

**LAPORAN INDIVIDU
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)
PERIODE 15 JULI - 15 SEPTEMBER 2015
SMA N 1 JOGONALAN**

Prawatan, Jogonalan, Klaten

Laporan ini disusun sebagai Pertanggungjawaban Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan
(PPLL) Tahun Akademik 2016/2017



Disusun Oleh:

**ALFIN ULINNUHA
13601244041**

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

KATA PENGANTAR



Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan Karunia-Nya dan Rahmat-Nya, sehingga penulis mampu menyelesaikan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMA N 1 JOGONALAN tanpa ada halangan yang berarti sampai tersusunnya laporan ini.

Laporan ini disusun dalam rangka untuk memenuhi tugas mata kuliah Pengalaman Praktik Lapangan (PPL) merupakan mata kuliah wajib lulus bagi mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta. Kegiatan PPL yang telah dilaksanakan mulai tanggal 15 Juli sampai dengan 15 September 2016 yang bertujuan untuk membentuk pribadi calon pendidik bangsa yang memiliki keunggulan dalam kualitas dan berdedikasi tinggi, dengan mengetahui apa saja tugas seorang pendidik, serta di dalam pelaksanaannya memberikan bekal pengalaman yang tidak mungkin didapatkan di dalam perkuliahan.

Penulis menyadari bahwa keberhasilan kegiatan PPL ini tidak lepas dari bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas bimbingan, arahan, dan saran yang diberikan hingga pelaksanaan PPL dapat berjalan dengan lancar.

Ucapan terima kasih ditujukan kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan ridho-Nya sehingga di beri kelancaran dalam pelaksanaan PPL.
2. Bapak Prof Dr. Rochmat Wahab, M.pd.MA selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
3. Ketua LPPMP beserta staf yang telah memberikan bekal dan fasilitas dalam rangka pelaksanaan kegiatan PPL.
4. Bapak Margana, M.Pd selaku Dosen Pembimbing Lapangan kelompok PPL, yang telah memberikan banyak bimbingan selama kami melakukan PPL.
5. Bapak Nuehadi Santosa M.Pd selaku Dosen Pembimbing Lapangan PPL yang telah memberikan dorongan moril dan arahannya demi lancarnya jalan PPL ini.

6. Bapak Prantya, S.Pd., M. Pd. Kepala Sekolah SMA N 1 Jogonalan yang telah berkenan menerima mahasiswa praktikan dan memberikan kesempatan serta fasilitas selama kegiatanPPL berlangsung di SA N 1 Jogonalan
7. Ibu Dra. Eny Sulistyawati Koordinator PPL di SMA N 1 Jogonalan yang telah berkenan membimbing dan memberikan arahan selama berlangsungnya kegiatan PPL UNY 2016.
8. Bapak Setiawan, S.Pd. Guru Pembimbing PPL di SMA N 1 Jogonalan yang telah banyak memberikan kesempatan, arahan, dan bimbingannya sehingga kegiatan PPL yang saya laksanakan dapat terlaksana sesuai jadwal.
9. Bapak dan ibu guru serta karyawan SMA N 1 Jogonalan atas kerjasama dan bantuannya kepada kami selama pelaksanaan PPL berlangsung.
10. Teman-teman PPL UNY 2016, atas kerjasama dan kekompakknya selama ini. Kalian semua adalah pengalaman yang paling berharga buat saya.
11. Teman–teman Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi atas bantuan dan kerjasamanya.
12. Siswa-siswi SMA N 1 Jogonalan terutama kelas XI yang telah membantu dan ikut mendukung selama pelaksanaan PPL.
13. Dan kepada seluruh pihak yang telah membantu terlaksananya program PPL UNY 2016 di SMA N 1 Jogonalan.

Saya menyadari bahwa dalam penyusunan laporan masih banyak terdapat kekurangan yang masih perlu ada penyempurnaan. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun senantiasa saya harapkan. Saya juga berharap semoga laporan ini bermanfaat bagi semua pihak.

Yogyakarta, 15 September 2016

Penyusun

Alfin Ulinuha
NIM 13601244041

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul.....	i
Halaman Pengesahan.....	ii
Kata Pengantar.....	iii
Daftar Isi.....	iv
DaftarLampiran.....	v
Abstrak.....	vi
 BABI PENDAHULUAN	
A. Analisis Situasi.....	2
B. Perumusan Program.....	10
C. Visi dan Misi PPL.....	14
 BAB II PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL	
A. Persiapan.....	16
B. Pelaksanaan.....	20
C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi.....	26
 BAB III PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	29
B. Saran.....	29
 DAFTAR PUSTAKA.....	 31
LAMPIRAN	

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I

BukuKerja 1 : Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Lampiran II

Buku Kerja 2 : Presensi Kelas XI
Rencana Pelakasanaan Pembelajaran
Nilai siswa

Lampiran III

Buku Kerja 3 : Laporan Mingguan PPL
Laporan catatan harian PPL
Matrik PPL
Kartu Bimbingan
Laporan Observasi
Serapan Dana
Dokumentasi

**Laporan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)
Universitas Negeri Yogyakarta
SMA N 1 Jogonalan**

**Oleh :
Alfin Ulinnuha
13601244041**

ABSTRAK

Program Praktik Pengalaman Lapangan dilaksanakan guna memberikan kesempatan kepada mahasiswa UNY untuk meningkatkan kemampuannya dalam bidang pendidikan. PPL ini dilaksanakan pada semester khusus tahun 2016/2017 dari bulan Juli sampai bulan September. Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan mata kuliah lapangan yang wajib ditempuh oleh mahasiswa program studi Pendidikan dan merupakan kegiatan terpadu dan saling mendukung satu sama lainnya dalam rangka mengembangkan kompetensi mahasiswa sebagai calon guru atau tenaga kependidikan yang profesional. Praktik Pengalaman Lapangan bertujuan untuk memberikan pengalaman belajar yang baik dan bermutu, memperluas wawasan, melatih dan mengembangkan kompetensi yang diperlukan dalam bidangnya, meningkatkan keterampilan, kemandirian, tanggungjawab, dan kemampuan dalam memecahkan masalah serta memberikan gambaran dan pengalaman langsung kepada mahasiswa dalam hal alokasi waktu, perencanaan program, pengelolaan dan pendanaan yang efektif dan efisien.

Kegiatan yang dilakukan dalam PPL adalah melakukan kegiatan mengajar kelas selama 2 bulan dimulai dari tanggal 15 Juli – 15 September 2016. Sebelum melakukan pembelajaran dilaksanakan praktikan terlebih dahulu menyusun perangkat pembelajaran, beserta kelengkapan pembelajaran lainnya juga melakukan evaluasi dan tindak lanjut pembelajaran.

Dari pelaksanaan kegiatan PPL maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan PPL dapat memberikan pengalaman yang sangat berharga kepada mahasiswa dalam mengembangkan kompetensinya sebagai guru PJOK. Hasil kegiatan PPL memberikan cukup pengalaman bagi praktikan untuk mengajar. Pelaksanaan PPL dirasa dapat memberikan bekal pada praktikan mengenai bagaimana menjadi guru yang memiliki dedikasi dan loyalitas pada instansi. Hal yang penting harus dicapai dalam pembelajaran adalah dapat berlangsung secara optimal.

Kata Kunci: *PPL, SMA N 1 Jogonalan, Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*

BAB I

PENDAHULUAN

Dalam dunia pendidikan seorang tenaga pendidik (guru) memiliki peranan yang penting dalam menentukan pendidikan. Demi tercapainya sebuah keberhasilan sistem pendidikan di Indonesia maka perlu diciptakannya guru-guru profesional, yaitu yang sosok guru yang memiliki beberapa kompetensi profesionalitas seperti: sifat kepribadian yang luhur, penguasaan bidang studi, menguasai metode pengajaran, memiliki ketrampilan mengajar dan keterampilan bidang pendidikan.

Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) sebagai perguruan tinggi yang mempunyai misi dan tugas untuk menyiapkan dan menghasilkan tenaga-tenaga pendidik yang siap pakai, mencantumkan beberapa mata kuliah pendukung yang menunjang tercapainya kompetensi tersebut, salah satunya yaitu Praktik Pengalaman Lapangan (PPL). Kegiatan PPL bertujuan memberi pengalaman faktual tentang proses pembelajaran dan kegiatan administrasi sekolah lainnya sehingga dapat digunakan sebagai bekal untuk menjadi tenaga kependidikan yang profesional, memiliki nilai, sikap, pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan dalam profesinya.

Program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) secara sederhana dapat dimengerti untuk memberikan kesempatan bagi mahasiswa mempraktikkan beragam teori yang telah diterima di bangku kuliah. Pada saat kuliah mahasiswa menerima atau menyerap ilmu yang bersifat teoritis, oleh karena itu pada saat PPL ini mahasiswa berkesempatan untuk mempraktekkan teori-teori tersebut dan sekaligus menimba ilmu secara empirik. Dengan demikian program PPL ini bertujuan agar para mahasiswa tidak sekedar mengetahui suatu teori, tetapi lebih jauh lagi juga memiliki kemampuan untuk menerapkan teori tersebut, tidak hanya dalam situasi simulasi tetapi dalam situasi sesungguhnya.

Mahasiswa UNY yang melaksanakan kegiatan PPL di SMA Negeri 1 Jogonalan berjumlah 23 orang terdiri dari 2 mahasiswa jurusan Pendidikan Ekonomi, 3 mahasiswa jurusan Pendidikan PKn, 2 mahasiswa jurusan PJKR, 2 mahasiswa jurusan Pendidikan Sosiologi, 2 mahasiswa jurusan Pendidikan Geografi, 2 mahasiswa Pendidikan Biologi, 2 mahasiswa jurusan Pendidikan Sejarah, 2 mahasiswa jurusan Pendidikan Bahasa Inggris, 2 mahasiswa jurusan Pendidikan Fisika, 2 mahasiswa jurusan Pendidikan Kimia, dan 2 mahasiswa jurusan Pendidikan Matematika.

A. ANALISIS SITUASI

Kegiatan PPL yang diselenggarakan oleh Universitas Negeri Yogyakarta merupakan salah satu usaha yang dilakukan guna meningkatkan efisiensi serta kualitas penyelenggaraan proses pembelajaran. Program PPL merupakan kegiatan yang dilakukan untuk mengembangkan kompetensi mahasiswa sebagai calon guru atau tenaga pendidik.

Sebelum pelaksanaan PPL tahun 2016 di SMA N 1 Jogonalan, seluruh mahasiswa tim PPL UNY 2016 melaksanakan suatu kegiatan observasi lokasi PPL pada tanggal 22 Februari 2016. Observasi yang dilakukan bertujuan agar mahasiswa mengetahui serta mengenal lebih jauh tentang keadaan sekolah baik dari segi fisik yang mencakup letak geografis sekolah, fasilitas sekolah, serta bangunan sekolah yang terdiri dari elemen siswa, guru serta tenaga karyawan sekolah.

SMA N 1 Jogonalan adalah Sekolah Menengah Atas yang telah dipersiapkan menyongsong SMA terbaik. SMA N 1 Jogonalan memiliki 2 (dua) jurusan untuk masing-masing jenjang kelas, yaitu IPA dan IPS.

Prestasi SMA N 1 Jogonalan tidak perlu diragukan lagi, terbukti dengan adanya berbagai prestasi yang diraih siswa-siswi SMA N 1 Jogonalan, salah satu bukti yaitu lulusan IPS pada tahun 2016 menjadi lulusan terbaik nomer 1 se-Kabupaten Klaten.

Berdasarkan observasi yang kami lakukan, kami bermaksud untuk melakukan berbagai pengembangan baik dari segi pembelajaran maupun peningkatan optimalisasi sarana dan prasarana yang ada. Dengan berbagai keterbatasan waktu baik waktu, tenaga dan dana yang ada kami tetap berusaha semaksimal mungkin agar seluruh program yang akan kami laksanakan dan terlaksana dengan baik dan lancar, tentunya dengan berbagai bantuan dan kerjasama dari pihak sekolah, donatur maupun instansi yang terkait. Besar harapan kami dalam kebersamaan yang sangat singkat di SMA N 1 Jogonalan ini akan memberikan berbagai stimulus positif, pengalaman yang berharga dan bermanfaat bagi semua pihak.

1. Kegiatan Akademis

Sebagai penunjang kegiatan intra kurikuler, maka SMA N 1 Jogonalan juga mengadakan kegiatan ekstrakurikuler, kegiatan tersebut antara lain :

- a. Pramuka
- b. Paskibra (PRADHATA)
- c. Pecinta Alam (ARNAL)
- d. Palang Merah Remaja
- e. Kepemimpinan
- f. Olahraga (basket, volly, sepak bola)

- g. Wushu
- h. Paduan Suara
- i. Seni Tari
- j. Bidang Kejurusan Multimedia (Desain grafis)
- k. Tilawah

Dalam kegiatan ekstrakurikuler yang diadakan tersebut yang wajib bagi kelas 1 yaitu Pramuka, yang lainnya merupakan ekstrakurikuler pilihan.

Kondisi secara umum SMA N 1 Jogonalan untuk pelaksanaan belajar dan mengajar cukup kondusif. Memiliki fasilitas yang cukup lengkap, diantaranya adalah : Perpustakaan, Laboratorium Fisika, Laboratorium Kimia, Laboratorium Biologi, Laboratorium Komputer, Laboratorium Bahasa. Visi dari SMA N 1 Jogonalan adalah Unggul dalam Prestasi, mulia dalam budi pekerti-berdaya saing tinggi di era globalisasi. Sedangkan Misi dari SMA N 1 Jogonalan yaitu :

1. Melaksanakan Pembelajaran dan Bimbingan secara efektif sehingga menghasilkan Lulusan yang berkualitas dan berbudi pekerti luhur serta berdaya saing tinggi di era Global.
2. Menumbuhkan semangat pada siswa untuk berprestasi dalam bidang olah raga, seni dan berkarya pada bidang lain yang berakar pada budaya bangsa.
3. Meningkatkan kepedulian seluruh warga sekolah terhadap lingkungan agar memiliki sikap “RUMONGSO MELU HANDARBENI WAJIB MELU HANGRUNGKEBI”

2. Potensi Siswa, Guru, dan Karyawan

Sesuai dengan tujuan dari Sekolah Menengah Atas yaitu Meningkatkan pengetahuan siswa untuk melanjutkan pendidikan jenjang yang lebih tinggi dan untuk mengembangkan diri sejalan dengan perkembangan ilmu dan teknologi, serta meningkatkan kemampuan siswa sebagai anggota masyarakat dalam mengadakan hubungan timbal balik dengan lingkungan sosial, budaya dan alam sekitarnya. Untuk mendukung tercapainya tujuan tersebut, maka SMA N 1 Jogonalan membuka 2 jurusan seperti yang sudah dijelaskan diatas.

Untuk memperlancar Kegiatan Belajar Mengajar (KBM), maka SMA N 1 Jogonalan memperbanyak guru yang berkompeten di bidangnya. Jumlah guru di SMA N 1 Jogonalan adalah 56 orang dengan jumlah karyawan 19 orang.

3. Kondisi Media dan Sarana Pendidikan

Sarana pembelajaran digunakan di SMA N 1 Jogonalan cukup mendukung bagi tercapainya proses Kegiatan Belajar Mengajar (KBM), dan fasilitas olahraga di SMA Negeri 1 Jogonalan juga sudah cukup lengkap. Media, sarana prasarana dan fasilitas olahraga yang ada di SMA N 1 Jogonalan adalah :

- a. Media pembelajaran
 - 1) *Whiteboard*
 - 2) Spidol
 - 3) Proyektor
 - 4) Laptop
 - 5) Serta alat-alat penunjang kegiatan praktek dilaboratorium
- b. Laboratorium/Bengkel
 - 1) Laboratorium Fisika
 - 2) Laboratorium Kimia
 - 3) Laboratorium Biologi
 - 4) Laboratorium Komputer
 - 5) Laboratorium Bahasa
- c. Fasilitas olahraga
 - 1) Lapangan basket
 - 2) Lapangan voli
 - 3) Bak pasir untuk lompat jauh
 - 4) Meja untuk tenis meja

4. Perpustakaan

Koleksi buku di perpustakaan sudah lengkap, baik itu buku pelajaran maupun buku-buku penunjang yang lain. Di perpustakaan juga disediakan buku cerita, novel, dan majalah sehingga siswa datang ke perpustakaan tidak hanya mencari buku pelajaran namun juga dapat menambah wawasan buku yang lain. Namun, koleksi buku tentang olahraga kurang lengkap.

5. Kondisi Lingkungan

SMA N 1 Jogonalan sangat strategis bila ditinjau dari lokasinya. Terletak di Jalan Raya Jogja-Klaten km 7/23, Prawatan, Jogonalan, Klaten, Jawa Tengah. Letak SMA ini sangat dekat dengan jalan raya, meskipun demikian hal ini tidak mengganggu kegiatan belajar mengajar, bahkan membuat kegiatan belajar mengajar dapat berjalan lancar karena siswa dapat mengakses sekolah dengan mudah.

B. PERUMUSAN PROGRAM DAN RANCANGAN KEGIATAN PPL

Berdasarkan hasil observasi, maka praktikan dapat merumuskan permasalahan, mengidentifikasikan dan mengklarifikasikannya menjadi program kerja yang dicantumkan dalam matrik program kerja individu yang akan dilaksanakan selama PPL berlangsung.

Pemilihan, perencanaan, dan pelaksanaan program kerja sesuai sasaran setelah atau pasca penerjunan sangat penting dan menjadi tolak ukur

keberhasilan pelaksanaan kegiatan PPL. Agar pelaksanaan program PPL berjalan lancar dan sesuai dengan kebutuhan, maka dilakukan perumusan program. Dalam melaksanakan PPL, praktikan menetapkan program-program sebagai berikut:

1. Rancangan Kegiatan PPL

PPL yang dilaksanakan mahasiswa UNY merupakan kegiatan kependidikan yang bersifat intrakulikuler. Namun dalam pelaksanaannya melibatkan banyak unsur yang terkait. Oleh karena itu, agar pelaksanaan PPL dapat berjalan dengan lancar dan sesuai dengan tujuan yang ditetapkan, diperlukan adanya persiapan yang matang dari berbagai pihak yang terkait yaitu mahasiswa, dosen pembimbing, sekolah/instansi tempat PPL, guru pembimbing serta komponen yang terkait dengan pelaksanaan PPL. Kegiatan PPL UNY di SMA Negeri 1 Jogonalan dilaksanakan selama kurang lebih dua bulan terhitung mulai tanggal 18 Juli 2016 sampai 15 September 2016. Adapun jadwal pelaksanaan PPL UNY di SMA Negeri 1 Jogonalan dapat dilihat pada tabel berikut:

No.	Kegiatan	Waktu	Keterangan
1	Penerjunan mahasiswa ke sekolah	18 Juli 2016	SMA N 1 Jogonalan
2	Observasi Pra PPL	22 Februari 2016	SMA N 1 Jogonalan
3	Pembekalan PPL	20 Juni 2016	UNY
4	Praktek Mengajar/Program Diklat	18 Juli - 15 September 2016	SMA N 1 Jogonalan
5	Penyelesaian Laporan/Ujian	22 September 2016	SMA N 1 Jogonalan
6	Penarikan mahasiswa PPL	15 September 2016	SMA N 1 Jogonalan
7	Bimbingan DPL PPL	Selama Kegiatan PPL	SMA N 1 Jogonalan

a. Pembekalan PPL

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

b. Penyerahan Mahasiswa PPL

Penyerahan mahasiswa PPL dihadiri oleh semua mahasiswa PPL UNY, Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) PPL, koordinator PPL SMA Negeri 1 Jogonalan , dan Kepala Sekolah. Mahasiswa praktikan diserahkan secara resmi kepada pihak sekolah oleh Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) PPL.

c. Kegiatan Observasi

Kegiatan ini berlangsung sebelum PPL, tepatnya tanggal 22 Februari 2016. Dalam kegiatan observasi ini, mahasiswa melakukan pengamatan tentang kondisi sekolah bagi segi fisik maupun non fisik. Pengumpulan data mengenai kondisi sekolah diperoleh dengan beberapa cara diantaranya melalui pengamatan secara langsung, interview (wawancara) dengan pihak sekolah dan sebagainya.

d. Penerjunan PPL

Penerjunan PPL dilaksanakan pada tanggal 18 Juli 2016. Dalam hal ini praktikan berkordinasi dengan koordinator PPL sekolah dan wakil kepala sekolah mengenai kegiatan yang dilakukan selama pelaksanaan PPL. Dengan adanya penerjunan ini, maka mahasiswa praktikan secara resmi dapat memulai PPL di SMA Negeri 1 Jogonalan.

e. Konsultasi dengan Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL mendapatkan guru pembimbing sejak penerjunan PPL. Konsultasi dengan guru pembimbing dilakukan untuk mengetahui apa yang harus dilakukan guna memenuhi tugas PPL. Mahasiswa PPL diberikan tugas untuk membuat perangkat pembelajaran antara lain pembagian jumlah jam yang terangkum dalam perhitungan minggu efektif, agenda mengajar, dan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Selain itu, mahasiswa PPL harus melakukan praktik mengajar di kelas yang diampu oleh guru pembimbing tersebut.

f. Konsultasi dengan Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) PPL Jurusan

Bimbingan ini dilakukan ketika Dosen Pembimbing Lapangan PPL berkunjung ke sekolah tempat PPL dilaksanakan. DPL PPL memberikan bimbingan terkait pelaksanaan PPL, antara lain konsultasi tentang pelaksanaan pembelajaran, penggunaan metode dan strategi pembelajaran, dan lain- lain.

g. Mempelajari Silabus

Dalam proses pembelajaran, sebelum melaksanakan pembelajaran di kelas, guru terlebih dahulu harus memahami silabus yang telah tersusun agar dalam menyampaikan materi guru memiliki pedoman atau acuan.

h. Menyusun RPP

Sebelum proses pembelajaran dilaksanakan, guru terlebih dahulu harus menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran yang digunakan sebagai patokan dalam melaksanakan pembelajaran di kelas. Dalam hal ini mahasiswa praktikan telah menyusun 7 RPP selama pelaksanaan PPL.

i. Penyusunan Materi Pembelajaran

Setelah semua RPP selesai disusun, langkah selanjutnya ialah menyiapkan materi yang akan disampaikan kepada siswa saat pelaksanaan pembelajaran. Materi disusun sesuai Kompetensi Dasar yang telah ada dan diambilkan dari berbagai sumber, antara lain buku panduan/ modul, internet, dan lain- lain.

j. Pembuatan Media Pembelajaran

Dalam pelaksanaan pembelajaran di kelas, selain menggunakan buku panduan/ modul sebagai media belajar, guru juga menyiapkan media pembelajaran yang lain agar pelaksanaan pembelajaran berjalan dengan lancar dan dapat meningkatkan semangat belajar siswa. Selain itu media pembelajaran digunakan agar pelajaran menjadi menarik sehingga siswa tidak cepat merasa bosan. Media pembelajaran yang disusun antara lain gambar tentang materi yang diajarkan, *game education*, dan lain- lain.

k. Pelaksanaan PPL

a) Praktek Mengajar Terbimbing

Praktek mengajar terbimbing yaitu praktek mengajar dimana praktikan masih mendapat arahan pada pembuatan perangkat pembelajaran yang meliputi program satuan pelajaran, rencana pembelajaran, media pembelajara, alokasi waktu, dan pendampingan pada saat mengajar di dalam kelas. Dalam praktek terbimbing semua praktikan mendapat bimbingan dari guru mata dklanya masin-masing. Bimbingan dilaksanakan pada waktu yang telah disepakati praktikan dengan guru pembimbing masing-masing.

b) Praktek Mengajar Mandiri

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

Kegiatan praktek mengajar meliputi :

- Membuka pelajaran : salam pembuka, berdoa, absensi, apersepsi, dan pemberian motivasi.
- Pokok pembelajaran : eksplorasi, elaborasi, dan konfirmasi.
- Menutup pelajaran : membuat kesimpulan, memberi tugas, evaluasi, berdoa dan salam penutup.

l. Penyusunan Laporan

Mahasiswa PPL wajib membuat laporan hasil pelaksanaan PPL sebagai bentuk pertanggung jawaban atas terlaksananya kegiatan PPL. Penyusunan laporan ini dimulai sejak awal kegiatan PPL sampai penarikan mahasiswa PPL oleh pihak universitas.

m. Penarikan Mahasiswa PPL

Penarikan mahasiswa dari lokasi PPL dilaksanakan pada tanggal 15 September 2016. Penarikan mahasiswa ini menandai berakhirnya pelaksanaan PPL UNY.

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN, ANALISIS HASIL

A. PERSIAPAN

Agar pelaksanaan PPL dapat berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana yang telah ditentukan maka perlu dilakukan berbagai persiapan baik berupa persiapan secara fisik maupun secara mental untuk dapat mengatasi permasalahan yang akan muncul dan sebagai sarana persiapan program yang akan dilaksanakan, maka sebelum penerjunan, pihak universitas telah membuat berbagai program pelaksanaan sebagai bekal mahasiswa dalam pelaksanaan PPL di lokasi. Persiapan yang dilaksanakan adalah sebagai berikut :

1. Pengajaran Mikro

Pengajaran mikro merupakan pelatihan yang diberikan pada tahap awal dalam pembentukan kompetensi mengajar melalui pengaktualisasi kompetensi dasar mengajar yang dilaksanakan dalam mata kuliah wajib tempuh dengan bobot sks 2 bagi mahasiswa yang akan mengambil PPL dan dilakukan pada semester VI. Dalam pelaksanaan pengajaran mikro mahasiswa dilatih komponen-komponen dasar mengajar dalam proses pembelajaran sebagai calon guru. Tujuan pengajaran mikro agar melatih mahasiswa dalam mempersiapkan diri menuju pengajaran yang sesungguhnya di lapangan (sekolah), selain itu mahasiswa memahami dasar-dasar mengajar mikro, melatih dalam penyusunan RPP yang akan digunakan pada saat mengajar, membentuk, dan meningkatkan kompetensi mengajar, membentuk dan meningkatkan kompetensi mengajar terbatas, membentuk dan meningkatkan kompetensi dasar mengajar, membentuk kepribadian, serta membentuk kompetensi sosial.

2. Pembekalan PPL

Pembekalan dilaksanakan selama beberapa tahapan. Tahapan pertama pembekalan dilakukan pada tingkat jurusan dan pembekalan yang terakhir dilaksanakan sebelum penerjunan yang dilakukan dalam kelompok kecil PPL oleh dosen pembimbing lapangan (DPL). Pembekalan untuk tim PPL UNY 2016 yang berlokasi di SMA N 1 Jogonalan dilakukan oleh 22 Februari 2016 yang bertempat di SMA N 1 Jogonalan, materi yang disampaikan dalam pembekalan yakni mekanisme pelaksanaan kegiatan di sekolah, teknik pelaksanaan, dan teknik untuk menghadapi permasalahan yang mungkin akan terjadi selama pelaksanaan PPL. DPL PPL diambil dari jurusan yaitu Nurhadi

Santoso,S.Pd., M.Pd. Dosen pembimbing lapangan disesuaikan dengan prodi masing-masing praktikan.

3. Observasi pembelajaran di kelas

Kegiatan observasi pembelajaran di kelas dilakukan agar mahasiswa memperoleh gambaran pengetahuan dan pengalaman mengenai tugas-tugas seorang guru disekolah serta mengetahui situasi dan kondisi di kelas yang akan ditempati pada pelaksanaan PPL. Kegiatan observasi pembelajaran dilakukan pada tanggal 20 Juli 2016 sampai 22 Juli 2016.

4. Pembuatan persiapan mengajar

Sebelum kegiatan pelaksanaan praktik mengajar di kelas dilaksanakan, maka terlebih dahulu praktikan membuat persiapan mengajar dengan materi pelajaran yang telah ditentukan oleh guru pembimbing seperti persiapan silabus, penyusunan RPP, penyusunan modul, metode yang digunakan, media, serta persiapan-pesiapan yang lain yang berhubungan dengan pelaksanaan PPL.

B. PELAKSANAAN

Praktek pembelajaran di kelas merupakan praktek pengalaman lapangan yang sangat penting dan sangat menentukan dalam keseluruhan kegiatan PPL ini. Karena dengan praktek pembelajaran ini kita bisa mengaplikasikan dan mempraktekkan teori-teori yang telah kita dapatkan di bangku kuliah. Dalam praktek pembelajaran ini kita dituntut untuk bisa mengaplikasikan teori-teori pembelajaran yang kita miliki seperti metode, alat dan sumber pembelajaran, dan evaluasi dalam pembelajaran serta ketrampilan-ketrampilan lainnya, baik berupa ketrampilan teknis maupun non teknis.

Adapun ketrampilan teknis diantaranya adalah keterampilan dalam membuat persiapan pembelajaran di kelas yaitu Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), silabus mata pelajaran yang kita praktekkan. Sedangkan keterampilan non teknis berupa kemampuan operasional dalam mengendalikan kelas.

1. Praktek Mengajar

Praktek mengajar di SMA Negeri 1 Jogonalan mendapat 4 kelas,yaitu XI IPA 1, XI IPA 4, XI IPS 3 dan XI IPS 4. Ditambah dengan pendampingan teman PPL 4 kelas XI IPA 2, XI IPA 3, XI IPS 1 dan XI IPS 2. Total jam 4 kelas utama berjumlah 8 jam dan total 4 kelas pendampingan teman PPL adalah 8 jam. Dengan perincian Jadwal mengajar sebagai berikut:

Jadwal Mata Pelajaran Penjasorkes

No	Hari	Jam Pelajaran	Kelas
1.	Senin	5 - 6	XI IPA 1
2.	Rabu	1 - 2	XI IPA 3
		3 - 4	XI IPA 4
		5 - 6	XI IPS 2
3.	Kamis	1 - 2	XI IPS 3
		3 - 4	XI IPS 1
		5 - 6	XI IPS 4
4.	Jumat	4 - 5	XI IPA 2

- Ket: Jam
- 1. 07.00 - 07.45
 - 2. 07.45 - 08.30
 - 3. 08.30 - 09.15
 - 4. 09.15 - 10.00
 - Istirahat (15 menit)
 - 5. 10.15 - 11.00
 - 6. 11.00 - 11.45
 - Istirahat (20 menit)
 - 7. 12.05 – 12.50
 - 8. 12.50 – 13.35

Sebelum mengajar dikelas mahasiswa diwajibkan membuat rencana pembelajaran. Sebelum RPP digunakan untuk mengajar terlebih dahulu dikonsultasikan dengan guru pembimbing agar tidak terjadi salah persepsi dan mencapai target yang telah ditentukan dengan alokasi waktu yang tepat. Rencana pembelajaran dapat dilihat pada lampiran.

Dalam kegiatan praktik mengajar tersebut ada beberapa hal yang harus diperhatikan, diantaranya:

- a) Membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran
- b) Materi yang disampaikan harus sesuai dengan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran yang telah dibuat oleh praktikan.
- c) Menyiapkan materi dengan matang sehingga proses belajar mengajar menjadi lebih lancar.
- d) Mempersiapkan fisik dan mental, persiapan fisik meliputi mempelajari materi sedangkan persiapan mental lebih kepada kesehatan psikologis dari mahasiswa itu sendiri.

a. Kegiatan Praktik Mengajar

Kegiatan praktik mengajar dilakukan sebagai berikut :

1) Kegiatan praktik mengajar terbimbing

Maksud dari praktik mengajar terbimbing adalah mahasiswa dalam mengajar didampingi oleh guru pembimbing yang bersangkutan. Praktikan melaksanakan praktik mengajar terbimbing pada tanggal 27, 28, 10, 11, 24, 25, 31, dan 7 yang didampingi oleh bapak Setyawan H, S.Pd.

2) Kegiatan praktik mengajar mandiri

Dalam praktik mengajar mandiri, praktikan tidak didampingi oleh guru pembimbing. Jadi dalam hal ini praktikan harus mampu untuk mengelola kelas, menguasai materi dan tepat dalam memilih metode mengajar, menggunakan media dan alat pembelajaran dengan baik, serta mengatur waktu yang tersedia.

Kegiatan pembelajaran setiap tatap muka tercantum dalam RPP meliputi :

- a) Apersepsi, yang meliputi membuka pelajaran dengan salam, mengulangi materi sebelumnya dan yang akan disampaikan dengan tujuan agar siswa lebih siap menerima materi pelajaran berikutnya.
- b) Pengembangan, yang meliputi penjelasan materi pelajaran dengan menarik dengan metode yang bervariasi, berusaha menciptakan suasana kelas yang aktif dan tidak membosankan.
- c) Menyimpulkan materi pelajaran (penegasan kembali materi pelajaran).
- d) Pemberian tugas (PR)
- e) Menutup pelajaran, yang meliputi salam dan memberikan sedikit nasihat pada siswa.

3) Proses Pembelajaran

a. Membuka pelajaran

Diawal pembelajaran agar lebih baik dan semua siswa fokus dengan pelajaran, maka dilakukan pembukaan pelajaran. Membuka pelajaran dilakukan dengan mengucapkan salam. Pengkondisian siswa dilakukan dengan merapikan siswa hingga kondisi kelas tenang dan kondusif untuk proses pembelajaran.

Sebelum memasuki materi, guru melakukan presensi agar guru mengetahui siswa yang tidak hadir dalam pembelajaran sekaligus alasannya. Selain itu, menambah keakraban antara guru dengan siswa maka guru menanyakan kabar semua siswa dan sedikit memberikan motivasi belajar kepada semua siswa. Tidak lupa guru juga mengulang kembali materi yang telah disampaikan pada pertemuan sebelumnya untuk mengingatkan siswa agar tidak lupa dengan materi yang telah disampaikan.

b. Penyajian Materi

Materi pelajaran yang disampaikan dalam proses pembelajaran disesuaikan dengan silabus yang berlaku di sekolah serta pembagian jam pelajaran. Materi pembelajaran bersumber pada buku panduan atau modul yang di disusun oleh guru pembimbing, internet dan referensi pendukung lainnya yang berkaitan dengan materi. Materi disampaikan secara runtut di tiap pertemuan sesuai dengan Kompetensi Dasar yang tercantum dalam silabus.

c. Metode Pembelajaran

Metode yang digunakan praktikan dalam mengajar dikelas bervariasi disesuaikan dengan banyaknya materi, jumlah siswa dan tingkat kemampuan siswa.

d. Penggunaan Bahasa

Dalam pembelajaran yang dilakukan, bahasa yang digunakan adalah bahasa Indonesia yang sederhana sehingga mudah dipahami oleh siswa. Dengan penggunaan Bahasa Indonesia tersebut dapat mengantisipasi siswa yang tidak bisa menggunakan bahasa daerah. Namun sesekali juga menggunakan bahasa daerah agar terjalin komunikasi yang lebih nyaman antara siswa dengan guru.

e. Penggunaan waktu

Penggunaan waktu pembelajaran dilakukan secara efektif. Dalam setiap pertemuan mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dilaksanakan dalam 2 jam pelajaran. Selama jam pelajaran tersebut, digunakan untuk mengisi pembukaan dengan membuka pembelajaran, doa, salam, apersepsi, permainan pemanasan, kemudian inti didisi dengan penjelasan tentang materi yang diajarkan, siswa mencoba dan penilaian setelah itu penutup dengan permainan pendinginan, kesimpulan materi yang diajarkan, evaluasi, tugas, doa kemudian salam.

f. Gerak

Di dalam proses pembelajaran, guru berusaha untuk menjangkau semua siswa. Dalam menjelaskan saat inti pembelajaran di depan siswa guru harus jelas. Dan saat siswa mencoba guru harus sesering mungkin berkeliling, sehingga semua siswa merasa terawasi dan dekat dengan guru tersebut. Selain itu guru juga mudah memantau siswa saat proses pembelajaran.

g. Cara Memotivasi Siswa

Cara memotivasi siswa agar lebih semangat dalam kegiatan belajar mengajar adalah dengan menjelaskan akan pentingnya pelajaran tersebut untuk dikuasai sehingga akan bermanfaat untuk kesehatan, pengetahuan dan kehidupan mereka kelak, selain itu juga dengan memberikan permainan untuk dapat menambah semangat siswa dalam belajar.

n. Penggunaan Media

Media yang dipergunakan selama mahasiswa praktikan mengajar yaitu menggunakan media gambar materi yang akan diajarkan dan materi yang telah tersedia dan sudah dipersiapkan.

j. Bentuk dan Cara Evaluasi

Evaluasi yang diberikan kepada siswa berupa pertanyaan- pertanyaan terkait materi yang disampaikan, tugas pengamatan dan nilai praktik yang dilakukan oleh siswa.

k. Menutup Pelajaran

Pembelajaran di kelas (lapangan) ditutup dengan memberikan kesimpulan atas materi yang disampaikan dan menyampaikan materi yang akan diajarkan pada pertemuan selanjutnya. Tidak lupa guru juga memberikan nasihat kepada siswa untuk selalu belajar dirumah dan diakhiri dengan berdoa.

b. Konsultasi dengan Guru Pembimbing

Pada saat praktikan melaksanakan praktik mengajar, guru pembimbing mendampingi praktikan sehingga pengawasan dan koreksi terhadap jalannya proses belajar mengajar oleh praktikan dapat diketahui oleh guru pembimbing.

Selain itu praktikan selalu berkomunikasi dengan guru pembimbing guna memperoleh masukan. Saran yang diberikan guru pembimbing kepada praktikan, diantaranya:

- 1) Kuasai materi dengan baik supaya tidak grogi waktu mengajar.
- 2) Memberikan masukan bahwa sebaiknya jangan meminta siswa untuk memimpin pemanasan, sebaiknya praktikan yang memimpin pemanasan
- 3) Memberikan masukan bagaimana mengelola kelas dengan baik.
- 4) Memberikan pembenahan dan pengarahan tentang formasi barisan siswa saat mahasiswa menjelaskan materi pembelajaran.
- 5) Harus dapat menguasai kelas agar siswa bias tetap kondusif.
- 6) Harus dapat berpikir kreatif untuk membuat siswa selalu bergerak.

7) Penguasaan anak perlu ditingkatkan

c. Bimbingan dengan DPL PPL dari jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Yogyakarta

Kegiatan bimbingan dengan DPL PPL merupakan kebijakan yang diberikan oleh Universitas Negeri Yogyakarta bekerjasama dengan LPPMP dalam memberikan fasilitas kepada mahasiswa PPL dalam bentuk konsultasi tentang permasalahan-permasalahan yang muncul pada saat pelaksanaan PPL di SMA N 1 Jogonalan yang belum dapat dipecahkan ketika bimbingan dengan guru pembimbing dari sekolah. Kegiatan bimbingan dengan DPL PPL dilakukan pada waktu yang tidak ditentukan karena kegiatan ini bersifat insidental. Konsultasi tersebut telah dilakukan pada tanggal 27 Juli 2016, 9 Agustus 2016 dan 22 Agustus 2016 di SMA N 1 Jogonalan.

d. Penyusunan Laporan PPL

Pelaksanaan kegiatan PPL harus dilaporkan secara resmi dengan menggunakan format laporan yang disesuaikan dengan format yang telah dibuat oleh Lembaga Pusat Penjaminan Mutu Pendidikan (LPPMP) sebagai bentuk pertanggung jawaban dan pendistribusikan hasil pelaksanaan PPL.

2. Praktek persekolahan

Kegiatan yang dilakukan oleh praktikan tidak hanya melakukan observasi dan mengajar, tetapi juga melakukan kegiatan – kegiatan lain yang mendukung praktek persekolahan, seperti membantu guru piket

C. ANALISIS HASIL PELAKSANAAN DAN REFLEKSI

1. Manfaat PPL bagi Mahasiswa

Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) yang dilaksanakan di SMA Negeri 1 Jogonalan ini sangat bermanfaat meningkatkan kompetensi keguruan mahasiswa praktikan. Pengalaman belajar dan mengajar yang sebenarnya inilah yang membuat kompetensi mahasiswa praktikan sebagai calon pendidik menjadi lebih matang.

Mulai dari perencanaan pembelajaran, proses pembelajaran, serta kompetensi kepribadian dan sosial dapat berkembang. Pengetahuan dan pengalaman baru sangat banyak ditemukan dalam pelaksanaan program PPL baik di dalam kelas ataupun di luar kelas. Hal-hal yang diperoleh antara lain:

- a. Pengetahuan dan pengalaman tentang proses pembelajaran yang dilaksanakan di sekolah menengah atas baik di kelas maupun di luar kelas.
- b. Kesempatan berperan dalam memajukan pendidikan sekolah menengah atas yaitu membantu menyampaikan materi pelajaran

dan berbagi pengalaman belajar.

- c. Pengalaman dan keterampilan dalam melaksanakan pekerjaan guru antara lain menyiapkan perangkat pembelajaran, melaksanakan pembelajaran, dan mengevaluasi hasil pembelajaran.
- d. Keterampilan memilih strategi, model, dan metode pembelajaran yang sesuai untuk diterapkan dalam proses pembelajaran.
- e. Keterampilan dalam berkomunikasi dengan siswa secara langsung di depan kelas serta kemampuan beradaptasi dengan semua pihak yang ada di lingkungan sekolah.

2. Hambatan-hambatan PPL

Dalam setiap pelaksanaan kegiatan tentu akan ditemukan ketidaksesuaian antara perencanaan dan pelaksanaan. Hal tersebut menjadikan hambatan bagi mahasiswa praktikan, antara lain:

- a. Mahasiswa merasa canggung saat pertama kali mengajar karena merupakan pengalaman pertama untuk terjun di lapangan atau di kelas sesungguhnya sehingga penguasaan kelas juga tidak mudah.
- b. Kurangnya referensi yang dimiliki menjadikan ilmu yang diberikan kurang bervariasi. Hal ini mengakibatkan tidak luasnya pengetahuan yang diterima oleh peserta didik.
- c. Karakter siswa yang berbeda – beda membuat praktikan harus memberikan perlakuan yang berbeda.
- d. Tingkat pemahaman siswa yang tidak sama sehingga praktikan perlu mengulang penjelasan mengenai materi pembelajaran.
- e. Terjadi kesenjangan keaktifan siswa dan kemampuan gerak siswa. Ada beberapa siswa yang memang sangat aktif sedangkan lainnya cenderung pasif dan hanya menunggu informasi dari praktikan sebagai guru.
- f. Terdapat beberapa siswa yang sangat sulit dikondisikan di luar kelas. Meskipun sebagian besar siswa bisa mengikuti olahraga dengan baik, namun ada beberapa siswa yang sulit untuk diajak kerjasama dan mengganggu proses pembelajaran.

3. Solusi untuk mengatasi hambatan PPL

Adapun usaha dan solusi yang dilakukan mahasiswa praktikan untuk mengatasi hambatan PPL antara lain:

- a. Bimbingan dengan guru pembimbing sehingga mahasiswa praktikan mengerti materi apa saja yang harus disampaikan kepada siswa.
- b. Agar pengetahuan yang diberikan lengkap maka diusahakan dengan cara mencari dari berbagai sumber referensi, misalnya membeli buku referensi, mengunduh materi di internet, dan pinjam di perpustakaan sekolah dan sebagainya. Selain itu materi yang disampaikan dimodifikasikan sedemikian rupa sehingga materinya runtut dan sistematis.
- c. Lebih memperhatikan peserta didik yang ramai agar lebih fokus dalam belajar di kelas. Bisa dilakukan dengan cara diberi pertanyaan, didatangi dan ditanya, dsb.
- d. Menggunakan metode mengajar yang interaktif, komunikatif, dan menarik sehingga semua siswa termotivasi untuk aktif bergerak. Selain itu, materi yang dipelajari harus ada unsur bermain dan perlombaan sehingga pembelajaran akan lebih menarik dan menambah minat siswa untuk gembira.
- e. Melakukan pendekatan yang lebih personal dengan peserta didik tersebut sehingga siswa bias menjadi lebih mendekatkan diri mereka terhadap pengajar dan juga terhadap apa yang diajarkan.
- f. Melakukan koordinasi dengan teman-teman PPL sehingga mendapat gambaran dan tambahan pengetahuan tentang metode pembelajaran agar lebih menarik.

4. Refleksi

Pelaksanaan program Praktik Pengalaman Lapangan sangat memberikan manfaat kepada mahasiswa sebagai calon pendidik, terutama dalam meningkatkan kompetensi keguruan yaitu kompetensi pedagogik, kepribadian, sosial, dan professional. Keempat kompetensi tersebut harus terus dikembangkan oleh seorang guru, apalagi bagi calon pendidik yang nantinya akan menjadi guru sejati.

Pada pelaksanaan program Praktik Pembelajaran Lapangan, mahasiswa praktikan mendapatkan pengalaman langsung berhadapan dengan siswa, sehingga mahasiswa akan tau bagaimana cara mengelola kelas, mengkondisikan suasana kelas agar pelaksanaan pembelajaran tetap berjalan lancar dan kondusif. Mahasiswa praktikan juga akan mengerti dan memahami apa saja yang

harus disiapkan seorang guru sebelum melaksanakan pembelajaran di kelas. Misalnya dengan mempelajari silabus, menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran, membuat media pembelajaran, dan lainnya. Pada pelaksanaan PPL ini juga, mahasiswa akan paham tentang pelaksanaan pembelajaran secara kompleks, mulai dari merencanakan, melaksanakan, sampai mengevaluasi.

Pelaksanaan PPL menjadi sarana mengukur kemampuan seorang mahasiswa yang kelak akan menjadi pendidik, sejauh manakah pengetahuan dan kemampuan yang dimiliki. Setelah pada sebelumnya mahasiswa telah melakukan tahap persiapan dalam bentuk pembelajaran *micro teaching*, maka dalam PPL ini adalah sebagai sarana untuk mempraktikkan segala persiapan yang telah dilakukan dalam keadaan yang sebenarnya. Pengalaman seperti inilah yang memang dibutuhkan oleh calon pendidik, yaitu dengan mengetahui kondisi lapangan yang sebenarnya, sehingga calon pendidik paham apa yang harus dilakukan untuk mengamalkan ilmu yang telah didapatkan.

BAB III

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Tugas mahasiswa praktikan dalam program kegiatan PPL yaitu menyiapkan kelengkapan pembelajaran yang meliputi RPP, media pembelajaran, evaluasi pembelajaran, rekapitulasi nilai, dan sebagainya.
2. Kegiatan PPL merupakan suatu program pembekalan bagi mahasiswa menuju dunia pendidikan yang sebenarnya yaitu belajar menjadi calon pendidik profesional sebagai lulusan kependidikan.
3. Kegiatan PPL dapat memperkenalkan mahasiswa praktikan terhadap dunia anak sekolah menengah kejuruan sehingga mampu mempersiapkan diri dalam menghadapi dunia anak sekolah ketika telah terjun di dunia pendidikan.
4. Kegiatan PPL dapat memperoleh pengalaman mengajar secara langsung sehingga dapat menerapkan dalam praktik mengajar di sekolah.
5. Kegiatan PPL dapat berjalan dengan baik dan lancar karena adanya kerjasama dan koordinasi yang baik antara mahasiswa, pihak sekolah SMA Negeri 1 Jogonalan dan juga Universitas Negeri Yogyakarta.

B. Saran

Untuk meningkatkan keberhasilan dalam program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dan dapat memperbaiki di masa yang akan datang dengan memberikan kemajuan bagi SMA Negeri 1 Jogonalan. Berikut ini ada beberapa saran yang dapat dijadikan sebagai masukan antara lain:

1. Bagi Sekolah

Bagi guru pembimbing diharapkan agar tidak pernah bosan dalam membimbing dan memberikan pengarahan terkait dengan pembelajaran di kelas. Selain itu, diharapkan guru pembimbing selalu mendampingi di setiap pembelajaran sehingga guru pembimbing dapat memberikan saran maupun masukan dalam proses pembelajaran di kelas.

2. Bagi Universitas

Diharapkan kerjasama yang terjalin antara pihak SMA Negeri 1

Jogonalan dengan Universitas Negeri Yogyakarta dapat lebih ditingkatkan kembali untuk perbaikan dalam penyelenggaraan PPL di masa yang akan datang. Dan untuk pelaksanaan PPL akan lebih baik jika tidak bersamaan dengan pelaksanaan KKN.

3. Bagi Mahasiswa

- a. Diharapkan mahasiswa praktikan lebih bersungguh-sungguh dalam melaksanakan tugas dan tanggung jawab sebagai mahasiswa praktikan di sekolah, dengan selalu memperhatikan masukan dan saran dari guru pembimbing, dan selalu berkoordinasi dengan guru pembimbing agar proses pelaksanaan pembelajaran dapat berjalan lancar.
- b. Mahasiswa praktikan lebih meningkatkan keaktifan untuk mencari pengalaman-pengalaman di lingkungan sekolah sehingga nantinya dapat bermanfaat bagi mahasiswa ketika akan menjadi seorang pendidik.

DAFTAR PUSTAKA

Tim Penyusun Panduan PPL. 2015. *Panduan PPL*. Yogyakarta: PP PPL dan PKL LPPMP

LAMPIRAN



Universitas Negeri Yogyakarta

FORMAT OBSERVASI
PEMBELAJARAN DI KELAS DAN
OBSERVASI PESERTA DIDIK

Npma. 1
untuk mahasiswa

Nama Mahasiswa : Alfin Ulinnuha Pukul : 09.00-12.00 WIB
No Mahasiswa : 13601244041 Sekolah : SMA N 1 Jogonalan
Tgl Observasi : 21 Juli 2016 Fak/jrsan/prodi: FIK/POR/PJKR

No	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
A	Perangkat Pembelajaran	
	1) Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran (KTSP)	Menggunakan kurikulum KTSP
	2) Silabus	Silabus yang digunakan yang terdapat dalam buku panduan pengajaran yang dimiliki oleh Guru
	3) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran	Menggunakan rancangan dari buku panduan pengajaran, dan Guru tetap merancang dengan memasukkan beberapa buku referensi.
B	Proses Pembelajaran	
	1. Membuka pelajaran	Guru membuka pelajaran dengan salam, dan mempresensi siswa. Doa kemudian memotivasi siswa, terkadang juga memberi candaan.
	2. Penyajian materi	Penyajian materi penjasorkes menggunakan teori dan praktik.
	3. Metode pembelajaran	Guru menggunakan metode pembelajaran secara ceramah, komando dan permainan.
	4. Penggunaan bahasa	Bahasa yang digunakan Guru sewaktu memberikan pembelajaran menggunakan Bahasa Indonesia dan Bahasa Daerah
	5. Penggunaan waktu	Penggunaan waktu oleh guru efisien yaitu 60 menit
	6. Cara memotivasi siswa	Cara memotivasi siswa selama proses pembelajaran adalah dengan setiap pembelajaran diambil nilainya. Supaya semua siswa mencoba apa yang diajarkan saat praktik meskipun belum bisa
	7. Teknik bertanya	Guru bertanya kepada siswa langsung secara menyeluruh dan biasanya yang ditanya yang ramai dan tidak memperhatikan supaya kelas menjadi kondusif

	8. Teknik penguasaan kelas	Guru berhasil menguasai kelas yaitu dengan mengajak seluruh siswa membicarakan pengetahuan umum selain penjasorkes atau materi yang diajarkan
	9. Penggunaan media	Guru tidak menggunakan media lain selain buku pegangan
	10. Bentuk dan cara evaluasi	Guru memberikan tugas secara mandiri atau kelompok kepada murid sesuai dengan materi yang diajarkan supaya lebih paham dan siswa dapat lebih mengerti
	11. Menutup pembelajaran	Guru menutup pelajaran dengan salam.
C	Perilaku Siswa	
	1. Perilaku siswa di dalam kelas	Siswa bisa aktif mendengarkan Guru dan terkadang memberikan respon yang bisa menimbulkan gelak tawa siswa lain, sehingga pelajaran penjaorkes tidak membosankan
	2. Perilaku siswa di luar kelas	Siswa aktif bersama teman- temannya.

Klaten, 21 Juli 2016

Mahasiswa,

Koordinator PPL
a.n. Waka. Kurikulum
Staff Kurikulum

Dra. Eny Sulistyawati
NIP. 19692509 199403 2 009

Alfin Ulinnuha
NIM . 13601244041



FORMAT OBSERVASI
KONDISI SEKOLAH *)

Npma. 2
untuk mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMA N 1 Jogonalan
NAMA MHS : Riosha Yunita Devi
NOMOR MHS : 13601241064
FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR
ALAMAT SEKOLAH: Jalan Raya Jogja – Solo Km 7/23 Prawatan, Jogonalan

No	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan	Keterangan
1	Kondisi Fisik Sekolah	Kondisi fisik sekolah masih sangat bagus, secara sekilas masih terlihat seperti bangunan baru, dan terlihat memiliki banyak lorong. Dindingnya masih kokoh dan genting yang terdapat juga masih sangat layak digunakan.	Baik
2	Potensi Siswa	Siswa-siswa berpotensi, terbukti dari banyaknya perlombaan yang dimenangkan oleh siswa, baik itu bersifat akademik maupun non akademik.	Baik
3	Potensi Guru	Guru merupakan lulusan S1, ada pula beberapa yang telah menempuh S2 dan terdapat pula guru baru dan masih muda yang mana merupakan siswa lulusan dari SMA N 1 Jogonalan yang berprestasi dan menguasai bidangnya.	Baik
4	Potensi Karyawan	Karyawan yang dimiliki juga sangat berpotensi dan menguasai di bidangnya.	Baik
5	Fasilitas KBM, media	Setiap kelas terdapat papan tulis	Baik

		<i>white</i> dan <i>black board</i> , meja dan kursi, presensi siswa, daftar mengajar, jam dinding, mading, dan juga spidol atau kapur, serta penghapus.	
6	Perpustakaan	Perpustakaan menyimpan buku-buku pelajaran dan juga buku-buku pengetahuan umum, juga terdapat media pembelajaran yang dapat menunjang kegiatan pembelajaran.	Baik
7	Laboratorium	Laboratorium yang dimiliki ada 5, yaitu lab Komputer, Lab Fisika, Lap Biologi, Lab Kimia dan Lab Bahasa.	Baik
8	Bimbingan Konseling	Bimbingan konseling berfungsi dengan baik, yang mana sebagai sarana penampung aspirasi siswa, dan juga sebagai sarana pendidikan karakter siswa.	Baik
9	Bimbingan Belajar	Terdapat jam ke 9 sebagai jam tambahan bagi para siswa tiap hari Senin sampai Jumat.	Baik
10	Ekstrakurikuler	Terdapat ekstrakurikuler pramuka, paskibraka, rohis dan ekstrakurikuler bidang olahraga lainnya.	Baik
11	Organisasi dan fasilitas OSIS	OSIS selalu aktif dalam setiap kegiatan sekolah sebagai panitia.	Baik
12	Organisasi dan fasilitas UKS	Terdapat tempat tidur dan obat-obatan sebagai sarana pertolongan pertama terhadap siswa yang sakit.	Baik
13	Administrasi	Sudah lengkap	Baik

	(karyawan, sekolah, dinding)		
14	Koperasi Siswa	Terdapat UP atau Unit Pemasaran yang mana menyediakan kebutuhan siswa baik itu alat tulis, makanan, dan tempat fotocopy. Dengan siswa dari jurusan pemasaran yang juga mengikuti jadwal piket jaga untuk menjaga atau mengaktifkan UP.	Baik
15	Tempat Ibadah	Berupa Masjid yang digunakan oleh seluruh anggota sekolah baik dalam kegiatan yang berupa keagamaan maupun yang tidak.	Baik
16	Kesehatan Lingkungan	Kebersihan lingkungan berjalan dengan baik, karena selain petugas kebersihan yang selalu membersihkan sekolah, namun siswa- siswa juga mentaati jadwal piket yang telah dibentuk di setiap kelas. Dan di setiap kelas juga disediakan tempat sampah yang membuat SMA N 1 Jogonalan menjadi bersih dan nyaman	Baik
17	Lain-lain		

*) Catatan : sebagai bahan penyusunan program kerja PPL.

Koordinator PPL
a.n. Waka. Kurikulum
Staff Kurikulum

Klaten, 21 Juli 2016
Mahasiswa,

Dra. Eny Sulistyawati
NIP. 19692509 199403 2 009

Riosha Yunita Devi
NIM. 13601241064

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Nama Sekolah : SMA N 1 JOGONALAN
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan
Kelas/Semester : XI / 1
Pertemuan : 1
Alokasi Waktu : 2 x 45 menit

Standart Kompetensi : 7. Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar : 7.1. Mempraktekkan variasi dan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan OR beregu bola besar lanjutan dng koordinasi yang baik serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan

A. Tujuan pembelajaran :

- Siswa dapat melakukan kombinasi teknik dasar lay up dengan baik
- Siswa dapat mengerti bagaimana melakukan lay up dengan baik
- Siswa dapat bekerja sama dengan baik

❖ **Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin (*Discipline*)
Tekun (*diligence*)
Tanggung jawab (*responsibility*)
Ketelitian (*carefulness*)
Kerja sama (*Cooperation*)
Toleransi (*Tolerance*)
Percaya diri (*Confidence*)
Keberanian (*Bravery*)

B. Materi Pembelajaran : Permainan bola basket

C. Metode Pembelajaran :

- Metode : Pemecahan Masalah (problem solving)
- Pendekatan : Teaching Game for Understanding (TGfU)

D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran :

Pertemuan 1, 2 dan 3

a. Pendahuluan / motivasi dan apersepsi

- Berbaris, berdoa, presensi dan pemanasan
- Memberi motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran

b. Kegiatan Inti

Masalah taktik	: Mencetak score
Fokus pelajaran	: Mencetak score dengan lay up
Tujuan	: Siswa mampu melakukan lay up dengan baik

▪ **Eksplorasi**

Game I :

- Pemain 5 lawan 5 menggunakan setengah lapangan bola basket.
- Tim A menjadi tim penyerang dan tim B menjadi tim bertahan, saling bergantian.
- Tim mendapatkan point apabila mencetak angka didaerah paint area

▪ **Elaborasi**

Question :

T : bagaimana cara mencetak angka dengan mudah saat berada didaerah paint area

J : melakukan lay up

T : bagaimana melakukan lay up dengan baik

J : langkah panjang kemudian jump

Practice :

Semua siswa melakukan lay up dengan contoh yang sudah diperlihatkan.

▪ **Konfirmasi**

Game 2 : mengulangi game 1

c. Kegiatan Penutup (20 Menit)

Dalam kegiatan penutup, guru:

- ☞ bersama-sama dengan peserta didik dan/atau sendiri membuat rangkuman/simpulan pelajaran;
- ☞ melakukan penilaian dan/atau refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan secara konsisten dan terprogram;
- ☞ memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran;

- a. Test unjuk Kerja (Psikomotor)
 - Lakukan teknnk dasar lay up
 - Setiap aspek diberi skor 1 – 5
 - $NA = \text{Jumlah Skor yang diperoleh} \times 50 \%$

Jumlah skor maksimal

b. Pengamatan Sikap (afektis)

- Mainkan permainan bola basket dengan peraturan yang telah dimodifikasi, taati peraturan permainan, kerja sama dengan teman satu tim dan tunjukkan perilaku sportif
- Setiap aspek diberi skor 1
- $NA = \frac{\text{Jumlah Skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30 \%$

c. Kuis (Kognitis)

- Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak dalam permainan bola basket
- Setiap aspek diberi skor 1 - 5
- $NA = \frac{\text{Jumlah Skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20 \%$

2. Rubrik Penilaian :

**RUBRIK PENILAIAN UNJUK KERJA
PERMAINAN BOLA BASKET**

Indikator	Aspek yang di nilai	Skor	Nilai
<ul style="list-style-type: none">- Kombinasi teknik dasar lay up- Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk kerja sama	<ul style="list-style-type: none">- Gerakan dasar lay up- Bola yang masuk- Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi		
	<i>Jumlah nilai</i>		

Jumlah skor max : 25

**RUBRIK PENILAIAN PENGAMATAN SIKAP
PERMAINAN BOLA BASKET**

Indikator	Perilaku yang diharapkan	Skor	Nilai
<ul style="list-style-type: none">- Kombinasi teknik dasar lay up- Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk kerja sama	<ul style="list-style-type: none">- Bekerja sama dengan teman satu tim- Berani menembus pertahanan lawan- Mentaati peraturan- Menghormati wasit- Sikap sportif		

	<i>Jumlah nilai</i>		
--	---------------------	--	--

Jumlah skor max : 5

**RUBRIK PENILAIAN PEMAHAMAN KONSEP
PERMAINAN BOLA BASKET**

Indikator	Pertanyaan yang diajukan	Skor	Nilai
<ul style="list-style-type: none"> - Kombinasi teknik dasar lay up - Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk kerja sama 	<ul style="list-style-type: none"> - Bagaimana cara melakukan lay up dengan benar - Sebutkan tujuan bermain bola basket dengan peraturan yang disederhanakan 		
	<i>Jumlah nilai</i>		

Jumlah skor max : 15

JUMLAH NILAI.....

Indikator	Psikomotor	Afeksi	Kognisi	JML	Keterangan
<ul style="list-style-type: none"> - Kombinasi teknik dasar lay up - Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk kerja sama 					

ANALISIS KETUNTASAN BELAJAR

Indikator	Penilaian			JML	Keterangan
	Psikomotor	Afeksi	Kognisi		
<ul style="list-style-type: none"> - Kombinasi teknik dasar lay up - Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk kerja sama 					

Mengetahui,
Mahasiswa

Klaten, 28 Agustus 2016
Guru Mapel PJOK

Alfin Ulinuha
NIM :13601244041

Setyawan H, S.Pd
NIP. 19630413 198501 1 001

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)



Di susun oleh :

NAMA : ALFIN ULINNUHA
NIM : 13601244041
KELAS : PJKR E

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2016

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

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

Standar Kompetensi

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

Kompetensi Dasar

- 1.3. Mempraktikkan keterampilan keterampilan atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).

Indikator Pencapaian Kompetensi

1. Melakukan teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.
2. Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.
3. Perlombaan atletik lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai disiplin, semangat, sportivitas, percaya diri dan kejujuran.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh gaya jongkok (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.
3. Siswa dapat melakukan perlombaan lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

③ Karakter siswa yang diharapkan :

- Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab,-

③ Kewirausahaan / Ekonomi Kreatif :

- *Percaya diri, Berorientasi tugas dan hasil, Berani mengambil resiko, Berorientasi ke masa depan*

B. Materi Pembelajaran

Atletik (Lompat jauh)

1. Teknik dasar lompat jauh gaya jongkok (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.
2. Variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh gaya jongkok (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.
3. Perlombaan lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

C. Metode Pembelajaran

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

Strategi Pembelajaran

Tatap Muka	Terstruktur	Mandiri
<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan keterampilan keterampilan atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri 	<ul style="list-style-type: none"> • Teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat). • Variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat). 	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa dapat Melakukan teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik. • Siswa dapat Memvariasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.

D. Langkah-langkah Pembelajaran

Pertemuan ke 1

1.Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran.
- Berlari mengelilingi lapangan 2X
- Pemanasan dengan menggunakan game menggunakan tali raffia dan engklek dengan satu kaki
- Pemanasan khusus lompat jauh dalam bentuk permainan

2.Kegiatan Inti (60 menit)

Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi :

- Penjelasan cara melakukan latihan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik dan apa yang harus diperhatikan saat melakukan lompat jauh gaya jongkok. (**nilai yang ditanamkan:** Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab);

Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi,

- Melakukan latihan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik. (**nilai yang ditanamkan:** Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab);
- Penjelasan cara melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh gaya jongkok (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik. (**nilai yang ditanamkan:** Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab);
- Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh jongkok (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik (perorangan maupun berkelompok). (**nilai yang ditanamkan:** Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab);

Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, Siswa:

- Menyimpulkan tentang hal-hal yang belum diketahui (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air.*);
- Menjelaskan tentang hal-hal yang belum diketahui. (*nilai yang ditanamkan: Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);

3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- Pendinginan (colling down) (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);
- Berbaris dan berdoa. (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);

Pertemuan 2

1. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)

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

2. Kegiatan Inti (70 menit)

Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi,

- Uji kompetensi lompat jauh. (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);

Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, Siswa:

- Menyimpulkan tentang hal-hal yang belum diketahui (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air.*);
- Menjelaskan tentang hal-hal yang belum diketahui. (*nilai yang ditanamkan: Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);

3. Kegiatan Penutup (10 menit)

- Pendinginan (colling down) (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);
- Berbaris dan berdoa. (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Lintasan lompat jauh
- Bak lompat jauh
- Tali rafia
- Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

- Media cetak
 - Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas X, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 - Buku atletik, Purnomo Eddy, Dapan, Dasar-Dasar Atletik, 2013, Alfamedia
- Media elektronik
 - Audio/video visual teknik dasar atletik
 - Rekaman/cuplikan perlombaan lompat jauh

F. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar lompat jauh, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan jauhnya melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar lompat jauh (Penilaian keterampilan cabang)

No	Nama Siswa	Sikap Awal					Gerakan					Sikap Akhir					Jm 1	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
5.																				
dsb																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian Proses = ----- X 100%

Jumlah skor maksimal

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Lompat jauh).

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 4.50 meter > 3.50 meter	100%	Sangat Baik
4.00 – 4.49 meter	3.00 – 3.49 meter	90%	Baik
3.50 – 3.99 meter	2.50 – 2.99 meter	80%	Cukup
3.00 – 3.49 meter	2.00 – 2.49 meter	70%	Kurang
..... < 2.99 meter < 1.99 meter	60%	Kurang Sekali

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

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

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai						Σ	NA
		Kerjas	Kejuju	Mengh	Seman	Percay	Sporti		

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

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan macam-macam gaya lompat jauh?
2.	Jelaskan yang harus diperhatikan awalan lompat jauh?
3.	Jelaskan yang harus diperhatikan lompat jauh?
4.	Jelaskan yang harus diperhatikan saat melayang di udara lompat jauh?
5.	Jelaskan cara melakukan lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang, mendarat) dengan baik?

2. Rekapitulasi Penilaian

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

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

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%

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

Mengetahui,
Mahasiswa

Klaten, 21 Agustus 2016
Guru Mapel PJOK

Alfin Ulinnuha
NIM :13601244041

Setyawan H, S.Pd
NIP. 19630413 198501 1 001

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

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

A. Standar Kompetensi

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

B. Kompetensi Dasar

- 1.3. Mempraktikkan keterampilan atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri **)

C. Indikator Pencapaian Kompetensi

1. Melakukan latihan koordinasi teknik dasar lari estafet/ sambung (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan berkelompok dengan koordinasi yang baik.
2. Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar lari estafet/sambung (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan berkelompok dengan koordinasi yang baik.
3. Perlombaan lari estafet/ sambung dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

D. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan latihan teknik dasar lari estafet / sambung (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan berkelompok dengan koordinasi yang baik
2. Siswa dapat melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar lari estafet / sambung (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan berkelompok dengan koordinasi yang baik.
3. Siswa dapat melakukan perlombaan lari estafet/ sambung dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

E. Materi Pembelajaran

Lari Estafet / Sambung (Teknik Start)

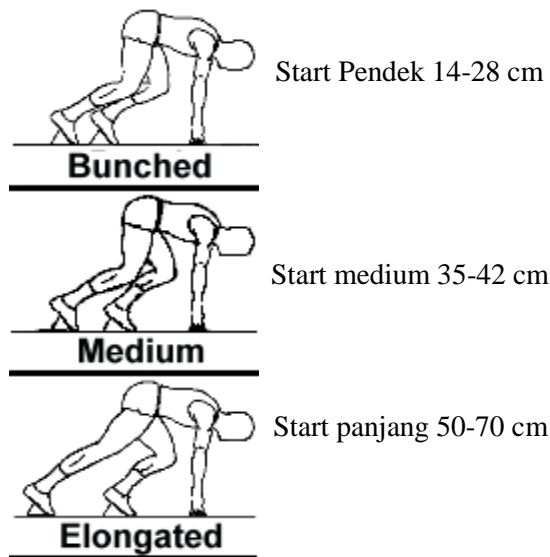
Teknik Start

Start adalah sikap dan gerakan awal untuk memulai lari, start dalam nomor lari terbagi menjadi 3 macam, yaitu:

- Start berdiri (standing start) start berdiri digunakan untuk lari jarak menengah dan lari jarak jauh.
- Start melayang (flying start) start melayang digunakan oleh pelari II, III, dan IV dalam lari estafet 4 x 100meter
- Start Jongkok (cruched start) start jongkok digunakan dalam lari jarak pendek dan pelari pertama dalam lari estafet / sambung

Macam Start Jongkok :

- Start pendek (*short start*)
- Start medium (*medium start*)
- Start panjang (*longed start*)

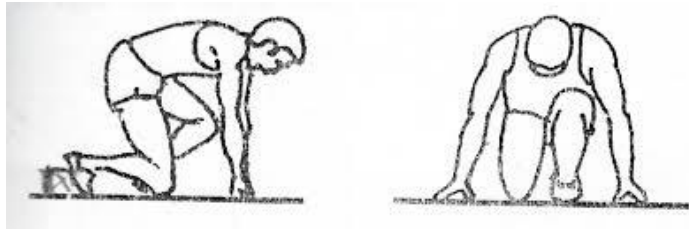


Gambar 1. Bentuk penempatan Blok Start

c. Guru memberi aba-aba start

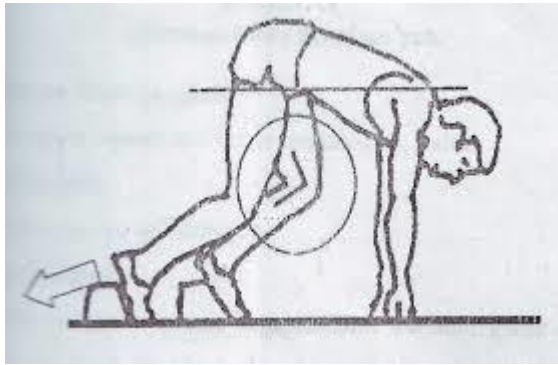
- Bersedia

Setelah starter memberikan aba-aba bersedia, maka pelari akan menempatkan kedua kaki dalam menyentuh blok depan dan belakang, lutut kaki belakang diletakkan di tanah, terpisah selebar bahu lebih sedikit, jari-jari tangan membentuk huruf V terbalik, dan kepala dalam keadaan datar dengan punggung, sedangkan pandangan mata menatap lurus ke bawah. Untuk lebih jelasnya, dapat dilihat di gambar.



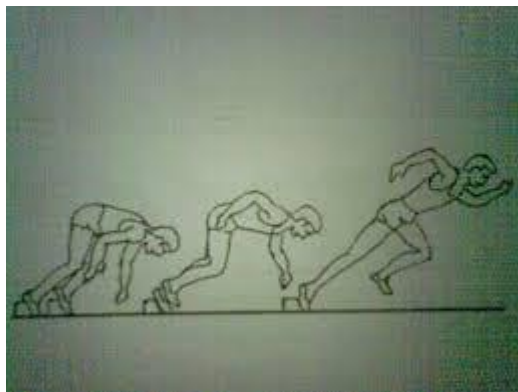
b. Siap

Setelah ada aba-aba “siap”, seorang pelari akan menempatkan posisi badan sebagai berikut : lutut ditekan ke belakang ; lutut kaki depan ada dalam posisi membentuk sudut siku-siku 90 derajat ; lutut kaki belakang membentuk sudut antara 120-140 derajat, dan pinggang sedikit diangkat tinggi dari bahu, tubuh sedikit condong ke depan, serta bahu sedikit lebih maju ke depan dari kedua tangan.



c. Piiit (bunyi peluit) atau drive

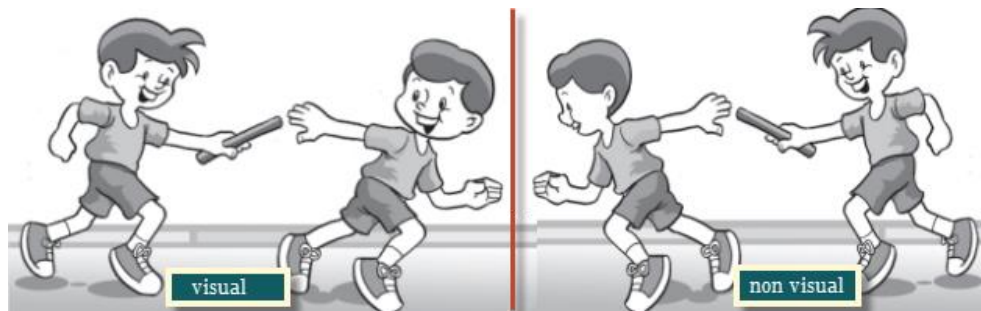
Gerakan yang akan dilakukan pelari setelah aba-aba yaak atau piiiit (bunyi peluit) adalah badan diluruskan dan diangkat pada saat kedua kaki menolak/menekan keras pada start blok ; kedua tangan diangkat dari tanah bersamaan untuk kemudian diayun bergantian ; kaki belakang mendorong kuat/singkat, dorongan kaki depan sedikit tidak namun lebih lama ; kaki belakang diayun ke depan dengan cepat sedangkan badan condong ke depan ; lutut dan pinggang keduanya diluruskan penuh pada saat akhir dorongan.



Perlombaan lari estafet mengenal dua cara pergantian tongkat, yaitu:

- a) Teknik penerimaan tongkat dengan cara melihat (visual)
Pelari yang menerima tongkat melakukannya dengan berlari sambil menolehkan kepala untuk melihat tongkat yang diberikan oleh pelari sebelumnya. Penerimaan tongkat dengan cara melihat biasanya dilakukan pada nomor 4 x 400 meter.
- b) Teknik penerimaan tongkat dengan cara tidak melihat (non visual)
Pelari yang menerima tongkat melakukannya dengan berlari tanpa melihat tongkat yang akan diterimanya. Cara penerimaan tongkat tanpa melihat biasanya digunakan dalam lari estafet 4 x 100 meter.

Gambar :

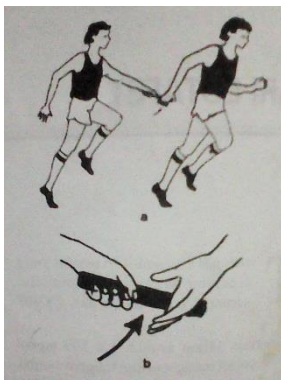


Terdapat 2 teknik operan dasar yang digunakan untuk mengoperkan tongkat, yaitu :

1. Teknik upsweep

Pemberi mengoperkan tongkat dengan mengerjakan mendorong ke atas dan mendorong tongkat sejauh mungkin ke tangan penerima. Penerima memegang tongkat diantara huruf "V" yang terbentuk oleh jari dan ibu jari tangan yang menerima.

Gambar :



2. Teknik downsweep

Pemberi mengoperkan tongkat dengan gerakan mendorong ke depan bawah pada telapak tangan penerima, yang menggapai ke belakang untuk memegang 1/3 bagian tongkat.

Gambar :



F. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi
2. Permainan (*game*)
3. Komando

G. Langkah-langkah Pembelajaran

KEGIATAN	DESKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<p>a. Siswa berbaris 2 shaf</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> <p style="text-align: center;">Guru</p> </div> <p>b. Memimpin berdoa supaya diberi keselamatan dalam proses pembelajaran dan agar materi bermanfaat bagi siswa.</p> <p>c. Mengecek seragam dan kerapian seragam.</p> <p>d. Mempresensi kehadiran peserta didik dan menanyakan kesehatan peserta secara umum.</p> <p>e. Menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dicapai peserta didik pada hari itu.</p> <p>f. Pemberian motivasi dan penyampaian materi teknik dasar bermain sepakbola.</p> <p>g. Melakukan apersepsi dengan menanyakan olahraga yang akan diajarkan.</p> <p>h. Pemanasan secara umum</p> <p>i. Pemanasan dalam bentuk permainan, burung dan sangkar</p> <p style="text-align: center;">Cara bermain :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta melakukan jogging 2. Guru memberikan instruksi jika peluit 	15 menit

	<p>pertama jogging peluit kedua jalan dan jika 3 siswa harus membuat kelompok dengan tiga orang</p> <p>3. Permainan burung dan sangkar dimulai dengan dua orang menjadi sangkar dan satu orang menjadi burung</p> <p>4. Jika guru menyebutkan burung maka burung harus berpindah dan mencari sangkar yang baru, jika menyebutkan sangkar maka sangkar yang berpindah.</p>	
Inti	<p><i>Eksplorasi</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru menjelaskan cara melakukan teknik dasar lari estafet/sambung (start, gerakan inti, memasuki garis finish) dengan koordinasi yang baik • Guru memberi contoh cara melakukan teknik dasar lari estafet / sambung dengan koordinasi yang baik. <p><i>Elaborasi</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan variasi latihan dasar start jongkok dan teknik memasuki garis finish dalam lari estafet / sambung dengan koordinasi yang baik dengan koordinasi yang baik. • Melakukan start jongkok dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok. • Melakukan variasi latihan teknik operan dasar dalam lari estafet/sambung <p><i>Konfirmasi</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru memberi umpan balik terhadap proses pembelajaran dan hasil pembelajaran • Guru menanyakan kesulitan yang dialami 	60 menit

	peserta didik selama proses pembelajaran dan dipecahkan bersama	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> • Pendinginan (colling down) dengan menggunakan permainan • Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari • Berbaris dan berdoa 	15 menit

H. Alat, Sumber dan Bahan

Alat dan Bahan :

1. Lapangan
2. Tongkat estafet
3. Peluit
4. Stopwatch

Sumber Belajar :

- a. Media cetak

Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XI, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.

I. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan dasar lari estafet/ sambung (start, gerakan lari, memasuki garis finish) unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan.

No	Nama Siswa	Sikap Awal					Gerakan Lari					Finish					Jm 1	Nilai Proses	Nilai Prod uk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				

[illegible]

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

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian Proses = ----- X 100%

Jumlah skor maksimal

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

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

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai																		Σ	NA
		Kerjasa ma			Kejujur an			Mengh argai			Seman gat			Percay a diri			Sporti vitas				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																					
2.																					
3.																					
Dst																					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																					

Jumlah skor yang diperoleh

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

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar lari estafet/ sambung:

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																		
2.																		
dst																		
Jumlah skor maksimal (Nilai Kognitif) : 20																		

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

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan teknik-teknik dalam lari estafet / sambung !
2.	Jelaskan yang dimaksud dengan start !
3.	Sebutkan jenis-jenis start !
4.	Jelaskan cara melakukan start jongkok !
5.	Bagaimana posisi tubuh saat melewati garis finish?

2. Rekapitulasi Penilaian

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

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai Akhir (NA) = -----

Tiga Aspek Penilaian

Keterangan :

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

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Klaten, 22 Juli 2016
Mahasiswa

Setyawan H, S.Pd
NIP. 19630413 198501 1 001

Riosha Yunita Devi
13601241064

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

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

Standar Kompetensi

2. Mempraktikkan latihan kebugaran jasmani dan cara mengukurnya sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar

- 2.1. Mempraktikkan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan untuk kebugaran jasmani dalam bentuk sederhana serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.
- 2.2. Mempraktikkan tes kebugaran jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.
- 2.3. Mempraktikkan perawatan tubuh agar tetap segar.

Indikator Pencapaian Kompetensi

1. Melakukan latihan kekuatan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.
2. Melakukan latihan kecepatan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.
3. Melakukan latihan daya tahan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.
4. Melakukan tes kebugaran jasmani secara sederhana dengan koordinasi yang baik.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan latihan kekuatan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat melakukan latihan kecepatan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.
3. Siswa dapat melakukan latihan daya tahan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.
4. Siswa dapat melakukan tes kebugaran jasmani secara sederhana dengan koordinasi yang baik.

⑧ Karakter siswa yang diharapkan :

- Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab,-

⑧ Kewirausahaan / Ekonomi Kreatif :

- Percaya diri, Berorientasi tugas dan hasil, Berani mengambil resiko, Berorientasi ke masa depan

B. Materi Pembelajaran

Aktivitas kebugaran jasmani

1. Latihan kekuatan dengan koordinasi yang baik.
2. Latihan kecepatan dengan koordinasi yang baik.

3. Latihan daya tahan dengan koordinasi yang baik.
4. Latihan tes kebugaran jasmani dengan koordinasi yang baik.

C. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi
2. *Inclusive* (cakupan)
3. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
4. Saling menilai sesama teman (*Resiprocal*)

Strategi Pembelajaran

Tatap Muka	Terstruktur	Mandiri
<ul style="list-style-type: none"> Mempraktikkan latihan kebugaran jasmani dan cara mengukurnya sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya 	<ul style="list-style-type: none"> Latihan kekuatan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik. Latihan kecepatan dalam bentuk sederhana. Latihan daya tahan dalam bentuk sederhana. Latihan kelentukan dalam bentuk sederhana. Tes kebugaran jasmani secara sederhana 	<ul style="list-style-type: none"> Siswa dapat Melakukan latihan kekuatan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik. Siswa dapat Melakukan latihan kecepatan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik. Siswa dapat Melakukan latihan daya tahan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik. Siswa dapat Melakukan latihan kelentukan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik. Siswa dapat Melakukan tes kebugaran jasmani secara sederhana dengan koordinasi yang baik.

D. Langkah-langkah Pembelajaran

Pertemuan ke 1

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran.
- Pemanasan secara umum
- Berlari mengelilingi lapangan atau halaman sekolah

2. Kegiatan Inti (60 menit)

Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi :

- Penjelasan cara melakukan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dengan koordinasi yang baik. (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);

Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi,

- Melakukan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dengan koordinasi yang baik. (***nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab***);
- Penjelasan cara melakukan tes kebugaran jasmani dengan koordinasi yang baik. (***nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab***);
- Melakukan tes kebugaran jasmani dengan koordinasi yang baik menggunakan sirkuit training (berpasangan dan berkelompok). (***nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab***);

Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, Siswa:

- Menyimpulkan tentang hal-hal yang belum diketahui (***nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air***);
- Menjelaskan tentang hal-hal yang belum diketahui. (***nilai yang ditanamkan: Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab***);

3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- Pendinginan (colling down) (***nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab***);
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari (***nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab***);
- Berbaris dan berdoa. (***nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab***);

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Lapangan atau halaman sekolah
- Formulir tes
- Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

- Media cetak
 - Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas X, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 - Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
- Media elektronik
 - Audio/video visual latihan kebugaran jasmani
 - Rekaman/cuplikan latihan kebugaran jasmani

F. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan tes kebugaran jasmani untuk siswa SMA (lari 60 meter, angkat tubuh, baring duduk, loncat tegak dan lari jauh 1.200 m untuk putera dan 1.000 m untuk puteri), unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses tes kebugaran jasmani siswa SMA (Penilaian kebugaran jasmani)

No	Nama Siswa	Sikap Awal					Gerakan					Sikap Akhir					Jm 1	Nilai Prose s	Nilai Prod uk	Nilai Akhi r
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
5.																				
dsb																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

Jumlah skor yang diperoleh

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

Contoh penilaian produk/prestasi tes kebugaran jasmani siswa Putera SMA

Push up	Sit up	Suttle run	Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
..... > 44 kali > 41 kali	<17,5	100%	Sangat Baik
30 – 43 kali	30 – 40 kali	17,6-19,5	90%	Baik
20– 29 kali	21 – 29 kali	19,6-21,00	80%	Cukup
10– 19 kali	10 – 20 kali	21,01-24,00	70%	Kurang
..... < 10 kali < 10 kali	>24,01	60%	Kurang Sekali

Contoh penilaian produk/prestasi tes kebugaran jasmani siswa Puteri SMA

Push up	Baring duduk	Suttle run	Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
..... > 30 kali > 28 kali	<19,00	100%	Sangat Baik
20 – 29 kali	20 – 28 kali	19,01-21,00	90%	Baik
10 – 19 kali	10 – 19 kali	21,01-24,00	80%	Cukup
5 – 9 kali	3 – 9 kali	24,01-27,00	70%	Kurang
..... < 5 kali < 3 kali	>27,00	60%	Kurang Sekali

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

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

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai																		Σ	NA
		Kerjasa ma			Kejujur an			Mengh argai			Seman gat			Percay a diri			Sporti vitas				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																					
2.																					
3.																					
4.																					
5.																					
dst																					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																					

Jumlah skor yang diperoleh

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

c. **Tes Pengetahuan (Kognitif)**

Contoh format penilaian pembelajaran kebugaran jasmani dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
dst																		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 15																		

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

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Jelaskan cara melakukan latihan kekuatan!
2.	Jelaskan cara melakukan latihan kecepatan!
3.	Jelaskan cara melakukan latihan daya tahan!
4.	Jelaskan cara melakukan latihan kelentukan!
5.	Jelaskan cara melakukan tes kebugaran jasmani untuk siswa SMA!

2. **Rekapitulasi Penilaian**

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

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

Jumlah skor yang diperoleh
 Nilai Akhir (NA) = -----
 Tiga Aspek Penilaian

Keterangan :

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

Mengetahui,
Mahasiswa

Klaten, 29 Agustus 2016
Guru Mapel PJOK

Alfin Ulinuha
NIM :13601244041

Setyawan H, S.Pd
NIP. 19630413 198501 1 001

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)



Di susun oleh :

NAMA : ALFIN ULINNUHA
NIM : 13601244041
KELAS : PJKR E

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2016

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

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

Standar Kompetensi

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

Kompetensi Dasar

- 1.3. Mempraktikkan keterampilan keterampilan atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).

Indikator Pencapaian Kompetensi

1. Melakukan teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.
2. Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.
3. Perlombaan atletik lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai disiplin, semangat, sportivitas, percaya diri dan kejujuran.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh gaya jongkok (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.
3. Siswa dapat melakukan perlombaan lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

③ Karakter siswa yang diharapkan :

- Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab,-

③ Kewirausahaan / Ekonomi Kreatif :

- *Percaya diri, Berorientasi tugas dan hasil, Berani mengambil resiko, Berorientasi ke masa depan*

B. Materi Pembelajaran

Atletik (Lompat jauh)

1. Teknik dasar lompat jauh gaya jongkok (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.
2. Variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh gaya jongkok (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.
3. Perlombaan lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

C. Metode Pembelajaran

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

Strategi Pembelajaran

Tatap Muka	Terstruktur	Mandiri
<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan keterampilan keterampilan atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri 	<ul style="list-style-type: none"> • Teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat). • Variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat). 	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa dapat Melakukan teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik. • Siswa dapat Memvariasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.

D. Langkah-langkah Pembelajaran

1. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)

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

2. Kegiatan Inti (70 menit)

Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi,

- Uji kompetensi lompat jauh. (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);

Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, Siswa:

- Menyimpulkan tentang hal-hal yang belum diketahui (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air*.);
- Menjelaskan tentang hal-hal yang belum diketahui. (*nilai yang ditanamkan: Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*.);

3. Kegiatan Penutup (10 menit)

- Pendinginan (colling down) (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);
- Berbaris dan berdoa. (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Lintasan lompat jauh
- Bak lompat jauh
- Tali rafia

- Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

- Media cetak
 - Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas X, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 - Buku atletik, Purnomo Eddy, Dapan, Dasar-Dasar Atletik, 2013, Alfamedia
- Media elektronik
 - Audio/video visual teknik dasar atletik
 - Rekaman/cuplikan perlombaan lompat jauh

F. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar lompat jauh, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan jauhnya melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar lompat jauh (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	Sikap Awal					Gerakan					Sikap Akhir					Jm 1	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
5.																				
dsb																				

JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian Proses = ----- X 100%

Jumlah skor maksimal

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Lompat jauh).

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 4.50 meter > 3.50 meter	100%	Sangat Baik
4.00 – 4.49 meter	3.00 – 3.49 meter	90%	Baik
3.50 – 3.99 meter	2.50 – 2.99 meter	80%	Cukup
3.00 – 3.49 meter	2.00 – 2.49 meter	70%	Kurang
..... < 2.99 meter < 1.99 meter	60%	Kurang Sekali

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

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

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

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian Afektif = ----- X 100%

Jumlah skor maksimal

c. **Tes Pengetahuan (Kognitif)**

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar lompat jauh dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
dst																		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 15																		

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

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan macam-macam gaya lompat jauh?
2.	Jelaskan yang harus diperhatikan awalan lompat jauh?
3.	Jelaskan yang harus diperhatikan lompat jauh?
4.	Jelaskan yang harus diperhatikan saat melayang di udara lompat jauh?
5.	Jelaskan cara melakukan lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang, mendarat) dengan baik?

2. **Rekapitulasi Penilaian**

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian	Jumlah	Nilai	Kriteria
-----	------------	-----------------	--------	-------	----------

		Psikomotor	Afektif	Kognitif		Akhir	
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai Akhir (NA) = -----

Tiga Aspek Penilaian

Keterangan :

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

Mengetahui,
Mahasiswa

Klaten, 21 Agustus 2016
Guru Mapel PJOK

Alfin Ulinnuha
NIM :13601244041

Setyawan H, S.Pd
NIP. 19630413 198501 1 001

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah	: SMA N 1 JOGONALAN
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/ Semester	: XI/ 1
Materi Pokok	: Permainan Sepakbola
Pertemuan	: 1x Pertemuan
Alokasi Waktu	: 2 x 45 menit

A. Standar Kompetensi

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

B. Kompetensi Dasar

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

C. Indikator Ketercapaian

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

D. Tujuan Pembelajaran

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

E. Materi Pembelajaran

Permainan Sepakbola

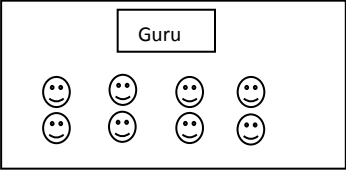
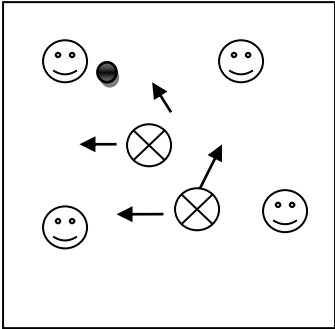
1. Koordinasi teknik dasar (mengumpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.
2. Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

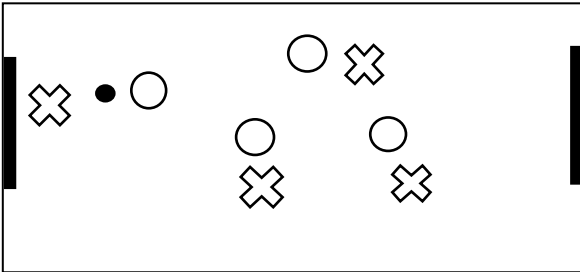
F. Metode Pembelajaran

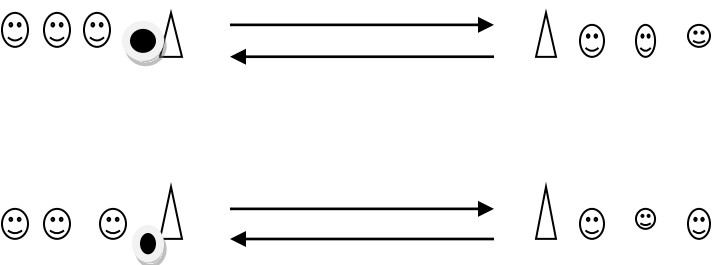
Pemecahan Masalah (*Tactical Problem*)

Demonstrasi

G. Langkah Pembelajaran

KEGIATAN	DESKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<p>a. Siswa berbaris 2 shaf</p>  <p>b. Memimpin berdoa supaya diberi keselamatan dalam proses pembelajaran dan agar materi bermanfaat bagi siswa.</p> <p>c. Mengecek seragam dan kerapian seragam.</p> <p>d. Mempresensi kehadiran peserta didik dan menanyakan kesehatan peserta secara umum.</p> <p>e. Menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dicapai peserta didik pada hari itu.</p> <p>f. Pemberian motivasi dan penyampaian materi teknik dasar bermain sepakbola.</p> <p>g. Melakukan apersepsi dengan menanyakan olahraga yang akan diajarkan.</p> <p>h. Pemanasan dalam bentuk permainan</p> <ul style="list-style-type: none">• Pemanasan dilakukan dengan membagi 2 kelompok (putra dan putri)• Bermain kucing-kucingan dengan 2 (dua) penjaga• Penjaga berusaha menyentuh bola untuk bebas <p>Gambar :</p> 	15 menit

	<p>Keterangan :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Penjaga (yang sebagai kucing) ditandai dengan ⊗ • Sedangkan pemain yang memainkan bola ditandai dengan ☺ • Bola sepak ditandai dengan tanda ● • Mendemonstrasikan materi inti yang akan dilakukan/dipelajari. 	
Inti	<ul style="list-style-type: none"> • Game I : <ul style="list-style-type: none"> - Siswa dibagi menjadi 2 tim - Bermain sepak bola dengan aturan yang telah dimodifikasi. - Setiap tim hanya diperbolehkan melakukan minimal 3x passing untuk menetak gol. - Siswa yang tidak membawa bola berusaha mencari ruang agar lebih mudah untuk menerima bola dari teman dan untuk lawan di perbolehkan merebut bola dari tim yang menguasai bola. - Tim yang dinyatakan menang adalah tim yang paling banyak mencetak poin.  <p>Keterangan :</p> <p>⊗ : Penyerang</p> <p>● : Bola</p> <p>○ : Pemain bertahan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Question : <ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana pemain yang tidak membawa bola dapat membantu pemain yang membawa bola ? 2. Bagaimana cara passing yang benar agar akurat ke teman satu tim? • Practice : <ul style="list-style-type: none"> - Siswa dibagi menjadi empat kelompok (2 putra, dan 2 putri) 	60 menit

	<ul style="list-style-type: none"> - Siswa saling passing dengan teman dari kelompok lain yang ada di depan mereka - Tiap siswa yang telah melakukan passing langsung pindah ke belakang kembali - Tambah jarak antar kelompok <p>Gambar :</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Game II : <ul style="list-style-type: none"> - Siswa melakukan game sama seperti game 1 hanya saja pada game 2 ini siswa harus melakukan passing dengan kaki bagian dalam dan untuk lawan harus berusaha merebut bola yang dikuasai tim lain. - Diharapkan pada game 2, passing dan kontrol yang dilakukan sudah lebih efektif karena sudah diberikan practice/drill 	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> • Pendinginan <ul style="list-style-type: none"> - Siswa melakukan permainan dengan membuat lingkaran besar - Dengan menggunakan bola siswa diperintahkan untuk bernyanyi, bola dioperkan melingkar - Saat nyanyian berhenti anak yang memegang bola yang akan dihukum • Doa syukur 	15 menit

H. Alat, Sumber dan Bahan

Alat dan Bahan :

1. Lapangan
2. Bola Sepak

3. Peluit
4. Cone
5. Stopwatch

Sumber Belajar :

- a. Media cetak

Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XI, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.

I. Penilaian

1. Rubrik Penilaian Tes Keterampilan (Psikomotor)

No	Aspek yang dinilai	Kualitas Gerak			
		1	2	3	4
1	Keterampilan dalam melakukan passing menggunakan kaki bagian dalam				
2	Keterampilan dalam menghentikan bola				
Jumlah					

Kriteria Penilaian :

Nilai 4 jika semua unsur terpenuhi

Nilai 3 jika terdapat 2 unsur tidak terpenuhi

Nilai 2 jika terdapat 3 unsur tidak terpenuhi

Nilai 1 jika terdapat lebih dari 4 unsur tidak terpenuhi

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

2. Rubrik Penilaian Tes Sikap (Afektif)

Pengamatan dalam proses penilaian dilakukan saat peserta didik melakukan kegiatan pembelajaran.

**RUBRIK PENILAIAN
SIKAP DALAM SEPAK BOLA**

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
A. Sportif	
1. Menghargai teman dan lawan	

2. Menerima kekalahan	
3. Mentaati peraturan permainan	
B. Tanggung jawab	
1. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	
2. Mengembalikan peralatan pembelajaran ketempat yang telah disediakan	
3. Menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dalam beraktivitas.	
4. Menjaga ketertiban lingkungan sekitar	
5. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya	
Disiplin	
1. Mengikuti kegiatan sesuai waktu yang ditentukan	
2. Mengikuti semua proses pembelajaran	
JUMLAH	
JUMLAH MAKSIMAL : 10	

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

3. Rubrik Penilaian Pengetahuan (Kognitif)

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
1. Bagaimana posisi kaki kita saat menyerang melakukan passing dengan menggunakan kaki bagian dalam ?				
2. Bagaimana posisi kaki kita saat menyerang melakukan passing dengan menggunakan kaki bagian luar ?				
3. Bagaimana cara melakukan kontrol bola jika bola berada dibagian depan ?				
Jumlah skor				

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Rekapitulasi Penilaian

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

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai Akhir (NA) = -----

Tiga Aspek Penilaian

Keterangan :

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

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Klaten, 1 Agustus 2016
Mahasiswa

Setyawan H, S.Pd
NIP. 19630413 198501 1 001

Alfin Ulinuha
NIM. 13601244041



CATATAN HARIAN PPL

NAMA SEKOLAH : SMA N 1 JOGONALAN
ALAMAT SEKOLAH : JL. RAYA JOGJA-SOLO KM 7/23, KLATEN
GURU PEMBIMBING: Setyawan H, S.Pd

NAMA MAHASISWA : ALFIN ULINNUHA
NO. MAHASISWA : 13601244041
FAK/JUR/PR.STUDI : FIK/POR/PJKR

No.	Hari, Tanggal	Pukul	Nama Kegiatan	Hasil Kegiatan secara Kuantitatif	Tanda Tangan
1.	Senin, 18/07/16	07-00-07.45	Upacara bendera	Diikuti oleh seluruh siswa SMA N 1 Jogonalan, Para guru dan karyawan serta mahasiswa PPL UNY. Upacara berjalan lancar dan khidmat.	
		09-00-1100	Konsultasi materi dengan Bapak Setyawan H, S.Pd selaku guru pembimbing	Diikuti oleh 2 Mahasiswa PPL Jurusan PJKR, dan 1 Guru pembimbing. Hasilnya, mahasiswa diberi amanah memegang kelas XI. Briefing berjalan lancar.	
		11.30-13.30	Penyusunan RPP	Penyusunan RPP di minggu pertama dengan materi lari estafet.	
2.	Selasa, 19/07/16	08-00-10-00	Piket Perpustakaan	Diikuti oleh kurang lebih 6 Mahasiswa PPL dan 1 karyawan perpustakaan. Hasilnya, buku-buku KTSP dipisahkan rak nya dengan buku-buku Kurikulum 2013. Berjalan lancar, dan berlanjut besok lagi.	
		10.00 -10.30	Mengisi Ice Breaking dalam acara Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah	Dilaksanakan oleh 3 orang mahasiswa, Memberikan game pada siswa kelas X yang mengikuti kegiatan tersebut.	
		11.00 – 13.00	Mempelajari silabus	Mempelajari silabus kelas XI semester ganjil	
3.	Rabu, 20/07/16	07.00-07.35	Pengarahan dari Kepala Sekolah	Diikuti oleh seluruh Mahasiswa PPL UNY dan bapak kepala sekolah serta bu wakil kepala sekolah. Hasilnya, disebutkan berbagai macam peraturan yang ada di SMA N 1 Jogonalan yang wajib ditaati. Pengarahan berjalan lancar.	
		07.35 - 08.30	Observasi Kelas	Diikut oleh 2 mahasiswa PPL prodi PJKR. Mengamati bapak Setyawan H, S.Pd mengajar di kelas XI IPA 3, sekaligus pengenalan dengan siswa-siswa. Observasi kelas berjalan lancar.	

		08.30 – 10.00	Observasi Kelas	Diikuti oleh 2 mahasiswa PPL prodi PJKR. Mengamati bapak Setyawan H, S.Pd mengajar di kelas XI IPA 4, sekaligus perkenalan dengan siswa-siswa. Observasi berjalan lancar.	
		10.15 – 11.45	Observasi Kelas	Diikuti oleh 2 mahasiswa PPL prodi PJKR. Mengamati bapak Setyawan H, S.Pd mengajar di kelas XI IPS 2, sekaligus perkenalan dengan siswa-siswa. Observasi berjalan lancar.	
4.	Kamis, 21/07/16	07.00 – 08.30	Observasi Kelas	Diikuti oleh 2 mahasiswa PPL prodi PJKR. Mengamati bapak Setyawan H, S.Pd mengajar di kelas XI IPS 3, sekaligus perkenalan dengan siswa-siswa. Observasi berjalan lancar.	
		08.30 – 10.00	Observasi Kelas	Diikuti oleh 2 mahasiswa PPL prodi PJKR. Mengamati bapak Setyawan H, S.Pd mengajar di kelas XI IPS 1, sekaligus perkenalan dengan siswa-siswa. Observasi berjalan lancar.	
		10.15 – 11.45	Observasi Kelas	Diikuti oleh 2 mahasiswa PPL prodi PJKR. Mengamati bapak Setyawan H, S.Pd mengajar di kelas XI IPA 4, sekaligus perkenalan dengan siswa-siswa. Observasi berjalan lancar.	
		12.30 – 13.30	Piket	Diikuti 3 orang mahasiswa PPL. Piket berjalan lancar.	
5.	Jumat, 22/07/16	09.30 – 11.00	Mengisi Jam Kosong	Diikuti oleh 2 mahasiswa PPL. Mengisi jam kosong di kelas XI IPA 2 yang kebetulan mata pelajarannya penjas. Kegiatan berjalan lancar.	
6.	Senin, 25/07/16	07.00-13.30	Piket Guru	Diikuti oleh 3 Mahasiswa PPL dan 2 guru. Hasilnya, piket berjalan lancar	
		09.30-11.00	Mengajar kelas XI IPA 1	Pembelajaran berjalan lancar. Diikuti oleh seluruh siswa XI IPA 1. materi yang diberikan adalah lompat jauh.	
7.	Selasa, 26/07/16	07.00-07.15	Menjadi wali kelas pengganti	Diikuti oleh 2 Mahasiswa PPL di kelas X IPS 2. Mendampingi menyanyikan lagu Indonesia Raya dan mengkondisikan siswa sampai guru mata pelajaran datang.	
		07.15 – 13.30	Piket Guru	Diikuti oleh 5 Mahasiswa PPL dan 2 guru. Hasilnya, piket berjalan lancar	
8.	Rabu, 27/07/16	07.00-08.30	Pendampingan Mahasiswa PPL	Diikuti seluruh siswa XI IPA 3. Pembelajaran dilakukan oleh Saudara Riosha dengan materi lari estafet. DPL jurusan Bapak Nurhadi Santoso, M.Pd	

		08.30 – 10.00	Mengajar kelas XI IPA 4	Pembelajaran diikuti oleh seluruh siswa XI IPA 4 dengan materi lompat jauh. Pembelajaran berjalan lancar.	
		10.15 – 11.45	Pendampingan Mahasiswa PPL	Pembelajaran diikuti oleh seluruh siswa XI IPS 2 dilakukan oleh Riosha dengan materi lari estafet.	
9.	Kamis,28/07/16	07.00-08.00	Upacara Hari Jadi Kab.Klaten	Diikuti oleh seluruh siswa SMA N 1 Jogonalan, Para guru dan karyawan serta mahasiswa PPL UNY. Upacara berjalan lancar dan khidmat.	
		08.00 – 12.00	Bersih-bersih	Mengikuti kegiatan bersih-bersih, mahasiswa PPL ikut serta dengan membersihkan <i>basecamp</i> .	
10.	Jumat,29/07/16	07.00-11.00	Piket Guru	Diikuti oleh 4 orang mahasiswa PPL. Piket berjalan lancar.	
11.	Senin,01/08/16	07.00-07.45	Upacara bendera	Diikuti oleh seluruh siswa SMA N 1 Jogonalan, Para guru dan karyawan serta mahasiswa PPL UNY. Upacara berjalan lancar dan khidmat	
		10.30-11.40	Mengajar kelas XI IPA 1	Pembelajaran berjalan lancar. Diikuti oleh seluruh siswa XI IPA 1. materi yang diberikan adalah permainan bola basket teknik lay up.	
12.	Selasa,02/08/16	07.00-08.00	Konsultasi dengan guru pembimbing	Mengonsultasikan materi yang akan diberikan selanjutnya.	
		08.00 – 10.00	Pembuatan RPP	Menyicil RPP untuk pembelajaran selanjutnya, dengan materi tentang sepak bola	
		10.00-13.30	Piket Guru	Diikuti oleh 3 Mahasiswa PPL dan 2 guru. Hasilnya, piket berjalan lancar..	

No.	Hari, Tanggal	Pukul	Nama Kegiatan	Hasil Kegiatan secara Kuantitatif	Tanda Tangan
13.	Rabu,03/08/16	07.00-08.30	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPA 3 dilakukan oleh Riosha dengan materi permainan sepak bola.	
		08.30- 10.00	Mengajar Kelas XI IPA 4	Diikuti seluruh siswa XI IPA 4. Dengan materi permainan bola basket. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	

		10.15 – 11.45	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa kelas XI IPS 2 dilakukan oleh Riosha dengan materi permainan sepak bola.	
14.	Kamis,04/08/16	07.00-08.30	Mengajar kelas XI IPS 3	Diikuti seluruh siswa XI IPS 3. Pembelajaran dengan materi lompat jauh. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	
		08.30 – 10.00	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti seluruh siswa XI IPS 1 dilakukan oleh Riosha dengan materi lari estafet.	
		10.15 – 11.45	Mengajar kelas XI IPS 4	Diikuti seluruh siswa XI IPS 4. Pembelajaran dengan materi lompat jauh. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	
15.	Jumat,05/08/16	07.00-11.00	Piket Guru	Diikuti oleh 5 mahasiswa PPL dan 2 orang guru piket. Kegiatan berjalan dengan lancar.	
		13.00 – 15.00	Penyusunan RPP	Melanjutkan pembuatan RPP terkait materi selanjutnya	
14.	Senin, 08/08/16	07.00-07.45	Upacara bendera	Diikuti oleh seluruh siswa SMA N 1 Jogonalan, Para guru dan karyawan serta mahasiswa PPL UNY. Upacara berjalan lancar dan khidmat	
		10.15 – 11.45	Mengajar kelas XI IPA 1	Diikuti seluruh siswa XI IPA 1. Pembelajaran dengan materi permainan sepak bola. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	
		12.00 – 13.30	Piket guru	Diikuti oleh 3 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.	
15.	Selasa,09/08/16	07.00-08.30	Mengajar kelas XII IPS 2	Diikuti oleh seluruh siswa kelas XII IPS 2 dengan materi permainan bola kasti. Kegiatan dilakukan untuk menggantikan guru pembimbing yang sedang berhalangan mengajar	
		08.30 – 10.00	Mengajar kelas XII IPS 1	Diikuti oleh seluruh siswa kelas XII IPS 1 dengan materi permainan bola kasti. Kegiatan dilakukan untuk menggantikan guru pembimbing yang sedang berhalangan mengajar	
		10.15 – 11.45	Mengajar kelas XII IPA 4	Diikuti oleh seluruh siswa kelas XII IPA 4 dengan materi permainan bola kasti. Kegiatan dilakukan untuk menggantikan guru pembimbing yang sedang berhalangan mengajar	
		12.00 – 13.00	Pendampingan dengan DPL Jurusan	Pendampingan dilakukan untuk membahas kesiapan proses dan pelaksanaan pembelajaran mahasiswa.	
16.	Rabu,10/08/16	07.00 – 08.30	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPA 3 dilakukan oleh Riosha dengan materi permainan bola basket.	
		08.30 – 10.00	Mengajar Kelas IPA 4	Diikuti seluruh siswa XI IPA 4. Pembelajaran dengan materi permainan sepak bola. Pembelajaran berjalan	

				dengan lancar.	
		10.15 – 11.45	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPS 2 dilakukan oleh Riosha dengan materi permainan bola basket.	
		12.00 – 13.30	Piket Guru	Diikuti oleh 3 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.	
17.	Kamis,11/08/16	07.00 – 08.30	Mengajar kelas XI IPS 3	Diikuti seluruh siswa XI IPS 3. Pembelajaran dengan materi permainan sepak bola. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	
		08.30 -10.00	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPS 2 dilakukan oleh Riosha dengan materi permainan sepak bola.	
		10.15 – 11.45	Mengajar kelas XI IPS 4	Diikuti seluruh siswa XI IPS 4. Pembelajaran dengan materi permainan sepak bola. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	
		12.00 – 13.30	Piket guru	Diikuti oleh 3 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.	
18.	Jumat,12/08/16	07.00-08.00	Konsultasi dengan guru pembimbing	Evaluasi tentang proses mengajar minggu yang lalu.	
		09.30 – 11.00	Piket guru	Diikuti oleh 4 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar	

No.	Hari, Tanggal	Pukul	Nama Kegiatan	Hasil Kegiatan secara Kuantitatif	Tanda Tangan
19.	Senin,15/08/16	07.00 – 10.00	Piket guru	Diikuti oleh 5 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.	
		10.15 - 11.45	Mengajar kelas XI IPA 1	Diikuti seluruh siswa XI IPA 1.pembelajaran dengan materi lari estafet . Pembelajara berjjalan dengan lancar.	
20.	Selasa,16/08/16	07.00 – 08.00	Konsultasi dengan guru pembimbing	Mengonsultasikan materi yang akan diberikan selanjutnya.	
		08.00 – 13.30	Piket guru	Diikuti oleh 3 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.	
21.	Rabu,17/08/16	08.30 – 11.00	Upacara tujuhbelasan	Diikuti oleh seluruh siswa SMA N 1 Jogonalan, Para guru dan karyawan serta mahasiswa PPL UNY. Upacara berjalan lancar dan khidmat	
		12.00 – 14.00	Pembuatan laporan PPL	Bertanya pada teman PPL dan membaca buku panduan	

				PPL	
22.	Kamis,18/08/16	07.00 -08.30	Mengajar kelas XI IPS 3	Diikuti seluruh siswa XI IPS 3. Pembelajaran dengan materi permainan sepak bola. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	
		08.30 – 10.00	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPS 1 dilakukan oleh Riosha dengan materi permainan bola basket.	
		10.15 – 11.45	Mengajar kelas XI IPS 4	Diikuti seluruh siswa XI IPS 4. Pembelajaran dengan materi permainan sepak bola. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	
		12.00 – 13.30	Piket guru	Diikuti oleh 3 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.	
23.	Jumat,19/08/16	07.00-11.00	Piket guru	Diikuti oleh 5 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.	
		12.00 – 14.00	Menyusun laporan PPL	Menyusun laporan PPL dari bab 1	
24.	Senin,22/08/16	07.00-07.45	Upacara bendera	Diikuti oleh seluruh siswa SMA N 1 Jogonalan, Para guru dan karyawan serta mahasiswa PPL UNY. Upacara berjalan lancar dan khidmat	
		08.00-09.00	Rapat koordinasi guru	Diikuti oleh seluruh guru SMA Negeri 1 Jogonalan dan seluruh mahasiswa PPL di ruang guru	
		09.00-10.00	Pendampingan DPL jurusan	Mengkonsultasikan tentang masukan guru pembimbing	
		10.15-11.45	Mengajar kelas XI IPA 1	Diikuti seluruh siswa XI IPA 1. Pembelajaran dengan pengambilan nilai lompat jauh. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	
25.	Selasa,23/08/16	07.00-08.00	Konsultasi dengan guru pembimbing	Mengonsultasikan materi	
		08.00-13.30	Piket guru	Diikuti oleh 5 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.	
26.	Rabu,24/08/16	07.00-08.30	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPA 3, dilakukan oleh Riosha pertemuan kali ini digunakan untuk pengambilan nilai passing permainan sepak bola.	
		08.30-10.00	Mengajar kelas XI IPA 4	Diikuti seluruh siswa XI IPA 4. Pembelajaran dengan materi lari estafet. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	
		10.15 – 11.45	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPS 2, dilakukan oleh Riosha pertemuan kali ini digunakan untuk pengambilan nilai passing permainan sepak bola.	

		12.00-13.30	Piket guru	Diikuti oleh 3 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.	
25.	Kamis,25/08/16	07.00-08.30	Mengajar kelas XI IPS 3	Diikuti seluruh siswa XI IPS 3. Pembelajaran dengan materi lari estafet. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	
		08.30-10.00	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPS 1, dilakukan oleh Riosha pertemuan kali ini digunakan untuk pengambilan nilai passing permainan sepak bola.	
		10.15 – 11.45	Mengajar kelas XI IPS 4	Diikuti seluruh siswa XI IPS 4. Pembelajaran dengan materi lari estafet. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	
		12.00-13.30	Piket guru	Diikuti oleh 3 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.	

No.	Hari, Tanggal	Pukul	Nama Kegiatan	Hasil Kegiatan secara Kuantitatif	Tanda Tangan
26.	Jumat,26/08/16	07.00-09.00	Piket guru	Diikuti oleh 5 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.	
		09.30-11.00	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XII IPS 4. Pembelajaran dengan mengisi jam kosong materi sejarah.	
27.	Senin 29/08/16	07.00-07.45	Upacara bendera	Diikuti oleh seluruh siswa SMA N 1 Jogonalan, Para guru dan karyawan serta mahasiswa PPL UNY. Upacara berjalan lancar dan khidmat	
		08.00-09.00	Rapat koordinasi guru	Diikuti oleh seluruh guru SMA Negeri 1 Jogonalan dan seluruh mahasiswa PPL di ruang guru	
		10.15-11.45	Mengajar kelas XI IPA 1	Diikuti seluruh siswa XI IPA 1. Pembelajaran dengan materi kebugaran jasmani. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	
		11.45-13.30	Piket guru	Diikuti oleh 4 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.	
28.	Selasa,30/08/16	07.00-09.30	Membuat bagan penilaian	Membuat bagan penilaian untuk materi mengajar kebugaran jasmani	
		09.30-13.30	Piket guru	Diikuti oleh 4 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan	

				dengan lancar.	
29.	Rabu,31/08/16	07.00-08.30	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPA 3, dilakukan oleh Riosha pertemuan kali ini digunakan untuk materi kebugaran jasmani.	
		08.30-10.00	Mengajar kelas XI IPA 4	Diikuti seluruh siswa XI IPA 4. Pembelajaran dengan materi kebugaran jasmani. Pembelajaran berjalan dengan lancar	
		10.15-11.45	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPS 2, dilakukan oleh Riosha pertemuan kali ini digunakan untuk materi kebugaran jasmani.	
		11.45-13.30	Piket guru	Diikuti oleh 4 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar	
30.	Kamis,01/09/16	07.00-08.30	Mengajar kelas XI IPS 3	Diikuti seluruh siswa XI IPS 3. Pembelajaran dengan materi kebugaran jasmani. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	
		08.30-10.00	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPS 1, dilakukan oleh Riosha pertemuan kali ini digunakan untuk materi kebugaran jasmani.	
		10.15-11.45	Mengajar kelas XI IPS 4	Diikuti seluruh siswa XI IPS 3. Pembelajaran dengan materi kebugaran jasmani. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	
31.	Jumat,02/09/16	07.00-09.00	Mengerjakan catatan harian	Mengerjakan catatan harian tempat di basecamp PPL gedung serba guna SMAN 1 Jogonalan.	
		09.30-11.15	Piket guru	Diikuti oleh 6 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar	
32.	Senin,05/09/16	07.00-07.45	Upacara bendera	Diikuti oleh seluruh siswa SMA N 1 Jogonalan, Para guru dan karyawan serta mahasiswa PPL UNY. Upacara berjalan lancar dan khidmat	
		10.15-11.45	Mengajar kelas XI IPA 1	Diikuti seluruh siswa XI IPA 1. Pembelajaran dengan materi pola hidup sehat didalam kelas dengan power point. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	
		11.45-13.30	Piket guru	Diikuti oleh 3 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar	
33.	Selasa,06/09/16	07.00-10.15	Piket guru	Diikuti oleh 3 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar	
		10.30-14.30	Menyelesaikan penilaian	Mengerjakan bagan penilaian kebugaran jasmani tempat di basecamp PPL gedung serba guna SMAN 1 Jogonalan.	

34.	Rabu,07/09/16	07.00-08.30	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPA 3, dilakukan oleh Riosha pertemuan kali ini digunakan untuk materi HIV/AIDS di dalam kelas	
		08.30-10.00	Mengajar kelas XI IPA 4	Diikuti seluruh siswa XI IPA 4. Pembelajaran dengan materi HIV/AIDS. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	
		10.15-11.45	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPS 2, dilakukan oleh Riosha pertemuan kali ini digunakan untuk materi HIV/AIDS di dalam kelas	
35.	Kamis,08/09/16	07.00-08.30	Mengajar kelas XI IPS 3	Diikuti seluruh siswa XI IPS 3. Pembelajaran dengan materi HIV/AIDS. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	
		08.30-10.00	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPS 1, dilakukan oleh Riosha pertemuan kali ini digunakan untuk materi HIV/AIDS di dalam kelas	
		10.15-11.45	Mengajar kelas XI IPS 4	Diikuti seluruh siswa XI IPS 3. Pembelajaran dengan materi HIV/AIDS. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	
		12.00-13.30	Mengisi jam kosong	Menunggu kelas XI IPS 3 pada jam kosong pelajaran matematika	
36.	Jumat,09/09/16	07.00-09.00	Jalan sehat	Jalan sehat dalam memperingati HAORNAS yang diikuti oleh SD, SMP, SMA se kecamatan Jogonalan	
		09.00-10.30	Perpisahan	Acara perpisahan dengan perwakilan 2 siswa antar kelas yang dilaksanakan di lapangan basket SMA N 1 Jogonalan.	
		10.30-11.30	Futsal	Pertandingan futsal dilakukan oleh mahasiswa PPL melawan Timfutsal SMAN 1 Jogonalan	
37.	Sabtu,10/19/16	07.00-08.30	Mengajar kelas XII IPA 3	Diikuti seluruh siswa XII IPA 3. Pembelajaran dengan materi pengenalan Flagfootball. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	
		08.00-10.00	Mengajar kelas XII IPA 2	Diikuti seluruh siswa XII IPA 2. Pembelajaran dengan materi pengenalan Flagfootball. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	
		10.15-11.45	Mengajar kelas XII IPA 1	Diikuti seluruh siswa XII IPA 1. Pembelajaran dengan materi pengenalan Flagfootball. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	
38.	Selasa,13/09/16	07.00-13.30	Mengerjakan laporan	Mengerjakan laporan PPL	
39.	Rabu,14/09/16	07.00-09.00	Piket guru	Diikuti oleh 3 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.	

		09.00-13.30	Mengerjakan laporan	Mengerjakan laporan PPL	
40.	Kamis,15/09/16	07.00-08.00	Persiapan pelepasan	Mempersiapkan peralatan dan menata kursi untuk acara pelepasan yang dilakukan di gedung serba guna SMAN 1 Jogonalan.	
		08.00-10.00	Acara pelepasan	Acara pelepasan yang dihadiri semua mahasiswa PPL, kepala sekolah, koordinator, dosen pembimbing lapangan dan guru pebimbing.	
		10.00-11.00	Pamitan	Pamitan dengan semua warga sekolah.	



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

N
nF02

Untuk
mahasiswa

Nama Sekolah/Lembaga	: SMA Negeri 1 Jogonalan	Nama Mahasiswa	: Alfin Ulinuha
Alamat Sekolah/Lembaga	: Jl. Raya Klaten – Jogja Km 7/23 Prawatan, Klaten	No. Mahasiswa	: 13601244041
Guru Pembimbing	: Setyawan H, S.Pd	Fak./Jur./Prodi	: FIK/POR/PJKR
		Dosen Pembimbing	: Nurhadi Santosa, M.Pd

No.	Hari, Tanggal	Nama Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
Minggu 1					
1.	Senin, 18/07/16 07-00-07.45	Upacara bendera Konsultasi materi dengan	Diikuti oleh seluruh siswa SMA N 1 Jogonalan, Para guru dan karyawan serta mahasiswa PPL UNY. Upacara berjalan lancar dan khidmat. Diikuti oleh 2 Mahasiswa PPL Jurusan PJKR, dan 1 Guru pembimbing. Hasilnya,		

	09.00-11.00	Bapak Setyawan H, S.Pd selaku guru pembimbing	mahasiswa diberi amanah memegang kelas XI .Briefing berjalan lancar.		
	11.30-13.30	Penyusunan RPP	Penyusunan RPP di minggu pertama dengan materi lari estafet.		
2.	Selasa,19/07/16 08-00-10-00	Piket Perpustakaan	Diikuti oleh kurang lebih 6 Mahasiswa PPL dan 1 karyawan perpustakaan. Hasilnya, buku-buku KTSP dipisahkan rak nya dengan buku-buku Kurikulum 2013. Berjalan lancar, dan berlanjut besok lagi.		
	10.00 -10.30	Mengisi Ice Breaking dalam acara Masa Pengenalan Lingkungan	Dilaksanakan oleh 3 orang mahasiswa, Memberikan game pada siswa kelas X yang		

		Sekolah	mengikuti kegiatan tersebut.		
	11.00 – 13.00	Mempelajari silabus	Mempelajari silabus kelas XI semester ganjil		

3.	Rabu, 20/07/16 07.00-07.35	Pengarahan dari Kepala Sekolah	<p>Diikuti oleh seluruh Mahasiswa PPL UNY dan bapak kepala sekolah serta bu wakil kepala sekolah. Hasilnya, disebutkan berbagai macam peraturan yang ada di SMA N 1 Jogonalan yang wajib ditaati. Pengarahan berjalan lancar.</p>		
	07.35 - 08.30	Observasi Kelas	<p>Diikut oleh 2 mahasiswa PPL prodi PJKR. Mengamati bapak Setyawan H, S.Pd mengajar di kelas XI IPA 3, sekaligus perkenalan dengan siswa-siswa. Observasi kelas berjalan lancar.</p>		
	08.30 – 10.00	Observasi Kelas	<p>Diikuti oleh 2 mahasiswa PPL prodi PJKR. Mengamati bapak Setyawan H, S.Pd mengajar di kelas XI IPA 4, sekaligus perkenalan dengan siswa-siswa. Observasi berjalan lancar.</p>		
	10.15 – 11.45	Observasi Kelas	<p>Diikuti oleh 2 mahasiswa PPL prodi PJKR. Mengamati bapak Setyawan H, S.Pd mengajar di kelas XI IPS 2, sekaligus perkenalan dengan siswa-siswa. Observasi berjalan lancar.</p>		

4.	Kamis, 21/07/16 07.00 – 08.30	Observasi Kelas	Diikuti oleh 2 mahasiswa PPL prodi PJKR. Mengamati bapak Setyawan H, S.Pd mengajar di kelas XI IPS 3, sekaligus perkenalan dengan siswa-siswa. Observasi berjalan lancar.		
	08.30 – 10.00	Observasi Kelas	Diikuti oleh 2 mahasiswa PPL prodi PJKR. Mengamati bapak Setyawan H, S.Pd mengajar di kelas XI IPS 1, sekaligus perkenalan dengan siswa-siswa. Observasi berjalan lancar.		
	10.15 – 11.45	Observasi Kelas	Diikuti oleh 2 mahasiswa PPL prodi PJKR. Mengamati bapak Setyawan H, S.Pd mengajar di kelas XI IPA 4, sekaligus perkenalan dengan siswa-siswa. Observasi berjalan lancar.		

	12.30 – 13.30	Piket	Diikuti 3 orang mahasiswa PPL. Piket berjalan lancar.	Masih bingung cara mengisi ijin siswa	Bertanya dengan guru
5.	Jumat,22/07/16 09.30 – 11.00	Mengisi Jam Kosong	Diikuti oleh 2 mahasiswa PPL. Mengisi jam kosong di kelas XI IPA 2 yang kebetulan mata pelajarannya penjas. Kegiatan berjalan lancar.	Masih kebingungan maun mengisi materi apa	Siswa berdiskusi tentang perbedaan penjas dan olahraga
Minggu 2					
6.	Senin,25/07/16 07.00-09.30	Piket Guru	Diikuti oleh 3 Mahasiswa PPL dan 2 guru. Hasilnya, piket berjalan lancar		
	09.30-11.00	Mengajar kelas XI IPA 1	Pembelajaran berjalan lancar. Diikuti olehn seluruh siswa XI IPA 1. materi yang diberikan	Masih gugup dan bingung	Konsultasi dengan guru pebimbing, lama

			adalah lompat jauh.	dalam penguasaan kelas	kelamaan rasa gugup akan hilang
7.	Selasa,26/07/16 07.00-07.15	Menjadi wali kelas pengganti	Diikuti oleh 2 Mahasiswa PPL di kelas X IPS 2. Mendampingi menyanyikan lagu Indonesia Raya dan mengkondisikan siswa sampai guru mata pelajaran datang.		
	07.15 – 13.30	Piket Guru	Diikuti oleh 5 Mahasiswa PPL dan 2 guru. Hasilnya, piket berjalan lancar	Kebingungan saat diminta ijin pulang oleh siswa	Dibantu dengan guru piket yang ada.
8.	Rabu,27/07/16 07.00-08.30	Pendampingan Mahasiswa PPL	Diikuti seluruh siswa XI IPA 3. Pembelajaran dilakukan oleh Saudara Riosha dengan materi lari estafet. DPL jurusan Bapak Nurhadi Santoso, M.Pd		
			Pembelajaran diikuti oleh seluruh	Siswa saling tunjuk dalam	Menggunakan presentsi

	08.30 – 10.00	Mengajar kelas XI IPA 4	siswa XI IPA 4 dengan materi lompat jauh. Pembelajaran berjalan lancar.	mencoba lompat jauh sehingga cukup memakan waktu	dipanggil satu persatu siswa untuk mencoba
	10.15 – 11.45	Pendampingan Mahasiswa PPL	Pembelajaran diikuti oleh seluruh siswa XI IPS 2 dilakukan oleh Riosha dengan materi lari estafet.		
9.	Kamis,28/07/16 07.00-08.00	Upacara Hari Jadi Kab.Klaten	Diikuti oleh seluruh siswa SMA N 1 Jogonalan, Para guru dan karyawan serta mahasiswa PPL UNY. Upacara berjalan lancar dan khidmat.		
	08.00 – 12.00	Bersih-bersih	Mengikuti kegiatan bersih-bersih, mahasiswa PPL ikut serta dengan membersihkan <i>basecamp</i> .		

10.	Jumat,29/07/16 07.00-11.00	Piket Guru	Diikuti oleh 4 orang mahasiswa PPL. Piket berjalan lancar.		
Minggu 3					
11.	Senin,01/08/16 07.00-07.45	Upacara bendera	Diikuti oleh seluruh siswa SMA N 1 Jogonalan, Para guru dan karyawan serta mahasiswa PPL UNY. Upacara berjalan lancar dan khidmat		
	10.30-11.40	Mengajar kelas XI IPA 1	Pembelajaran berjalan lancar. Diikuti olehn seluruh siswa XI IPA 1. materi yang diberikan adalah permainan bola basket teknik lay up.	Siswa kesulitan dalam menirukan gerakan lay up	Memulai lay up dari langkah dulu tanpa bola, selanjutnya setelah langkah bisa baru menggunakan bola.

12.	Selasa,02/08/16 07.00-08.00	Konsultasi dengan guru pembimbing	Mengonsultasikan materi yang akan diberikan selanjutnya.	Mengganti materi karena ring basket baru diperbaiki	Pembelajaran basket berganti materi passing yang sebelumnya lay up karena ring bola basket baru diperbaiki.
	08.00 – 10.00	Pembuatan RPP	Menyicil RPP untuk pembelajarab selanjutnya, dengan materi tentang sepak bola		
	10.00-13.30	Piket Guru	Diikuti oleh 3 Mahasiswa PPL dan 2 guru. Hasilnya, piket berjalan lancar..		

13.	Rabu,03/08/16 07.00-08.30	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPA 3 dilakukan oleh Rioshadengan materi permainan sepak bola.		
	08.30- 10.00	Mengajar Kelas XI IPA 4	Diikuti seluruh siswa XI IPA 4. Dengan materi permainan bola basket. Pembelajaran berjalan dengan lancar.		
	10.15 – 11.45	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa kelas XI IPS 2 dilakukan oleh Riosha dengan materi permainan sepak bola.		

14.	Kamis,04/08/16 07.00-08.30	Mengajar kelas XI IPS 3	Diikuti seluruh siswa XI IPS 3. Pembelajaran dengan materi lompat jauh. Pembelajaran berjalan dengan lancer.		
	08.30 – 10.00	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti seluruh siswa XI IPS 1 dilakukan oleh Riosha dengan materi lari estafet.		
	10.15 – 11.45	Mengajar kelas XI IPS 4	Diikuti seluruh siswa XI IPS 4. Pembelajaran dengan materi lompat jauh. Pembelajaran berjalan dengan lancer.		

15.	Jumat,05/08/16 07.00-11.00 13.00 – 15.00	Piket Guru Penyusunan RPP	Diikuti oleh 5 mahasiswa PPL dan 2 orang guru piket. Kegiatan berjalan dengan lancar. Melanjutkan pembuatan RPP terkait materi selanjutnya		
Minggu 4					
14.	Senin, 08/08/16 07.00-07.45 10.15 – 11.45	Upacara bendera Mengajar kelas XI IPA 1	Diikuti oleh seluruh siswa SMA N 1 Jogonalan, Para guru dan karyawan serta mahasiswa PPL UNY. Upacara berjalan lancar dan khidmat Diikuti seluruh siswa XI IPA 1. Pembelajaran dengan materi permainan sepak bola. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	Siswa sulit diatur karena baru datang semua siswa sudah bermain sendiri dengan bola yang dibawa	Membawa bola secukupnya agar lebih mudah dalam mengkondisikan kelas

	12.00 – 13.30	Piket guru	Diikuti oleh 3 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.		
--	---------------	------------	--	--	--

15.	Selasa,09/08/16 07.00-08.30	Mengajar kelas XII IPS 2	Diikuti oleh seluruh siswa kelas XII IPS 2 dengan materi permainan bola kasti. Kegiatan dilakukan untuk menggantikan guru pembimbing yang sedang berhalangan mengajar		
	08.30 – 10.00	Mengajar kelas XII IPS 1	Diikuti oleh seluruh siswa kelas XII IPS 1 dengan materi permainan bola kasti. Kegiatan dilakukan untuk menggantikan guru pembimbing yang sedang berhalangan mengajar		
			Diikuti oleh seluruh siswa kelas XII IPA 4 dengan materi permainan bola kasti. Kegiatan dilakukan untuk menggantikan		

	10.15 – 11.45	Mengajar kelas XII IPA 4	guru pembimbing yang sedang berhalangan mengajar		
	12.00 – 13.00	Pendampingan dengan DPL Jurusan	Pendampingan dilakukan untuk membahas kesiapan proses dan pelaksanaan pembelajaran mahasiswa.		
16.	Rabu,10/08/16 07.00 – 08.30	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPA 3 dilakukan oleh Riosha dengan materi permainan bola basket.		

	08.30 – 10.00	Mengajar Kelas IPA 4	Diikuti seluruh siswa XI IPA 4. Pembelajaran dengan materi permainan sepak bola. Pembelajaran berjalan dengan lancar.		
	10.15 – 11.45	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPS 2 dilakukan oleh Riosha dengan materi permainan bola basket.		
	12.00 – 13.30	Piket Guru	Diikuti oleh 3 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.		

17.	Kamis,11/08/16	Mengajar kelas XI IPS 3	Diikuti seluruh siswa XI IPS 3. Pembelajaran dengan materi permainan sepak bola. Pembelajaran berjalan dengan lancer.		
	07.00 – 08.30				
	08.30 -10.00	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPS 2 dilakukan oleh Riosha dengan materi permainan sepak bola.		
	10.15 – 11.45	Mengajar kelas XI IPS 4	Diikuti seluruh siswa XI IPS 4. Pembelajaran dengan materi permainan sepak bola. Pembelajaran berjalan dengan lancer.		
		Piket guru	Diikuti oleh 3 orang mahasiswa		

	12.00 – 13.30		PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.		
18.	Jumat,12/08/16 07.00-08.00 09.30 – 11.00	Konsultasi dengan guru pembimbing Piket guru	Evaluasi tentang proses mengajar minggu yang lalu. Diikuti oleh 4 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar		

Minggu 5					
19.	Senin,15/08/16 07.00 – 10.00	Piket guru	Diikuti oleh 5 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar. Diikuti seluruh siswa XI IPA 1.pembelajaran dengan materi		

	10.15-11.45	Mengajar kelas XI IPA 1	lari estafet . Pembelajara berjjalan dengan lancer.		
20.	Selasa,16/08/16 07.00 – 08.00 08.00 – 13.30	Konsultasi dengan guru pembimbing Piket guru	Mengonsultasikan materi yang akan diberikan selanjutnya. Diikuti oleh 3 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.		

21.	Rabu,17/08/16 08.30 – 11.00	Upacara tujuhbelasan	Diikuti oleh seluruh siswa SMA N 1 Jogonalan, Para guru dan karyawan serta mahasiswa PPL UNY. Upacara berjalan lancar dan khidmat		
	12.00 – 14.00	Pembuatan laporan PPL	Bertanya pada teman PPL dan membaca buku panduan PPL		
22.	Kamis,18/08/16 07.00 -08.30	Mengajar kelas XI IPS 3	Diikuti seluruh siswa XI IPS 3. Pembelajaran dengan materi permainan sepak bola. Pembelajaran berjalan dengan lancar.		

	08.30 – 10.00	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPS 1 dilakukan oleh Riosha dengan materi permainan bola basket.		
	10.15 – 11.45	Mengajar kelas XI IPS 4	Diikuti seluruh siswa XI IPS 4. Pembelajaran dengan materi permainan sepak bola. Pembelajaran berjalan dengan lancar.		
	12.00 – 13.30	Piket guru	Diikuti oleh 3 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.		

23.	Jumat,19/08/16 07.00-11.00	Piket guru	Diikuti oleh 5 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.		
	12.00 – 14.00	Menyusun laporan PPL	Menyusun laporan PPL dari bab 1		
Minggu 6					
24.	Senin,22/08/16 07.00-07.45	Upacara bendera	Diikuti oleh seluruh siswa SMA N 1 Jogonalan, Para guru dan karyawan serta mahasiswa PPL UNY. Upacara berjalan lancar dan khidmat		
	08.00-09.00	Rapat koordinasi guru	Diikuti oleh seluruh guru SMA Negeri 1 Jogonalan dan seluruh mahasiswa PPL di ruang guru		

	09.00-10.00	Pendampingan jurusan	DPL	Mengkonsultasikan tentang masukan guru pembimbing	
	10.15-11.45	Mengajar kelas XI IPA 1		Diikuti seluruh siswa XI IPA 1. Pembelajaran dengan pengambilan nilai lompat jauh. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	
25.	Selasa,23/08/16 07.00-08.00	Konsultasi dengan guru pembimbing		Mengonsultasikan materi	

	08.00-13.30	Piket guru	Diikuti oleh 5 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.		
26.	Rabu,24/08/16 07.00-08.30	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPA 3, dilakukan oleh Riosha pertemuan kali ini digunakan untuk pengambilan nilai passing permainan sepak bola.		
	08.30-10.00	Mengajar kelas XI IPA 4	Diikuti seluruh siswa XI IPA 4. Pembelajaran dengan materi lari estafet. Pembelajaran berjalan dengan lancar. Diikuti oleh seluruh siswa XI IPS 2, dilakukan oleh Riosha		

	10.15 – 11.45	Pendampingan mahasiswa PPL	<p>pertemuan kali ini digunakan untuk pengambilan nilai passing permainan sepak bola.</p> <p>Diikuti oleh 3 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.</p>		
	12.00-13.30	Piket guru			

25.	Kamis,25/08/16 07.00-08.30	Mengajar kelas XI IPS 3	Diikuti seluruh siswa XI IPS 3. Pembelajaran dengan materi lari estafet. Pembelajaran berjalan dengan lancer.		
	08.30-10.00	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPS 1, dilakukan oleh Riosha pertemuan kali ini digunakan untuk pengambilan nilai passing permainan sepak bola.		
			Diikuti seluruh siswa XI IPS 4. Pembelajaran dengan materi lari estafet. Pembelajaran berjalan	Pembelajaran siswa merasa kepanasan sehingga tidak bersemangat dalam	Siswa diberi kompetisi dimana tim estafet yang menang akan mendapatkan es the yang

	10.15 – 11.45	Mengajar kelas XI IPS 4	dengan lancer.	melakukan lari estafet	akan saya belikan, siswa menjadi bersemangat dalam berlari
	12.00-13.30	Piket guru	Diikuti oleh 3 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.		

26.	Jumat,26/08/16 07.00-09.00	Piket guru	Diikuti oleh 5 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.		
	09.30-11.00	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XII IPS 4. Pembelajaran dengan mengisi jam kosong materi sejarah.		
Minggu 7					
27.	Senin 29/08/16 07.00-07.45	Upacara bendera	Diikuti oleh seluruh siswa SMA N 1 Jogonalan, Para guru dan karyawan serta mahasiswa PPL UNY. Upacara berjalan lancar dan khidmat		
			Diikuti oleh seluruh guru SMA		

	08.00-09.00	Rapat koordinasi guru	Negeri 1 Jogonalan dan seluruh mahasiswa PPL di ruang guru		
	10.15-11.45	Mengajar kelas XI IPA 1	Diikuti seluruh siswa XI IPA 1. Pembelajaran dengan materi kebugaran jasmani. Pembelajaran berjalan dengan lancar.	Ada siswa yang memalsukan jumlah hitungan	Dinilai setengah karenan guru mengetahui kecurangan siswa tersebut.
	11.45-13.30	Piket guru	Diikuti oleh 4 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.		
28.	Selasa,30/08/16 07.00-09.30	Membuat bagan penilaian	Membuat bagan penilaian untuk materi mengajar kebugaran jasmani		

	09.30-13.30	Piket guru	Diikuti oleh 4 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar.		
29.	Rabu,31/08/16 07.00-08.30 08.30-10.00	Pendampingan mahasiswa PPL Mengajar kelas XI IPA 4	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPA 3, dilakukan oleh Riosha pertemuan kali ini digunakan untuk materi kebugaran jasmani. Diikuti seluruh siswa XI IPA 4. Pembelajaran dengan materi kebugaran jasmani. Pembelajaran berjalan dengan lancar Diikuti oleh seluruh siswa XI IPS 2, dilakukan oleh Riosha pertemuan kali ini digunakan untuk		

	10.15-11.45	Pendampingan mahasiswa PPL	materi kebugaran jasmani.		
	11.45-13.30	Piket guru	Diikuti oleh 4 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar		
30.	Kamis,01/09/16 07.00-08.30	Mengajar kelas XI IPS 3	Diikuti seluruh siswa XI IPS 3. Pembelajaran dengan materi kebugaran jasmani. Pembelajaran berjalan dengan lancar.		
	08.30-10.00	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPS 1, dilakukan oleh Riosha pertemuan kali ini digunakan untuk materi kebugaran jasmani.		

	10.15-11.45	Mengajar kelas XI IPS 4	Diikuti seluruh siswa XI IPS 3. Pembelajaran dengan materi kebugaran jasmani. Pembelajaran berjalan dengan lancar.		
31.	Jumat,02/09/16 07.00-09.00 09.30-11.15	Mengerjakan catatan harian Piket guru	Mengerjakan catatan harian tempat di basecamp PPL gedung serba guna SMAN 1 Jogonalan. Diikuti oleh 6 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar		
Minggu 8					

32.	Senin,05/09/16 07.00-07.45	Upacara bendera	Diikuti oleh seluruh siswa SMA N 1 Jogonalan, Para guru dan karyawan serta mahasiswa PPL UNY. Upacara berjalan lancar dan khidmat		
	10.15-11.45	Mengajar kelas XI IPA 1	Diikuti seluruh siswa XI IPA 1. Pembelajaran dengan materi pola hidup sehat didalam kelas dengan power point. Pembelajaran berjalan dengan lancar.		
	11.45-13.30	Piket guru	Diikuti oleh 3 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar		

33.	Selasa,06/09/16 07.00-10.15	Piket guru	Diikuti oleh 3 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan lancar		
	10.30-14.30	Menyelesaikan penilaian	Mengerjakan bagan penilaian kebugaran jasmani tempat di basecamp PPL gedung serba guna SMAN 1 Jogonalan.		
34.	Rabu,07/09/16 07.00-08.30	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPA 3, dilakukan oleh Riosha pertemuan kali ini digunakan untuk materi HIV/AIDS di dalam kelas		
		Mengajar kelas XI IPA 4	Diikuti seluruh siswa XI IPA 4. Pembelajaran dengan materi HIV/AIDS. Pembelajaran berjalan		

	08.30-10.00		dengan lancer.		
	10.15-11.45	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPS 2, dilakukan oleh Riosha pertemuan kali ini digunakan untuk materi HIV/AIDS di dalam kelas		
35.	Kamis,08/09/16 07.00-08.30	Mengajar kelas XI IPS 3	Diikuti seluruh siswa XI IPS 3. Pembelajaran dengan materi HIV/AIDS. Pembelajaran berjalan dengan lancer.		
	08.30-10.00	Pendampingan mahasiswa PPL	Diikuti oleh seluruh siswa XI IPS 1, dilakukan oleh Riosha pertemuan kali ini digunakan untuk materi HIV/AIDS di dalam kelas		

	10.15-11.45	Mengajar kelas XI IPS 4	Diikuti seluruh siswa XI IPS 3. Pembelajaran dengan materi HIV/AIDS. Pembelajaran berjalan dengan lancar.		
	12.00-13.30	Mengisi jam kosong	Menunggu kelas XI IPS 3 pada jam kosong pelajaran matematika		
36.	Jumat,09/09/16 07.00-09.00	Jalan sehat	Jalan sehat dalam memperingati HAORNAS yang diikuti oleh SD, SMP, SMA se kecamatan Jogonalan Acara perpisahan dengan		

	09.00-10.30	Perpisahan	perwakilan 2 siswa antar kelas yang dilaksanakan di lapangan basket SMA N 1 Jogonalan.		
	10.30-11.30	Futsal	Pertandingan futsal dilakukan oleh mahasiswa PPL melawan Timfutsal SMAN 1 Jogonalan		
37.	Sabtu,10/19/16 07.00-08.30	Mengajar kelas XII IPA 3	Diikuti seluruh siswa XII IPA 3. Pembelajaran dengan materi pengenalan Flagfootball. Pembelajaran berjalan dengan lancar. Diikuti seluruh siswa XII IPA 2.	Siswa masih bingung dalam permainan flag football karena termasuk permainan asing bagin mereka	Siswa dijelaskan sedikit demi sedikit dengan sambil memberi contoh sehingga siswa lebih mengerti.

	08.00-10.00	Mengajar kelas XII IPA 2	Pembelajaran dengan materi pengenalan Flagfootball. Pembelajaran berjalan dengan lancar.		
	10.15-11.45	Mengajar kelas XII IPA 1	Diikuti seluruh siswa XII IPA 1. Pembelajaran dengan materi pengenalan Flagfootball. Pembelajaran berjalan dengan lancar.		
38.	Selasa,13/09/16 07.00-13.30	Mengerjakan laporan	Mengerjakan laporan PPL		
39.	Rabu, 14/09/16	Piket guru	Diikuti oleh 3 orang mahasiswa PPL. Kegiatan berjalan dengan		

	07.00-09.00		lancar.		
	09.00-13.30	Mengerjakan laporan	Mengerjakan laporan PPL		
40.	Kamis,15/09/16 07.00-08.00	Persiapan pelepasan	<p>Mempersiapkan peralatan dan menata kursi untuk acara pelepasan yang dilakukan di gedung serba guna SMAN 1 Jogonalan.</p> <p>Acara pelepasan yang dihadiri semua mahasiswa PPL, kepala sekolah, koordinator, dosen pembimbing lapangan dan guru</p>		

	08.00-10.00	Acara pelepasan	pebimbing.		
	10.00-11.00	Pamitan	Pamitan dengan semua warga sekolah.		

Klaten , 12 Agustus 2016

Mengetahui:

Dosen Pembimbing Lapangan

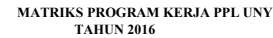
Guru Pembimbing

Mahasiswa

Nurhadi Santosa, M.Pd

Setyawan H, S.Pd

Alfin Ulinnuha



NIM : 13601244041
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Yogyakarta, September 2016
Mahasiswa PPL UNY

Alfin Ulinnuha
NIM 13601244041

[illegible]

**F03**Untuk
Mahasiswa**LAPORAN DANA PELAKSANAAN PPL/MAGANG III**

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMA NEGERI 1 JOGONALAN

ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA : Jalan Raya Jogja-Solo Km 7/24 Jogonalan, Klaten

No	Nama Kegiatan	Hasil Kuantitatif/ Kuantitatif	Serapan Dana (Dalam Rupiah)				
			Swadaya/Sekolah/ Lembaga	Mahasiswa	Pemda Kabupaten	Sponsor /Lembaga lainnya	Jumlah
1	Membuat media pembelajaran	Tersedianya media pembelajaran dalam bentuk gambar untuk mengajar	-	Rp 35.000,00	-	-	Rp 35.000,00
2	Print RPP	Terselesaikannya RPP untuk pegangan guru pembimbing dan guru dalam mengajar	-	Rp 45.000,00	-	-	Rp 45.000,00

No	Nama Kegiatan	Hasil Kuantitatif/ Kuantitatif	Serapan Dana (Dalam Rupiah)				
			Swadaya/Sekolah/ Lembaga	Mahasiswa	Pemda Kabupaten	Sponsor /Lembaga lainnya	Jumlah
3	Print laporan	Terselesaikannya laporan PPL dan memperbanyak laporan	-	Rp 55.000,00	-	-	Rp 55.000,00
4	Kenang-kenangan	Tersedianya kenang-kenangan untuk guru pembimbing yang telah membimbing selama PPL di sekolah SMA N 1 Jogonalan	-	RP 100.000,00	-	-	RP 100.000,00
						TOTAL	Rp 230.000,00

Klaten, 12 September 2016

Mengetahui,
Kepala SMA N 1 Jogonalan

Dosen Pembimbing Lapangan

Mahasiswa,

Prantiya, S.Pd., M.Pd
NIP. 19630413 198501 1 001

Nurhadi Santoso, S.Pd., M.Pd
NIP. 197403 17200812 1 003

Alfin Ulinnuha
NIM. 13601244041