiga

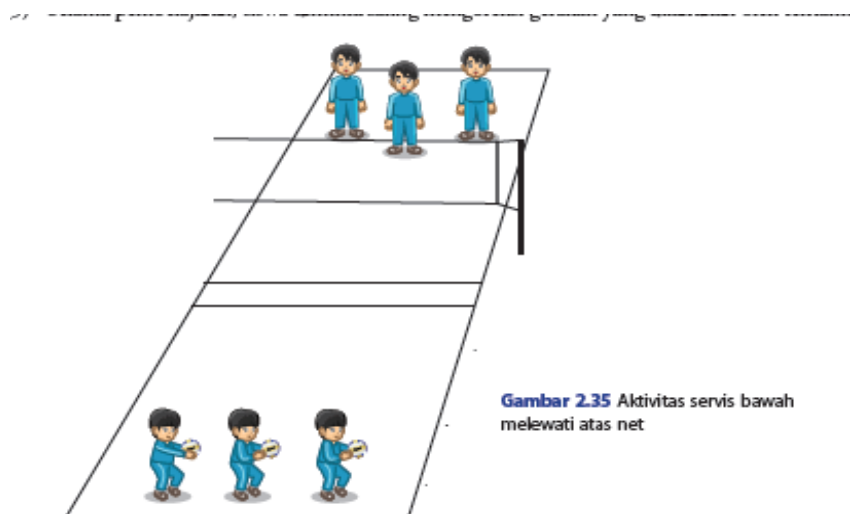
- 4) melakukan pembelajaran *passing* bola melalui atas net/tali yang dipasang melintang secara berpasangan.



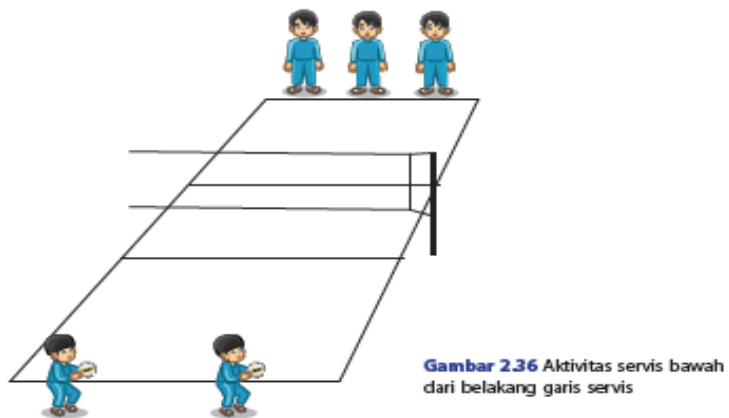
Gambar 2.30 Aktivitas pembelajaran mempassingkan bola menggunakan atas net/tali

- 5) melakukan pembelajaran *passing* bola dalam bentuk bermain pada lapangan kecil

	<p>a) Berdiri dengan kaki kiri di depan, kaki kanan di belakang.</p> <p>b) Bola dipegang oleh tangan kiri.</p> <p>c) Kemudian lambungkan bola setinggi bahu.</p> <p>d) Lalu pada saat yang bersamaan lengan kanan diayunkan ke belakang, seterusnya pukul bola dengan tangan kanan.</p> <p>e) Perkenaan bola tepat pada tangan, dan telapak tangan menghadap ke arah bola.</p> <p>f) Pukulan dilakukan dengan tangan dalam keadaan mengepal.</p> <p>g) Setelah bola dipukul, diteruskan dengan melangkah kaki kanan ke depan.</p> <p>Bentuk-bentuk aktivitas pembelajaran servis bawah</p> <p>1) memukul-mukul bola ke lantai dengan telapak tangan rapat.</p> <div data-bbox="781 1141 1015 1323"></div> <p>Gambar 2.33 Aktivitas memukul-mukul bola ke lantai</p> <p>2) melakukan servis bawah berhadapan dengan jarak ± 9 m (melebar lapangan) secara bergantian.</p> <div data-bbox="646 1639 1219 1871"></div> <p>Gambar 2.34 Aktivitas servis bawah saling berhadapan</p> <p>3) melakukan servis bawah melalui atas net atau tali yang dipasang melintang. Untuk tahap pertama dari jarak 3 meter (garis serang). Tahap kedua dari jarak 6 meter. Tahap terakhir dari belakang garis lapangan.</p>	
--	--	--



- 4) melakukan servis bawah dari belakang garis lapangan (jarak ± 9 m) dengan cara bergeser ke samping kiri dan kanan setelah melakukan servis.



Menalar/Mengasosiasi:

- Peserta didik menemukan gerak fundamental permainan bolavoli (passing bawah dan servis bawah) yang paling sesuai untuk kebutuhan sendiri.
- Peserta didik mencari hubungan antara titik perkenaan bola dengan tangan dan jalannya bola.
- Peserta didik mencari hubungan antara passing bawah dan servis bawah dengan sasaran yang hendak di capai.
- Peserta didik mencari hubungan antara permainan bolavoli dengan kesehatan dan kebugaran tubuh.

Mengkomunikasikan/ Mencipta:

- Peserta didik menerapkan berbagai keterampilan gerak fundamental ke dalam permainan bolavoli (passing bawah dan servis bawah) dengan menggunakan peraturan yang

	<p>dimodifikasi serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <p>b. Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan.</p> <p>c. Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebihan.</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 bolavoli secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama.</p>	
Penutup	<ul style="list-style-type: none">• Pendinginan (<i>colling down</i>) dengan melemaskan otot-otot tungkai dan punggung.• 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.• Guru menugaskan kepada peserta didik untuk mencatat pola gerak fundamental permainan bolavoli yang telah dipelajari dalam buku tugas/kerja, dan dikumpulkan pada pertemuan yang akan datang.• Berbaris dan berdoa, kembali ke kelas dengan penuh disiplin.	15 menit

F. Penilaian

a. Teknik dan Bentuk Penilaian / Instrumen

1. Penilaian Spiritual dan Sosial (KI- 1 dan KI- 2)

(1) Observasi :

Penilaian aspek spiritual dan sosial dilakukan dengan pengamatan selama mengikuti kegiatan pembelajaran. Pengamatan dalam proses penilaian dapat kamu lakukan saat melakukan permainan bolavoli. Aspek-aspek yang dinilai meliputi: kerja sama, tanggung jawab, menghargai teman, disiplin, toleransi. berdoa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan pembelajaran, menunjukkan sikap berusaha secara maksimal dalam melakukan pembelajaran.

Lakukan pengamatan untuk diri sendiri atau berpasangan, berikan tanda cek (v)

untuk setiap perilaku, dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 4. (Sangat Baik =

4, Baik = 3, Cukup = 2, Kurang = 1).

Format penilaian (KI-1 dan 2)

No.	Sikap spiritual dan Sosial	Skor			
		1	2	3	4
1.	Berdoa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan pembelajaran				
2.	Menunjukkan sikap berusaha secara maksimal dalam melakukan pembelajaran				
3.	Kejujuran				
4.	Kedisiplinan				
5.	Tanggung jawab				
6.	Toleransi				
7.	Menghargai teman				
	Jumlah Skor Max = 28 (7 x 4)				
Nilai = Jumlah skor Perolehan /Skor Max X 4					

(2). Penilaian Diri

Penilaian ini dilakukan oleh peserta didik, guru menyediakan format seperti contoh berikut ini;

Nama :
 Kelas :
 Semester :
 Waktupenilaian :

	Pernyataan		
	Saya berusaha belajar dengan sungguh-sungguh		
	Saya mengikuti pembelajaran dengan penuh perhatian		
	Saya mengerjakan tugas yang diberikanguru tepat Waktu		
	Saya mengajukan pertanyaan jika ada yang tidak Dipahami		
	Saya berperan aktif dalam kelompok		
	Saya menyerahkan tugas tepat waktu		
	Saya selalu membuat catatan hal-hal yang saya		
	Sayamerasa menguasai dan dapat mengikuti		
	Saya menghormati dan menghargai orangtua		
	Saya menghormati dan menghargai teman		
	Saya menghormati dan menghargai guru		

Keterangan:

1. Penilaianpersepsidirisiswauntukmencocokkan persepsidirisiswa dengankenyataanyangada.
2. Hasilpenilaianpersepsidirisiswadigunakansebagaidasarguruuntuk melakukanbimbingandanmotivasilebihlanjut.

3. Penilaian diri untuk SD/MI dilaksanakan pada kelas tinggi (4, 5, dan 6), dan untuk SMP/MTs/SMA/MA/SMK/MAK dapat dilaksanakan mulai di awal.

(3). Penilaian Antarteman

Merupakan teknik penilaian dengan cara meminta peserta didik untuk menilai sikap temannya

Instrumen yang digunakan berupa lembar penilaian antarpeserta didik yang dirancang oleh guru seperti contoh berikut ini.

Nama teman yang dinilai :

Nama penilai :

Kelas :

Semester :

Waktu penilaian :

	Pernyataan		
	Berusaha belajar dengan sungguh-sungguh		
	Mengikuti pembelajaran dengan penuh perhatian		
	Mengerjakan tugas yang diberikan guru tepat waktu		
	Mengajukan pertanyaan jika ada yang tidak dipahami		
	Berperan aktif dalam kelompok		
	Menyerahkan tugas tepat waktu		
	Selalu membuat catatan hal-hal yang dianggap		
	Menguasai dan dapat mengikuti kegiatan Pembelajaran dengan baik		
	Menghormati dan menghargai teman		
	Menghormati dan menghargai guru		

Keterangan:

1. Penilaian antarteman digunakan untuk mencocokkan persepsi diri siswa dengan persepsi temannya serta kenyataan yang ada.
2. Hasil penilaian antarteman digunakan sebagai dasar guru untuk melakukan bimbingan dan motivasi lebih lanjut.

3. Penilaian diri untuk SD/MI dilaksanakan pada kelas tinggi (4, 5, dan 6), dan untuk SMP/MTs/SMA/MA/SMK/MAK dapat dilaksanakan mulai di awal.

(4). Jurnal/Catatan guru

Merupakan catatan pendidik di dalam dan di luar kelas yang berisi informasi hasil pengamatan tentang kekuatan dan kelemahan peserta didik yang berkaitan dengan sikap dan perilaku. Jurnal bisa dikatakan sebagai catatan yang berkesinambungan dari hasil observasi.

2. Penilaian Pengetahuan (KI-3)

Pilihan Ganda

Jawab soal berikut dengan memberikan tanda silang (X), untuk jawaban yang benar diberi skor = 1, bila salah diberi skor = 0

1. Arah lambungan bola yang benar saat melakukan tahap gerak teknik dasar Servis bawah adalah
- a. ke atas agak ke belakang

b. ke atas agak ke depan

c. ke atas ke samping

d. ke atas agak lurus
2. Gerakan badan yang benar pada teknik dasar Servis bawah saat bola dilambung adalah
- a. membungkuk ke depan

b. membungkuk ke samping

c. melenting ke belakang

d. membungkuk lurus
3. Berikut termasuk teknik dasar *Servis bawah* pada tahap persiapan permainan bolavoli adalah

A	b	C	D
Berdiri tegak kedua kaki rapat	✓ Berdiri tegak sikap kedua posisi melangkah	✓ Berdiri mem-bungkuk sikap melangkah	✓ Berdiri badan agak condong ke depan dengan kedua kaki posisi melangkah
✓ Salah satu tangan memegang bola di belakang	✓ Salah satu tangan memegang bola di depan badan	✓ Kedua tangan memegang bola di samping	✓ berat badan bertumpu pada kedua kaki
✓ Pandangan ke depan	✓ Pandangan ke	✓ Pandangan ke bawah	✓ Pegang boladi

4. Gerakan lengan yang benar pada teknik dasar tenis Servis bawah saat memukul bola adalah

- | | |
|----------------------------------|-----------------------|
| a. mengayun ke depan
belakang | c. menyilang ke |
| b. memutar ke depan | d. memutar ke samping |
5. Posisi telapak tangan yang benar pada saat melakukan *Passing bawah* bolavoli adalah
- telapak tangan dan jari membentuk seperti mangkuk
 - telapak tangan dari jari dirapatkan
 - telapak tangan dan jari dikepalkan
 - telapak tangan dan jari disilangkan
6. Gerakan tangan yang benar saat melakukan *Passing bawah* bolavoli adalah
- mendorong bola ke depan atas
 - memutar bola ke depan atas
 - mendorong bola ke depan bawah
 - memukul bola ke depan atas
7. Teknik *Passing bawah* dilakukan dalam permainan bolavoli apabila arah bola datang....
- setinggi di atas kepala
 - setinggi di atas lutut
 - setinggi di atas paha
 - setinggi di atas net
8. Teknik *Passing bawah* dilakukan dalam permainan bolavoli apabila arah bola datang....
- | | |
|--------------------------------------|---------------------------|
| a. setinggi di atas kepala | c. setinggi di atas lutut |
| b. setinggi di atas paha
pinggang | d. setinggi di atas |

Jawaban singkat (Essay)

Jawab soal berikut dengan benar, dengan deskripsi sebagai berikut :

- ✓ Skor 4: jika kamu mampu menjawab *tiga* jawaban dengan baik
- ✓ Skor 3: jika kamu mampu menjawab *dua* jawaban dengan baik

- ✓ Skor 2: jika kamu mampu menjawab *satu* jawaban dengan baik
 - ✓ Skor 1: jika kamu tidak mampu menjawab dengan baik
1. Sebutkan *prinsip dasar* gerakan *Passing bawah* bolavoli!
 2. Sebutkan *prinsip dasar* gerakan *Servis bawah* bolavoli !

Format penilaian (KI-3) passing atas, dan atas

No.	Nama Peserta Didik	Butir soal																Jml. Skr	Nilai
		1				2													
		Passing atas				Servis atas													
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1	Ratna																		
2	Dwi R.																		
3	Fikrul Ahsan																		
	Dst.																		
	Skor maks= 8																		
	Nilai = skor perolehan / skor maks x 100																		

3. Penilaian Keterampilan (KI-4)

Lakukan kegiatan berikut berpasangan dengan temanmu. Amati gerakan yang dilakukan teman. Berikan tanda cek (✓) pada kolom perolehan skor yang sudah disediakan, dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 4. (Sangat Baik = 4, Baik = 3, Cukup = 2, Kurang = 1). Tanda cek (✓) tersebut menunjukkan keterampilan yang diharapkan.

Lakukan variasi dan kombinasi gerak dasar fundamental pada permainan bolavoli:

1. *Passing* atas, secara berpasangan atau kelompok !
2. *Servis* atas, secara berpasangan atau kelompok !

Format penilaian (KI-4), passing atas, dan atas

	Nama Peserta Didik	Penilaian Keterampilan Gerak																Jumlah	Nilai
		Prosedural Gerakan																	
		Passing atas				Servis atas													
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		

1	Bambang																		
2	Ruliah																		
3	Uci																		
4	Dst.																		
Skor Maks = 8																			
Nilai = skor perolehan/skor maksimal x 4																			

4. Instrumen Penilaian Projek

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kompetensi Dasar : 3.1 Memahami konsep variasi dan kombinasi keterampilan permainan bola besar.

4.1Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan.

Nama Proyek : Menemukan bentuk latihan variasi dan kombinasi pada permainan bola voli

Alokasi Waktu :

Satu Semester :

Nama Peserta Didik : Kelas : VII/1

No	Aspek *	Skor (1 – 4)
1.	Perencanaan: a. Persiapan	
2.	Pelaksanaan a. Sistematika Penulisan b. Keakuratan Sumber Data/Informasi c. Kuantitas Sumber Data	
3.	Laporan Proyek a. Performans	
	Total Skor Max	
	Nilai = skor perolehan/skor max X 4	
Komentar Orang Tua Murid :		

5. Instrumen Penilaian Portofolio

Kompetensi Dasar : 2 1 Memahami konsep variasi dan kombinasi keterampilan permainan bola voli

Alokasi Waktu : 1 Semester

Nama Peserta Didik : _____ Kelas : VII/1

No	Karya peserta didik	Skor	Ketercapaian		Jml. Halaman	Keterangan
		(1 – 4)	T	BT		
1.	Membuat kliping tentang perkembangan voli di Indonesia				5	
2.	Membuat kliping tentang Passing bawah bolavoli				5	
3.	Membuat kliping tentang Servis bawah bola voli				5	
4.	Membuat kliping tentang pertandingan bolavoli				5	
Total Skor Max						
Nilai = Skor perolehan/Skor Max X 4						
Komentar Orang Tua Murid :						

Keterangan

T = tuntas

BT = Belum tuntas

6. Instrumen Remedial dan Pengayaan

a. Format Remedial

Remedial dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada peserta didik, nilai yang dicapai tidak memenuhi KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang telah ditentukan. Berikut format remedial terhadap tiga peserta didik.

No.	Nama Peserta Didik	Target Kompetensi Inti		Aspek	Materi	Indikator	KKM	Bentuk Remedial	Nilai		Keterangan
		KD							Awal	Remedial	
1.	Ratna	4	4.1	Permainan dan olahraga	Permainan bolavoli	Melakukan prinsip dasar passing bawah dan servis bawah	75	Penugasan latihan prinsip dasar passing bawah dan servis bawah di luar jam pelajaran / di rumah secara berkelompok terhitung waktu 3 jam pelajaran dan 2 x pertemuan.	66	83	Terlampai
2.	Dwi										
3.	Fikri										
Komentar Orang Tua :											

b. Format Pengayaan.

Pengayaan dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada peserta didik, nilai yang dicapai melampaui KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang telah ditentukan. Berikut format *pengayaan terhadap tiga peserta didik*.

No.	Nama Peserta Didik	Target Kompetensi Inti		Aspek	Materi	Indikator	KKM	Bentuk	Nilai		Ket.
		KD							Awal	Pengayaan	
1	Ratna Dwi Fikri	1	4.1	Permainan dan olahraga	Permainan bolavoli	Melakukan prinsip dasar passing bawah dan servis bawah	75	Penugasan latihan passing bawah dan servis bawah di luar jam pelajaran / di rumah secara berkelompok terhitung waktu 3 jam pelajaran dan 2	80	85	Terlampai
2									80	85	SDA
3									80	85	
Komentar Orang Tua :											

G. Media, Alat. Bahan dan Sumber Belajar

1. Media

- a. Gambar
- b. Model
- c. Video

2. Alat dan bahan

- a. Lapangan
- b. Bola voli
- c. Tiang dan net
- d. Tiang bendera/cone
- e. Stop Watch
- f. Peluit

3. Sumber Belajar :

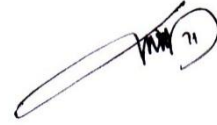
- Media cetak
 - Buku pegangan guru dan peserta didik SMP Kelas VIII Roji dan Eva Yulianti, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud RI.
 - Buku praktik/Lembar Kerja Siswa (LKS).
 - Buku permainan bolavoli.
 - Poster/gambar gerak dasar servis dan Passing bawah permainan bolavoli
- Media elektronik
 - Audio/video visual teknik dasar servis dan Passing bawah permainan bolavoli
 - Rekaman/cuplikan pertandingan bolavoli

Mengetahui
Guru Mata Pelajaran

Handwritten signature of Dra. Tyas Titik Sekartani, featuring a large, stylized 'a' and 'R'.

Dra. Tyas Titik Sekartani
NIP 196504032007012010

Gunungkidul, 31 Juli 2016
Mahasiswa PPL

Handwritten signature of Isnan Iriyanto, featuring a stylized 'I' and 'n'.

Isnan Iriyanto
NIM 13601241105

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SMP N 4 WONOSARI

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/ Semester : VII/ 1

Topik / Materi Pokok : Sepak bola

Alokasi Waktu : 3 JP (3x 40 menit/ 1x pertemuan)

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 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 kongkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.1 Memahami konsep gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional. *)	3.5.1 Mengidentifikasi bagian-bagian kaki yang dapat dipakai untukmengoper bola. 3.5.2 Mengidentifikasi bagian-bagian kaki yang dapat dipakai untukmengoper bola. 3.5.3 Menjelaskan teknik mengoper bola dengan menggunakan bagian kaki (dalam dan luar kaki). 3.5.4 Menjelaskan teknik menghentikan bola dengan menggunakan bagian kaki (dalam dan luar kaki).
4.1 mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional.	4.5.1 Melakukan latihan mengoper bola dengan menggunakan kaki bagian dalam. 4.5.2 Melakukan latihan mengoper bola dengan menggunakan kaki bagian luar. 4.5.3 Melakukan latihan menghentikan bola dengan menggunakan kaki bagian dalam. 4.5.4 Melakukan latihan menghentikan bola dengan menggunakan kaki bagian luar

C. Deskripsi Materi Pembelajaran

Tema : Permainan Bola Besar

Sub Tema : Permainan Bola Besar menggunakan Permainan Sepak bola

1. Materi pembelajaran reguler
- Aktivitas Perminan Sepak bola :
- a. Mengoper bola dengan menggunakan kaki bagian dalam kaki
 - b. Mengoper bola dengan menggunakan kaki bagian punggung kaki
 - c. Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam
 - d. Menghentikan bola dengan kaki bagian dalam
- Sumber: Buku Siswa Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (2016) halaman 1-13.
2. Materi pembelajaran pengayaan
- Materi pengayaan dikembangkan dari materi pembelajaran reguler dengan meningkatkan faktor kesulitan misalnya melakukan aktivitas gerak berirama dengan variasi yang lebih banyak.
3. Materi pembelajaran remedial
- Pada dasarnya materi pembelajaran remedial adalah adalah materi pembelajaran reguler yang disederhanakan sehingga mudah dipahami dan dilakukan.

D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran (*Discovery Based Learning*)

KEGIATAN PEMBELAJARAN		
1.	<p>Pendahuluan : <i>(dilakukan di kelas atau di luar kelas)</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Mempersiapkan siswa mengikuti pelajaran (berbaris), berdoa, salam, presensi, apersepsi, memberikan motivasi• Menyampaikan Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar dan menjelaskan tujuan pembelajaran <i>(alokasi waktu ini sudah memperhitungkan waktu peralihan dari mapel lain)</i>	15 menit
2.	<p>Kegiatan Inti :</p> <p>Penciptaan situasi <i>(stimulasi)</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Guru menayangkan video (gambar) berbagai latihan mengoper bola dengan bagian-bagian kaki.• Siswa memperhatikan (mengamati) tayangan video atau gambar teknik mengoper bola.• Siswa bertanya (menanya) tentang hal yang berkaitan dengan latihan mengoper bola. Darahkan supaya peserta didik merumuskan hipotesis sementara sesuai dengan IPK di atas sehingga pertanyaannya mengandung faktual, konseptual dan prosedural.<ul style="list-style-type: none">- Bagian kaki mana sajakah yang dapat dipakai untuk mengoper bola?- Untuk mengoper jarak pendek yang paling efektif menggunakan kaki bagian mana?- Bagaimana cara menghentikan bola?Mengarahkan agar peserta didik aktif mempertanyakan tentang latihan• Siswa menuju ke lapangan untuk melaksanakan senam penguluran	90 menit

	<p>(statis dan dinamis) dilanjutkan pemanasan menggunakan permainan “jalan ikan”.</p> <ul style="list-style-type: none">• Siswa mencoba melakukan berbagai latihan teknik mengoper bola dengan bagian-bagian kaki.	
	<p>Pembahasan Tugas dan Identifikasi Masalah</p> <ul style="list-style-type: none">• Guru meminta siswa untuk mengidentifikasi teknik memandang bola dengan menggunakan bagian dalam kaki• Peserta didik mengidentifikasi teknik memandang bola dengan menggunakan bagian dalam kaki• Guru meminta siswa untuk mengidentifikasi teknik memandang bola dengan menggunakan bagian punggung kaki• Peserta didik mengidentifikasi teknik memandang bola dengan menggunakan bagian punggung kaki• Guru meminta siswa untuk mengidentifikasi teknik menghentikan bola dengan menggunakan bagian dalam kaki• Peserta didik mengidentifikasi teknik menghentikan bola dengan menggunakan bagian dalam kaki• Guru meminta siswa untuk mengidentifikasi teknik menghentikan bola dengan menggunakan bagian luar kaki• Peserta didik mengidentifikasi teknik menghentikan bola dengan menggunakan bagian luar kaki	
	<p>Observasi</p> <ul style="list-style-type: none">• Siswa mengamati gerakan mengoper bola dengan bagian dalam kaki, luar kaki yang diperagakan model (teman)• Siswa mengamati gerakan menghentikan bola dengan bagian dalam kaki, luar kaki yang diperagakan model (teman)	
	<p>Pengumpulan data</p> <ul style="list-style-type: none">• Siswa membuat 4 kelompok untuk melakukan latihan mengoper bola dan menghentikan bola• Siswa menuliskan hasil yang diperoleh dari latihan terutama pada perkenaan bola pada bagian kaki saat teknik mengoper bola• Siswa menuliskan hasil yang diperoleh dari latihan terutama pada perkenaan bola pada bagian kaki saat teknik menghentikan bola	
	<p>Verifikasi data</p> <ul style="list-style-type: none">• Siswa mencermati kembali (mengasosiasi) apa yang telah dituliskan tentang perkenaan bagian kaki saat teknik mengoper bola• Siswa mencermati kembali (mengasosiasi) apa yang telah dituliskan tentang perkenaan bagian kaki saat teknik menghentikan bola• Guru mengadakan penilaian untuk teknik menendang dan menghentikan bola.	
	<p>Generalisasi</p> <ul style="list-style-type: none">• Guru mempresentasikan (mengkomunikasikan) hasil pengamatan dan latihan di depan temannya tentang teknik mengoper dan menghentikan bola dengan bagian-bagian kaki.• Guru menyimpulkan tentang teknik mengoper dan menghentikan bola dengan bagian-bagian kaki.	

3.	Penutup : <ul style="list-style-type: none"> Guru melakukan tanya jawab dengan siswa yang berkenaan dengan materi pembelajaran yang telah diberikan. (konfirmasi, penilaian kognitif) Melakukan pelepasan yang dipimpin guru atau salah satu siswa yang dianggap mampu. Menginformasikan materi minggu depan, berdoa dan bersalaman. 	

E. Penilaian (terlampir)

- Jenis/teknik penilaian
- Bentuk instrumen dan instrumen
- Pedoman penskoran

F. Media/alat, Bahan, dan Sumber Belajar

- Media/alat
 - Video teknik mengoper dan menghentikan bola
 - Gambar: teknik mengoper dan menghentikan bola
 - Cone
 - Peluit
 - Stopwatch
- Sumber
 - Download Internet
 - Buku siswa: Muhajir. 2016. PJOK. Jakarta: Kemdikbud (hal. 190-194)

1. Rancangan Penilaian :

No	Kompetensi Dasar	Teknik Penilaian		Keterangan
		Pengetahuan	Keterampilan	
3	3.1 Memahami konsep gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional. *)	Tes tertulis		<ul style="list-style-type: none"> Diberikan di akhir pelajaran dengan durasi 5 menit. Bentuk soal Uraian. Jumlah soal : 5 butir
4	4.1 mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional.		Praktik	<ul style="list-style-type: none"> Dilakukan pada saat proses pembelajaran (penilaian proses) Penilaian produk dilakukan akhir pembelajaran inti

2. 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. *)	Pengertian mengoper bola	Menjelaskan pengertian mengoper bola	Uraian	1
		Manfaat mengoper bola	Menjelaskan manfaat mengoper bola	Uraian	1
		Bagian-bagian kaki yang dapat dipakai untuk mengoper bola	Menyebutkan bagian-bagian kaki yang dapat dipakai untuk mengoper bola	Uraian	2
		Bagian-bagian kaki yang dapat dipakai untuk menghentikan bola	Menyebutkan bagian-bagian kaki yang dapat dipakai untuk menghentikan bola	Uraian	1

3. Penilaian Keterampilan

a. Petunjuk Penilaian

Siswa diminta melakukan teknik mengoper dan menghentikan bola dengan berbagai bagian kaki : sikap awal, sikap pelaksanaan dan sikap akhir.

b. Butir Soal Keterampilan (Unjuk Kerja)

- 1) Siswa diminta untuk melakukan teknik menendang bola dengan menggunakan kaki bagian dalam secara berpasangan sebanyak 10 kali.

No	Nama Siswa	Indikator Penilaian Mengoper bola			NA
		Sikap awal (1-2)	Sikap pelaksanaan (1-3)	Sikap Akhir (1-2)	
1					
2					

❖ Kriteria Penilaian

- Sikap awal
 1. Kedua kaki depan belakang, bagi yang tidak kidal kaki kanan di belakang
 2. Letakkan bola di samping bagian dalam kaki bagian dalam kaki kiri, segaris dengan kaki kanan.
 3. Pandangan ke arah bola

4. Ayunkan kaki belakang ke arah bola, perkenaan bola dengan sisi dalam kaki

Cara menilai :

Nilai 2 apabila memenuhi 2 kriteria di atas.

Nilai 1 apabila memenuhi 1 kriteria diatas

▪ Sikap Pelaksanaan

1. Ayunkan kaki belakang ke arah bola, perkenaan bola dengan sisi dalam kaki
2. Mengayunkan kaki sepak ke depan mengarah pada sasaran yang akan dituju
3. Posisi badan stabil menjaga keseimbangan
4. Posisi tangan badan stabil menjaga keseimbangan

Cara menilai :

Nilai 4 apabila memenuhi 4 kriteria di atas.

Nilai 3 apabila memenuhi 3 kriteria di atas.

Nilai 2 apabila memenuhi 2 kriteria di atas.

Nilai 1 apabila memenuhi 1 kriteria di atas.

▪ Sikap Akhir

1. Gerakan kaki mengikuti arah bola
2. Kaki kiri melangkah ke depan untuk menjaga kesimbangan

Cara menilai :

Nilai 2 apabila memenuhi 2 kriteria di atas.

Nilai 1 apabila memenuhi 1 kriteria diatas

- 2) Siswa diminta untuk melakukan teknik menghentikan bola dengan menggunakan kaki bagian dalam secara berpasangan sebanyak 10 kali.

No	Nama Siswa	Indikator Penilaian Menghentikan bola			NA
		Sikap awal (1-2)	Sikap pelaksanaan (1-3)	Sikap Akhir (1-2)	
1					
2					

❖ Kriteria Penilaian

▪ Sikap awal

1. Kedua kaki depan belakang, bagi yang tidak kidal kaki kanan di belakang
2. Kaki bagian dalam mengarah bola yang mau dihentikan.
3. Pandangan ke arah bola

4. Kaki siap mengayun dari belakang ke arah datangnya bola, perkenaan bola dengan bagian dalam kaki

Cara menilai :

Nilai 2 apabila memenuhi 2 kriteria di atas.

Nilai 1 apabila memenuhi 1 kriteria diatas

- Sikap Pelaksanaan
 1. Mengayun kaki dari belakang ke arah datangnya bola
 2. Perkenaan bola dengan bagian dalam kaki
 3. Posisi bola tetap dekat dengan kaki
 4. Posisi tangan badan stabil menjaga keseimbangan

Cara menilai :

Nilai 4 apabila memenuhi 4 kriteria di atas.

Nilai 3 apabila memenuhi 3 kriteria di atas.

Nilai 2 apabila memenuhi 2 kriteria di atas.

Nilai 1 apabila memenuhi 1 kriteria di atas.

- Sikap Akhir
 1. Gerakan kaki mengikuti pergerakan bola
 2. Kaki kiri bergerak untuk menjaga keseimbangan

Cara menilai :

Nilai 2 apabila memenuhi 2 kriteria di atas.

Nilai 1 apabila memenuhi 1 kriteria diatas

Gunungkidul, 14 Agustus 2016

Mengetahui,

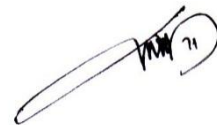
Guru Mata Pelajaran

Mahasiswa PPL



Dra. Tyas Titik Sekartani

NIP 196504032007012010



Isnan Iriyanto

NIM 13601241105

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 4 WONOSARI
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VII / 1
Topik/Materi Pokok : Kasti
Alokasi Waktu : 3 x 40 Menit (1 kali pertemuan)

H. Kompetensi Inti

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

I. Kompetensi Dasar

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.
- 3.4 Memahami pengetahuan teknik dasar permainan bola kecil.
- 4.2 Mempraktikkan teknik dasar permainan bola kecil dengan menekankan gerak dasar fundamentalnya

J. Indikator Pencapaian Kompetensi

1. Aspek Perilaku

Menunjukkan perilaku sportivitas, kerja sama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama berlomba.

2. Aspek Pengetahuan

- a. Menjelaskan cara melempar bola dengan berbagai macam lemparan (lemparan atas, lemparan bawah, dan lemparan samping) dengan benar.
- b. Menjelaskan cara menangkap bola dengan berbagai macam tangkapan (menangkap bola lurus, menangkap bola bergulir di tanah, dan menangkap bola lambung) dengan benar.
- c. Menjelaskan cara memukul bola dengan berbagai pukulan (pukulan lurus mendatar dan pukulan melambung tinggi) dengan benar.
- d. Menjelaskan cara bermain kasti dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi menggunakan teknik melempar, menangkap dan memukul bola dengan benar.

3. Aspek Keterampilan

- a. mempraktikkan gerakan melempar bola dengan berbagai macam lemparan (lemparan atas, lemparan bawah dan lemparan samping) dengan koordinasi yang baik.
- b. mempraktikkan gerakan menangkap bola dengan berbagai macam tangkapan (menangkap bola lurus, menangkap bola bergulir di tanah, dan menangkap bola lambung) dengan koordinasi yang baik.
- c. mempraktikkan gerakan memukul bola dengan berbagai pukulan (pukulan lurus mendatar dan pukulan melambung tinggi) dengan koordinasi yang baik.
- d. mempraktikkan permainan kasti dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi menggunakan teknik melempar, menangkap dan memukul bola dengan koordinasi yang baik.

2. Materi Pembelajaran

Tema : Pembelajaran permainan bola kecil.

Sub tema: KASTI

1. MATERI REGULER

A. Aktivitas pembelajaran gerak dasar permainan kasti

- (1) Bola dipegang dengan tangan kanan.
- (2) Menghadap ke teman yang akan memukul bola.
- (3) Langkahkan kaki kanan satu langkah ke depan.
- (4) Ayunkan bola dengan tangan kanan.
- (5) Lemparkan bola ke depan sesuai dengan permintaan pemukul.

B. Aktivitas pembelajaran gerak dasar melempar bola ke berbagai arah dan berbagai kecepatan.

- (1) Aktivitas pembelajaran melempar bola lurus/mendatar
- (2) Aktivitas pembelajaran melempar bola melambung
- (3) Aktivitas pembelajaran melempar bola rendah
- (4) Aktivitas pembelajaran melempar bola menggelundung

C. Aktivitas pembelajaran menangkap bola dari berbagai arah dan kecepatan

- (1) Aktivitas pembelajaran menangkap bola mendatar

(2) Aktivitas pembelajaran menangkap bola melambung

K. Bentuk-bentuk aktivitas pembelajaran melempar dan menangkap bola

- 1) Aktivitas pembelajaran lempar tangkap bola di tempat dan dilanjutkan sambil bergerak maju dengan bola dilambungkan sendiri.
- 2) Aktivitas pembelajaran lempar tangkap bola dengan lecutan tangan berpasangan ditempat, dilanjutkan dengan gerak maju mundur.
- 3) Aktivitas pembelajaran gerakan lempar tangkap bola dengan ayunan atas, ayunan samping, dan bawah secara berpasangan. Menangkap bola lurus serta bola guling rendah, dilakukan di tempat
- 4) Aktivitas pembelajaran gerakan lempar tangkap bola dengan lemparan ayunan atas, ayunan samping, bawah. Menangkap bola lurus serta bola guling rendah, dilakukan di tempat dalam formasi berkelompok dan pemain bergerak lari setelah melakukan lemparan.

L. Aktivitas pembelajaran memukul obyek yang dilambungkan/ dilemparkan dari berbagai arah dan jarak

- (1) Aktivitas pembelajaran memukul lurus mendarat
- (2) Aktivitas pembelajaran pukulan jauh melambung tinggi
- (3) Aktivitas pembelajaran bermain kasti menggunakan peraturan dimodifikasi

2. MATERI REMIDIAL

Pada dasarnya materi pembelajaran remedial adalah materi pembelajaran reguler yang disederhanakan sehingga lebih mudah dipahami dan dilakukan. Misalnya : gerakan disederhanakan sehingga mudah dilakukan.

3. MATERI PENGAYAAN

Materi pengayaan dikembangkan dari materi pembelajaran reguler dengan meningkatkan faktor kesulitan dan peraturan serta strategi permainan bola kasti yang sesungguhnya.

3. Kegiatan Pembelajaran

PERTEMUAN 1

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- a. Berbaris, berdoa, berhitung (presensi), apersepsi, dan motivasi peserta didik
- b. Menjelaskan tujuan pembelajaran
- c. Melakukan pemanasan yang mengarah pada permainan kasti, seperti : bermain lempar tangkap

2. Kegiatan Inti (90 menit)

Mengamati

- a. Membaca informasi dan membuat catatan tentang gerak fundamental permainan kasti/rounders (melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola, memukul bola dan teknik berlari) dan
- b. Mencari informasi dan membuat catatan tentang gerak fundamental permainan kasti/rounders (melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola, memukul bola dan teknik berlari) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau
- c. Mengamati pertandingan kasti/rounders secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak fundamental

permainan kasti/rounders (melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola, memukul bola dan teknik berlari).

Menanya

- a. Mempertanyakan tentang gerak fundamental permainan kasti/rounders, misalnya : bagaimana jalannya bola jika pegangan bola dirubah saat melempar bola? Apakah berlari dengan menahan nafas lebih cepat atau lebih lambat? Apakah posisi togok mempengaruhi kekuatan dalam memukul bola menggunakan tongkat pemukul?
- b. Mempertanyakan tentang manfaat permainan kasti/rounders terhadap kesehatan dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan kasti/rounders.

Mengeksplorasi

- a. Melemparkan bola ke berbagai arah dalam posisi diam dan bergerak menggunakan berbagai jenis pegangan bola dengan menunjukkan nilai disiplin.
- b. Melambungkan bola ke berbagai arah
- c. Melemparkan bola ke berbagai arah dengan berbagai teknik melempar
- d. Melemparkan dan menangkap bola secara individual, berpasangan atau berkelompok dalam posisi diam dan bergerak dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin dan toleransi.
- e. Berlari ke berbagai arah mengikuti signal
- f. Melempar sasaran bergerak (kaki teman) secara berpasangan dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin dan toleransi
- g. Membandingkan ketepatan lemparan antara lemparan dari atas, samping dan bawah
- h. Memukul bola kasti menggunakan tongkat pemukul yang dilambungkan sendiri
- i. Memukul bola kasti menggunakan tongkat pemukul yang dilambungkan teman dengan menunjukkan kerjasama, toleransi dan disiplin
- j. Melakukan lomba lari zig-zag dan lurus secara berpasangan atau berkelompok dengan memperlihatkan perilaku sportif.
- k. Melakukan setiap gerak fundamental permainan kasti (melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola, memukul bola, dan teknik berlari) dengan benar.
- l. Mendiskusikan setiap gerak fundamental permainan kasti (melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola, memukul bola dan teknik berlari) dengan benar dan membuat kesimpulannya.
- m. Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan kasti (melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola, memukul bola dan teknik berlari) dengan benar dan membuat kesimpulannya.
- n. Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan kasti (melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola, memukul bola dan teknik berlari) dengan benar dan membuat kesimpulannya.
- o. Memberikan dan menerima saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan.

Mengasosiasi

- a. Menemukan gerak fundamental permainan kasti/rounders (melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola, memukul bola dan teknik berlari) yang paling sesuai dengan menunjukkan disiplin dan percaya diri.
- b. Mencari hubungan antara jenis lemparan dengan sasaran yang hendak dicapai.
- c. Mencari hubungan antara permainan kasti/rounders dengan kesehatan dan kebugaran tubuh.

Mengkomunikasikan

- a. Melakukan permainan kasti dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan gerak fundamental permainan kasti (melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola, memukul bola dan teknik berlari) serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin dan toleransi selama bermain.
- b. Menunjukkan perilaku bertanggungjawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan.
- c. Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih
- d. Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tengen keterampilan gerak permainan kasti secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama.

3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- a. Pendinginan (*cooling down*)
- 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.
- c. Guru menugaskan kepada peserta didik untuk mencatat gerak fundamental permainan kasti yang telah dipelajari dalam buku tugas dan dikumpulkan pada pertemuan yang akan datang.
- d. Berbaris dan berdoa, kembali ke kelas dengan penuh disiplin.

4. Penilaian, Pembelajaran Remedial, dan Pengayaan

Penilaian

1. Penilaian Pengetahuan

a. Petunjuk Penilaian

Setelah mempelajari materi permainan bola kecil (kasti), tugaskan kepada peserta didik untuk mengerjakan tugas kelompok di bawah ini dengan penuh rasa tanggung jawab. Tugas kelompok ini dapat dikerjakan di rumah dan dikumpulkan dalam bentuk portofolio.

b. Butir Soal Pengetahuan

No	Butir Pertanyaan	Kriteria Penskoran					Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	
1.	Jelaskan cara memegang bola kasti!						
2.	Jelaskan cara melakukan teknik melempar bola kasti!						
3.	Jelaskan cara melakukan teknik menangkap bola kasti!						
4.	Jelaskan cara melakukan teknik memukul bola kasti!						
5.	Jelaskan cara bermain kasti dengan menggunakan peraturan dimodifikasi!						

- c. Kriteria Penilaian (*Pengetahuan / Pemahaman*)
- Skor 4 : jika peserta didik mampu menjelaskan tentang teknik dasar melempar, menangkap dan memukul bola permainan kasti.
 - Skor 3 : jika peserta didik mampu menjelaskan dua pertanyaan di atas.
 - Skor 2 : jika peserta didik mampu menjelaskan salah satu pertanyaan di atas.
 - Skor 1 : jika tidak satupun pertanyaan di atas mampu dijelaskan.

2. **Penilaian Keterampilan**

- a. Petunjuk Penilaian
- Penilaian aspek keterampilan diberikan dalam dua bentuk, yaitu penilaian terhadap kesempurnaan/keterampilan sikap/cara melakukan proses gerakan (penilaian proses) dan penilaian produk dari gerakan tersebut (diambil dari kecepatan waktu melakukan gerakan).
- b. Butir Soal Keterampilan (Unjuk Kerja)
- 1) Lakukan teknik melempar dan menangkap bola kasti! Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan suatu proses gerakan (penilaian proses) dan ketepatan melakukan gerakan (penilaian produk).

Penilaian Keterampilan Gerak				Nilai Akhir	Keterangan
Penilaian Proses			Penilaian Produk (Tes lempar tangkap bola kasti)		
Sikap awal tangan dan kaki (Skor 3)	Teknik mengoper dan menangkap bola (Skor 4)	Gerakan lanjutan (Skor 3)			

- 2) Lakukan teknik memukul bola kasti! Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan suatu proses gerakan (penilaian proses) dan ketepatan melakukan gerakan (penilaian produk).

Penilaian Keterampilan Gerak				Nilai Akhir	Keterangan
Penilaian Proses			Penilaian Produk (Tes memukul bola kasti)		
Sikap awal tangan dan kaki (Skor 3)	Teknik perkenaan pemukul dengan bola (Skor 4)	Gerakan akhir setelah memukul bola (Skor 3)			

c. Kriteria Penilaian Keterampilan (Unjuk Kerja)

1) Kriteria Penilaian Proses

Kriteria skor : Pelaksanaan lempar dan tangkap bola kasti (Proses)

- Sikap awal
 Skor 3, jika :
 - pandangan mata ke arah datangnya bola
 - badan sedikit dicondongkan ke depan dan berat badan terletak di antara kedua kaki
 - lutut ditekuk, badan condong ke depan dan jaga keseimbangan
 Skor 2 : jika hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.
 Skor 1 : jika hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.
 Skor 0 : jika tidak satupun kriteria dilakukan secara benar.
- Pelaksanaan gerakan
 Skor 4, jika :
 - pandangan mata ke arah lajunya bola
 - badan sedikit dicondongkan ke depan dan beratnya terletak di antara dua kaki
 - kedua lengan diayun kearah depan, sehingga arah gerak bola membentuk lintasan lurus
 - salah satu kaki kemudian kedua tungkai diluruskan hingga kaki jinjit bersamaan dengan dorongan hingga lepasnya bola.
 Skor 3 : jika tiga kriteria dilakukan secara benar
 Skor 2 : jika hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar
 Skor 1 : jika hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar
 Skor 0 : jika tidak satupun kriteria yang dilakukan dengan benar
- Pelaksanaan akhir (kembali ke sikap semula)
 Skor 3, jika :
 - badan sedikit dicondongkan ke depan dan beratnya terletak di antara kedua kaki
 - kedua telapak tangan berada di depan menghadap ke bawah dengan lengan diluruskan ke depan secara rileks
 - kedua tungkai sedikit ditekuk dengan lutut tetap menghadap ke depan dan dibuka selebar bahu.
 Skor 2 : jika hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar

Skor 1 : jika hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar

Skor 0 : jika tidak satupun kriteria dilakukan secara benar

2) Kriteria Penilaian Produk

Contoh penilaian produk gerak dasar (melempar dan menangkap bola) bola dilemparkan ke tembok / dinding selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Penskoran	Klasifikasi Nilai
Putera	Putri		
... > 17 kali	... > 15 kali	100	Sangat Baik
14 -16 kali	12 – 14 kali	90	Baik
11 – 13 kali	9 – 11 kali	80	Cukup
8 – 10 kali	6 – 8 kali	70	Kurang
... < 8 kali	... < 6 kali	60	Kurang Sekali

3. Penilaian Perilaku

a. Petunjuk Penilaian

Penilaian aspek perilaku (sikap) dilakukan dengan pengamatan selama mengikuti kegiatan belajar mengajar. Pengamatan dalam proses penilaian dilakukan saat peserta didik melakukan permainan kasti. Aspek-aspek yang dinilai meliputi : kerjasama, tanggungjawab, menghargai teman, disiplin dan toleransi.

Berikan tanda cek (✓) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang dicek (✓) dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 3. (Baik=3, Sedang=2, dan Kurang=1).

b. Rubrik Penilaian Perilaku

PERILAKU YANG DINILAI	CEK (✓)		
	Baik	Sedang	Kurang
1. Kerjasama			
2. Tanggungjawab			
3. Menghargai teman			
4. Disiplin			
5. Toleransi			
Jumlah skor maksimal = 15			

3. Instrumen penilaian

Pengetahuan :

NO	KOMPETENSI DASAR	MATERI	INDIKATOR SOAL	BENTUK SOAL	JUMLAH SOAL
1	Memahami konsep gerak spesifik dalam	<ul style="list-style-type: none">• Melempar bola• Menangkap	Siswa dapat menjelaskan teknik melempar	uraian	3

	berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional.	bola • Memukul bola	bola dalam permainan kasti		
			Siswa dapat menjelaskan teknik menangkap bola dalam permainan kasti		
			Siswa dapat menjelaskan teknik memukul bola dalam permainan kasti		

BUTIR SOAL

1. Jelaskan cara melempar bola dalam permainan kasti
2. Jelaskan cara menangkap bola dalam permainan kasti
3. Jelaskan cara memukul bola dalam permainan kasti

PEDOMAN PENSKORAN SOAL URAIAN

No	Kunci Jawaban	Skor
1	a. Bola dipegang dengan tangan kanan.	1
	b. Menghadap ke arah sasaran lempar.	1
	c. Pandangan tertuju pada sasaran lempar.	1
	d. Kedua kaki dibuka dengan menyilangkan kaki dan, lutut agak ditekuk.	1
	e. Rentangkan tangan lempar ke belakang dengan bola diarahkan ke sasaran.	1
	f. Lengan kiri lurus ke depan sejajar dengan bahu.	1
	g. Ssikap badan sedikit ke belakang.	1
	h. Dengan melangkahkan kaki satu langkah, lemparkan bola lurus ke arah depan.	1
	Skor maksimal	8

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

- Catatan :
1. Jika hanya menyebutkan ciri-ciri tanpa dijelaskan, maka skor menjadi 1 tiap jawaban
 2. Jika menyebutkan ciri-ciri dan dijelaskan namun penjelasannya salah, maka nilai menjadi setengahnya (skor : 1)

No	Kunci Jawaban	Skor
2	a. Menghadap ke arah bola datang	1
	b. Kedua kaki dibuka dan lutut ditekuk.	1
	c. Sikap badan agak condong ke depan.	1
	d. Pandangan ke arah bola.	1
	e. Kedua tangan lurus ke depan.	1
	f. Telapak tangan menghadap bola dengan membentuk mangkuk.	1

	g. Tangkap bola dengan kedua tangan. Lalu genggam dengan jari.	1
	h. Setelah bola tertangkap, tarik ke arah dada dengan menekuk siku	1
	Jumlah Skor Maksimum	8

Nilai = ((skor perolehan) / (skor maksimum)) x 100
 Catatan : 1. Jika tidak tepat membedakan, maka skor menjadi 0 tiap jawaban

No	Kunci Jawaban	Skor
3	a. Menghadap ke arah sasaran dan ayunkan pemukul ke depan bola.	2
	b. Pemukul tepat mengenai bola sehingga bola meluncur jauh ke depan.	3
	c. Sikap setelah memukul, kayu pemukul tetap mengayun ke depan dengan tangan pukul merentang jauh ke depan.	3
	Jumlah Skor Maksimum	8

Nilai = ((skor perolehan) / (skor maksimum)) x 100
 Catatan : 1. Jika tidak tepat membedakan, maka skor menjadi kurang 1 untuk setiap morfologi yang di kelompokkan

Keterampilan :
Instrumen Penilaian Ketrampilan

No.	Kompetensi Dasar	Materi	Indikator	Teknik Penilaian
1.	Memahami konsep gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional.	Permainan Kasti	Siswa dapat melakukan melempar, menangkap dan memukul dalam permainan Kasti	Kinerja

Lakukan teknik melempar, menangkap dan memukul dalam permainan Kasti secara berpasangan!

Alat dan Bahan:

Alat/bahan
1. bola tenis
2. pemukul bola
3. peluit

4. Tiang dan bendera
5. Stop watch

Rubrik Penskoran Penilaian Kinerja

No.	Aspek yang Dinilai	Skor				
		0	1	2	3	4
1.	Sikap awalan					
2.	Sikap pelaksanaan					
3.	Sikap akhir					
Jumlah						
Skor Maksimum		8 (2+4+2)				

Rubrik Penilaian Kinerja

	dikator	Rubrik
	ap awal	<p>2 = Bola dipegang dengan tangan kanan.</p> <p>Menghadap ke arah sasaran lempar.</p> <p>Pandangan tertuju pada sasaran lempar.</p> <p>Kaki kiri di depan dan lutut agak ditekuk.</p> <p>1 = hanya melakukan 1 kriteria</p> <p>0 = tidak memenuhi kriteria</p>
2.	Sikap pelaksanaan	<p>Nilai 4= Pegang bola dengan tangan kanan di samping kepala.</p> <p>Putar pinggang ke arah kanan dan tarik tangan lempar ke belakang.</p> <p>Lengan kiri lurus ke depan sejajar dengan bahu.</p> <p>Sikap badan sedikit ke belakang.</p> <p>Dengan melangkahkan kaki satu langkah, lemparkan bola lurus ke arah sasaran.</p> <p>memenuhi 3 kriteria di atas</p> <p>memenuhi 2 kriteria di atas</p> <p>memenuhi 1 kriteria di atas</p> <p>ak memenuhi kriteria di atas</p>
3	Sikap akhir	<p>2 = Pandangan mata tetap ke arah bola yang akan dilempar, setelah bola lepas kembali siap</p> <p>1 = hanya melakukan 1 kriteria</p> <p>0 = tidak memenuhi kriteria</p>

$$\text{Nilai} = \frac{\text{skor perolehan}}{8} \times 100$$

Rubrik

No	Aspek yang dinilai	Rubrik
1	Data Pengamatan	2 = data lengkap sesuai dengan 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, kurang sistematis dan tidak mampu menjawab pertanyaan
	Skor maksimum	6
	Nilai =	((skor perolehan) / (skor maksimum)) x 100

Instrumen Sikap : Catatan Jurnal

JURNAL GURU

No	Waktu	Nama Siswa	Catatan Perilaku	Butir Sikap	Keterangan
1.	Rabu, 4 maret 2016	Anton	Tidak memakai seragam olahraga	kedisiplinan	kepribadian
2.	Kamis, 11 maret 2016	Budi	Terlambat, tidak mengikuti pemanasan	kedisiplinan	sosial
3.					

Rubrik :

No	Aspek yang dinilai	Rubrik
1	Sistematis	2 = laporan dibuat dengan sistematika yang benar 1 = Laporan dengan sistematika kurang sistematis 0 = Laporan tidak sistematis
2	Analisa	2 = analisa cermat dan mendalam 1 = analisa kurang mendalam 0 = analisa salah
3	Kesimpulan	2 = kesimpulan menjawab tujuan praktik 1 = kesimpulan tidak menjawab tujuan praktik

		0 = kesimpulan salah
	Skor maksimum	6
	Nilai =	$((\text{skor perolehan}) / (\text{skor maksimum})) \times 100$

GunungkiduL, 27 Agustus 2016

Mengetahui,
Guru Pembmbing Lapangan

Mahasiswa PPL



Dra. Tyas Titik Sekartani
NIP 196504032007012010



Isnan Iriyanto
NIM 13601241105

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan	: SMP N 4 WONOSARI
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: VII/ I
Topik / Materi Pokok	: Lari Jarak Pendek
Pertemuan	: 1 kali
Waktu	: 3 x 40menit

A. Kompetensi Inti

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

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

- 1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai agama yang dianut dalam melakukan aktifitas 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
 - 2.1.1 Bertanggungjawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan sekitar
 - 2.1.2 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik
 - 2.1.3 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik
 - 2.1.4 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik
 - 2.1.5 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik
- 3.3 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar).
 - 3.3.1 Menjelaskan cara melakukan teknik start jongkok lari jarak pendek.
 - 3.3.2 Menjelaskan cara Melakukan teknik lari jarak pendek.
 - 3.3.3 Menjelaskan cara melakukan teknik memasuki finish lari jarak pendek
- 4.3 Mempraktekkan teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) menekankan gerak dasar fundamentalnya.
 - 4.3.1 Siswa mampu mempraktekan teknik start jongkok lari jarak pendek.
 - 4.3.2 siswa mampu mempraktekan teknik lari jarak pendek
 - 4.3.3 siswa mampu mempraktekan tekni memasuki garis finis

C. Materi Pembelajaran

1. MATERI PEMBELAJARAN REGULER

Ada beberapa teknik yang harus diperhatikan pada Lari Jarak Pendek :

A. Teknik start jongkok,

a. Aktivitas pembelajaran gerak dasar start panjang (*Long start*)

Cara melakukan *start* panjang adalah berikut ini.

- 1) Sikap jongkok dan rileks.
- 2) Lutut kaki kanan menempel di tanah.
- 3) Kaki kiri berada di depan dengan posisi jinjit.
- 4) Kedua tangan menempel di atas garis *start* dengan membentuk huruf “v”.
- 5) Pandangan rileks ke depan, konsentrasi pada aba-aba *start* berikutnya.

h (*Medium start*)



b. Aktivitas pembelajaran dasar spesifik start menengah (*Medium start*)

Cara melakukannya adalah berikut ini.

- 1) Sikap jongkok rileks.
- 2) Lutut kaki kanan menempel di tanah.
- 3) Kaki kiri berada di samping lutut kaki kanan dengan jarak \pm satu kepala.
- 4) Kedua tangan menempel di atas garis *start* dengan membentuk huruf “v”.
- 5) Pandangan rileks ke depan, konsentrasi pada aba-aba *start* berikutnya.



c. Aktivitas pembelajaran gerak dasar start pendek (*Short start*)

Cara melakukannya berikut ini.

- 1) Sikap jongkok rileks.
- 2) Lutut kaki kanan menempel di tanah.
- 3) Kaki kiri terletak di antara kaki kanan dan lutut kaki kanan.
- 4) Kedua tangan menempel di atas garis *start* dengan membentuk huruf “v”.
- 5) Pandangan rileks ke depan, dan konsentrasi pada aba-aba *start* berikutnya.



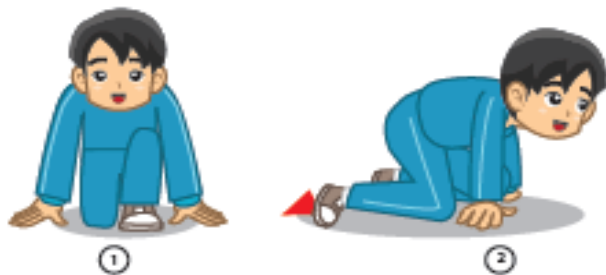
B. Aktivitas pembelajaran gerak dasar start jongkok dengan aba-aba start

Dalam melakukan start jongkok, ada tiga tahapan yang disesuaikan dengan aba-aba.

a. Aktivitas Pembelajaran Aba-aba “Bersedia”

Siswa diminta untuk mengamati dan meragakan gerakan start lari jarak pendek aba-aba “**Bersedia**”, berikut ini.

- (1) Salah satu lutut diletakkan di tanah dengan jarak \pm satu jengkal dari garis start. Kaki satunya diletakkan tepat di samping lutut yang menempel tanah \pm satu kepala.
- (2) Badan membungkuk ke depan, kedua tangan terletak di tanah di belakang garis start, keempat jari rapat, ibu jari terbuka (membentuk huruf V).
- (3) Kepala ditundukkan, leher rileks, pandangan ke bawah dan konsentrasi pada aba-aba berikutnya.

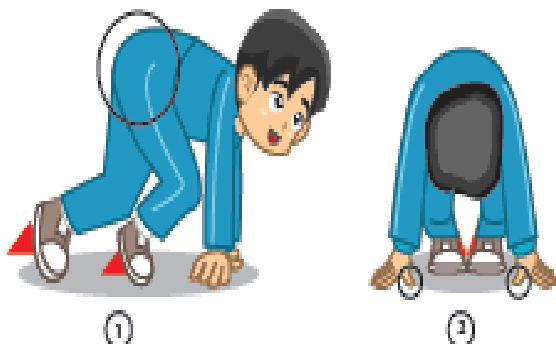


Gambar 4.8 Sikap aba-aba bersedia start lari jarak pendek

b. Aktivitas pembelajaran aba-aba “siap”

Siswa diminta untuk mengamati dan meragakan gerakan start lari jarak pendek aba-aba “**Siap**”, berikut ini.

- (1) Lutut yang menempel di tanah diangkat, panggul diangkat setinggi bahu dan berat badan dibawa ke muka kaki belakang membentuk sudut 120 derajat, sedangkan kaki depan membentuk sudut 90 derajat.
- (2) Kepala tetap tunduk, leher rileks, pandangan ke bawah dan konsentrasi pada aba-aba berikutnya.



Gambar 4.9 Sikap aba-aba siap start lari jarak pendek

c. Aktivitas pembelajaran aba-aba “ya”

Siswa diminta untuk mengamati dan meragakan gerakan start lari jarak pendek aba-aba “**Ya**”, berikut ini.

- (1) Menolak ke depan dengan kekuatan penuh atau gerakan meluncur, tetapi jangan melompat.

- (2) Badan tetap condong ke depan disertai dengan gerakan lengan yang diayunkan.
- (3) Dilanjutkan dengan gerakan langkah kaki pendek-pendek, tetapi cepat agar badan tidak jatuh ke depan (tersungkur).



Gambar 4.10 Sikap aba-aba "ya" start lari jarak pendek

- B. Teknik lari cepat,
- Lari dengan tumpuan ujung kaki
 - Badan condong,titikberat badan di depan
 - Ayunan lengan kuat,dan cepat; siku di tekuk;tangan menggenggam ringan
- C. Gerakan masuk finish,
- Berlari secepat mungkin tanpa merubah kecepatan sampai melewati garis finish
 - Berlari terus jarak 1 meter terhadap garis finish badan dicondongkan,kedua lengan ditarik ke belakang
 - Berlari terus mendekati garis finish badan diputar sebelah

2. MATERI PEMBELAJARAN REMIDIAL

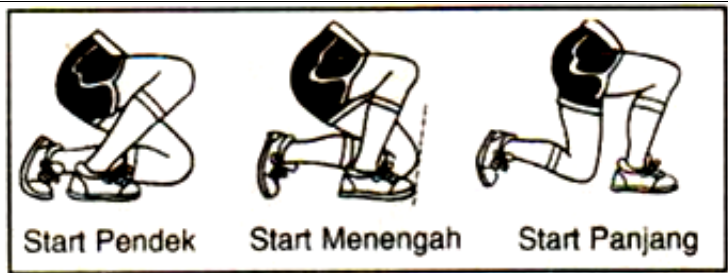
Pada dasarnya materi pembelajaran remedial adalah adalah materi pembelajaran reguler yang disederhanakan sehingga mudah dipahami dan dilakukan.Misalnya melakukan teknik lari cepat dengan kemampuan optimal masing-masing siswa .

3. MATERI PEMBELAJARAN PENGAYAAN

Materi pengayaan dikembangkan dari materi pembelajaran reguler dengan meningkatkan faktor kesulitan misalnya melakukan rangkaian latihan sikap start jongkok, starting action, sprinting action dan teknik finising action dengan meningkatkan kecepatan melebihi standart minimal .

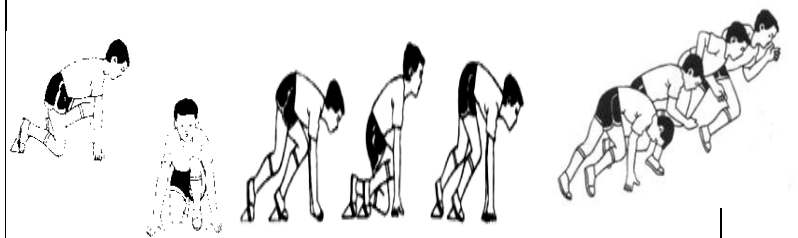
D. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Diskripsi	Waktu
Pendahuluan	-Berbaris,berdoa,presensi dan apersepsi -Memberikan motifasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran - Alokasi waktu sudah memperhitungkan waktu peralihan dari mapel lain	20 menit
Inti	-Pemanasan dengan peregangan dan gerakan pemanasan -Guru mendemonstrasikan teknik start jongkok,teknik lari cepat dan memasuki finish dengan bantuan peserta didik -Peserta didik mengamati gerakan yang dilakukan guru -Peserta didik diberi kesempatan untuk bertanya tentang gerakan yang diperagakan guru -Peserta didik diberi kesempatan untuk mencoba yang di demonstrasikan oleh guru yaitu : a.Latihan teknik start jongkok : -Menjelaskan teknik start jongkok, yaitu start pendek,start menengah dan start panjang.	80 menit



Macam – macam start lari jarak pendek

-Latihan melakukan start jongkok, dengan aba-aba, yaitu: bersedia , siap, yaa

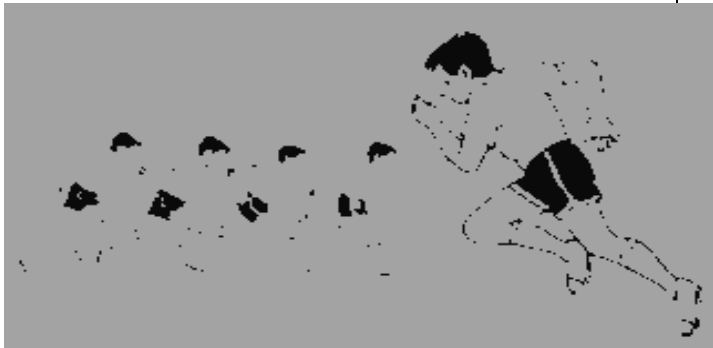


Bersedia

Siap

Yaa

b.Latihan gerakan kaki,lengan, posisi badan dan pendaratan kaki



c.Latihan gerakan memasuki finish

		
	d.Latihan lari jarak 100 meter	
Penutup	<ul style="list-style-type: none">-Pendinginan,berbaris,tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran,berdoa dan bubar (alokasi waktu sudah memperhitungkan persiapan mengikuti mapel lain-Melakukan refleksi dengan tanya jawab dengan peserta didik-Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran	20 menit

E. Penilaian

1.Teknik Penilaian:

- Tes keterampilan (psikomotor):

Lakukan teknik dasar lari jarak pendek 50 m

Keterangan:

Berikan penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 0 sampai dengan 100

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = -----

Jumlah skor maksimal

- Pengamatan sikap (afeksi):

Lakukan teknik dasar lari jarak pendek dengan peraturan yang telah dimodifikasi dan nilai percaya diri serta kejujuran

Keterangan:

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

1

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = -----

Jumlah skor maksimal

- Kuis/*embedded test* (kognisi):

Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak dalam teknik dasar lari jarak pendek

Keterangan:

Berikan penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = -----

Jumlah skor maksimal

- Nilai akhir yang diperoleh siswa =

Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis

Penilaian Pengetahuan

1) Petunjuk Penilaian

Setelah mempelajari materi Lari Jarak Pendek, kerjakan tugas di bawah ini dengan penuh rasa tanggung jawab. Tugas ini dikerjakan berkelompok di rumah dan dikumpulkan dalam bentuk portofolio!

2)Butir Soal Pengetahuan:

1. Jelaskan cara melakukan teknik start aba-aba "*Bersedia*" Lari Jarak Pendek!
2. Jelaskan cara melakukan teknik start aba-aba "*Siaap*" Lari Jarak Pendek!
3. Jelaskan cara melakukan teknik start aba-aba "*Yaa*" Lari Jarak Pendek!
4. Jelaskan cara melakukan gerakan teknik Lari Jarak Pendek!
5. Jelaskan cara melakukan teknik gerakan memasuki garis *finish* Lari Jarak Pendek!

3). Rubrik Penilaian Pengetahuan (Untuk Guru)

No	Butir Pertanyaan	Kriteria Persekoran					Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	
1	Jelaskan cara melakukan teknik start aba-aba " <i>Bersedia</i> "Lari Jarak Pendek!						
2	Jelaskan cara melakukan teknik start aba-aba " <i>Siaap</i> " Lari Jarak Pendek !						
3	Jelaskan cara melakukan teknik start aba-aba						

	"Yaa" Lari Jarak Pendek!						
4	Jelaskan cara melakukan gerakan teknik Lari Jarak Pendek!						
5	Jelaskan cara melakukan teknik gerakan memasuki garis <i>Finish</i> Lari Jarak Pendek !						

4) Kriteria Penilaian (Pengetahuan/Pemahaman)

- Skor 4: jika peserta didik mampu menjelaskan tentang teknik dasar *start*, teknik gerakan Lari Jarak Pendek, dan memasuki garis *finish* Lari Jarak Pendek
- Skor 3 : jika peserta didik mampu menjelaskan dua pertanyaan di atas.
- Skor 2 : jika peserta didik mampu menjelaskan salah satu pertanyaan di atas.
- Skor 1 : jika peserta didik tidak satupun pertanyaan di atas mampu dijelaskan.

II.Penilaian Ketrampilan

- 1) Petunjuk Penilaian
 Penilaian aspek ketrampilan diberikan dalam dua bentuk yaitu penilaian terhadap kesempurnaan/keterampilan sikap/cara melakukan suatu gerakan (penilaian proses) dan penilaian produk dari gerakan tersebut (diambil kecepatan waktu melakukan gerakan).
- 2) Butir Soal Keterampilan (Unjuk Kerja)
 Lakukan teknik dasar lari jarak pendek menempuh jarak 100 meter! Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk).

Butir Soal Keterampilan (Unjuk Kerja)

- a) Lakukan teknik dasar Lari Jarak Pendek

Penilaian Keterampilan Gerak				Nilai Akhir	Ket
Penilaian Proses			Penilaian Produk (Tes lari 100m)		
Gerakan Start lari cepat (skor 3)	Gerakan ayunan lengan dan gerakan kaki saat berlari (skor 4)	Sikap badan saat masuk finish (skor 3)			
3	4	3	10	20	=NA/2

Kriteria Penilaian Proses

Kriteria skor : **PelaksanaanLari Jarak Pendek menempuh jarak 100 meter**

- Sikap gerakan kaki**
 Skor 4 jika :
 - (1) Kaki melangkah selebar dan secepat mungkin
 - (2) Kaki belakang saat menolak dari tanah harus terkedang lurus dengan cepat
 - (3) Lutut kaki depan ditekuk secara wajar agar paha mudah terayun ke depan
 - (4) Lutut agak bengkok

Skor 3: jika tiga kriteria yang dilakukan secara benar

Skor 2: jika hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar

Skor 1: jika hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar

Skor 0: jika tidak satupun kriteria dilakukan secara benar
- Sikap gerakan lengan**
 Skor 4 jika:
 - (1) Lengan diayun ke depan atas sebatas hidung
 - (2) Sikut ditekuk kurang lebih membentuk sudut 90 derajat
 - (3) Lengan diayunkan secara bergantian, secara konsisten
 - (4) Lengan diayunkan secara rilek

Skor 3: jika tiga kriteria dilakukan secara benar

Skor 2: jika hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar

Skor 1: jika hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar
- Sikap posisi badan**
 Skor 4 jika:
 - (1) Saat berlari badan rileks
 - (2) Kepala segaris dengan punggung
 - (3) Pandangan ke depan
 - (4) Badan condong ke depan

Skor 3: jika tiga kriteria yang dilakukan secara benar

Skor 2: jika hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar

Skor 1: jika hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar

III. Penilaian Produk

Penilaian prestasi teknik dasar lari jarak 100 meter.

Perolehan Nilai		Kriteria Penskoran	Klasifikasi Nilai
Putera	Puteri		
..... < 17 detik < 20 detik	100%	Sangat Baik
17.01 - 18.00 detik	20.01 - 21.00 detik	90%	Baik
18.01 - 19.00 detik	21.01 - 22.00 detik	80%	Cukup
19.01 - 20.00 detik	22.01 - 23.00 detik	70%	Kurang
..... > 20 detik > 23 detik	60%	Kurang Sekali

IV. Penilaian Perilaku

- Petunjuk Penilaian
 Penilaian aspek perilaku (sikap) dilakukan dengan pengamatan selama mengikuti kegiatan belajar mengajar.Pengamatan dalam proses penilaian dilakukan saat

peserta didik melakukan pembelajaran lari jarak pendek.Aspek-aspek yang dinilai meliputi: kerja sama,tanggung jawab,menghargai teman, disiplin dan toleransi.

Berikan tanda cek(V) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang dicek (V) dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 3. (Baik = 3, Sedang = 2, dan Kurang = 1).

2) Rubrik Penilaian Perilaku

PERILAKU YANG DINILAI	CEK (V)		
	Baik	Sedang	Kurang
1. Kerja sama			
2. Tanggung jawab			
3. Menghargai teman			
4. Disiplin			
5. Toleransi			
Jumlah skor maksimal = 15			

IV. Rekapitulasi Penilaian

No	Nama Peserta Didik	Aspek – aspek yang dinilai			Nilai = <u>P+K+A</u> 3	Paraf Guru
		Ketrampilan	Pengetahuan	Prilaku		
1.						
2.						
3.						
4.						

F. Media/alat, Bahan, dan Sumber Belajar

3. Media/alat
- a. Video teknik start jongkok

b. Gambar: teknik start jongkok

c. Cone

d. Peluit

e. Stopwatch
4. Sumber
- c. Download Internet

d. Buku siswa: Muhajir. 2016. PJOK. Jakarta: Kemdikbud (hal. 171-186)

Gunungkidul, 4 September 2016

Mengetahui,


Guru Mata Pelajaran

Mahasiswa PPL

Handwritten signature of Dra. Tyas Titik Sekartani, featuring a stylized 'a' and 'r'.

Dra. Tyas Titik Sekartani

NIP. 196504032007012010

Handwritten signature of Isnan Iriyanto, featuring a stylized 'I' and 'n'.

Isnan Iriyanto

NIM 13601241105

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Identitas Sekolah : SMP N 4 WONOSARI
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VII / 1
Materi Pokok : Perkembangan Tubuh Remaja
Alokasi Waktu : 3 X 40 Menit (1 Kali Pertemuan)

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 KOMPETANSI

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian
3.9 Memahami perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.	3.0.1 Mengidentifikasi perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental. 3.0.2 Menjelaskan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental. 3.0.3 Menjelaskan cara menganalisis perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.
4.9 Memaparkan perkembangan tubuh remaja yang meliputi persekunder dan mental.	4.1.1 Memaparkan pertubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental. 4.1.2 Mendiskusikan pertubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.

- C. MATERI PEMBELAJARAN :
- Perkembangan Tubuh Remaja
- Perkembangan Jasmani

- Pertumbuhan, perkembangan, kebutuhan serta faktor-faktor yang memengaruhi anak usia sekolah

D. Kegiatan Pembelajaran :

No	Kegiatan	Waktu
1	Pendahuluan <ul style="list-style-type: none"> • Guru menyiapkan peserta didik, mengucapkan salam kepada peserta didik • Guru memimpin doa • Guru harus memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat • Guru memotivasi peserta didik untuk mengkondisikan suasana belajar yang menyenangkan dengan menjelaskan manfaat olahraga bagi kesehatan dan kebugaran • Guru mengecek penguasaan kompetensi yang sudah dipelajari sebelumnya dengan cara tanya jawab • Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai peserta didik setelah proses pembelajaran (seperti yang tercantum dalam indikator ketercapaian kompetensi) disertai dengan penjelasan manfaat dari kegiatan pembelajaran. • Guru menyampaikan cakupan materi yang kan dipelajari yaitu : Perkembangan Jasmani dan Pertumbuhan, perkembangan, kebutuhan serta faktor-faktor yang memengaruhi anak usia sekolah • Guru menjelaskan tehnik penilaian untuk kompetensi perkembangan tubuh remaja, baik kompetensi sikap spiritual dengan observasi dalam bentuk jurnal: yaitu perilaku keseriusan dalam berdoa dan berusaha secara maksimal, kompetensi sikap sosial: perilaku jujur, disiplin, dan kerjasama, kompetensi pengetahuan: Memahami perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental, dan Memaparkan perkembangan tubuh remaja yang meliputi persekunder dan mental 	(15 menit)
2	Kegiatan Inti Mengamati d. Peserta didik melihat gambar atau video yang ditayangkan guru yang meliputi pertumbuhan dari bayi hingga manula. e. Peserta didik mengamati dan membuat catatan tentang apa yang disaksikan gambar/video yang di berikan oleh guru Menanya c. Mempertanyakan apa saja yang mempengaruhi pertumbuhan remaja d. Mempertanyakan perbedaan pertumbuhan dan perkembangan e. Mempertanyakan apa saja faktor yang mempengaruhi anak usia sekolah	(90 menit)

	<p>f. Mempertanyakan ciri anak yang sehat</p>	
	<p>Mengeksplorasi</p> <p>p. Mendiskusikan bacaan tentang perkembangan tubuh remaja secara berkelompok, mengajukan pertanyaan berkaitan dengan masalah yang di hadapi antar kelompok</p> <p>q. Membuat suatu tulisan atau kesimpulan perkembangan tubuh remaja secara berkelompok</p>	
	<p>Mengasosiasi</p> <p>d. Menemukan hubungan perkembangan tubuh remaja dengan aktivitas olahraga</p> <p>e. Menemukan usaha yang perlu dikerjakan untuk memenuhi kebutuhan</p> <p>f. Menemukan tanda-tanda gangguan kesehatan</p>	
	<p>Mengkomunikasikan</p> <p>e. Melakukan simulasi pola hidup sehat</p> <p>f. Memaparkan hakikat perkembangan tubuh remaja dan pola hidup sehat secara berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, bertanggungjawab dan toleransi.</p>	
3	<p>Penutup</p> <p>e. Melakukan refleksi dan tanya jawab materi pembelajaran yang telah dipelajari, memberikan tugas pengayaan bagi yang tuntas dan remidi yang belum tuntas.</p> <p>f. Guru menugaskan kepada peserta didik untuk mencatat ciri-ciri anak sehat</p> <p>g. Guru mengakhiri pelajaran dengan berdoa.</p>	(15 menit)

E. METODE PEMBELAJARAN

1. Pendekatan scientific
2. Metode pembelajaran penemuan (*Discovery Learning*)
3. Ceramah

F. MEDIA/ALAT, BAHAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Gambar/poster perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.
2. Video pembelajaran tentang perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental.
3. Buku pegangan guru dan peserta didik SMP Kelas VII Muhajir, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Jakarta : Pusurbuk Kemdikbud RI
4. Buku Praktik / Lembar Kerja Siswa
5. Poster

G. PENILAIAN HASIL BELAJAR

Penilaian Pengetahuan

- a. Teknik penilaian
 - Ujian Tulis
- b. Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran
 - Soal ujian tulis
 - Nama :
 - Kelas :

NO	ASPEK DAN SOAL UJI TULIS	JAWABAN
1	Fakta <ul style="list-style-type: none"> a. Tuliskan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder. b. Tuliskan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan mental. 	
2	Konsep <ul style="list-style-type: none"> a. Jelaskan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder. b. Jelaskan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan mental. 	
3	Prosedur <ul style="list-style-type: none"> a. Jelaskan cara menganalisis perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental. a. Jelaskan cara menerapkan perkembangan tubuh remaja yang meliputi perubahan fisik sekunder dan mental. 	

- a. Pedoman penskoran
 - 1) Penskoran
 - a) Soal nomor 1
 - (1) Skor 3, jika jenis disebut secara lengkap
 - (2) Skor 2, jika jenis disebut secara kurang lengkap
 - (3) Skor 1, jika jenis disebut tidak lengkap
 - b) Soal nomor 2
 - (1) Skor 4, jika penjelasan benar dan lengkap
 - (2) Skor 3, jika penjelasan benar tetapi kurang lengkap
 - (3) Skor 2, jika sebagian penjelasan tidak benar dan kurang lengkap
 - (4) Skor 1, jika hanya sebagian penjelasan yang benar dan tidak lengkap
 - c) Soal nomor 3
 - (1) Skor 3, jika jenis disebut secara lengkap
 - (2) Skor 2, jika jenis disebut secara kurang lengkap
 - (3) Skor 1, jika jenis disebut tidak lengkap
 - d) Soal nomor 4
 - (1) Skor 4, jika urutan benar dan lengkap
 - (2) Skor 3, jika urutan benar tetapi kurang lengkap
 - (3) Skor 2, jika sebagian urutan tidak benar dan kurang lengkap
 - (4) Skor 1, jika hanya sebagian urutan yang benar dan tidak lengkap.
 - 2) Pengolahan skor
 - Skor maksimum: 24
 - Skor perolehan siswa: SP
 - Nilai yang diperoleh siswa: $SP/24 \times 100$

Mengetahui,
Guru Mata Pelajaran



Dra. Tyas Titik Sekartani
NIP 196504032007012010

Gunungkidul, 7 Agustus 2016
Mahasiswa PPL



Isnan Iriyanto
NIM 13601241105

DOKUMENTASI





