

**LAPORAN INDIVIDU**  
**PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING (PLT)**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**LOKASI SMP NEGERI 3 PAKEM**

**Alamat : Pojok, Harjobinangun, Pakem, Sleman**



**Disusun Oleh:**

**Amasia Bingar Laksita Adi**

**14601244027**

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

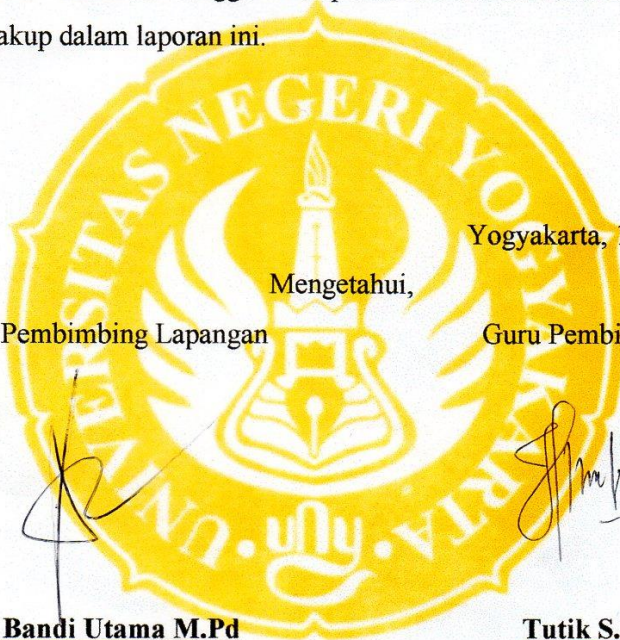
**2017**

## HALAMAN PENGESAHAN

Yang bertandatangan di bawah ini, menyatakan bahwa :

**Nama** : Amasia Bingar Laksita Adi  
**NIM** : 14601244027  
**Jurusan/Prodi** : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
**Fakultas** : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Telah benar-benar melaksanakan kegiatan Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) di SMP Negeri 3 Pakem dari tanggal 15 September s.d 15 November 2017 dengan hasil kegiatan tercakup dalam laporan ini.



Yogyakarta, 15 November 2017

Mengetahui,

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

AM Bandi Utama M.Pd

Tutik S.Pd

NIP. 19600410 198903 1 002

NIP. 19700620 199803 2 004

Mengesahkan,

Kepala Sekolah

Koordinator PLT

SMP Negeri 3 Pakem

SMP Negeri 3 Pakem

Sriyati S.Pd M.Pd

Suratijo, S.Pd.

NIP. 19600501 198302 2 003

NIP. 19620624 198803 1 007

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya ucapkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga saya dapat menyelesaikan penyusunan laporan ini.

Dalam menyelesaikan penyusunan laporan ini tidak lepas dari dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini saya mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Sriyati S.Pd M.Pd. selaku Kepala Sekolah SMP N 3 Pakem yang telah memberikan izin kepada kami untuk melaksanakan PLT di SMP N 3 Pakem.
2. Bapak AM Bandi Utama M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Lapangan yang telah membantu, memberikan motivasi, nasehat, kritik dan saran serta bimbingan dalam pelaksanaan PLT sehingga dapat mengajar dengan baik.
3. Bapak Suratijo, S.Pd. selaku koordinator PLT SMP N 3 Pakem yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada kami.
4. Ibu Tutik S.Pd selaku guru pembimbing mata pelajaran Pendidikan Jasmani yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan dalam melaksanakan kegiatan PLT.
5. Bapak/Ibu Guru, serta karyawan SMP 3 Pakem yang telah memberikan bimbingan dan kerjasamanya selama PLT.
6. Seluruh siswa-siswi serta segenap organisasi dan kegiatan kesiswaan SMP Negeri 3 Pakem yang banyak membantu kegiatan PLT.
7. Kedua orang tua beserta keluarga yang senantiasa mendoakan agar PLT berjalan dengan baik.
8. Semua pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan kegiatan PLT, yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Praktikan menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam pelaksanaan program maupun penulisan laporan PLT ini. Oleh karena itu, praktikan mohon maaf dan mengharapkan adanya saran serta kritik yang membangun bagi praktikan khususnya dan bagi peserta PLT pada masa yang akan datang pada umumnya

Demikian laporan ini praktikan susun. Semoga apa yang telah praktikan lakukan dalam PLT ini membawa manfaat bagi diri kami khususnya, dan bagi pihak sekolah pada umumnya.

Akhirnya hanya kepada Tuhan Yang Maha Esa kita beribadah dan minta pertolongan serta mohon ampunan-Nya. Semoga apa yang telah praktikan lakukan dapat memberikan banyak manfaat dan bernilai ibadah disisi Tuhan Yang Maha Esa.  
Amin

Yogyakarta, 15 November 2017

Penyusun,

Amasia Bingar Laksita Adi

NIM. 14601244027

## DAFTAR ISI

<b>Halaman Judul</b> .....	i
<b>Halaman Pengesahan Laporan PLT</b> .....	ii
<b>Kata Pengantar</b> .....	iii
<b>Daftar Isi</b> .....	v
<b>Daftar Lampiran</b> .....	vi
<b>Abstrak</b> .....	vii
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
<b>A. Latar Belakang</b> .....	1
<b>B. Analisis Situasi</b> .....	2
<b>C. Rumusan Program Kegiatan PLT</b> .....	10
<b>BAB II. PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL</b>	
<b>A. Persiapan PLT</b> .....	12
<b>B. Pelaksanaan PLT</b> .....	15
<b>C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi</b> .....	17
<b>BAB III. PENUTUP</b>	
<b>A. Kesimpulan</b> .....	18
<b>Daftar Pustaka</b> .....	19
<b>Lampiran</b> .....	20

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Hasil Observasi Pembelajaran di Kelas
- Lampiran 2. Hasil Observasi Kondisi Sekolah
- Lampiran 3. Matriks Pelaksanaan Program Kerja PLT
- Lampiran 4. Kartu Bimbingan PLT
- Lampiran 5. Kalender Akademik Tahun Ajaran 2016/ 2017
- Lampiran 6. Jadwal Pelajaran
- Lampiran 7. Daftar Tenaga Pengajar dan Tata Usaha SMP N 3 Pakem
- Lampiran 8. Daftar Presensi Peserta Didik
- Lampiran 9. Silabus
- Lampiran 10. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
- Lampiran 11. Daftar Nilai Peserta Didik
- Lampiran 12. Dokumentasi Kegiatan PLT
- Lampiran 13. Catatan Harian PLT

## **ABSTRAK**

### **LAPORAN KEGIATAN PLT**

#### **DI SMP NEGERI 3 PAKEM**

**Oleh:**

**Amasia Bingar Laksita Adi**

**NIM: 14601244027**

Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) merupakan perguruan tinggi negeri berbasis pendidikan yang mempunyai tugas untuk menyelenggarakan pendidikan dan pengabdian kepada masyarakat serta membina tenaga kependidikan. Untuk mewujudkan hal tersebut, maka UNY memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada mahasiswa program studi pendidikan pada salah satu mata kuliah yaitu Praktik Lapangan Terbimbing (PLT). Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) merupakan kesempatan bagi mahasiswa untuk mengaplikasi ilmu yang telah dipelajari di bangku perkuliahan serta menjadikan mahasiswa untuk mendapatkan pengalaman nyata dan langsung dalam pemberian ilmu Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK).

Praktek Lapangan Terbimbing (PLT) dilaksanakan di SMP Negeri 3 Pakem yang beralamat di Pojok, Harjobinangun, Pakem, Sleman dimulai pada tanggal 15 September 2017 dan diakhiri pada tanggal 15 November 2017. Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) merupakan kegiatan pembelajaran di sekolah. Pelaksanaan PLT ini dilakukan dengan mengajar di kelas selama kegiatan pembelajaran di sekolah tersebut sesuai jadwal yang sudah ditentukan.

Dengan adanya kegiatan PLT ini dapat dijadikan sebagai sarana untuk menjadikan diri sebagai guru atau pendidik yang professional yaitu guru yang mempunyai nilai, sikap, kemampuan dan ketrampilan yang memadai sesuai dengan bidangnya masing-masing.

Kata kunci : *PLT, SMP Negeri 3 Pakem, PJOK*

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Sesuai dengan Tri Dharma Perguruan Tinggi yang ketiga yaitu pengabdian kepada masyarakat, maka tanggung jawab mahasiswa dalam pendidikan adalah melaksanakan tugas-tugas yang diberikan di kampus secara akademik. Tanggung jawab mahasiswa setelah mendapatkan ilmu dari kampus ialah mentransfer, menginformasikan dan mengaplikasikan ilmunya kepada masyarakat pada umumnya dan lingkungan kependidikan khususnya. Dari hasil pengaplikasian itu seorang mahasiswa dapat diukur mengenai kesiapan dan kemampuannya sebelum akhirnya menjadi bagian dari masyarakat luas. Beranjak dari hal itu maka diadakanlah program PLT sebagai implementasi dari pengaplikasian ketrampilan dan ilmu pengetahuan yang dimiliki kepada masyarakat khususnya dalam lingkungan pendidikan.

PLT adalah mata kuliah praktek yang dilaksanakan dalam rangka pengabdian masyarakat, disamping itu program ini juga sebagai proses pengasahan ketajaman kemampuan mahasiswa yang kelak nantinya akan diaplikasikan kepada lingkungan masyarakat secara menyeluruh. PLT dijadikan sebagai pengalaman yang nyata bagi mahasiswa dalam upaya mempersiapkan seluruh potensi diri (SDM) sebelum terjun langsung menjadi bagian masyarakat luas termasuk di dalamnya lembaga edukatif seperti sekolah dan institusi pendidikan lainnya.

Program PLT dilingkungan sekolah merupakan ajang mahasiswa dalam memberikan sumbangan nyata dalam rangka meningkatkan dan mengembangkan seluruh potensi sekolah. Mahasiswa dengan bekal ilmu yang telah diperoleh sesuai dengan bidang studinya, diharapkan dapat menyumbangkan sesuatu yang berharga di sekolah saat melaksanakan PLT. Oleh karena itu mahasiswa diharapkan mampu mengaktualisasikan potensi akademis, tenaga dan skills yang dimilikinya dalam upaya peningkatan potensi sekolah.

Guru sebagai tenaga profesional bertugas melaksanakan dan merencanakan pembelajaran, menilai hasil pembelajaran, melakukan bimbingan dan pelatihan, melakukan penelitian, membantu pengembangan dan pengelolaan program sekolah serta mengembangkan profesionalitasnya (Depdiknas, 2004 : 8). Maka dari itu, persiapan tenaga guru merupakan hal yang harus diperhatikan sebelum memasuki proses belajar mengajar.

Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) yang dilaksanakan oleh Universitas Negeri Yogyakarta merupakan salah satu sarana yang digunakan sebagai latihan mengajar bagi mahasiswa calon guru setelah lulus nanti. Dalam praktik di lapangan, mahasiswa diharapkan menerapkan teori - teori pengajaran yang telah diberikan saat kuliah. Dan

diharapkan keluaran dari PLT ini adalah mahasiswa sudah memiliki pengalaman mengajar dan siap untuk menjadi guru setelah lulus dari Universitas.

Lokasi PLT adalah sekolah atau lembaga pendidikan yang ada di wilayah Propinsi DIY dan Jawa Tengah. Sekolah meliputi SD, SLB, SMP, MTs, SMA, SMK, dan MAN. Lembaga pendidikan mencakup lembaga pengelola pendidikan seperti Dinas Pendidikan, Sanggar Kegiatan Belajar (SKB) milik kedinasan, klub cabang olah raga, balai diklat di masyarakat atau instansi swasta.

Sekolah atau lembaga pendidikan yang digunakan sebagai lokasi PLT dipilih berdasarkan pertimbangan kesesuaian antara mata pelajaran atau materi kegiatan yang dipraktikkan di sekolah atau lembaga pendidikan dengan program studi mahasiswa. Pada program PLT 2017 penulis mendapatkan lokasi pelaksanaan program PLT di SMP N 3 Pakem yang beralamat di Pojok, Harjobinangun, Pakem, Sleman

## **B. Analisis Situasi**

Dalam pelaksanaan PLT, terdapat beberapa tahapan dan setiap tahapan mempunyai serangkaian kegiatan. Kegiatan pertama yaitu pra-PLT yang mencakup pengajaran mikro, sosialisasi dan koordinasi, observasi di lingkungan sekolah, inventarisasi permasalahan, penentuan program kerja PLT, serta diskusi dengan guru pamong dan dosen pembimbing terkait dengan program PLT. Hasil kegiatan pra-PLT (observasi dan orientasi) kemudian digunakan untuk menyusun Rancangan Program PLT.

Dari serangkaian kegiatan di atas, yang terpenting dalam analisis situasi yaitu observasi lingkungan sekolah. Observasi lingkungan sekolah merupakan langkah awal dalam pelaksanaan PLT, observasi dilaksanakan beberapa bulan sebelum penerjunan ke sekolah. Kegiatan observasi lingkungan sekolah dimaksudkan agar mahasiswa PLT mempunyai gambaran yang jelas mengenai situasi dan kondisi baik yang menyangkut keadaan fisik maupun nonfisik, norma, dan kegiatan yang ada di sekolah. Diharapkan dengan adanya kegiatan observasi ini, mahasiswa dapat lebih mengenal lingkungan sekolah, yang selanjutnya dapat melancarkan dan mempermudah pelaksanaan PLT.

### **1. Lingkungan Sekolah**

SMP Negeri 3 Pakem, Sleman terletak di Pojok, Harjobinangun, Pakem, Sleman Sekolah ini merupakan salah satu tempat yang digunakan sebagai lokasi PLT UNY 2016 pada semester gasal. Lingkungan sekitar SMP Negeri 3 Pakem merupakan kawasan yang banyak terdapat instansi pendidikan yaitu SMK Hamong Putera, MAN 4 Pakem Sleman

Kondisi gedung sekolah dalam keadaan baik, terdapat lantai satu dan lantai dua yang telah selesai dibangun. Sarana atau prasarana kebersihan seperti tempat sampah sudah tersedia di lingkungan sekolah, kamar mandi sudah memadai,

namun kondisinya kurang baik. Selain itu, sarana/prasarana olah raga seperti lapangan sudah tersedia dan tempat penyimpanan peralatan olah raga juga sudah tersedia.

## 2. Kondisi Fisik Sekolah

SMP N 3 Pakem berdiri di lahan dengan luas kurang lebih sebesar 500 m<sup>2</sup>.

Bangunannya terdiri dari beberapa ruang, yaitu :

- a. Ruang Kepala Sekolah.
- b. Ruang Wakil Kepala Sekolah.
- c. Ruang Tata Usaha.
- d. Ruang Guru dan karyawan.
- e. Ruang Bimbingan dan Konseling.
- f. Ruang Laboratorium Komputer.
- g. Ruang Laboratorium IPA.
- h. Ruang Administrasi siswa.
- i. Ruang Kelas Teori.
- j. Laboratorium Bahasa Inggris.
- k. Gudang dan inventaris alat.
- l. Aula.
- m. Ruang latihan karawitan.
- n. Lapangan upacara.
- o. Masjid.
- p. Perpustakaan.
- q. Ruang OSIS dan Organisasi Ekstrakurikuler.
- r. Koperasi Siswa.
- s. UKS.
- t. Tempat Parkir luas bagi siswa dan guru atau karyawan.
- u. Kamar Mandi dan WC.
- v. Kantin.
- w. Lapangan Olah Raga (Sepakbola, Volly, Basket, Badminton, dll).

## 2. Kondisi Non-fisik Sekolah

### a. Kondisi umum SMP Negeri 3 Pakem

SMP Negeri 3 Pakem memiliki image yang cukup baik di masyarakat. SMP ini juga banyak memperoleh prestasi terutama di bidang olahraga. SMP ini juga dikenal banyak mencetak siswa dan lulusan yang berprestasi, baik dalam bidang akademik maupun non-akademik.

### b. Kondisi siswa SMP Negeri 3 Pakem

Siswa SMP N 3 Pakem memiliki banyak bakat yang bisa dikembangkan. Hal tersebut dibuktikan dengan prestasi akademik maupun non-akademik yang diraih siswa.

Jumlah siswa SMP Negeri 1 Ngemplak selalu mengalami fluktuasi. Dilihat dari prestasi siswa ketika Ujian Nasional (UN), siswa SMP Negeri 3 Pakem selalu lulus 100. Kebanyakan siswa juga melanjutkan studinya ke jenjang yang lebih tinggi. Untuk kejuaraan, dan perlombaan yang diadakan di luar sekolah, SMP Negeri 3 Pakem sering berpartisipasi dalam acara yang diselenggarakan dan sering mendapatkan juara ketika mengikuti perlombaan tersebut.

c. Media dan sarana pembelajaran

Selain potensi siswa dan lulusan yang baik karena standar nilai masuk yang cukup baik, SMP Negeri 3 Pakem juga didukung dengan sarana dan prasarana yang cukup memadai dan sepenuhnya bertujuan untuk mendukung kelancaran proses pembelajaran siswa. Beberapa item yang dapat diamati antara lain:

- 1) Dengan jumlah kurang lebih 364 siswa, memiliki 20 tenaga pengajar, dan kurang lebih 7 tenaga staff dan karyawan yang diharapkan sepenuhnya dapat mendukung kegiatan belajar mengajar.
- 2) Setiap Kelas memiliki fasilitas LCD Proyektor yang dapat mempermudah KBM.
- 3) Fasilitas yang ada pada setiap kelas adalah meja dan kursi yang jumlahnya memadai, *blackboard*, dan *whiteboard*. Penataan ruang kelas di SMP Negeri 3 Pakem sama dengan penataan kelas pada umumnya. Ada fasilitas penunjang KBM lainnya seperti ruang praktik.

d. Perpustakaan

Secara umum, pengelolaan perpustakaan sudah bagus. Didukung dengan beberapa staff dan karyawan sehingga pengelolaan ruang, koleksi buku, dan buku paket pelajaran yang dipinjamkan ke siswa dapat terkoordinasi dengan baik. Banyak koleksi buku yang dimiliki, tidak hanya koleksi buku dalam bidang akademik saja. Kebanyakan buku berisi rangkuman pengetahuan umum, fiksi, dan buku bacaan ringan seperti: novel, majalah, dan koran. Perpustakaan terdiri dari satu ruang yang berfungsi sebagai tempat sirkulasi buku dan administrasinya, sekaligus sebagai tempat baca dan koleksi buku-buku. Fasilitas yang ada di perpustakaan, antara lain: rak dan almari, meja baca, dan kursi. Selain itu, di perpustakaan juga terdapat beberapa gambar pahlawan Indonesia, Presiden dan Wakil Presiden, peta dunia, globe, dan beberapa slogan. Koleksi buku cukup lengkap untuk bidang keahlian masing-masing dan juga sastra Indonesia, namun perlu adanya penambahan koleksi buku, seperti:

Sastra Inggris, Jawa, dan novel-novel yang baik bagi hiburan siswa. Perpustakaan ini dikelola oleh 1 orang pustakawan.

Ada beberapa kategori peminjaman buku yaitu:

1. Buku cetak umum atau paket yang di gunakan di kelas, dan tidak dapat di bawa pulang.
2. Buku cetak yang dapat dibawa pulang.
3. Kamus sangat terbatas, penggunaan kamus hanya di dalam perpustakaan.
4. Fasilitas lainnya adalah adanya kotak kritik dan saran, buku tamu bagi siswa dan guru.

Siswa sudah dapat memanfaatkan perpustakaan secara maksimal. Hal tersebut dapat dilihat dengan jumlah pengunjung perpustakaan yang pada setiap jam istirahat berdatangan ke perpustakaan.

e. Laboratorium

SMP Negeri 3 Pakem telah memiliki beberapa laboratorium praktik yang pengelolaan dan perawatannya sudah baik. Laboratorium tersebut yaitu:

1) Laboratorium Komputer atau Multimedia

Terdapat 1 Laboratorium Komputer di SMP N 3 Pakem. Laboratorium ini memiliki komputer untuk guru pembimbing, dan juga untuk siswa dalam jumlah yang memadai. Laboratorium ini telah dilengkapi dengan LCD.

2) Laboratorium Bahasa.

Laboratorium Bahasa digunakan untuk mata pelajaran Bahasa Inggris (kompetensi mendengarkan).

3) Laboratorium Fisika.

Laboratorium Fisika digunakan untuk praktek pembelajaran Fisika.

4) Laboratorium Biologi.

Laboratorium Biologi digunakan untuk praktek pembelajaran Biologi.

f. Fasilitas olahraga

1) Fasilitas olahraga terdiri dari lapangan basket, lapangan voli, lapangan badminton, lapangan sepak bola, lapangan tenis, dan gudang penyimpanan alat olahraga.

2) Alat-alat olahraga

No	Nama Alat	Jumlah
1.	Bola Sepak	4
2.	Bola Voli	15

3.	Bola Tangan	4
4.	Cakram	5
5.	Peluru	5
6.	Lembing	5
7.	Matras	2
8.	Tongkat Estafet	15
9.	Star Blok	2
10.	Raket Badminton	5
11.	Peti Lompat	1
12.	Holahop	7
13.	Pemukul Kasti	5
14.	Bola Kasti	13
15.	Bola Futsal	3

g. Ruang Kelas

Sebagian besar ruang kelas telah memenuhi standar dengan pengelolaan dan perawatan yang baik. Setiap kelas sudah memiliki LCD proyektor.

h. Tempat Ibadah

Mayoritas warga SMP Negeri 3 Pakem memeluk agama Islam, sehingga keberadaan masjid sangatlah diperlukan oleh warga sekolah. Setiap hari warga sekolah menggunakan masjid yang berada di dalam kompleks sekolah, tepatnya halaman belakang sekolah. Di dalam masjid terdapat peralatan ibadah seperti beberapa mukena dan sajadah, serta Al-Quran. Selain itu, terdapat papan jadwal waktu sholat, kotak infak, dan papan informasi. Tempat wudhu berada di sebelah selatan masjid, namun terlihat kurang bersih.

i. Kegiatan Kesiswaan (Ekstrakurikuler)

Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bertujuan untuk meningkatkan prestasi siswa di luar keakademikan. Masing-masing bidang/jenis kegiatan ekstrakurikuler telah terorganisasi dengan baik. Siswa berprestasi difasilitasi dengan berbagai kegiatan ekstrakurikuler, diantaranya:

- 1) Pramuka

- 2) Voli
- 3) TBTQ
- 4) Mading
- 5) Batik
- 6) PIK Remaja
- 7) Seni Lukis
- 8) Seni tari
- 9) Seni Musik
- 10) PMR
- 11) Ketrampilan Janur

j. Bimbingan Konseling

Terdapat ruang kerja guru pembimbing, ruang konseling, dan ruang bimbingan kelompok. Selain itu terdapat ruang tamu, media bimbingan berupa papan bimbingan dan kotak masalah. Personalia bimbingan konseling di sekolah ini terdapat beberapa orang guru BK. Bimbingan konseling di SMP Negeri 3 Pakem menerapkan bimbingan konseling komprehensif yang terdiri dari 3 komponen program yaitu pelayanan dasar, layanan responsif, dan instrumen pendukung. Layanan dasar terdiri dari informasi, orientasi, dan pembelajaran. Layanan responsif diberikan kepada siswa yang mengalami masalah-masalah tertentu. Instrumen pendukung terdiri dari *home visit*, kolaborasi dengan orang tua, dan rekeler atau rujukan. Bimbingan konseling dilakukan dengan pembelajaran di kelas untuk kelas VII dan VIII yaitu dengan adanya 1 jam pelajaran untuk bimbingan konseling, selain itu bimbingan juga dilakukan di luar kelas.

k. Koperasi Siswa

Koperasi siswa di SMP Negeri 3 Pakem menyediakan kebutuhan siswa dari persediaan logistik, alat tulis, dan buku pelajaran sebagai penunjang sarana pembelajaran.

l. Organisasi dan Fasilitas OSIS

Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS) di SMP Negeri 3 Pakem oleh sebagian siswa yang aktif dan dibina langsung oleh Waka Kesiswaan. Untuk kepengurusan OSIS itu sendiri sebelum ada pra jabatan masih dikelola oleh sebagian besar siswa kelas IX dan VIII. Untuk siswa kelas VII akan segera dipersiapkan menjadi pengganti, karena siswa kelas IX mulai dipersiapkan untuk ujian nasional. Satu kali periode kepengurusan adalah satu tahun. Pemilihan ketua OSIS dilaksanakan dengan cara yang demokratis melalui

pemungutan suara secara langsung yang diikuti oleh seluruh siswa. Tetapi kadang pemilihan OSIS itu sendiri berjalan apa adanya atau sebagian siswa yang kenal dapat dipilih tanpa memperhatikan kinerja sebelumnya. Perekrutan pengurus OSIS diawali dengan diadakannya Latihan Dasar Kepemimpinan (LDK) yang dikelola oleh pengurus OSIS terdahulu. Kinerja OSIS SMP Negeri 3 Pakem ini kurang maksimal. Hal tersebut dikarenakan kesekretariatnya kurang bisa dikondisikan dengan baik. Selain itu, tugas-tugas yang seharusnya menjadi pegangan OSIS justru diampu oleh kesiswaan. Sehingga OSIS kurang mendapat jam terbang dalam mengorganisasikan peran mereka di sekolah, meskipun ketika mendapat tugas dari sekolah mereka sangat bertanggungjawab.

Kegiatan ekstrakurikuler di SMP Negeri 3 Pakem bertujuan untuk menyalurkan serta mengembangkan minat dan bakat siswa. Ekstrakurikuler lebih banyak ditujukan kepada siswa kelas VII dan VIII, sedangkan kelas IX disarankan untuk menanggalkan semua bentuk kegiatan non-akademik. Mereka mulai diarahkan untuk persiapan Ujian Nasional. Kegiatan ekstrakurikuler dijadwal seminggu sekali dan dibimbing oleh guru pembimbing atau menghadirkan pembimbing dari luar yang berpengalaman dan sesuai dengan bidangnya.

m. Organisasi dan Fasilitas UKS

UKS SMP Negeri 3 Pakem mempunyai ruangan yang cukup nyaman. Di samping ruangan yang luas, fasilitas yang disediakan juga lengkap. Terdapat beberapa lemari dan tempat tidur yang cukup memadai, serta sebuah lemari obat-obatan yang lengkap. UKS juga digunakan sebagai *basecamp* untuk kegiatan PMR.

n. Administrasi

Ruang Tata Usaha terdapat di lantai 1. Ruangan tersebut terdiri dari ruang kepala TU, ruang untuk bendahara, dan ruang untuk staff TU yang masing-masing terdapat komputer dan telepon. Personalia tata usaha terdiri dari karyawan tetap dan tidak tetap, serta setiap karyawan mendapat giliran piket. Piket dilakukan pada pagi dan siang hari, atau pada sebelum dan setelah jam kerja tata usaha, sehingga apabila ada yang memerlukan bantuan tata usaha dapat segera ditangani. Data dinding di ruang tata usaha diantaranya data keadaan murid, dan pada dinding di ruangan lain terdapat data inventaris ruangan. Data yang lain disimpan dalam bentuk *softfile*.

o. Kesehatan Lingkungan

Lingkungan sekolah terlihat cukup rindang dengan tanaman yang ada. Selain itu, juga terdapat taman untuk menanam toga (tanaman obat keluarga).

Di SMP Negeri 3 Pakem juga terdapat kamar mandi yang jumlahnya memadai, namun banyak yang keadaannya kurang terawat dan tidak terdapat sabun.

p. Kondisi Lembaga

1) Struktur Organisasi Tata Kerja

Dalam struktur organisasi di lembaga ini sudah ada pembagian kerja secara jelas, berdasarkan SK Kepala SMP Negeri 3 Pakem. Misal guru melaksanakan tugas sesuai dengan mata pelajarannya, karyawan tata usaha bekerja sesuai dengan bagian-bagiannya seperti mengurus mengenai persuratan, kepegawaian, kesiswaan, keuangan, perlengkapan, dan urusan rumah tangga.

2) Program Kerja Lembaga

Program kerja di lembaga ini telah tersusun secara rapi, dibuat secara rinci untuk memudahkan dalam pelaksanaan dan evaluasi. Program kerja yang ada memiliki sumber dana dari APBN, APBD, dan masyarakat (para konsumen/siswa, orang tua siswa/komite sekolah).

3) Pelaksanaan Kerja

Masing-masing bagian selama ini telah melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya sesuai dengan posisinya. Tetapi dalam pelaksanaannya masih terdapat kendala yaitu terbatasnya sumber daya manusia, sehingga para karyawan sebagian ada yang merangkap pekerjaan.

4) Iklim Kerja antar Personalia

Selama ini suasana kerja dan semangat kerja di lembaga dikatakan baik. Hubungan antar personalia dijalin secara kekeluargaan. Hubungan antar pegawai juga terjalin dengan baik.

5) Hasil yang dicapai

Setiap ada program kerja yang direncanakan, pelaksanaannya dilakukan secara maksimal untuk mendapatkan hasil sesuai dengan yang ditargetkan. Akan tetapi yang lebih diutamakan dalam setiap program kerja adalah usaha dalam pencapaian atau keberhasilan suatu program kerja.

6) Program Pengembangan

Dari pihak lembaga lebih memfokuskan kearah pelayanan prima terhadap konsumen (siswa dan masyarakat). Untuk pengembangan peningkatan kualitas pendidikan bagi para siswa yaitu telah dilaksanakannya program bimbingan belajar atau les mata pelajaran oleh guru mata pelajaran. Dilain hal, seperti terkait biaya sekolah, lembaga telah menerima siswa dengan

KMS untuk keringanan biaya sekolah, berbagai beasiswa untuk peningkatan akademik siswa.

### **C. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PLT**

Dalam pelaksanaan PLT di SMP Negeri 3 Pakem terdiri dari beberapa tahapan antara lain :

#### **1. Pra PLT**

Mahasiswa telah melaksanakan :

- a. Sosialisasi dan koordinasi.
- b. Observasi KBM.
- c. Observasi potensi.
- d. Identifikasi permasalahan.
- e. Rancangan program
- f. Meminta persetujuan guru pembimbing mengenai rancangan program yang akan dilaksanakan.

#### **2. Rancangan Program**

Hasil pra PLT kemudian digunakan untuk menyusun rancangan program. Rancangan program berdasarkan pada pertimbangan:

- a. Permasalahan sekolah sesuai dengan potensi yang ada.
- b. Kemampuan mahasiswa.
- c. Faktor pendukung yang diperlukan (sarana dan prasarana).
- d. Ketersediaan dana yang diperlukan.
- e. Ketersediaan waktu.
- f. Kesiambungan program.

#### **3. Penjabaran Program Kerja PLT**

Secara garis besar, program PLT bertujuan untuk membentuk kompetensi mengajar sebagai bekal praktik mengajar (*real teaching*) di sekolah yang diharapkan dapat diterapkan setelah mahasiswa menyelesaikan studinya di perguruan tinggi. Untuk lebih jelasnya, rumusan program kerja dari mahasiswa PLT jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi adalah sebagai berikut:

Program Utama : Praktik mengajar terbimbing dan mandiri.

#### **4. Penjabaran Program Kerja PLT**

Secara garis besar, program PLT bertujuan untuk membentuk kompetensi mengajar sebagai bekal praktik mengajar (*real teaching*) di sekolah yang diharapkan dapat diterapkan setelah mahasiswa menyelesaikan studinya di perguruan tinggi. Tujuan dan program kerja kegiatan PLT adalah sebagai berikut :

- a. Meningkatkan pemahaman dasar-dasar pengajaran sesungguhnya.
- b. Pengkajian standar kompetensi dan kurikulum yang sedang berlaku.
- c. Pengkajian pedoman khusus pengembangan silabus dan sistem penilaian sesuai dengan mata pelajaran masing-masing.
- d. Pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) oleh mahasiswa.
- e. Pembentukan dan peningkatan kompetensi dasar mengajar tertentu pada mahasiswa.
- f. Pembentukan kompetensi kepribadian
- g. Pembentukan kompetensi sosial.
- h. Pembentukan kompetensi pedagogik.
- i. Pembentukan kompetensi professional

## **BAB II**

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

#### **1. KEGIATAN PLT**

##### **a. Persiapan**

###### **a. Pengajaran Mikro**

Pengajaran Mikro dilaksanakan pada semester genap sebelum PLT, untuk memberi bekal awal pelaksanaan PLT. Dalam kuliah ini, mahasiswa dibagi menjadi kelompok kecil, masing-masing kelompok terdiri dari 10 sampai 15 mahasiswa dengan seorang dosen pembimbing. Pengajaran mikro pada dasarnya merupakan kegiatan praktik mengajar dengan kelompok kecil dan mahasiswa sendiri sebagai muridnya. Dalam pengajaran mikro mahasiswa praktikan dilatih bagaimana membuat satuan pelajaran, rencana pembelajaran, dan mengajar yang sesungguhnya dan memberikan strategi belajar mengajar sesuai KTSP dan Kurikulum 2013.

Mahasiswa praktikan dalam pengajaran mikro dibimbing langsung oleh dosen pembimbing dari fakultas yang bersangkutan. Dalam 1 kali pertemuan 2 mahasiswa latihan mengajar secara bergantian. Sedangkan teman lainnya berperan sebagai murid. Materi yang dijadikan bahan pengajaran mikro adalah materi pelajaran Pendidikan

Jasmani Olahrag dan Kesehatan khususnya kelas VII, VIII dan IX untuk SMP sehingga mahasiswa dapat mempersiapkan lebih dini sebelum praktek mengajar.

Setiap pelaksanaan pengajaran mikro praktikan yang berkesempatan untuk melakukan praktik mengajar selalu mendapatkan evaluasi baik berupa kritikan dan saran dari dosen pembimbing serta praktikan lainnya dilatih untuk berpendapat mengenai penampilan mahasiswa praktikan yang berkesempatan praktik.

### **b. Pembekalan PLT**

Setelah dinyatakan lulus mata kuliah mikro teaching dengan nilai minimal B+ dan mengambil mata kuliah PLT, mahasiswa wajib mengikuti pembekalan PLT sebelum diterjunkan langsung ke sekolah. Pembekalan dilaksanakan di fakultas masing-masing dan oleh DPL PLT masing-masing.

Pembekalan PLT dalam rangka pemberian pemahaman mengenai PLT yang akan dilaksanakan mahasiswa. Dengan pemahaman yang baik mengenai kegiatan PLT yang akan dilaksanakan diharapkan mahasiswa dapat mengimplementasikan ilmunya sesuai dengan sasaran PLT. Selain itu dengan adanya pembekalan membantu mahasiswa dalam memahami mekanisme pelaksanaan PLT.

### **c. Observasi Pembelajaran di Kelas**

Kegiatan ini bertujuan agar mahasiswa dapat mengetahui situasi dan kondisi lingkungan sekolah yang nantinya akan digunakan untuk praktik dan memperoleh gambaran persiapan mengajar, cara menciptakan suasana belajar di kelas serta bagaimana memahami tingkah laku siswa dan penanganannya. Hal ini juga bertujuan untuk mendapatkan metode dan cara yang tepat dalam proses belajar mengajar praktis di dalam kelas. Mahasiswa dapat melakukan kegiatan observasi yang meliputi:

<b>Aspek yang diamati</b>	<b>Deskripsi Hasil Pengamatan</b>
<b>A. Perangkat Pembelajaran</b>	
1. Silabus	Dalam pelaksanaan pembelajaran mulai dari kelas VII, VIII, IX mengacu pada silabus yang sesuai dengan Standar Isi.
2. Satuan Pelajaran (SP)	Pelaksanaan pembelajaran menggunakan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) maupun Kurikulum 2013

3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)	RPP disusun secara lengkap untuk kelas VII A,B,C,D dalam bentuk hard copy dan soft copy. RPP yang ada sudah bagus dan lengkap
B. Proses Pembelajaran	
1. Membuka pelajaran	Guru membuka pelajaran dengan salam, melakukan presensi, motifasi, pemanasan
2. Penyajian materi	Dalam penyajian materi guru berusaha melibatkan siswa agar berpartisipasi dalam pembelajaran. Pada saat itu guru menguasai materi tentang apa yang akan dipelajari.
3. Metode pembelajaran	Guru menggunakan berbagai macam metode. Guru juga menggunakan media gambar dalam menyampaikan pelajaran.
4. Penggunaan bahasa	Guru menggunakan bahasa formal ketika pembelajaran berlangsung, komunikatif, intonasi, dan artikulasi jelas.
5. Penggunaan waktu	Guru datang tepat waktu. Manajemen waktu yang diterapkan dilapangan sudah baik.
6. Gerak	Guru tidak hanya berdiam diri di depan kelas tetapi guru juga aktif saling berdiskusi dengan materi tentang karakteristik tokoh drama.
7. Cara memotivasi siswa	Guru memberikan contoh/gambaran kejadian dalam kehidupan sehari-hari untuk memberikan motivasi terhadap siswa.
8. Teknik bertanya	Guru memberikan rangsangan pertanyaan pada siswa dan siswa merespon apa yang disampaikan guru dengan baik.
9. Teknik penguasaan kelas	Guru mampu menguasai kelas yang awalnya masih terdapat siswa yang ngobrol sendiri menjadi sangat antusias.

10. Penggunaan media	Guru menggunakan media pembelajaran. Ketika di ruang kelas guru juga menggunakan media LCD yang terdapat dalam setiap kelas untuk menyampaikan pelajaran. Serta menggunakan sarana dan prasarana yang dimiliki sekolah.
11. Bentuk dan cara evaluasi	Evaluasi dilakukan guru dalam bentuk tanya jawab dengan peserta didik. Menggunakan peserta didik dengan gerakan yang salah dan benar kemudian memberikan contoh gerakan yang benar
12. Menutup pelajaran	Pelajaran ditutup dengan kesimpulan, refleksi dan memberi tugas pada peserta didik untuk memperdalam materi di rumah.
C. Perilaku Siswa	
1. Perilaku siswa di lapangan	Perilaku pesertadidik di dalam kelas cukup baik. Akan tetapi ada beberapa peserta didik yang tidak memperhatikan apa yang disampaikan oleh guru sehingga tidak bisa melakukan gerakan yang diajarkan dengan baik.
2. Perilaku diswa di luar kelas	Peserta didik menunjukkan sikap yang baik terhadap teman, berpenampilan rapi, menghormati guru, dan ramah terhadap orang lain. Namun masih ada beberapa peserta didik yang tidak disiplin, terutama dalam berpenampilan.

## **b. Pelaksanaan PLT**

Dalam tahap ini mahasiswa sudah diterjunkan ke sekolah yang bersangkutan dalam waktu 2 bulan untuk melaksanakan kegiatan PLT. Pelaksanaan kegiatan PLT di sekolah sebagai berikut:

### **a. Pembuatan perangkat pembelajaran**

Pembuatan Perangkat Pembelajaran yang dimaksud adalah membuat Rancangan Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dengan pedoman melihat silabus yang telah dibuat oleh guru mata pelajaran yang bersangkutan, yaitu guru mata pelajaran Bahasa Indonesia. Di samping itu juga mahasiswa mengisi Daftar Hadir Siswa, Daftar Nilai, Kriteria Ketuntasan Minimal, dan Daftar Buku Pegangan Guru.

## **b. Latihan mengajar terbimbing**

Latihan mengajar terbimbing merupakan latihan mengajar yang bertujuan agar mahasiswa dan guru dapat menerapkan kemampuan mengajar secara utuh dan terpadu melalui pembelajaran bidang studi di kelas sesuai petunjuk dan bimbingan dari guru pembimbing masing-masing bidang studi. Pelaksanaan latihan mengajar terbimbing dilakukan saat pertama kali mahasiswa mengajar di depan kelas dan dilapangan, dan pembimbing memperhatikan cara/metode yang digunakan mahasiswa dalam mengajar yang kemudian bila pelajaran kegiatan mengajar di depan kelas dan di lapangan guru pembimbing memberikan evaluasi dari materi pembelajaran, penguasaan kelas dan metode mengajar.

## **c. Latihan mengajar mandiri**

Kegiatan ini dilaksanakan setelah latihan mengajar terbimbing selesai. Kegiatan ini juga dilaksanakan secara kondisional sesuai dengan petunjuk guru pembimbing masing-masing. Latihan mengajar mandiri merupakan praktik mengajar yang dilakukan oleh praktikan tanpa bimbingan guru pembimbing, cara mengajar serta pengembangan materi pelajaran sepenuhnya dilaksanakan oleh praktikan di kelas.

Sebagai tindak lanjut dari latihan mengajar mandiri tersebut, guru pembimbing memberikan masukan berupa saran ataupun kritik kepada praktikan sebagai bahan koreksi untuk lebih meningkatkan kualitas pengajarnya berhubungan dengan penguasaan materi, penguasaan kelas dan metode mengajar. Diakhir praktik latihan mengajar mandiri, guru pembimbing memberikan penilaian kepada praktikan sebagai bahan evaluasi pengajaran.

Praktik mengajar minimal dilakukan sebanyak empat kali pertemuan dengan indikator pembelajaran yang berbeda-beda untuk setiap pertemuan, sesuai dengan pembagian jadwal mengajar oleh guru pembimbing yang bersangkutan. Maka mahasiswa melaksanakan praktik mengajar di kelas VII, VIII, IX.

Selama proses pelaksanaan praktik mengajar, terdapat 3 proses kegiatan yang dilakukan, yaitu:

### **i. Kegiatan awal**

Kegiatan ini bertujuan untuk mempersiapkan siswa dalam mengikuti pelajaran yang akan dilaksanakan, meliputi: membuka pelajaran dengan salam, mengabsen siswa, apersepsi dan motivasi, tujuan pembelajaran.

### **ii. Kegiatan inti**

Kegiatan ini merupakan penyajian, Hal-hal yang harus diperhatikan dalam hal ini adalah:

- a. Penguasaan materi; mahasiswa harus benar-benar menguasai materi yang akan disampaikan, agar proses KBM dapat berjalan dengan lancar.
- b. Penggunaan metode; metode yang dapat digunakan antara lain tanya jawab, komando, games, diskusi, dll.

iii. Kegiatan Akhir

Kegiatan ini dilakukan setelah materi pengajaran disampaikan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a) Menyimpulkan materi pembelajaran.
- b) Menanyakan kembali tentang materi pembelajaran yang diberikan.
- c) Pemberian tugas atau pemberitahuan tentang materi yang selanjutnya.
- d) Menutup pelajaran dengan salam.

**d. Praktik Persekolahan**

Kegiatan yang dilakukan oleh praktikan tidak hanya melakukan observasi dan mengajar, tetapi juga melakukan kegiatan lain yang mendukung praktik persekolahan. Kegiatan-kegiatan tersebut antara lain mengikuti upacara bendera, membantu di UKS, mengingatkan siswa untuk melaksanakan piket kelas serta menjaga pintu gerbang di pagi hari. Para praktikan melakukan kegiatan praktik persekolahan di tempat-tempat tersebut di atas sesuai dengan jadwal yang telah dibuat dan disepakati bersama.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat diketahui bahwa kegiatan praktikan selama PLT tidak hanya mutlak pada proses mengajar dan observasi, tetapi juga melakukan praktik persekolahan yang mendukung kegiatan sekolah sehari-hari. Adapun praktik persekolahan tersebut mempunyai tujuan yaitu agar para praktikan mempunyai pengalaman dan pengetahuan lebih tentang fasilitas maupun kegiatan-kegiatan lainnya yang nantinya akan dihadapi oleh praktikan jika sudah menjadi guru yang terjun langsung di sekolah.

**c. Analisis Hasil Pelaksanaan Dan Refleksi**

Rencana-rencana yang telah disusun oleh praktikan dapat terlaksana, baik untuk metode maupun media. Secara rinci kegiatan PLT dapat dianalisis sebagai berikut:

a. Analisis Keterkaitan Program dan Pelaksanaannya

Selama pelaksanaan PLT, praktikan memperoleh banyak hal tentang bagaimana caranya menjadi guru yang profesional, bagaimana cara beradaptasi dengan lingkungan sekolah, baik guru, karyawan, dan peserta didik serta bagaimana cara pelaksanaan kegiatan sekolah lainnya di samping mengajar.

Praktik mengajar di kelas yang telah ditentukan, yaitu kelas VIII, VIII, dan IX. Dari praktik PLT ini praktikan memperoleh pengalaman belajar yang akan membentuk keterampilan seorang calon guru sehingga kelak menjadi guru yang profesional dan berdedikasi. Selain itu, pengenalan terhadap kondisi siswa

saat ini juga sangat penting diperhatikan agar calon guru siap mental dalam menangani peserta didiknya sebelum diterjunkan ke sekolah yang mempunyai kebiasaan atau kebudayaan yang berbeda untuk proses pembelajaran di masa yang akan datang.

Praktik mengajar sudah dilaksanakan oleh praktikan sebanyak 168 jam pelajaran dalam matriks untuk kegiatan. Semua ini dapat terlaksana dengan baik karena persiapan-persiapan yang dilakukan oleh praktikan, berkat bimbingan dari Ibu Tutik S.Pd selaku guru pembimbing, Bapak AM Bandi Utama, M.Pd. selaku dosen pembimbing, dan rekan-rekan PLT sebagai teman bertukar pikiran.

Demikianlah beberapa analisis yang dapat praktikan berikan selama pelaksanaan PLT di SMP N 3 Pakem. Meskipun secara umum hal tersebut tidak dapat seluruhnya terlaksana dengan baik dan tepat waktu, akan tetapi setidaknya praktikan sudah berusaha semaksimal mungkin menyelesaikan semuanya sebelum penarikan.

## **BAB III**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan pengalaman yang telah diperoleh selama melaksanakan Praktek Pengalaman Lapangan, maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut :

1. PLT memberikan pengalaman yang berharga bagi mahasiswa karena dapat terjun langsung dalam dunia pendidikan dan dihadapkan pada karakter individu yang berbeda-beda.
2. PLT memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk menerapkan pengetahuan dan kompetensinya dalam kegiatan belajar mengajar pada situasi sebenarnya.
3. PLT memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk belajar dan mengenal serta menghayati seluk beluk sekolah dan segala permasalahan yang terkait dengan proses pembelajaran.
4. PLT memperluas wawasan mahasiswa tentang tugas tenaga pendidik, kegiatan persekolahan dan kegiatan lain yang menunjang kelancaran proses belajar-mengajar di sekolah.
5. Di dalam kegiatan PLT, mahasiswa bisa mengembangkan kreativitasnya, misalnya dengan menciptakan media pembelajaran, menyusun materi sendiri berdasarkan kompetensi yang ingin dicapai. Praktikan juga mempelajari bagaimana menjalin hubungan yang harmonis dengan semua komponen sekolah untuk menjamin kelancaran kegiatan belajar mengajar.

6. PLT memperluas wawasan mahasiswa tentang tugas tenaga pendidik, kegiatan persekolahan dan kegiatan lain yang menunjang kelancaran proses belajar mengajar di sekolah.
7. Hambatan yang dialami mahasiswa dapat memperkaya wawasan mahasiswa dalam memberi gambaran untuk rencana tugas akhir.
8. Sekolah dalam hal ini SMP N 3 Pakem, melalui dukungan dan kerjasamanya sangat membantu berlangsungnya PLT dengan baik.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Universitas Negeri Yogyakarta. 2010. *Panduan PLT UNY (edisi 2017)*. Yogyakarta: UNY Press.

Tim Pembekalan PLT. 2017. *Materi Pembekalan PLT*. Yogyakarta: UNY Press.

Tim PLT UNY. 2017. *101 Tips Menjadi Guru Sukses*. Yogyakarta: UNY Press.



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

Universitas Negeri Yogyakarta

**NP. ma1**

Untuk Mahasiswa

Nama Mahasiswa : Amasia Bingar L A Pukul : 09.00 – 12.00 WIB  
 NIM Mahasiswa : 14601244027 Tempat Praktik : SMP N 3 Pakem  
 Tgl. Observasi : 18-23 September 2017 Fak/Jur/Prodi : FIK/POR/PJKR

No.	Aspek Yang Diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
<b>A.</b>	<b>Perangkat Pembelajaran</b>	
	1. Silabus	Dalam pelaksanaan pembelajaran mulai dari kelas VII, VIII, IX mengacu pada silabus yang sesuai dengan Standar Isi.
	2. Satuan Pelajaran (SP)	Pelaksanaan pembelajaran menggunakan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) maupun Kurikulum 2013
	3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)	RPP disusun secara lengkap untuk kelas VII, VIII , dan kelas IX A, B,C, D dalam bentuk hard copy dan soft copy. RPP yang ada sudah bagus dan lengkap
<b>B</b>	<b>Proses Pembelajaran</b>	
	1. Membuka Pelajaran	Guru membuka pelajaran dengan salam, melakukan presensi, motifasi, pemanasan
	2. Penyajian Materi	Dalam penyajian materi guru berusaha melibatkan siswa agar berpartisipasi dalam pembelajaran. Pada saat itu guru menguasai materi tentang apa yang akan dipelajari.
	3. Metode Pembelajaran	Guru menggunakan berbagai macam metode. Guru juga menggunakan media gambar dalam menyampaikan pelajaran.
	4. Penggunaan Bahasa	Guru menggunakan bahasa formal ketika pembelajaran berlangsung, komunikatif, intonasi, dan artikulasi jelas.
	5. Penggunaan Waktu	Guru datang tepat waktu. Manajemen waktu yang diterapkan dilapangan sudah baik.

6. Gerak	Guru tidak hanya berdiam diri di depan kelas tetapi guru juga aktif saling berdiskusi dengan materi tentang karakteristik tokoh drama.
7. Cara Memotivasi Siswa	Guru memberikan contoh/gambaram kejadian dalam kehidupan sehari-hari untuk memberikan motivasi terhadap siswa.
8. Teknik Bertanya	Guru memberikan rangsangan pertanyaan pada siswa dan siswa merespon apa yang disampaikan guru dengan baik.
9. Teknik Penguasaan Kelas	Guru mampu menguasai kelas yang awalnya masih terdapat siswa yang ngobrol sendiri menjadi sangat antusias.
10. Penggunaan Media	Guru menggunakan media pembelajaran. Ketika di ruang kelas guru juga menggunakan media LCD yang terdapat dalam setiap kelas untuk menyampaikan pelajaran. Serta menggunakan sarana dan prasarana yang dimiliki sekolah.
11. Bentuk Dan Cara Evaluasi	Evaluasi dilakukan guru dalam bentuk tanya jawab dengan peserta didik. Menggunakan peserta didik dengan gerakan yang salah dan benar kemudian memberikan contoh gerakan yang benar
12. Menutup Pelajaran	Pelajaran ditutup dengan kesimpulan, refleksi dan memberi tugas pada peserta didik untuk memperdalam materi di rumah.
<b>C Perilaku Siswa</b>	
1. Perilaku Siswa Di Dalam Kelas	Perilaku peserta didik di dalam kelas cukup baik. Akan tetapi ada beberapa peserta didik yang tidak memperhatikan apa yang disampaikan oleh guru sehingga tidak bisa melakukan gerakan yang diajarkan dengan baik.
2. Perilaku Siswa Di Luar Kelas	Peserta didik menunjukkan sikap yang baik terhadap teman, berpenampilan rapi, menghormati guru, dan ramah terhadap orang lain. Namun masih ada beberapa peserta didik yang tidak disiplin, terutama dalam berpenampilan.

Pakem, 25 September 2017

Mengetahui,

Guru Pembimbing

Mahasiswa PLT

Tutik S.Pd

Amasia Bingar Laksita Adi

NIP. 19700620 199803 2 004

NIM. 14601244027



## HASIL OBSERVASI KONDISI SEKOLAH

NP. ma2

Universitas Negeri Yogyakarta

Untuk Mahasiswa

Nama Mahasiswa : Amasia Bingar L A Pukul : 09.00 – 12.00 WIB  
NIM Mahasiswa : 14601244027 Tempat Praktik : SMP N 3 Pakem  
Tgl. Observasi : 18-23 September 2017 Fak/Jur/Prodi : FIK/POR/PJKR

No	Aspek yang Diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan	Keterangan
1	Kondisi Fisik Sekolah	Sekolah cukup luas dengan gedung yang berderet. Ada pula gedung yang bertingkat. Posisi gedung sudah tertata dengan baik termasuk posisi lapangan upacara, toilet, kantin dan tempat parkir.	
2	Potensi Siswa	Baik	
3	Potensi Guru	Baik	
4	Potensi Karyawan	Baik	
5	Fasilitas KBM, Media	Semua Kelas telah terpasang LCD sehingga memudahkan guru yang menggunakan <i>power point</i> ketika mengajar. Namun masih ada LCD yang tidak dapat digunakan. Gudang olahraga belum tertata dengan baik namun cukup lengkap.	
6	Perpustakaan	Koleksi buku cukup lengkap dan sudah tertata dengan baik.	
7	Laboratorium	Terdiri atas laboratorium IPA, bahasa dan komputer yang kondisinya baik	
8	Bimbingan Konseling	Sudah ada	
9	Bimbingan Belajar	-	
10	Ekstrakurikuler	Pramuka, Voli, TBTQ, Mading, Batik, PIK Remaja, Seni Lukis, Seni Tari, Seni Musik, PMT dan Ketrampilan Janur	
11	Organisasi dan Fasilitas OSIS	Sudah ada berupa OSIS dan sudah memiliki ruangan khusus untuk rapat-rapat.	

12	Organisasi dan Fasilitas UKS	Sudah ada dengan fasilitas yang cukup baik.	
13	Administrasi	Sudah baik dan tertata rapi.	
14	Karya Tulis ilmiah remaja	-	
15	Karya ilmiah oleh Guru	-	
16	Koperasi siswa	Ada, dikelola oleh guru dan karyawan	
17	Tempat ibadah	Sudah baik dan bersih	
18	Kesehatan lingkungan	Kebersihan dijaga dengan baik oleh seluruh warga sekolah	

Pakem, 25 September 2017

Mengetahui,  
Guru Pembimbing

Mahasiswa PLT

Tutik S.Pd  
NIP. 19700620 199803 2 004

Amasia Bingar Laksita Adi  
NIM. 14601244027

**KALENDER PENDIDIKAN SMPN 3 PAKEM  
TAHUN AJARAN 2017/2018**

	JULI 2017					AGUSTUS 2017					SEPTEMBER 2017					OKTOBER 2017				
AHAD	2	9	16	23	30	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29		
SENIN	3	10	17	24	31	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30		
SELASA	4	11	18	25	1	8	15	22	29	5	12	19	26	3	10	17	24	31		
RABU	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25			
KAMIS	6	13	20	27	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26			
JUM'AT	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27			
SABTU	1	8	15	22	29	5	12	19	26	2	9	16	23	30	3	10	17	24	28	

	NOVEMBER 2017					DESEMBER 2017					JANUARI 2018					FEBRUARI 2018				
AHAD*	5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	4	11	18	25			
SENIN	6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	5	12	19				
SELASA	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20				
RABU	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	31	7	14	21			
KAMIS	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22			
JUM'AT	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	2	9	16	23			
SABTU	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	3	10	17	24			


















	MARET 2018					APRIL 2018					MEI 2018					JUNI 2018				
AHAD	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24			
SENIN	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25			
SELASA	6	13	20	27	3	10	17	24	31	8	15	22	29	5	12	19	26			
RABU	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27			
KAMIS	8	15	22	29	5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28			
JUM'AT	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	8	15	22	29				
SABTU	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	9	16	23	30				

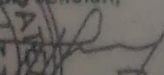
	JULI 2018				
AHAD	1	8	15	22	29
SENIN	2	9	16	23	30
SELASA	3	10	17	24	31
RABU	4	11	18	25	
KAMIS	5	12	19	26	
JUM'AT	6	13	20	27	
SABTU	7	14	21	28	

**Libur umum:**

- > 17 Ag 2017 : HUT Kemerdekaan RI
  - > 1 Sep 2017 : Hari Besar Idul Adha 1438 H
  - > 21 Sep 2017 : Tahun Baru Hijriah 1439 H
  - > 25 Nov 2017 : Hari Guru Nasional
  - > 1 Des 2017 : Maulid Nabi Muhammad SAW
  - > 25 Des 2017 : Hari Natal 2017
  - > 1 Jan 2018 : Tahun Baru 2018 Masehi
  - > 16 Feb 2018 : Tahun Baru Imlek
  - > 1 Mei 2018 : Hari Buruh Nasional
  - > 1 Juni 2018 : Hari Lahir Pancasila
  - > 15, 16 Juni 2018 : Hari Besar Idul Fitri 1439 H
- Hari Raya Nyepi, Wafat Yesus Kristus, Isra Miraj Nabi Muhammad SAW, Kenaikan Yesus Kristus, Hari Raya Waisak 2562 mengikuti kalender nasional tahun 2018

**KETERANGAN:**

-  Hari awal masuk sekolah
-  Libur akhir semester
-  Libur Ramadhan dan Idul Fitri
-  Libur umum
-  PORSENITAS
-  Hari Guru Nasional
-  Pembagian rapor
-  UTS
-  UAS
-  Ujian Praktik
-  Ujian Sekolah
-  Ujian Nasional
-  Ujian Nasional Susulan
-  UKK
-  HUT Sekolah
-  Hardiknas
-  Hari Jadi Kabupaten Sleman

Pakem, 17 Juli 2017  
Kepala Sekolah,  
  
DINAS PENDIDIKAN  
BMP NEGERI 3 PAKEM  
SRIVATU, S.Pd.M.Pd.  
SLEMAN 29600501 198302 2 003

JADWAL PELAJARAN SMP NEGERI 3 PAKEM  
SEMESTER GASAL TAHUN PELAJARAN 2017/2018

BERLAKU MULAI 30 OKTOBER 2017

KELAS	WAKTU	KELAS												GURU	KETERANGAN KODE GURU		
		7A	7B	7C	7D	8A	8B	8C	8D	9A	9B	9C	9D		NO	NAMA	KETERANGAN
SENI	07.00 - 07.40	UPACARA BENDERA												9	1	SRIYATI, S.Pd, M.Pd	MATEMATIKA
	07.40 - 08.20	19	10	2	17	20	6	11	14	18	9	7	21		2	M. SYAIFUDIN ZUCHRI, S.Ag	P.A. ISLAM
	08.20 - 09.00	19	10	2	17	20	6	11	14	18	9	7	21		3	MARTHA MURTINI, S.Ag	P.A. KATOLIK
	09.15 - 09.55	19	15	2	7	20	8	22	11	6	12	14	18		4	SIHADI, S.Th	P.A. KRISTEN
	09.55 - 10.35	20	15	10	7	19	8	22	21	6	12	9	18		5	SIWI SWANDARI, S.Ag	P.A. HINDU
	10.35 - 11.15	20	15	10	7	19	11	2	21	23	12	9	14		6	CH. SRI HERI SUDARWATI	PKn
	11.30 - 12.10	20	17	7	22	21	11	2	8	15	19	18	12		7	SURATINAH, S.Pd	BAHASA INDONESIA
	12.10 - 12.50	8	17	7	22	21	11	2	6	15	19	18	12		8	LUHUR BUDI WIBOWO, SS	BAHASA INDONESIA
SEIASA	07.00 - 07.15	TADARUS				TADARUS				TADARUS				18	10	ISRANTO, S.Pd.	BAHASA INGGRIS
	07.15 - 07.55	8	22	13	7	9	19	6	10	2	21	20	12		11	SUYADI, S.Pd.	MATEMATIKA
	07.55 - 08.35	8	22	13	7	9	19	6	10	2	21	20	12		12	SURATIJO, S.Pd.	MATEMATIKA
	08.35 - 09.15	15	13	22	7	14	8	19	11	18	20	12	21		13	PUJIATI W. M.Pd.	MATEMATIKA
	09.30 - 10.10	15	13	22	6	14	8	19	11	18	20	12	21		14	SUNARTA, BA	IPA
	10.10 - 10.50	10	2	21	6	8	11	17	14	9	18	7	20		15	ENDAH DANI P. SPd, Gr	IPA
	10.50 - 11.30	10	15	21	2	8	11	17	14	9	18	7	20		16	DWI S. HERMAWATI, S.Pd	IPA
	11.45 - 12.25	13	15	17	2	11	6	10	22	21	7	14	19		17	PUJIASIH, S.Pd	IPS
12.25 - 13.05	13	8	17	2	11	6	10	22	21	7	14	19	18	ASIL RUKMINI, S.Pd	IPS		
RABU	07.00 - 07.15	LITERASI				LITERASI				LITERASI				17	19	ISWANTI NURCAHYANI, S.Pd.	SENI BUDAYA
	07.15 - 07.55	21	8	13	11	18	14	20	19	1	22	9	2		20	TUTIK, S.Pd.	PENJASORKES
	07.55 - 08.35	21	8	6	11	18	14	20	19	1	22	9	2		21	YANI SUSILOWATI, ST	TIK, BATIK, PRAK
	08.35 - 09.15	17	8	6	16	2	14	20	19	1	23	18	7		22	SRI RAHAYU K. S.Pd	BK, B. JAWA
	09.30 - 10.10	17	20	10	16	8	9	19	2	22	6	18	7		23	ANGGA APRIAWAN, S.Pd.	BK
	10.10 - 10.50	13	20	10	19	8	9	21	2	22	6	12	14				
	10.50 - 11.30	13	20	16	19	11	22	21	2	7	15	12	14				
	11.45 - 12.25	10	13	16	21	9	22	8	11	7	15	14	6				
12.25 - 13.05	10	13	16	21	9	19	8	11	7	15	14	6					
KAMIS	07.00 - 07.15	TADARUS				TADARUS				TADARUS				15	WALI KELAS:		
	07.15 - 07.55	22	19	17	10	6	20	11	8	7	18	2	12		7A:	ENDAH DANI P., SPd, Gr.	
	07.55 - 08.35	22	19	17	10	6	20	11	8	7	18	2	12		7B:	LUHUR BUDI WIBOWO, SS	
	08.35 - 09.15	15	19	16	11	6	20	17	8	21	7	12	9		7C:	PUJIASIH S.Pd.	
	09.30 - 10.10	15	8	16	11	14	2	17	20	21	7	12	9		7D:	ISWANTI NURCAHYANI, S.Pd	
	10.10 - 10.50	15	8	6	11	22	2	14	20	19	9	21	18		7E:	ASIL RUKMINI, S.Pd.	
	10.50 - 11.30	8	6	7	16	22	2	14	20	19	9	21	18		7F:	SUYADI, S.Pd.	
	11.45 - 12.25	8	6	7	16	2	18	10	17	9	21	22	14		7G:	M. SYAIFUDIN ZUCHRI, S.Ag	
12.25 - 13.05	8	6	7	16	2	18	10	17	9	21	22	14	7H:	CH. SRI HERI SUDARWATI			
JUMAT	07.00 - 07.40	SENAM				SENAM				SENAM				9	9A:	YANI SUSILOWATI, ST	
	07.40 - 08.20	2	17	13	10	19	9	8	14	20	12	7	22		9B:	SURATINAH, S.Pd.	
	08.20 - 09.00	2	17	13	10	11	9	8	6	20	12	21	22		9C:	SURATIJO, S.Pd.	
	09.15 - 09.55	2	13	20	17	11	8	14	6	15	12	21	7		9D:	MASINEM, S.Pd.	
	09.55 - 10.35	6	10	20	17	18	21	14	8	15	2	19	7				
	10.35 - 11.15	13	10	20	6	18	21	14	8	15	2	19	7				
SABTU	07.00 - 07.15	LITERASI				LITERASI				LITERASI				11	Keterangan:		
	07.15 - 07.55	17	2	7	19	14	18	8	10	1	15	6	23		1.	Jadwal P. A. selain Islam (di Kelas 7D, 8D & 9D)	
	07.55 - 08.35	17	2	19	20	14	18	8	10	1	15	6	9		2.	Ketika jadwal siswa muslim bertadarus,	
	08.35 - 09.15	6	21	19	20	8	14	11	17	1	7	23	9			siswa non muslim mengikuti bimbingan rohani	
	09.30 - 10.10	6	21	19	20	8	14	11	17	09.30 - 11.45 PENGAYAAN/ TRY OUT					12		
		10.15 - 11.45 EKSTRAKURIKULER												22			
		12.00 - 13.30 PRAMUKA															

Pengawas Sekolah,

Drs. Thomas Dwi Heru Santosa, M.Pd.  
NIP 19610507 198111 1 001

Pakem, 27 Oktober 2017  
Kepala Sekolah,

SRIYATI, S.Pd, M.Pd.  
NIP 19600501 198302 2 003

## Daftar Tenaga Pengajar dan Tata Usaha SMP Negeri 3 Pakem

### 1) Data Pendidik/Tenaga Kependidikan

No	Nama Guru	L/P	NIP	Status Kepegawaian	Pendidikan Terakhir	Penugasan	Mata Pelajaran yang Diampu	Status Sertifikasi	Mata Pelajaran Sertifikasi
1	Sriyati, S.Pd, M.Pd	P	19600501 198302 2 003	2	S2	2	Matematika	1	Matematika
2	Suratinah, S.Pd	P	19610704 198303 2 006	2	S1	2	Bahasa Indonesia	1	Bahasa Indonesia
3	Suyadi, S.Pd	L	19600924 198103 1 003	2	S1	2	Matematika	1	Matematika
4	Masinem, S.Pd	P	19581205 198211 2 002	2	S1	2	Bahasa Inggris	1	Bahasa Inggris
5	Iswanti Nurcahyani, S.Pd	P	19590806 198403 2 004	2	S1	2	SBK	1	SBK
6	Suratijo, S.Pd	L	19620624 198803 1 002	2	S1	2	Matematika	1	Matematika
7	Isranto, S.Pd	L	19680207 199702 1 002	2	S1	2	Bahasa Inggris	1	Bahasa Inggris
8	Pujiasih, S.Pd	P	19581109 198211 2 001	2	S1	2	IPS	1	IPS
9	Sunarta, BA	L	19580820 198203 1 013	2	D3	2	IPA	1	IPA
10	Asil Rukmini, S.Pd	P	19640909 198601 2 001	2	S1	2	IPS	1	Bahasa Inggris
11	Tutik, S.Pd	P	19700620 199803 2 003	2	S1	2	PENJAS ORKES	1	PENJASKES
12	CH. Sri Heri Sudarwati	P	19590516 198502 2 001	2	D1	2	PKN	1	PKN
13	Sri Rahayu Kuswandari, S.Pd	P	19790126 200903 2 001	2	S1	2	BK	0	
14	Siti Rohmawati, S.Pd	P	19860117 201001 2 015	2	S1	2	Bahasa Jawa	0	

15	Muhammad Syaifuddin Suhri, S.Ag	L	19760409 201406 1 001	2	S1	2	P. Agama Islam	0	
16	Luhur Budi Wibowo, S.S	L	19800604 201406 1 001	2	S1	2	Bahasa Indonesia	0	
17	Yani Susilawati, ST	P	-	3	S1	2	TIK	0	
18	Angga Apriawan, S.Pd	L	-	3	S1	2	BK	0	
Jumlah			L=7 P= 11	Jumlah Total= 18					

2) Data Karyawan

No	Uraian	Jumlah
1	Tenaga Usaha	4
2	Penjaga Sekolah	1
3	TU Honorer	2
Jumlah		7

**SMP NEGERI 3 PAKEM**  
**PRESENSI SISWA KELAS 7 A**  
**TAHUN AJARAN 2017/ 2018**

KEGIATAN.....

No	No Induk	Kegiatan ke	Tanggal	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	1	2	3
		Nama Siswa		9/10 2017	10/10 2017	13/10 2017	30/10 2017													
1	4623	ABHISTA WISNU SADAJIWA		✓	✓	✓	✓	✓										4	4	4
2	4624	ADVITA RATRI LARASATI		✓	✓	✓	✓	✓										3	4	3
3	4625	AFIF ALFIANA		✓	✓	✓	✓	✓										3	4	4
4	4626	ALDI NAFARUDIN		✓	✓	✓	✓	✓										3	3	4
5	4627	ALYA NURMAHARANI		✓	✓	✓	✓	✓										4	4	3
6	4628	ANINDYA SEPTIANTI NURHALIZAH		✓	✓	✓	✓	✓										3	4	3
7	4629	ARDIANSYAH RIZKY FATHUROCHIM		✓	✓	✓	✓	✓										3	4	3
8	4630	ATIKHA ANGGRAENI		✓	✓	✓	✓	✓										4	3	3
9	4631	AURELLYA SHAFIA ILLAHI		✓	✓	✓	✓	✓										3	3	4
10	4632	AYU DYAH NASTITI		✓	✓	✓	✓	✓										3	3	4
11	4633	AYU RETNO PRATIWI		✓	✓	✓	✓	✓										3	3	4
12	4634	BAYU VERI ANGGARA		✓	✓	✓	✓	✓										3	3	3
13	4635	CANDRA DWI HERNAWAN		✓	✓	✓	✓	✓										3	3	4
14	4636	DIAN ADI KUSUMA		✓	✓	✓	✓	✓										3	4	4
15	4637	DIKI IRFANDA		✓	-	-	✓	✓										3	3	4
16	4638	FATHAHILLAH RACHMANHAQEEM S		✓	✓	✓	✓	✓										4	4	4
17	4639	JULIA RATIH PURNAMA SARI		✓	✓	✓	✓	✓										3	4	4
18	4640	KANAYA PUTRI		✓	S	✓	✓	✓										4	4	4
19	4641	KHOTIMATUL YAHYA		✓	✓	✓	✓	✓										4	3	4
20	4642	MEITA PUTRI SULISTYA		✓	✓	✓	✓	✓										4	4	3
21	4643	MELIA ISNAWATI		✓	✓	✓	✓	✓										4	4	3
22	4644	NASHIRUM RIZAL SATRIO BANGSU LI		✓	✓	✓	✓	✓										✓		
23	4645	NICKO PRAMUDYA		✓	✓	✓	✓	✓										3	4	4
24	4646	NUR AFIFAH		✓	✓	✓	✓	✓										4	3	3
25	4647	PINKAN PERMATASARI		✓	✓	✓	✓	✓										3	3	4
26	4648	PUTRI WULAN ASNIFAR		✓	✓	✓	✓	✓										3	3	4
27	4649	RAMADHANI SETIAWAN		✓	✓	✓	✓	✓										4	3	3
28	4650	RIZKY PRATAMA		✓	✓	✓	✓	✓										4	4	4
29	4651	SHINTA NURKHASANNAH		✓	✓	✓	✓	✓										3	4	3
30	4652	VIKI FRENANDO		✓	✓	✓	✓	✓										4	3	4
31	4653	WULAN JULIANA		✓	✓	✓	✓	✓										4	3	4
32	4654	ZAHRA FADILLA		✓	✓	✓	✓	✓										4	3	3

PUTRA : 13  
PUTRI : 19  
JUMLAH : 32

Mengetahui  
Kepala Sekolah,

Srivati, S.Pd, M.Pd  
NIP. 19600501 198302 2 003

Pakem, .....  
Guru Mata Pelajaran,

.....  
NIP.

SMP NEGERI 3 PAKEM  
PRESENSI SISWA KELAS 7 B  
TAHUN AJARAN 2017/ 2018

KEGIATAN.....

No	No Induk	Kegiatan ke	Tanggal	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	1	2	3
1	4655	AGUNG PRASETYO PUTRO		✓	✓	✓	✓											4	4	4
2	4656	AMEYLIA EKA SAPUTRI		✓	✓	✓	✓											4	4	4
3	4657	ANGGA PRATAMA PUTRA		✓	✓	✓	✓											4	4	4
4	4658	ANGGITA SURYANINGTYAS		✓	✓	✓	✓											4	4	3
5	4659	DIANA SRININGSIH		✓	✓	✓	✓											4	3	4
6	4660	EVITA RAHMADANI		✓	✓	✓	✓											4	3	3
7	4661	FAHREL FILARY		✓	✓	✓	✓											4	3	3
8	4662	HELEN ANGGRAINI		✓	✓	✓	✓											4	3	3
9	4663	IQBAL AMMAR FADLILLAH		✓	✓	✓	✓											4	3	4
10	4664	KARISMA ARISANDY ABDILLAH		✓	✓	✓	✓											4	4	4
11	4665	MARSHELLY KURNIA TRISNA YOGA		✓	✓	✓	✓											4	4	4
12	4666	MELANY EL SHANTY		✓	✓	✓	✓											3	4	3
13	4667	MIFTAH AYU ARIANDINI		✓	✓	✓	✓											3	3	3
14	4668	MIFTAKHUL JANNAH		✓	✓	✓	✓											3	3	3
15	4669	MUHAMMAD FAISAL HIDAYAT		✓	✓	✓	✓											3	4	4
16	4670	MUHAMMAD ARTA SAMUDRA		✓	✓	✓	✓											4	3	4
17	4671	NABILA TYAS PRAMUDITA		✓	✓	✓	✓											4	4	3
18	4672	NICKO ZAKY RAMADHANA		✓	✓	✓	✓											4	4	3
19	4673	NURAINI AFIFAH FARAH WAHIDA		✓	✓	✓	✓											4	4	4
20	4674	OKTAVIA TRI HAPSARI		✓	✓	✓	✓											4	4	4
21	4675	OKVAN REVANDI NUR RUSMAN		✓	✓	✓	✓											4	4	4
22	4676	RAYHAN ADRIAN PERMANA PUTRA A		✓	✓	✓	✓											4	4	3
23	4677	REZA SATRIA PRIHANDONO		✓	✓	✓	✓											4	4	3
24	4678	RISKY YULIAN MAHA SALEH		✓	✓	✓	✓											4	3	3
25	4679	SAVA PRAMESTI ARDANI		✓	✓	✓	✓											4	3	4
26	4680	SERILDA BERTHA NUGRAHA		✓	✓	✓	✓											4	3	3
27	4681	SULTHAN AZKA RASHIF SYAKUR		✓	✓	✓	✓											4	4	4
28	4682	TALYA WIRIDTANAYA		✓	✓	✓	✓											4	3	3
29	4683	TIYAS SILFIANI		✓	✓	✓	✓											4	4	3
30	4684	WAHYU FITRI LESTARI		✓	✓	✓	✓											4	4	3
31	4685	YESIKA LINTANG SARI		✓	✓	✓	✓											4	3	3
32	4686	YULINIA MEGA AYU UTAMI		✓	✓	✓	✓											4	3	3

PUTRA : 13  
PUTRI : 19  
JUMLAH : 32

Mengetahui  
Kepala Sekolah,

Sriyati, S.Pd, M.Pd  
NIP. 19600501 198302 2 003

Pakem, .....  
Guru Mata Pelajaran,

.....  
NIP.

SMP NEGERI 3 PAKEM  
PRESENSI SISWA KELAS 7 C  
TAHUN AJARAN 2017/2018

KEGIATAN

No	No Induk	Kegiatan ke	Tanggal	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	1	2	3
		Nama Siswa		15/10	22/10	29/10	5/11	12/11												
4 9 3	1	4687	ADRIAN EKA PRATAMA	✓	✓	✓	✓	✓										4	3	4
4 9 3	2	4688	AFINA AURELIA PUTRI	✓	✓	✓	✓	✓										4	3	3
4 9 3	3	4689	AIMA IZZA NUGROHO	✓	✓	✓	✓	✓										4	3	4
4 9 3	4	4690	AMELIA DWI ISWARA	✓	✓	✓	✓	✓										3	3	3
4 9 3	5	4691	ANITA KUSUMANING TYAS	✓	✓	✓	✓	✓										3	4	3
4 9 3	6	4692	ANTON BUDI SATRIA	✓	✓	✓	✓	✓										4	4	3
4 9 3	7	4693	APRILIA KARTA WIJAYA	✓	✓	✓	✓	✓										3	3	3
4 9 3	8	4694	ARSA MAULANA	✓	✓	✓	✓	✓										3	4	4
4 9 3	9	4695	DANIKA AULIA	✓	✓	✓	✓	✓										3	3	4
4 9 3	10	4696	DESINTA AYU LESTARI	✓	✓	✓	✓	✓										4	4	3
4 9 3	11	4697	DEVANO ADYASTA	✓	✓	✓	✓	✓										4	3	3
4 9 3	12	4698	DEWA PUTRA AJI	✓	✓	✓	✓	✓										3	4	3
4 9 3	13	4699	ENRIKO SONDA ASRAFIL	✓	✓	✓	✓	✓										3	4	4
4 9 3	14	4700	EVY WIDYAWATI	✓	✓	✓	✓	✓										3	4	4
4 9 3	15	4701	GRINA VALENSIYA	✓	✓	✓	✓	✓										3	3	4
4 9 3	16	4702	IRLINA PUTRI PURNAMA	✓	✓	✓	✓	✓										4	3	4
4 9 3	17	4703	KUSUMA DEWI TRI NUGRAHENI	✓	✓	✓	✓	✓										4	4	4
4 9 3	18	4704	LATIFAH KURNIA WAHYUNINGSIH	✓	✓	✓	✓	✓										4	3	3
4 9 3	19	4705	MAULANA BIMA KURNIAWAN	✓	✓	✓	✓	✓										3	3	4
4 9 3	20	4706	MOCHAMMAD FAIZ MUBAROK	✓	✓	✓	✓	✓										4	4	4
4 9 3	21	4707	NALYA SANDRA AGUSTIN	✓	✓	✓	✓	✓										3	4	4
4 9 3	22	4708	NAURAH FREDIA TIFFANY	✓	✓	✓	✓	✓										4	4	4
4 9 3	23	4709	NOER RIZKA PRASTIWI	✓	✓	✓	✓	✓										4	3	4
4 9 3	24	4710	NOVAL EKA KRISTIANTO	✓	✓	✓	✓	✓										3	4	4
4 9 3	25	4711	NUR FITRI YANI	✓	✓	✓	✓	✓										4	4	4
4 9 3	26	4712	PRIMANANDA GALIH PRATAMA	✓	✓	✓	✓	✓										4	4	4
4 9 3	27	4713	RIDWAN RAZENDRIYA	✓	✓	✓	✓	✓										4	4	4
4 9 3	28	4714	RINTO WAHYUDI	✓	✓	✓	✓	✓										4	4	3
4 9 3	29	4715	SALMA KHAIRUNNISA	✓	✓	✓	✓	✓										4	4	4
4 9 3	30	4716	TOSAN NURFALAH	✓	✓	✓	✓	✓										4	4	4
4 9 3	31	4717	WAFU FUHAID	✓	✓	✓	✓	✓										4	4	4

PUTRA : 13  
PUTRI : 18  
JUMLAH : 31

Mengetahui  
Kepala Sekolah,

Pakem, .....  
Guru Mata Pelajaran,

Sriyati, S.Pd, M.Pd  
NIP. 19600501 198302 2 003

.....  
NIP.

SMP NEGERI 3 PAKEM  
 PRESENSI SISWA KELAS 7 D  
 TAHUN AJARAN 2017/ 2018

KEGIATAN

No	No Induk	Kegiatan ke	Tanggal	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1	4718	ADITA PRISKA CAHYANI		✓	✓	✓	✓										
2	4719	AGISTIYA PUTRI ZEININGRUM		✓	✓	✓	✓										
3	4720	AGUS SUPRIYANTO		✓	5	✓	✓										
4	4721	ALFIAN FIKRI FAHRULRIZAL		✓	✓	✓	✓										
5	4722	ANDHIKA GHIFARI		✓	✓	✓	✓										
6	4723	ANDREANUS ARDRA LINTANG P		✓	✓	✓	✓										
7	4724	ARON WANDA PRIATNA		✓	✓	✓	✓										
8	4725	BERLIAN ADI SASMITO		✓	✓	✓	✓										
9	4726	DEVINA DWI SEPTIANI		✓	✓	✓	✓										
10	4727	DEVITA DWI SEPTIANA		✓	✓	✓	✓										
11	4728	DIKA BUDI SAPUTRA		✓	✓	✓	✓										
12	4729	FALYSHA WIDYA DARMAPUTRI		✓	✓	✓	✓										
13	4730	FIJI MONICA		✓	✓	✓	✓										
14	4731	FLORENTINA NADIA SOFYASARI		✓	✓	✓	✓										
15	4732	HADYAS CAHYA FAIDA		✓	✓	✓	✓										
16	4733	J WAYAN RANGGA DEGA SAPUTRA		✓	✓	✓	✓										
17	4734	JRDA MAULANA MAHARDIKA		✓	✓	✓	✓										
18	4735	JIHAN NABILAH MAYA KUSUMA		✓	✓	✓	✓										
19	4736	MADZAKIR WAHYU MUSTAQIM		✓	✓	✓	✓										
20	4737	MARSHA PUTRI FAHIRA		✓	✓	✓	✓										
21	4738	MELISA AGATHA		✓	✓	✓	✓										
22	4739	NATHANIA CHEISYA MAHESWARI		✓	✓	✓	✓										
23	4740	NECIA HERKINA		✓	✓	✓	✓										
24	4741	OKSARIO LISTYANTORO		✓	✓	✓	✓										
25	4742	RATIH LUTVIANI SRI P		✓	✓	✓	✓										
26	4743	SHERLINA NUR HAKIKI		✓	✓	✓	✓										
27	4744	SONYA GABRIELLA KEN N		✓	✓	✓	✓										
28	4745	TEGAR BAGAS ATMOJO		✓	✓	✓	✓										
29	4746	TRI NOVI ANTOKO		✓	✓	✓	✓										
30	4747	WIDHI SAPUTRO		✓	✓	✓	✓										
31	4748	YOSEPHA PRADITA EVA RYANA W		✓	✓	✓	✓										

PUTRA : 14  
 PUTRI : 17  
 JUMLAH : 31

Mengetahui  
 Kepala Sekolah,

Sriyati, S.Pd, M.Pd  
 NIP. 19600501 198302 2 003

Pakem, .....  
 Guru Mata Pelajaran,

.....  
 NIP.

## SILABUS MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA, DAN KESEHATAN

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 3 Pakem

Kelas : VII (tujuh)

Kompetensi Inti :

KI 1 : Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.

KI 2 : Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan social dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.

KI 3 : Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.

KI 4 : Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
<p>1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan:</p> <p>a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran.</p> <p>b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir.</p> <p>c. Membiasakan berperilaku baik</p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pembelajaran pada KD sikap religius dan sosial terintegrasi pada KD pengetahuan dan keterampilan melalui <i>indirect teaching</i></li> <li>• Penilaian sikap memuat tentang tentang: berdoa, berusaha maksimal, berperilaku baik, sportivitas, tanggung jawab, toleransi, kerjasama, disiplin, dan menerima kekalahan dengan periksa diri dan memperlihatkan</li> </ul>		

<p>dalam berolahraga dan latihan. (KD buku dan Silabus)</p>			<p>kemenangan dengan sewajarnya, dilakukan melalui observasi, penilaian diri, teman sejawat, dan jurnal.</p>		
<p>2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.  2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.  2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.  2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.  2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan</p>					

berbagai aktivitas fisik. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan. (KD buku dan Silabus)					
3.1 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola besar. (KD buku dan Silabus)  4.1 Mempraktikkan teknik dasar permainan bola besar dengan menekankan gerak dasar fundamental. (KD buku dan Silabus) .	Permainan Bola Besar Menggunakan Permainan Sepak Bola *)	<b>Mengamati</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membaca informasi tentang gerak dasar fundamental permainan sepakbola (mengumpan, menghentikan, dan menggiring), atau</li> <li>• Mengamati peragaan guru guru/teman, pertandingan sepak bola secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak dasar fundamental permainan sepakbola (mengumpan, menghentikan, dan menggiring) berdasarkan hasil pengamatan.</li> </ul> <b>Menanya</b>	<b>Pengetahuan:</b>  Melalui tes tertulis/lisan atau penugasan tentang konsep dan prinsip gerak fundamental permainan bola besar menggabungkan permainan sepakbola  <b>Keterampilan:</b>  Melalui unjuk kerja/praktik,	18 JP	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bola sepak</li> <li>• Lapangan sepakbola</li> <li>• Gawang</li> <li>• Tiang pancang</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: Buku Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP Kelas VII, TV/Video</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempertanyakan tentang gerak dasar fundamental sepakbola, misalnya : bagaimana jalannya bola jika titik perkenaan bola dengan kaki dirobah saat menendang (bawah, tengah dan atas bola)?”, apakah jarak kaki tumpu berpengaruh terhadap kekuatan menendang bola?, apakah kekuatan di tranfer ke bola sehingga bola sampai pada jarak yang diinginkan?, apakah sikap kerjasama mempengaruhi permainan sepakbola?, dan pertanyaan lainnya.</li> <li>• Mempertanyakan tentang manfaat permainan sepakbola terhadap kesehatan tubuh dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan sepak bola.</li> </ul> <p><b>Mengumpulkan Informasi</b></p> <p>Menemukan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengumpan bola dengan berbagai bagian kaki secara individual, berpasangan atau berkelompok dalam posisi di tempat dan sambil</li> </ul>	<p>projek, atau protfolio tentang keterampilan gerak fundamental permainan bola besar menggunakan permainan sepakbola</p>		
--	--	--	---	--	--

		<p>bergerak dengan menunjukkan nilai disiplin, menghargai perbedaan, dan kerjasama.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menggiring bola menggunakan berbagai bagian kaki secara individual dengan menunjukkan nilai disiplin.</li> <li>• Menghentikan bola menggunakan berbagai bagian kaki secara individual dengan menunjukkan nilai disiplin.</li> <li>• Mengumpan dan meberhentikan bola menggunakan berbagai bagian kaki secara berpasangan atau berkelompok dengan menunjukkan nilai disiplin, menghargai perbedaan, dan kerjasama.</li> </ul> <p><b>Menalar/Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menemukan gerak dasar fundamental permainan sepakbola (mengumpan, menghentikan, dan menggiring) yang paling sesuai untuk kebutuhan sendiri</li> <li>• Menemukan hubungan antara titik perkenaan bola dan kaki dengan jalannya bola.</li> </ul>			
--	--	--	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menemukan hubungan antara jenis tendangan dengan sasaran yang hendak dicapai.</li> <li>• Menemukan hubungan antara kekuatan tendangan dengan jarak tempuh bola.</li> <li>• Menemukan hubungan antara permainan sepak bola dengan kesehatan dan kebugaran tubuh</li> <li>• Mendiskusikan setiap gerak dasar fundamental permainan sepak bola (mengumpan, menggiring, dan menahan bola) dan membuat kesimpulannya dengan menunjukkan kerjasama.</li> <li>• Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak dasar fundamental permainan sepak bola (mengumpan, menghentikan, dan menggiring) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak dasar fundamental permainan sepak bola (mengumpan, menghentikan, dan menggiring)</li> </ul>			
--	--	---	--	--	--

		<p>dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang keterampilan gerak dasar fundamental permainan sepak bola secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama.</li> <li>• Memberikan dan menerima saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan.</li> </ul> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menerapkan gerak dasar fundamental sepakbola (mengumpan, menggiring, dan menahan bola) dalam permainan sepak bola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</li> <li>• Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan sepakbola.</li> </ul>			
--	--	---	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih.</li> </ul>			
	Permainan Bola Besar Menggunakan Permainan Bola Voli *)	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membaca informasi tentang gerak dasar fundamental permainan bolavoli (servis, <i>passing</i>, smes, dan blok, dan posisi pemain), atau</li> <li>• Mengamati peragaan guru guru/teman, pertandingan bolavoli secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak dasar fundamental permainan bolavoli (servis, <i>passing</i>, smes, dan blok, dan posisi pemain) berdasarkan hasil pengamatan.</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempertanyakan tentang gerak dasar fundamental bolavoli, misalnya : bagaimana jalannya bola jika titik perkenaan bola dengan tangan dirobah saat melakukan <i>passing</i> (bagian ujung dan tengah tangan)?</li> </ul>	<p><b>Pengetahuan:</b></p> <p>Melalui tes tertulis/lisan atau penugasan tentang konsep dan prinsip gerak fundamental permainan bola besar menggugurkan permainan bolavoli</p> <p><b>Keterampilan:</b></p> <p>Melalui unjuk kerja/praktik, projek, atau portofolio tentang keterampilan gerak fundamental permainan bola</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bola voli</li> <li>• Lapangan bolavoli</li> <li>• Net/jaring</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: Buku Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP Kelas VII, TV/Video</li> </ul>

		<p>Apakah posisi togok jalannya bola saat melakukan <i>passing</i> atau servis? Apakah posisi tumpuan kaki mempengaruhi jalannya bola saat servis, <i>passing</i>, smes, dan pertanyaan lainnya.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempertanyakan tentang manfaat permainan bolavoli terhadap kesehatan tubuh dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan bolavoli.</li> </ul> <p><b>Mengumpulkan Informasi</b></p> <p>Menemukan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan servis dengan berbagai cara dengan menunjukkan nilai disiplin.</li> <li>• Melakukan <i>passing</i> dan servis dengan berbagai cara secara individu, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan nilai disiplin, toleransi dan kerjasama.</li> <li>• Melakukan setiap gerak dasar fundamental permainan bolavoli</li> </ul>	<p>besar menggunakan permainan bolavoli</p>		
--	--	--	---	--	--

		<p>(servis, <i>passing</i>, smes, dan blok, dan posisi pemain).</p> <p><b>Menalar/Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menemukan gerak fundamental permainan bolavoli (servis, <i>passing</i>, smes, dan blok, dan posisi pemain) yang paling sesuai untuk kebutuhan sendiri.</li> <li>• Menemukan hubungan antara titik perkenaan bola dengan tangan dan jalannya bola.</li> <li>• Menemukan hubungan antara arah datangnya bola dengan jenis <i>passing</i> yang akan digunakan.</li> <li>• Menemukan hubungan antara permainan bola voli dengan kesehatan dan kebugaran tubuh.</li> <li>• Mendiskusikan setiap gerak dasar fundamental permainan bolavoli dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan bolavoli (servis, <i>passing</i>, smes, dan blok, dan posisi pemain) dan membuat kesimpulannya.</li> </ul>			
--	--	--	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan bolavoli (servis, <i>passing</i>, smes, dan blok, dan posisi pemain) dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Memberikan dan menerima saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan.</li> <li>• Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang gerak fundamental permainan bolavoli secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama.</li> </ul> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan permainan bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan gerak fundamental permainan bolavoli (servis, <i>passing</i>, smes, dan blok, dan posisi pemain) serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</li> </ul>			
--	--	---	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan bolavoli.</li> <li>• Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih.</li> <li>• Memberikan saran perbaikan kepada teman selama melakukan permainan bolavoki.</li> </ul>			
	<p>Permainan Bola Besar Menggunakan Permainan Bola Basket *)</p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membaca informasi tentang gerak dasar fundamental permainan bolabasket (melempar, menangkap, menggiring, <i>shooting</i>, dan <i>layup</i>), atau</li> <li>• Mengamati peragaan guru guru/teman, pertandingan bolabasket secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak fundamental permainan bolabasket (melempar, menangkap, menggiring, <i>shooting</i>, dan <i>layup</i>) berdasarkan hasil pengamatan.</li> </ul>	<p><b>Pengetahuan:</b></p> <p>Melalui tes tertulis/lisan atau penugasan tentang konsep dan prinsip gerak fundamental permainan bola besar menggabungkan permainan bolabasket</p> <p><b>Keterampilan:</b></p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bola basket</li> <li>• Lapangan bola basket</li> <li>• Ring/basket</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber: Buku Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP Kelas VII, TV/Video</li> </ul>

		<p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempertanyakan tentang gerak fundamental permainan bolabasket, misalnya : bagaimana jalannya bola jika titik perkenaan bola dengan tangan dirobah saat menggiring, melempar, dan menangkap? Apakah posisi togok mempengaruhi pergerakan saat menggiring, melempar, dan menangkap bola?, Apakah jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan menggiring, melempar, dan menangkap? , dan pertanyaan lainnya.</li> <li>• Mempertanyakan tentang manfaat permainan bolabasket terhadap kesehatan dan kebugaran tubuh dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan bola basket.</li> </ul> <p><b>Mengumpulkan Informasi</b></p> <p>Menemukan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan:</p>	<p>Melalui unjuk kerja/praktik, proyek, atau portofolio tentang keterampilan gerak fundamental permainan bola basket menggunakan permainan bolabasket</p>		
--	--	--	---	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menggiring bola dengan berbagai cara dalam posisi diam dan bergerak secara individual dengan menunjukkan nilai disiplin.</li> <li>• Melemparkan dan menangkap bola dengan berbagai cara dalam posisi diam dan bergerak secara individual, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, dan tolerensi.</li> <li>• Mendiskusikan setiap gerak fundamental permainan bolabasket (melempar, menangkap, menggiring, <i>shooting</i>, dan <i>layup</i>) dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan bolabasket (melempar, menangkap, menggiring, <i>shooting</i>, dan <i>layup</i>) dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan bolabasket (melempar, menangkap, menggiring, <i>shooting</i>,</li> </ul>			
--	--	--	--	--	--

		<p>dan <i>layup</i>) dan membuat kesimpulannya.</p> <p><b>Menalar/Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menemukan gerak dasar fundamental permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, <i>shooting</i>, dan <i>layup</i>) yang paling sesuai untuk kebutuhan sendiri.</li> <li>• Menemukan hubungan antara titik perkenaan bola dengan tangan dan jalannya bola.</li> <li>• Menemukan hubungan antara jenis lemparan dengan sasaran yang hendak dicapai.</li> <li>• Menemukan hubungan antara permainan bolabasket dengan kesehatan dan kebugaran tubuh.</li> <li>• Mendiskusikan setiap gerak dasar fundamental permainan bolabasket dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan bolabasket (melempar, menangkap, menggiring, <i>shooting</i>, dan <i>layup</i>) dan membuat kesimpulannya.</li> </ul>			
--	--	--	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan bolabasket (melempar, menangkap, menggiring, <i>shooting</i>, dan <i>layup</i>) dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Memberikan dan menerima saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan bolabasekt.</li> </ul> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan permainan bola basket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan gerak dasar fundamental permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, <i>shooting</i>, dan <i>layup</i>) serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</li> <li>• Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan bolabasket.</li> </ul>			
--	--	--	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih.</li> <li>• Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan bolabasket.</li> </ul>			
<p>3.2 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola kecil. (KD buku dan Silabus)</p> <p>4.2 Mempraktikkan teknik dasar permainan bola kecil dengan menekankan gerak dasar fundamental. (KD buku dan Silabus)</p>	Permainan Bola Kecil Menggunakan Permainan Kasti *)	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membaca informasi tentang gerak dasar fundamental permainan kasti (melempar, menangkap, mematikan, dan berlari), atau</li> <li>• Mengamati peragaan guru guru/teman, pertandingan kasti secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak fundamental permainan kasti (melempar, menangkap, mematikan, dan berlari) berdasarkan hasil pengamatan.</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempertanyakan tentang gerak dasar fundamental fundamental permainan kasti/rounders, misalnya</li> </ul>	<p><b>Pengetahuan:</b></p> <p>Melalui tes tertulis/lisan atau penugasan tentang konsep dan prinsip gerak fundamental permainan bola kecil menggugurkan permainan kasti</p> <p><b>Keterampilan:</b></p> <p>Melalui unjuk kerja/praktik, proyek, atau portofolio tentang keterampilan gerak</p>	18 JP	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bola kasti</li> <li>• Pemukul</li> <li>• Pluit</li> <li>• Kapur</li> <li>• Sumber: Buku Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP Kelas VII, TV/Video</li> </ul>

		<p>: bagaimana jalannya bola jika pegangan bola dirobah saat melempar bola?, bagaimana jalannya bola bila pergerlangan tangan kaku dan mengeper saat melempar?, dan pertanyaan lainnya.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempertanyakan tentang manfaat permainan kasti/rounders terhadap kesehatan dan kebugaran, serta otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan kasti/rounders</li> </ul> <p><b>Mengumpulkan Informasi</b></p> <p>Menemukan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melemparkan/melambungkan bola kasti ke berbagai arah menggunakan berbagai jenis pegangan bola dengan menunjukkan nilai disiplin.</li> <li>• Melemparkan dan menangkap bola kasti secara individual, berpasangan, atau berkelompok dalam posisi diam dan bergerak dasar fundamental dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, dan toleransi.</li> </ul>	<p>fundamental permainan bola kecil menggunakan permainan kasti</p>		
--	--	--	---	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Berlari ke berbagai arah mengikuti signal</li> <li>• Melempar sasaran bergerak (kaki teman) secara berpasangan dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, dan toleransi</li> <li>• Membandingkan ketepatan lemparan antara lemparan dari atas, samping dan bawah</li> <li>• Memukul bola kasti menggunakan tongkat pemukul yang dilabungkan sendiri</li> <li>• Memukul bola kasti menggunakan tongkat pemukul yang dilabungkan teman dengan menunjukkan kerjasama, toleransi, dan disiplin</li> <li>• Melakukan lomba lari zig-zag dan lurus secara berpasangan atau berkelompok dengan memperlihatkan perilaku sportif</li> <li>• Melakukan setiap gerak dasar fundamental permainan kasti (melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola memukul bola, mematikan lawan dan teknik berlari).</li> <li>• Mendiskusikan setiap gerak dasar fundamental permainan kasti (melambungkan bola, melempar bola,</li> </ul>			
--	--	--	--	--	--

		<p>menangkap bola memukul bola, mematikan lawan, dan teknik berlari) dan membuat kesimpulannya.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak dasar fundamental permainan kasti (melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola, memukul bola, dan teknik berlari) dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak dasar fundamental permainan kasti (melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola memukul bola, dan teknik berlari) dan membuat kesimpulannya.</li> </ul> <p><b>Menalar/Mengasosiasi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menemukan gerak dasar fundamental permainan kasti/rounders (melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola memukul bola, dan teknik berlari) yang paling sesuai</li> </ul>			
--	--	---	--	--	--

		<p>dengan menunjukkan disiplin dan percaya diri.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mencari hubungan antara jenis lemparan dengan sasaran yang hendak dicapai</li> <li>• Mencari hubungan antara permainan kasti/rounders dengan kesehatan dan kebugaran tubuh</li> </ul> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menerapkan gerak fundamental permainan kasti/rounders (melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola memukul bola, matikan lawan dan teknik berlari) dalam permainan kasti dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</li> <li>• Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan kasti/rounders.</li> </ul>			
--	--	---	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dengan periksa diri dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebihan</li> <li>• Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan kasti/rounders.</li> <li>• Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang keterampilan gerak fundamental permainan kasti secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama</li> </ul>			
	Permainan Bola Kecil Menggunakan Permainan Bulutangkis *)	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membaca informasi tentang gerak dasar fundamental permainan bulutangkis (memegang raket, servis, smes dan posisi berdiri/ <i>footwork</i>), atau</li> <li>• Mengamati peragaan guru guru/teman, keterampilan gerak fundamental permainan bulutangkis secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak dasar fundamental permainan bulutangkis (memegang raket, servis,</li> </ul>	<p><b>Pengetahuan:</b></p> <p>Melalui tes tertulis/lisan atau penugasan tentang konsep dan prinsip gerak fundamental permainan bola kecil menggugurkan permainan bulutangkis</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Raket</li> <li>• Shuttlecock</li> <li>• Pluit</li> <li>• Sumber: Buku Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP Kelas VII, TV/Video</li> </ul>

		<p>smes dan posisi berdiri/ <i>footwork</i>) berdasarkan hasil pengamatan.</p> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempertanyakan tentang berbagai gerak dasar fundamental fundamental permainan bulutangkis, misalnya : bagaimana jalannya bola jika teknik pegangan raket dirobah (servis dan pukulan), bagaimana ketepatan pukulan bila merobah posisi togok?, bagaimana pergerakan <i>suttlecock</i> bila sumber tenaga gerak dasar dirobah?, dan pertanyaan lainnya.</li> <li>• Mempertanyakan tentang manfaat permainan bulutangkis terhadap kesehatan dan kebugaran tubuh serta otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan bulutangkis.</li> </ul> <p><b>Mengumpulkan Informasi</b></p> <p>Menemukan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan:</p>	<p><b>Keterampilan:</b></p> <p>Melalui unjuk kerja/praktik, projek, atau protfolio tentang keterampilan gerak fundamental permainan bola kecil menggunakan permainan bulutangkis</p>		
--	--	---	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperagakan kerja kaki ke depan, ke samping kiri dan kanan</li> <li>• Memegang-megang raket menggunakan pegangan <i>forehand</i></li> <li>• Memantulkan-mantulkan bola menggunakan pegangan <i>forehand</i> di depan badan</li> <li>• Memukul <i>suttlecock</i> sekuatnya ke depan menggunakan pegangan <i>forehand</i> dan mengamati jalannya bola</li> <li>• Memukul <i>suttlecock</i> menggunakan pegangan <i>forehand</i> secara berpasangan dengan menunjukkan kerjasama, toleransi, dan disiplin</li> <li>• Memegang-megang raket menggunakan pegangan <i>backhand</i></li> <li>• Memantulkan-mantulkan bola menggunakan pegangan <i>backhand</i> di depan badan</li> <li>• Memukul <i>suttlecock</i> sekuatnya ke depan menggunakan pegangan <i>backhand</i> dan mengamati jalannya bola</li> <li>• Memukul <i>suttlecock</i> menggunakan menggunakan pegangan <i>backhand</i> secara berpasangan dengan</li> </ul>			
--	--	--	--	--	--

		<p>menunjukkan kerjasama, toleransi, dan disiplin</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan service panjang menggunakan pegangan <i>forehand</i> secara berpasangan</li> <li>• Melakukan service pendek menggunakan pegangan <i>backhand</i> secara berpasangan dengan menunjukkan kerjasama, toleransi, dan disiplin.</li> <li>• Melakukan setiap gerak dasar fundamental permainan bulutangkis (teknik pegangan raket, service, pergerakan dasar fundamental kaki (<i>footwork</i>), pukulan (<i>stroke</i>), sikap berdiri (<i>stance</i>)).</li> <li>• Mendiskusikan setiap gerak dasar fundamental permainan bulutangkis (teknik pegangan raket, service, pergerakan dasar fundamental kaki (<i>footwork</i>), pukulan (<i>stroke</i>), sikap berdiri (<i>stance</i>)) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak dasar fundamental permainan bulutangkis</li> </ul>			
--	--	--	--	--	--

		<p>(teknik pegangan raket, service, pergerakan dasar fundamental kaki (<i>footwork</i>), pukulan (<i>stroke</i>), sikap berdiri (<i>stance</i>) dan membuat kesimpulannya.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak dasar fundamental permainan bulutangkis (teknik pegangan raket, service, pergerakan dasar fundamental kaki (<i>footwork</i>), pukulan (<i>stroke</i>), sikap berdiri (<i>stance</i>) dan membuat kesimpulannya.</li> </ul> <p><b>Menalar/Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menemukan gerak dasar fundamental permainan bulutangkis (teknik pegangan raket, service, pergerakan dasar fundamental kaki (<i>footwork</i>), pukulan (<i>stroke</i>), sikap berdiri (<i>stance</i>) yang paling sesuai untuk kebutuhan sendiri dengan menunjukkan disiplin dan percaya diri.</li> <li>• Menemukan hubungan antara teknik memegang raket dengan pergerakan <i>shutlecock</i>.</li> </ul>			
--	--	---	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menemukan hubungan antara sumber tenaga yang pergerakan <i>shuttlecock</i>.</li> <li>• Menemukan hubungan posisi togok dan posisi tungkai dengan ketepatan pukulan.</li> <li>• Mendiskusikan setiap gerak dasar fundamental permainan bulutangkis (teknik memegang raket, sikap siap sedia, teknik gerak dasar fundamental kaki (footwork), teknik pukulan (<i>service, push, drive</i>) dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak dasar fundamental permainan bulutangkis (teknik memegang raket, sikap siap sedia, teknik gerak dasar fundamental kaki (footwork), teknik pukulan (<i>service, push, drive</i>) dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak dasar fundamental permainan bulutangkis (teknik memegang raket, sikap siap sedia, teknik gerak dasar fundamental)</li> </ul>			
--	--	---	--	--	--

		<p>kaki (<i>footwork</i>), teknik pukulan (<i>service, push, drive</i>) dan membuat kesimpulannya.</p> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menerapkan keterampilan gerak fundamental permainan bulutangkis (teknik pegangan raket, <i>service</i>, pergerakan dasar fundamental kaki (<i>footwork</i>), pukulan (<i>stroke</i>), sikap berdiri (<i>stance</i>) dalam permainan bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dan menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</li> <li>• Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan bulutangkis.</li> <li>• Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebihan.</li> <li>• Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan bulutangkis.</li> </ul>			
--	--	--	--	--	--

	<p>Permainan Bola Kecil Menggunakan Permainan Tenis Meja *)</p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Membaca informasi tentang gerak dasar fundamental permainan tenismeja (teknik memegang bet, sikap siap sedia, teknik gerak dasar fundamentalan kaki (footwork), teknik pukulan (<i>service, push, drive, block, chop</i>), atau</li> <li>Mengamati peragaan guru guru/teman, keterampilan gerak fundamental permainan bulutankis secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak dasar fundamental permainan tenismeja (teknik memegang bet, sikap siap sedia, teknik gerak dasar fundamentalan kaki (footwork), teknik pukulan (<i>service, push, drive, block, chop</i>) berdasarkan hasil pengamatan.</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang gerak dasar</li> </ul>	<p><b>Pengetahuan:</b></p> <p>Melalui tes tertulis/lisan atau penugasan tentang konsep dan prinsip gerak fundamental permainan bola kecil menggugurkan permainan tenismeja</p> <p><b>Keterampilan:</b></p> <p>Melalui unjuk kerja/praktik, projek, atau protfolio tentang keterampilan gerak fundamental permainan bola kecil menggunakan</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Bet</li> <li>Bola</li> <li>Meja Tenis</li> <li>Sumber: Buku Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP Kelas VII, TV/Video</li> </ul>

		<p>fundamental permainan tenis meja, misalnya : apakah jenis pegangan mempengaruhi tingkat kesulitan pengembalian bola ? bagaimana jalannya bola jika teknik pegangan bet dirobah (servis dan pukulan)?, bagaimana ketepatan pukulan bila merobah posisi togok?, bagaimana pergerakan bola bila sumber tenaga dirobah?, bagaimana pergerakan jalannya bola bila merobah kekuatan yang disalurkan ke bola?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang manfaat permainan tenis meja terhadap kesehatan dan kebugaran tubuh serta otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan tenismeja.</li> </ul> <p><b>Mengumpulkan Informasi</b></p> <p>Menemukan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperagakan kerja kaki ke depan, ke samping kiri dan kanan</li> <li>• Memegang-megang bet menggunakan pegangan <i>forehand</i> dan <i>backhand</i></li> </ul>	<p>permainan tenismeja</p>		
--	--	--	----------------------------	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memantulkan-mantulkan bola menggunakan pegangan <i>forehand</i> dan <i>backhand</i> di depan badan</li> <li>• Memukul bola sekuatnya ke depan menggunakan pergerakan bahu dan engkel tangan.</li> <li>• Memukul bola menggunakan pegangan <i>forehand</i> secara berpasangan dengan menunjukkan kerjasama, toleransi, dan disiplin</li> <li>• Memantulkan-mantulkan bola menggunakan pegangan <i>backhand</i> dan <i>backhand</i> di depan badan</li> <li>• Memukul bola sekuatnya ke depan menggunakan pegangan <i>backhand</i> sumber tenaga dari pegelangan tangan dan bahu dan mengamati jalannya bola</li> <li>• Memukul bola menggunakan pegangan <i>backhand</i> secara berpasangan dengan menunjukkan kerjasama, toleransi, dan disiplin</li> <li>• Melakukan servise menggunakan pegangan <i>forehand</i> secara berpasangan</li> <li>• Melakukan servise menggunakan pegangan <i>backhand</i> secara</li> </ul>			
--	--	--	--	--	--

		<p>berpasangan dengan menunjukkan kerjasama, toleransi, dan disiplin.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan setiap gerak dasar fundamental permainan tenismeja (teknik memegang bet, sikap siap sedia, teknik gerak dasar fundamental kaki (footwork), teknik pukulan (<i>service, push, drive</i>)).</li> </ul> <p><b>Menalar/Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menemukan gerak dasar fundamental permainan tenismeja (teknik memegang bet, sikap siap sedia, teknik gerak dasar fundamental kaki (footwork), teknik pukulan (<i>service, push, drive, block, chop</i>) yang paling sesuai untuk kebutuhan sendiri dengan menunjukkan disiplin dan percaya diri.</li> <li>• Menemukan hubungan antara teknik memegang bet dengan pergerakan bola.</li> <li>• Menemukan hubungan antara sumber tenaga yang pergerakan bola.</li> <li>• Menemukan hubungan posisi togok dan posisi tungkai dengan ketepatan pukulan.</li> </ul>			
--	--	---	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mendiskusikan setiap gerak fundamental permainan tenismeja (teknik memegang bet, sikap siap sedia, teknik gerak dasar fundamentalan kaki (footwork), teknik pukulan (<i>service, push, drive, block, chop</i>) dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan tenismeja (teknik memegang bet, sikap siap sedia, teknik gerak dasar fundamentalan kaki (footwork), teknik pukulan (<i>service, push, drive, block, chop</i>) dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan tenismeja (teknik memegang bet, sikap siap sedia, teknik gerak dasar fundamentalan kaki (footwork), teknik pukulan (<i>service, push, drive, block, chop</i>) dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Mendiskusikan setiap gerak fundamental permainan tenismeja (teknik memegang bet, sikap siap</li> </ul>			
--	--	--	--	--	--

		<p>sedia, teknik gerak dasar fundamentalan kaki (footwork), teknik pukulan (<i>service, push, drive, block, chop</i>) dan membuat kesimpulannya.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan tenis meja dengan benar dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak dasar fundamental permainan tenis meja (teknik memegang bet, sikap siap sedia, teknik gerak dasar fundamentalan kaki (footwork), teknik pukulan (<i>service, push, drive, block, chop</i>) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</li> </ul> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menerapkan berbagai keterampilan gerak fundamental permainan tenis meja (teknik memegang bet, sikap siap sedia, teknik gerak dasar fundamentalan kaki (footwork), teknik</li> </ul>			
--	--	---	--	--	--

		<p>pukulan (<i>service, push, drive, block, chop</i>) dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan tenis meja.</li> <li>• Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebihan.</li> <li>• Memberikan saran perbaikan teknik dasar fundamental kepada teman selama melakukan permainan tenis meja.</li> <li>• Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang keterampilan gerak dasar fundamental permainan bulutangkis secara berkelompok dengan menunjukkan kerjasama</li> </ul>			
3.3 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental salah satu nomor atletik	Pembelajaran Atletik Jalan Cepat *)	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membaca informasi tentang gerak fundamental jalan cepat (gerakan</li> </ul>	<p><b>Pengetahuan:</b></p> <p>Melalui tes tertulis/lisan atau</p>	12 JP	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kapur</li> <li>• Pluit</li> </ul>

<p>(jalan cepat, lari, lompat, dan lempar). (KD buku dan Silabus)</p> <p>4.3 Mempraktikkan teknik dasar atletik</p> <p>(jalan cepat, lari, lompat dan lempar) menekankan gerak dasar fundamentalnya. (KD buku dan Silabus)</p>		<p>tungkai, tumpuan kaki, gerakan ayunan lengan, dan gerakan pinggul) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengamati peragaan guru guru/teman dan atau perlombaan jalan cepat di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak dasar fundamental jalan jarak pendek (gerak tungkai,tumpuan kaki, gerak ayunan lengan, dan gerakan pinggul ) dan membuat catatan hasil pengamatan.</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang gerak dasar fundamental jalan cepat, misalnya : apakah ayunan lengan mempengaruhi kecepatan berjalan? bagaimana akibatnya bila mendarat dengan tumpuan ujung jari kaki atau dengan tumit?, dan pertanyaan lainnya.</li> <li>• Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang manfaat jalan cepat terhadap kesehatan dan kebugaran</li> </ul>	<p>penugasan tentang konsep dan prinsip gerak fundamental atletik (jalan cepat)</p> <p><b>Keterampilan:</b></p> <p>Melalui unjuk kerja/praktik, projek, atau protfolio tentang keterampilan gerak fundamental atletik (jalan cepat)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bendera</li> <li>• Bak pasir</li> <li>• Stopwatch</li> <li>• Sumber Buku Pend. Jas. Olahraga dan Kes. SMP Kelas VII,TV/Video</li> </ul>
--	--	---	---	--

		<p>tubuh serta otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam jalan cepat.</p> <p><b>Mengumpulkan Informasi</b></p> <p>Menemukan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Berjalan simpang siur secara bersama-sama</li> <li>• Berjalan ke berbagai arah dengan berbagai jenis tumpuan secara individual, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin, dan toleransi.</li> <li>• Berjalan cepat dengan ayuan lengan lurus dengan menunjukkan kerjasama dan disiplin</li> <li>• Berjalan cepat dengan ayunan menyilang ke kiri dan ke kanan dengan menunjukkan kerjasama dan disiplin</li> <li>• Berjalan cepat tanpa melenggokkan pinggul dengan menunjukkan kerjasama dan disiplin</li> <li>• Berjalan jarak pendek dengan melenggokkan pinggul dengan menunjukkan kerjasama dan disiplin</li> </ul>			
--	--	---	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengamati teman berjalan, dan memberikan saran perbaikan terhadap kesalahan yang dilakukan</li> <li>• Mendiskusikan setiap gerak dasar fundamental jalan jarak cepat (gerak tungkai, tumpuan kaki, gerakan ayunan lengan, dan gerakan pinggul) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan (gerakan tungkai, tumpuan kaki, gerakan ayunan lengan, dan gerakan pinggul) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak dasar fundamental jalan cepat (gerakan tungkai, tumpuan kaki, gerakan ayunan lengan, dan gerakan pinggul) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</li> </ul> <p><b>Menalar/Mengasosiasi</b></p>			
--	--	---	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menemukan gerak fundamental jalan cepat (gerak tungkai,tumpuan kaki, gerak ayunan lengan, dan gerakan pinggul ) yang paling sesuai untuk kebutuhan sendiri dengan menunjukkan disiplin dan percaya diri.</li> <li>• Menemukan hubungan antara ayunan lengan dengan kecepatan pada jalan cepat</li> <li>• Menemukan hubungan antara titik tumpuan dengan kecepatan jalan cepat.</li> <li>• Menemukan hubungan antara kemiringan togok dengan kecepatan jalan cepat.</li> </ul> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menerapkan berbagai keterampilan gerak fundamental jalan cepat (gerak tungkai,tumpuan kaki, gerak ayunan lengan, dan gerakan pinggul ) yang telah dipelajari dalam perlombaan jalan cepat serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan,</li> </ul>			
--	--	--	--	--	--

		<p>disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan.</li> <li>• Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang keterampilan gerak fundamental jalan cepat dengan menunjukkan kerjasama</li> </ul>			
	Pembelajaran Atletik Lari Jarak Pendek *)	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membaca informasi tentang gerak fundamental lari jarak pendek (posisi badan/togok, ayunan lengan, ayunan langkah kaki, mendaratkan kaki, dan memasuki garis finis) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau</li> <li>• Mengamati peragaan guru guru/teman dan atau perlombaan lari jarak pendek di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak dasar fundamental fundamental jalan jarak pendek (posisi badan/togok, ayunan lengan, ayunan langkah kaki, mendaratkan kaki, dan memasuki</li> </ul>	<p><b>Pengetahuan:</b></p> <p>Melalui tes tertulis/lisan atau penugasan tentang konsep dan prinsip gerak fundamental atletik (lari jarak pendek)</p> <p><b>Keterampilan:</b></p> <p>Melalui unjuk kerja/praktik, proyek, atau</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sumber Buku Pend. Jas. Olahraga dan Kes. SMP Kelas VII</li> <li>• Kapur</li> <li>• Pluit</li> <li>• Bendera</li> <li>• Bak pasir</li> <li>• TV</li> <li>• Video</li> <li>• Stopwatch</li> </ul>

		<p>garis finis) dan membuat catatan hasil pengamatan.</p> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang gerak fundamental lari jarak pendek, misalnya : apakah ayunan lengan mempengaruhi kecepatan lari jarak pendek? bagaimana akibatnya bila mendarat dengan tumit atau ujung jari kaki saat berlari?, apakah otot yang dominan bekerja dalam lari jarak pendek?, bagaimana reaksi jantung dan paru selama melakukan aktivitas lari jarak pendek?</li> <li>• Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang manfaat lari jarak pendek terhadap kesehatan dan kebugaran tubuh</li> </ul> <p><b>Mengumpulkan Informasi</b></p> <p>Menemukan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan:</p>	<p>portofolio tentang keterampilan gerak fundamental atletik (lari jarak pendek)</p>		
--	--	---	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Berlari simpang siur secara bersama-sama dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin dan toleransi</li> <li>• Berlari ke berbagai arah dengan berbagai jenis pendaratan secara individual, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan kerjasama dan disiplin</li> <li>• Berlari ke berbagai arah dengan berbagai jenis ayunan lengan</li> <li>• Memasuki garis finis dengan berbagai cara</li> <li>• Membandingkan hasil setiap latihan misalnya; berlari jarak pendek dengan pendaratan ujung kaki atau tumit, mana yang lebih baik, berlari dengan mengayunkan lengan atau tidak mengayunkan lengan.</li> <li>• Melakukan setiap gerak dasar fundamental lari jarak pendek (posisi badan/togok, ayunan lengan, ayunan langkah kaki, pendaratan kaki, dan memasuki garis finis) dengan benar.</li> <li>• Mendiskusikan setiap gerak dasar fundamental lari jarak pendek (posisi badan/togok, ayunan lengan, ayunan langkah kaki, pendaratan kaki, dan</li> </ul>			
--	--	---	--	--	--

		<p>memasuki garis finis) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak dasar fundamental lari jarak pendek (posisi badan/togok, ayunan lengan, ayunan langkah kaki, pendaratan kaki, dan memasuki garis finis) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak dasar fundamental lari jarak pendek (posisi badan/togok, ayunan lengan, ayunan langkah kaki, mendarat kaki, dan memasuki garis finis) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</li> </ul> <p><b>Menalar/Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menemukan hubungan antara posisi togok/kemiringan tubuh dengan kecepatan berlari.</li> <li>• Menemukan hubungan ayunan lengan dengan kecepatan berlari.</li> </ul>			
--	--	--	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menemukan hubungan antara ayunan tungkai dengan kecepatan lari.</li> </ul> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menerapkan berbagai keterampilan gerak fundamental lari jarak pendek (posisi badan/togok, ayunan lengan, ayunan langkah kaki, pendaratan kaki, dan memasuki garis finis) dalam lomba lari dengan peraturan yang dimodifikasi serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</li> <li>• Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebihan</li> <li>• Memberikan saran perbaikan gerak fundamental (posisi badan/togok, ayunan lengan, ayunan langkah kaki, pendaratan kaki, dan memasuki garis finis) kepada teman selama pembelajaran.</li> <li>• Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang gerak dasar</li> </ul>			
--	--	--	--	--	--

		fundamental lari jarak pendek dengan menunjukkan kerjasama			
	Pembelajaran Atletik Lompat jauh *)	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Membaca informasi tentang gerak fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau</li> <li>Mengamati peragaan guru guru/teman dan atau perlombaan lari jarak pendek di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak dasar fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dan membuat catatan hasil pengamatan.</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang gerak dasar fundamental lompat jauh, misalnya : apakah awalan mempengaruhi jauhnya lompatan? Apakah tolakan mempengaruhi jauhnya lompatan?</li> </ul>	<p><b>Pengetahuan:</b></p> <p>Melalui tes tertulis/lisan atau penugasan tentang konsep dan prinsip gerak fundamental atletik (lompat jauh)</p> <p><b>Keterampilan:</b></p> <p>Melalui unjuk kerja/praktik, proyek, atau portofolio tentang keterampilan gerak fundamental atletik (lompat jauh)</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Sumber Buku Pend. Jas. Olahraga dan Kes. SMP Kelas VII</li> <li>Kapur</li> <li>Pluit</li> <li>Bendera</li> <li>Bak pasir</li> <li>TV</li> <li>Video</li> <li>Meteran</li> </ul>

		<p>Apakah posisi tubuh saat di udara memengaruhi jauhnya lompatan? bagaimana akibatnya bila mendarat lutut tidak mengeper?, bagaimana reaksi jantung dan paru selama melakukan aktivitas lompat jauh?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang manfaat lompat jauh terhadap kesehatan dan kebugaran tubuh.</li> </ul> <p><b>Mengumpulkan Informasi</b></p> <p>Menemukan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melompat ke berbagai arah tanpa awalan dengan menunjukkan nilai disiplin</li> <li>• Melompat ke depan dengan berbagai jenis tumpuan dengan menunjukkan nilai disiplin</li> <li>• Melompat ke depan dengan awalan berjalan/berlari dengan menunjukkan nilai disiplin</li> <li>• Mendarat dengan berbagai jenis pendaratan</li> <li>• Melayang di udara dengan berbagai posisi badan</li> </ul>			
--	--	---	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan setiap gerak dasar fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat).</li> <li>• Mendiskusikan setiap gerak dasar fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak dasar fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) serta membuat kesimpulannya.</li> <li>• Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak dasar fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) serta membuat kesimpulannya.</li> </ul> <p><b>Menalar/Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menemukan hubungan antara awalan dengan jauhnya lompatan.</li> </ul>			
--	--	---	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menemukan hubungan antara tumpuan dengan jauhnya lompatan</li> <li>• Menemukan hubungan antara posisi tubuh saat di udara dengan jauhnya lompatan.</li> </ul> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menerapkan berbagai keterampilan gerak fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dalalam perlombaan lompat jauh dengan peraturan yang dimodifikasi serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</li> <li>• Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan</li> <li>• Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebihan</li> <li>• Memberikan saran perbaikan gerak dasar fundamental kepada teman selama melakukan selama pembelajaran</li> </ul>			
--	--	---	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang gerak dasar fundamental lompat jauh dengan menunjukkan kerjasama</li> </ul>			
	Pembelajaran Atletik Tolak Peluru *)	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membaca informasi tentang gerak fundamental tolak peluru (memegang peluru, awalan, tolakan, dan gerak lanjutan) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau</li> <li>• Mengamati peragaan guru guru/teman dan atau perlombaan tolak peluru di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak dasar fundamental tolak peluru (memegang peluru, awalan, tolakan, dan gerak ikutan) dan membuat catatan hasil pengamatan.</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang gerak dasar fundamental tolak peluru? Apakah cara memegang peluru</li> </ul>	<p><b>Pengetahuan:</b></p> <p>Melalui tes tertulis/lisan atau penugasan tentang konsep dan prinsip gerak fundamental atletik (tolak peluru)</p> <p><b>Keterampilan:</b></p> <p>Melalui unjuk kerja/praktik, proyek, atau portofolio tentang keterampilan gerak fundamental atletik (tolak peluru)</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sumber Buku Pend. Jas. Olahraga dan Kes. SMP Kelas VII</li> <li>• Kapur</li> <li>• Pluit</li> <li>• Bendera</li> <li>• Meteran</li> <li>• TV</li> <li>• Video</li> </ul>

		<p>mempengaruhi jauhnya lemparan? Apakah arah tolakan mempengaruhi jaunya lemparan? bagaimana hasil lemparan bila peluru dipegang dengan ujung jari tangan atau diletakkan di telapak tangan?.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang manfaat tolak peluru terhadap kesehatan dan kebugaran tubuh serta otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam tolak peluru.</li> </ul> <p><b>Mengumpulkan Informasi</b></p> <p>Menemukan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperagakan gerak awalan, tumpuan, tolakan, dan gerak lanjutan tanpa menggunakan peluru.</li> <li>• Menolak peluru ke berbagai arah tanpa awalan dengan menunjukkan nilai disiplin</li> <li>• Menolak peluru ke depan dengan berbagai jenis tolakan dengan menunjukkan nilai disiplin</li> </ul>			
--	--	---	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menolak peluru ke depan dengan berbagai jenis awalan dengan menunjukkan nilai disiplin</li> <li>• Melakukan setiap gerak dasar fundamental dasar tolak peluru (memegang peluru, awalan, tolakan, dan gerak dasar fundamental ikutan)</li> <li>• Mendiskusikan setiap gerak dasar fundamental tolak peluru (memegang peluru, awalan, tolakan, dan gerak dasar fundamental ikutan) dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental tolak peluru (memegang peluru, awalan, tolakan, dan gerak lanjutan) dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental tolak peluru (memegang peluru, awalan, tolakan, dan gerak lanjutan) dan membuat kesimpulannya.</li> </ul> <p><b>Menalar/Mengasosiasi</b></p>			
--	--	--	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menemukan hubungan antara cara memegang peluru dengan jauhnya tolakan.</li> <li>• Menemukan hubungan antara posisi awalan dengan jauhnya tolakan.</li> <li>• Menemukan pola gerak fundamental tolak (memegang peluru, awalan, tolakan, dan gerak lanjutan) yang sesuai dengan kebutuhan individual.</li> </ul> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menerapkan berbagai keterampilan gerak fundamental tolak peluru (memegang peluru, awalan, tolakan, dan gerak lanjutan) dalam perlombaan tolak peluru dengan peraturan yang dimodifikasi serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</li> <li>• Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan.</li> <li>• Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebihan.</li> </ul>			
--	--	--	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memberikan saran perbaikan gerak dasar fundamental tolak peluru (memegang peluru, awalan, tolakan, dan gerak lanjutan) kepada teman selama melakukan pembelajaran</li> <li>• Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan gerak dasar fundamental tolak peluru dengan menunjukkan kerjasama</li> </ul>			
<p>3.4 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental olahraga beladiri. (KD buku dan Silabus)</p> <p>4.4 Mempraktikkan teknik dasar olahraga beladiri dengan menekankan gerak dasar fundamentalnya. (KD buku dan Silabus)</p>	Pembelajaran Bela diri Pencak silat **)	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membaca informasi tentang gerak fundamental olahraga beladiri (kuda-kuda, pola langkah, pukulan, tendangan, dan elakan) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau</li> <li>• Mengamati peragaan guru guru/teman dan atau perlombaan olahraga beladiri di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak dasar fundamental olahraga beladiri (kuda-kuda, pola langkah, pukulan, tendangan, dan elakan) dan membuat catatan hasil pengamatan.</li> </ul>	<p><b>Pengetahuan:</b></p> <p>Melalui tes tertulis/lisan atau penugasan tentang konsep dan prinsip gerak fundamental olahraga pencaksilat</p> <p><b>Keterampilan:</b></p> <p>Melalui unjuk kerja/praktik, proyek, atau</p>	9 JP	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sumber Buku Pend. Jas.Olahraga dan Kes. SMP Kelas VII</li> <li>• Gambar peraga macam-macam sikap pasang dan gerak dasar fundamental langkah</li> <li>• Peluit</li> <li>• TV</li> <li>• Video</li> </ul>

		<p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang gerak dasar fundamental olahraga beladiri (kuda-kuda, pola langkah, pukulan, tendangan, dan elakan), misalnya; apakah jenis-kuda mempengaruhi keseimbangan tubuh?, bagaimana jenis kuda-kuda yang baik untuk pola pertahanan atau penyerangan? Bagaimana pukulan yang paling sulit dielakkan oleh lawan?</li> <li>• Mempertanyakan manfaat olahraga beladiri silat terhadap kesehatan dan kebugaran tubuh, serta otot yang dominan bekerja dalam olahraga silat.</li> </ul> <p><b>Mengumpulkan Informasi</b></p> <p>Menemukan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan berbagai gerak dasar fundamental kuda-kuda (kuda-kuda depan, belakang, samping, dan silang)</li> </ul>	<p>portofolio tentang keterampilan gerak fundamental olahraga pencaksilat</p>		
--	--	---	---	--	--

		<p>dalam olahraga silat dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan berbagai gerak dasar fundamental pola melangkah (lurus, zigzag, huruf U, segitiga, segi empat, dan huruf S) dalam olahraga silat dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin</li> <li>• Melakukan berbagai gerak dasar fundamental memukul (depan, samping, dan bandunl) dalam olahraga silat dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin</li> <li>• Melakukan berbagai gerak dasar fundamental menendang (depan, samping, dan huruf T) dalam olahraga silat dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin</li> <li>• Melakukan berbagai gerak dasar fundamental elakan/tangkisan (luar, dalam, atas, dan bawah) dalam olahraga silat dengan menunjukkan nilai percaya diri dan disiplin</li> </ul> <p><b>Menalar/Mengasosiasi</b></p>			
--	--	---	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menemukan hubungan antara jenis kuda-kuda dengan faktor keseimbangan tubuh.</li> <li>• Menemukan hubungan antara pola langkah dengan jenis pukulan.</li> <li>• Menemukan hubungan antara jenis elakan dengan posisi togok, dan pertanyaan lainnya.</li> </ul> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menerapkan berbagai ketarampilan gerak fundamental olahraga beladiri (kuda-kuda, pola langkah, pukulan, tendangan, dan elakan) dalam pertandingan pencak silat dengan peraturan yang dimodifikasi dan menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</li> <li>• Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebihan</li> <li>• Memberikan saran perbaikan gerak dasar fundamental olahraga beladiri (kuda-kuda, pola langkah, pukulan,</li> </ul>			
--	--	--	--	--	--

		<p>tendangan, dan elakan) kepada teman selama melakukan pembelajaran</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang gerak dasar fundamental olahraga pencaksilat dengan menunjukkan kerjasama</li> </ul>			
<p>3.5 Memahami konsep latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan, dan pengukuran hasilnya. (KD buku dan Silabus)</p> <p>4.5 Mencoba mengukur komponen kebugaran jasmani terkait kesehatan dan keterampilan berdasarkan norma instrumen yang digunakan. (KD buku dan Silabus)</p>	Kebugaran Jasmani	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membaca informasi tentang konsep latihan peningkatan kebugaran jasmani dan cara pengukurannya dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau</li> <li>• Mengamati peragaan guru guru/teman dan atau latihan peningkatan kebugaran jasmani di TV/Video dan dan membuat catatan hasil pengamatan.</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang komponen kebugaran jasmani dan cara pengukurannya, misalnya; faktor apakah yang mempengaruhi</li> </ul>	<p><b>Pengetahuan:</b></p> <p>Melalui tes tertulis/lisan atau penugasan tentang konsep dan prinsip latihan pengembangan kebugaran jasmani dan cara pengukurannya</p> <p><b>Keterampilan:</b></p> <p>Melalui unjuk kerja/praktik, projek, atau portofolio tentang</p>	9 JP	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sumber Buku Pend. Jas.Olahraga dan Kes. SMP Kelas VII</li> <li>• Gambar peraga senam lantai</li> <li>• Matras</li> <li>• Peluit</li> <li>• TV</li> <li>• Video</li> </ul>

		<p>kebugaran jasmani? Apakah tindakan yang akan kamu lakukan apabila kebugaran jasmanimu kategori rendah? Apakah jenis latihan untuk meningkatkan kekuatan otot tungkai dan lengan? dan pertanyaan lainnya yang berkaitan dengan komponen kebugaran.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang manfaat latihan kebugaran terhadap kesehatan.</li> <li>• Mempertanyakan dampak aktivitas fisik terhadap kebugaran jantung, paru, dan peredaran darah.</li> </ul> <p><b>Mengumpulkan Informasi</b></p> <p>Menemukan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan berbagai latihan untuk meningkatkan kekuatan otot-otot tungkai</li> <li>• Melakukan berbagai latihan untuk meningkatkan kekuatan otot-otot perut</li> </ul>	<p>latihan pengembangan kebugaran jasmani dan cara pengukurannya</p>		
--	--	--	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan berbagai latihan untuk meningkatkan kekuatan otot-otot lengan</li> <li>• Melakukan berbagai latihan untuk meningkatkan kelenturan tubuh</li> <li>• Melakukan bentuk-bentuk tes kebugaran jasmani</li> <li>• Mendiskusikan dan membuat kesimpulan berkaitan dengan latihan kebugaran yang dapat meningkatkan kekuatan otot dan daya tahan tubuh.</li> </ul> <p><b>Menalar/Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menemukan hubungan antara latihan kebugaran dengan kebugaran jantung, paru, dan peredaran darah.</li> <li>• Menemukan jenis-jenis latihan yang dapat meningkatkan kekuatan, kelenturan, komposisi tubuh, dan kebugaran jantung, paru, dan peredaran darah</li> <li>• Menemukan hubungan antara latihan fisik dengan komposisi tubuh, dan kebugaran jantung, paru, dan peredaran darah</li> </ul>			
--	--	--	--	--	--

		<p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperagakan berbagai latihan untuk meningkatkan kekuatan, kelenturan, komposisi tubuh, dan kebugaran jantung, paru, dan peredaran darah serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</li> <li>• Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan</li> <li>• Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan pembelajaran</li> </ul>			
<p>3.6 Memahami konsep gabungan pola gerak dominan dalam bentuk rangkaian keterampilan dasar senam lantai. (KD buku dan Silabus)</p> <p>4.6 Mempraktikkan</p>	Senam Lantai	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membaca informasi tentang konsep senam lantai dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau</li> <li>• Mengamati peragaan guru guru/teman dan atau pola gerak dominan dalam bentuk rangkaian gerak dasar senam lantai (guling depan, belakang, dan guling) di</li> </ul>	<p><b>Pengetahuan:</b></p> <p>Melalui tes tertulis/lisan atau penugasan tentang konsep dan prinsip pola gerak dominan dalam bentuk rangkaian gerak</p>	12 JP	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sumber Buku Pend. Jas.Olahraga dan Kes. SMP Kelas VII</li> <li>• Gambar pearaga gerak dasar fundamentala n langkah kaki</li> </ul>

<p>gabungan pola gerak dominan menuju teknik dasar senam lantai. (KD buku dan Silabus)</p>		<p>TV/Video dan membuat catatan hasil pengamatan.</p> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempertanyakan konsep gerakan (guling depan, belakang, dan guling) dengan menunjukkan nilai kerjasama dan toleransi</li> </ul> <p><b>Mengumpulkan Informasi</b></p> <p>Menemukan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan gerakan guling ke depan dari posisi jongkok yang dibantu/tidak dibantu oleh teman</li> <li>• Melakukan gerakan mengguling ke depan dari posisi berdiri yang dibantu/tidak dibantu oleh teman</li> <li>• Melakukan gerakan mengguling ke depan dari posisi jongkok yang dibantu/tidak dibantu oleh teman</li> <li>• Melakukan gerakan mengguling ke belakang dari posisi jongkok yang dibantu/tidak dibantu oleh teman</li> </ul>	<p>dasar senam lantai (guling depan, belakang, dan guling)</p> <p><b>Keterampilan:</b></p> <p>Melalui unjuk kerja/praktik, proyek, atau protfolio tentang pola gerak dominan dalam bentuk rangkaian gerak dasar senam lantai (guling depan, belakang, dan guling).</p>	<p>dan ayuna lengan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kaset</li> <li>• TV</li> <li>• Video</li> </ul>
--	--	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan gerakan guling lenting secara perseorangan dan berpasangan</li> <li>• Melakukan gerakan rangkaian gerakan guling ke depan, belakang dan guling lenting secara individual, berpasangan dan berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, toleransi, dan disiplin.</li> <li>• Mendiskusikan dan membuat kesimpulan berkaitan dengan pembelajaran senam lantai yang telah dipelajari.</li> </ul> <p><b>Menalar/Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menemukan kesalahan-kesalahan yang sering terjadi dalam (guling depan, belakang, dan guling)</li> </ul> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperagakan (guling depan, belakang, dan guling lenting) secara parsial</li> </ul>			
--	--	--	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan peramaian</li> <li>• Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih</li> <li>• Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama aktivitas pembelajaran senam lantai.</li> </ul>			
<p>3.7 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental (langkah dan ayunan lengan) dalam bentuk rangkaian keterampilan dasar aktivitas gerak ritmik. (KD buku dan Silabus)</p> <p>4.7 Mempraktikkan aktivitas pola gerak melangkah dan irama gerak dalam aktivitas</p>	Aktivitas Gerak Berirama	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membaca informasi tentang gerak fundamental melangkah dan mengayunkan lengan berirama dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau</li> <li>• Mengamati peragaan guru guru/teman dan atau keterampilan gerak fundamental melangkah dan mengayunkan lengan berirama di TV/Video dan membuat catatan hasil pengamatan.</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p>	<p><b>Pengetahuan:</b></p> <p>Melalui tes tertulis/lisan atau penugasan tentang konsep dan prinsip keterampilan gerak fundamental melangkah dan mengayunkan lengan berirama.</p> <p><b>Keterampilan:</b></p>	9 JP	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sumber Buku Pend. Jas.Olahraga dan Kes. SMP Kelas VII</li> <li>• Gambar peraga bentuk-bentuk latihan kekuatan otot dan daya tahan tubuh</li> <li>• Beban</li> <li>• Peluit</li> <li>• Stopwatch</li> </ul>

<p>gerak. (KD buku dan Silabus)</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempertanyakan hal-hal yang mempengaruhi gerak dasar (gerak langkah kaki, ayunan satu dan dua lengan) .</li> <li>• Mempertanyakan manfaat aktivitas berirama terhadap kebugaran dan kesehatan tubuh</li> <li>• Mempertanyakan otot-otot yang dominan bekerja dalam melakukan (gerak langkah kaki, ayunan satu dan dua lengan) .</li> <li>• Mempertanyakan jenis latihan untuk meningkatkan aktivitas gerak berirama.</li> </ul> <p><b>Mengumpulkan Informasi</b></p> <p>Menemukan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan gerak langkah berirama dalam berbagai variasi secara individual, berpasangan dan berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, toleransi, dan disiplin.</li> <li>• Melakukan gerak mengayukan lengan berirama dalam berbagai variasi</li> </ul>	<p>Melalui unjuk kerja/praktik, projek, atau portofolio tentang keterampilan gerak fundamental melangkah dan mengayukan lengan berirama..</p>		
-------------------------------------	--	--	---	--	--

		<p>secara individual, berpasangan dan berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasaman, toleransi, dan disiplin.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengkombinasikan gerak melangkah dan mengayunkan lengan ke berbagai arah dengan berbagai variasi dengan menunjukkan nilai kerjasaman, toleransi, dan disiplin.</li> <li>• Mendiskusikan dan membuat kesimpulan berkaitan dengan aktifitas berirama yang telah dipelajari</li> </ul> <p><b>Menalar/Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menemukan hubungan pola gerak langkah dan ayunan lengan dengan faktor estetika gerak</li> <li>• Menemukan kesalahan-kesalahan yang dilakukan dalam melakukan aktivitas gerak berirama</li> <li>• Menemukan cara memperbaiki kesalahan dalam melakukan pola gerak melangkah dan mengayunkan lengan berirama.</li> </ul>			
--	--	---	--	--	--

		<p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan rangkaian gerak melangkah kaki dan mengayunkan lengan ke berbagai arah sesuai dengan irama/ketukan yang dipilih secara koordinatif dan menjaga pelurusan persendian (<i>body alignment</i>).</li> <li>• Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan peramaian</li> <li>• Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih</li> <li>• Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan pembelajaran</li> <li>• Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang keterampilan aktivitas gerak berirama</li> </ul>			
3.8 Memahami konsep keterampilan dasar dua gaya renang yang berbeda. (KD	Aktivitas Air Renang gaya dada *)	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membaca informasi tentang keterampilan gerak renang gaya dada dan tata tertib di kolam renang, atau</li> </ul>	<p><b>Pengetahuan:</b></p> <p>Melalui tes tertulis/lisan atau penugasan tentang</p>	12 JP	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sumber Buku Pend. Jas.Olahraga dan Kes. SMP Kelas VII</li> </ul>

<p>buku dan Silabus)</p> <p>4.8 Mempraktikkan satu atau dua teknik dasar gaya renang dengan koordinasi yang baik dengan jarak tertentu*(KD buku dan Silabus)</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengamati peragaan guru guru/teman dan atau di TV/Video tentang renang gaya dada dan membuat catatan hasil pengamatan.</li> <li>• Mengamati perlombaan renang secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang konsep gerak dasar renang gaya dada dan membuat catatan hasil pengamatan.</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempertanyakan tentang konsep gerak dasar renang gaya dada, misalnya ; apakah tingkat kecemasan mempengaruhi kemampuan berenang?, apakah kemiringan tubuh didalam air mempengaruhi gaya mengapung? Apakah ayunan dan tarikan lengan mempengaruhi jarak renang ?</li> </ul> <p><b>Mengumpulkan Informasi</b></p> <p>Menemukan jawaban atas pertanyaan sebelumnya melalui kegiatan:</p>	<p>konsep dan prinsip keterampilan gerak fundamental renang gaya dada</p> <p><b>Keterampilan:</b></p> <p>Melalui unjuk kerja/praktik, projek, atau protfolio tentang keterampilan gerak fundamental renang gaya dada.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gambar peraga renang gaya dada</li> <li>• Pelampung</li> <li>• Peluit</li> <li>• TV</li> <li>• Video</li> <li>• Topi renang</li> </ul>
--	--	---	---	---

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan gerak dasar fundamental pengenalan air: duduk di tepi kolam, kedua kaki dimasukkan ke dalam air, gerak dasar fundamental kaki menendang dilakukan bersama-sama meningkatkan disiplin, percaya diri, dan memiliki motivasi</li> <li>• Melakukan gerak dasar fundamental meluncur bertolak pada dinding kolam, kedua tangan memegang pelampung</li> <li>• Melakukan gerak dasar fundamental kaki renang gaya dada berpasangan kedua lengan dipegang teman</li> <li>• Melakukan gerak dasar fundamental lengan renang gaya dada kedua kaki dipegang teman</li> <li>• Melakukan gerak dasar fundamental dasar pernapasan renang gaya dada</li> <li>• Melakukan kombinasi gerak dasar fundamental kaki, lengan, pernapasan renang gaya dada dengan koordinasi yang baik.</li> <li>• Melakukan renang gaya dada menempuh jarak 10 meter.</li> <li>• Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang gerak dasar fundamental renang gaya dada secara</li> </ul>			
--	--	--	--	--	--

		<p>sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama</p> <p><b>Menalar/Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menemukan hubungan penggunaan gaya renang dengan jarak berenang</li> <li>• Menemukan hubungan aktivitas renang dengan kesehatan tubuh</li> <li>• Menemukan hubungan tata-tertib di kolam renang dengan kesehatan dan keselamatan</li> </ul> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Berenang gaya dada dengan menerapkan konsep gerak dasar berenang serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</li> <li>• Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan renang</li> <li>• Memberikan saran perbaikan gerak dasar kepada teman selama melakukan renang gaya dada</li> </ul>			
--	--	--	--	--	--

<p>3.9 Memahami tindakan P3K pada kejadian darurat, baik pada diri sendiri maupun orang lain. (KD buku dan Silabus)</p> <p>4.9 Mencoba mempraktikkan tindakan P3K pada kejadian darurat, baik pada diri sendiri maupun orang lain. (KD buku dan Silabus)</p>	<p>Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K)</p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membaca konsep tindakan P3K pada kejadian darurat dari media cetak dan atau elektronik, atau</li> <li>• Mengamati peragaan guru/teman/TV/Video tentang tindakan P3K pada kejadian darurat dan membuat catatan hasil kajian</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempertanyakan arti penting tindakan P3K pada kejadian darurat, jenis pertolongan pertama pada kecelakaan</li> <li>• Mempertanyakan peralatan-peralatan yang dibutuhkan untuk tindakan P3K</li> </ul> <p><b>Mengumpulkan Informasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan simulasi P3K terhadap cedera ringan</li> <li>• Mendiskusikan konsep dan prinsip tentang P3K secara berkelompok,</li> </ul>	<p><b>Pengetahuan:</b></p> <p>Melalui tes tertulis/lisan atau penugasan tentang konsep dan prinsip tindakan P3K pada kejadian darurat</p> <p><b>Keterampilan:</b></p> <p>Melalui unjuk kerja/praktik, proyek, atau portofolio tentang tindakan P3K pada kejadian darurat</p>	<p>3 JP</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sumber Buku Pend. Jas.Olahraga dan Kes. SMP Kelas VII</li> <li>• Gambar/iliustrasi P3K</li> <li>• Peralatan P3K</li> </ul>

		<p>mengajukan pertanyaan berkaitan dengan jenis cedera yang berpotensi terjadi saat melakukan aktivitas fisik, apa solusi terhadap persoalan tersebut.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menyebutkan tujuan P3K, tindakan kegawatdarutan selama melakukan aktivitas fisik.</li> <li>• Membuat suatu tulisan atau kesimpulan dari bacaan P3K secara berkelompok</li> </ul> <p><b>Menalar/Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menemukan hubungan tindakan P3K dengan resiko cedera</li> <li>• Menemukan jenis pertolongan pertama pada kecelakaan yang tepat untuk jenis cedera yang dialami selama melakukan aktivitas fisik</li> </ul> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan simulasi pertolongan pertama pada cedera ringan saat melakukan aktivitas fisik</li> </ul>			
--	--	---	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memaparkan konsep P3K pada cedera ringan</li> </ul>			
<p>3.10 Memahami konsep gaya hidup sehat untuk mencegah berbagai penyakit. (KD buku dan Silabus)</p> <p>4.10 Mencoba menerapkan konsep gaya hidup sehat untuk mencegah berbagai penyakit. (KD buku dan Silabus)</p>	Pola Hidup Sehat	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membaca konsep gaya hidup sehat untuk mencegah berbagai penyakit</li> <li>• Mencari informasi gaya hidup sehat dan gaya hidup tidak sehat dan kaitannya dengan berbagai penyakit dan membuat catatan hasil kajian</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempertanyakan tentang gaya hidup yang mempengaruhi kesehatan</li> <li>• Mempertanyakan berbagai penyakit yang disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat</li> </ul> <p><b>Mengumpulkan Informasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mendiskusikan bacaan tentang gaya hidup sehat dan gaya hidup tidak sehat secara berkelompok</li> <li>• Mendiskusikan UKS dan membuat ringkasan hasil diskusi</li> </ul>	<p><b>Pengetahuan:</b></p> <p>Melalui tes tertulis/lisan atau penugasan tentang konsep gaya hidup sehat</p> <p><b>Keterampilan:</b></p> <p>Protfolio tentang tentang konsep gaya hidup sehat</p>	3 JP	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sumber Buku Pend. Jas.Olahraga dan Kes. SMP Kelas VII</li> <li>• Gambar gaya hidup sehat</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membuat suatu tulisan atau kesimpulan gaya hidup sehat dan gaya hidup tidak sehat secara berkelompok/individu</li> </ul> <p><b>Menalar/Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menemukan hubungan gaya hidup sehat dan berbagai penyakit</li> <li>• Menemukan hubungan gaya hidup sehat dan berbagai penyakit</li> </ul> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memaparkan hasil kajian hubungan gaya hidup sehat dan berbagai penyakit secara berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama dan toleransi.</li> </ul>			
--	--	---	--	--	--

Catatan:

\*) Merupakan pembelajaran pilihan yang pelaksanaan pembelajarannya disesuaikan dengan kondisi dan situasi sekolah.

\*\*\*) Pembelajaran pencak silat dapat digantikan dengan beladiri yang lainnya, disesuaikan dengan situasi dan kondisi sekolah



## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP Negeri 3 Pakem  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : VII/Satu  
Materi Pokok : Permainan Bola Basket  
Alokasi Waktu : 2 Pertemuan ( 6 Jam Pelajaran )

### A. Kompetensi Inti

3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

KD	Indikator
3.1 Memahami gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional	3.1.1 Siswa dapat menjelaskan gerak spesifik permainan bola basket dengan baik dan benar
4.1 Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional	4.1.1 Siswa dapat melakukan gerak spesifik permainan bola basket dengan baik dan benar

### B. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa mampu mensyukuri atas nikmat yang diberikan oleh Tuhan
- b. Siswa mampu mengembangkan perilaku sportif, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, kerja sama, toleransi, disiplin, serta sikap menerima kekalahan dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes
- c. Siswa mampu menjelaskan gerak spesifik permainan bola basket dengan baik dan benar
- d. Siswa mampu mempraktikkan gerak spesifik permainan bola basket dengan baik dan benar

### C. Materi

**D. Metode Pembelajaran**

Pendekatan : Pendekatan Ilmiah (Scientific approach)

Metode : Komando, Tanya Jawab, Demonstrasi

**E. Sarana dan Prasarana Pembelajaran**

1. Lapangan
2. Bola Basket
3. Cone

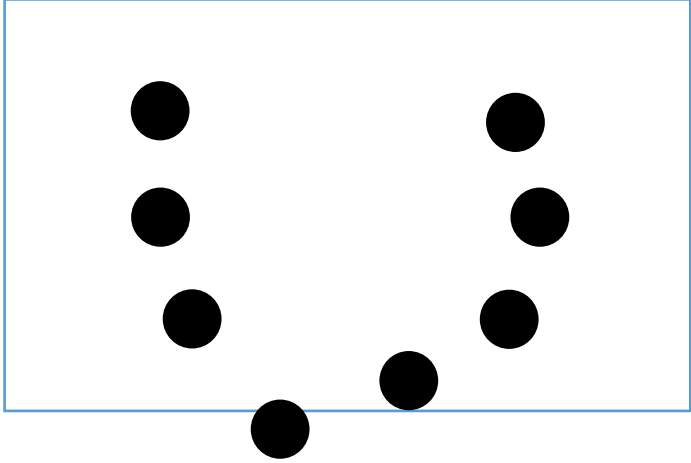
**F. Sumber Belajar**

1. Muhajir. 2016. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP Kelas VII*. Jakarta : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.

**G. Langkah-langkah Pembelajaran**

**Pertemuan 1**

Langkah/Tahap	Kegiatan Pembelajaran
---------------	-----------------------

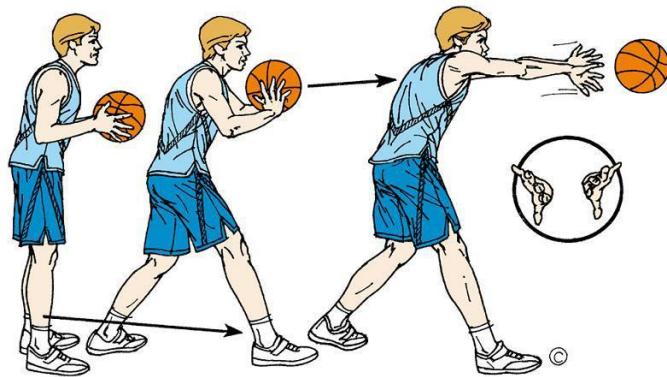
<p><b>Pendahuluan ( 20 menit )</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membariskan siswa, berhitung, memimpin doa, melakukan presensi dan menanyakan kondisi siswa terutama tentang kondisi fisik/ kesehatan serta apersepsi (memotivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran).</li> <li>2. Melakukan pemanasan dengan permainan Permainan untuk pemanasan adalah “Menjala ikan” <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa diberikan perintah untuk membuat lingkaran</li> <li>2. Guru memerintahkan 2 siswa untuk menjadi jaring dan siswa yang lain menjadi ikan</li> </ol> <p>Aturan permainan :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa yang menjadi jaring bertugas menjaring siswa yang menjadi ikan</li> <li>2. Apabila siswa yang menjadi ikan tersentuh maka siswa tersebut bergabung menjadi jaring</li> <li>3. Lakukan permainan sampai siswa yang menjadi ikan habis</li> </ol> <p>Gambar :</p>  </li> </ol>
<p><b>Kegiatan Inti (90 Menit )</b></p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik mengamati video yang diberikan oleh guru tentang gerak spesifik permainan bola basket</li> <li>• Peserta didik mengamati slide yang ditampilkan oleh guru</li> <li>• Peserta didik mengamati guru melakukan gerak spesifik permainan bola basket</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p>

- Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengajukan pertanyaan terkait hasil pengamatan mereka tentang gerak spesifik permainan bola basket

**Mencoba**

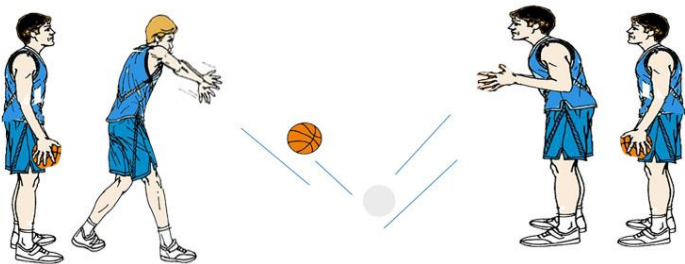
- Peserta didik dibagi menjadi beberapa kelompok dan bertugas untuk mendiskusikan hasil pengamatan yang sudah dilakukan
- Peserta didik melakukan chest pass secara berkelompok

Gambar:



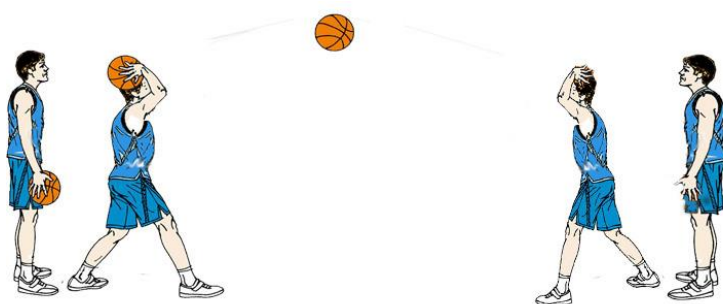
- Peserta didik melakukan bounce pass secara berkelompok

Gambar:



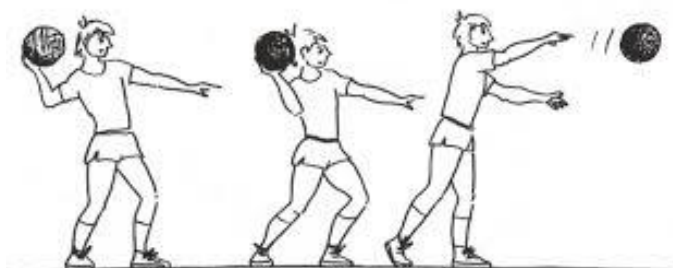
- Peserta didik melakukan overhead pass secara berkelompok

Gambar :



- Peserta didik melakukan mengoperkan bola dari samping atas kepala

Gambar :



- Peserta didik melakukan mengoperkan bola lengkung samping

Gambar :

- Peserta didik melakukan mengoperkan bola dari bawah

Gambar :



Gambar 1.44 Cara melakukan lemparan bawah permainan bola basket

b. Pembelajaran Teknik Menangkap Bola

Antara lemparan (operan) dan menangkap bola merupakan dua unsur yang sulit dipisahkan. Sebab untuk melakukan lemparan biasanya dimulai dari menangkap bola terlebih dahulu.

Cara menangkap bola adalah sebagai berikut:

- 1) Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu, lurus sedikit ditegak.
- 2) Kedua tangan lurus ke depan dan kedua telapak tangan menghadap ke depan serta jari-jari tangan terbuka.
- 3) Kemudian suruh teman melempar bola setinggi dada ke arahmu.
- 4) Lalu tangkap bola tersebut dan bawalah ke arah dada.

Selama pembelajaran ini coba peserta didik amati dan rasakan gerakan melempar yang enak dirasakan, lalu lakukan saling mengoperkan gerakan yang dilakukan oleh teman.



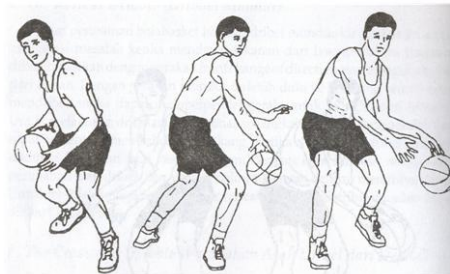
Gambar 1.45 Cara menangkap bola permainan bola basket

c. Bentuk-Bentuk Pembelajaran Melempar dan Menangkap Bola

Gerakan melempar dan menangkap bola basket dapat dilakukan dengan cara berpasangan dan berkelompok. Bentuk-bentuk pembelajaran melempar dan menangkap bola basket antara lain sebagai berikut.

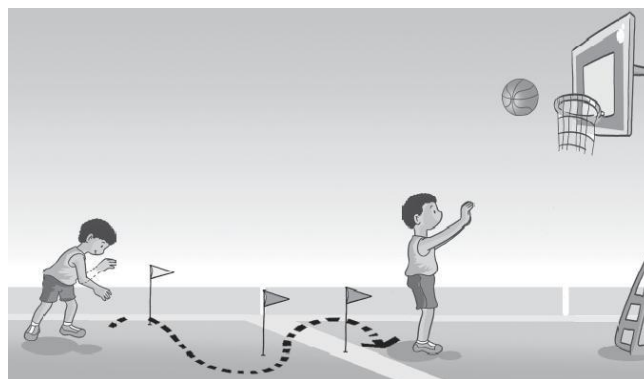
- Peserta didik melakukan dribble bola di tempat terlebih dahulu

Gambar :



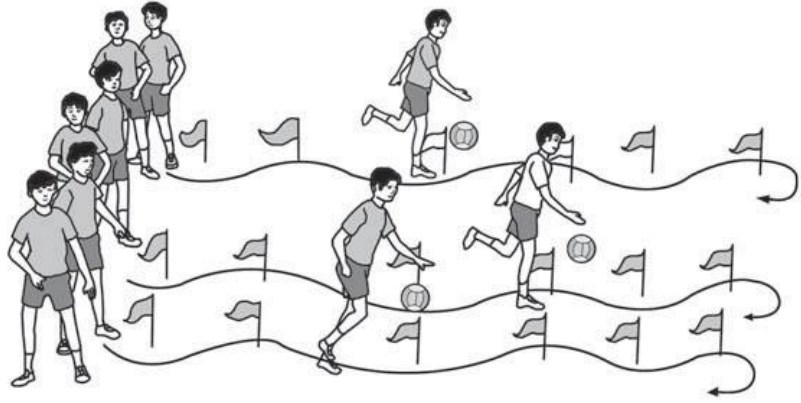
- Peserta didik melakukan dribble bola melewati cone sambil berjalan

Gambar :



- Peserta didik melakukan dribble bola melewati cone sambil berlari

Gambar :



#### **Menalar**

- Peserta didik menemukan gerak spesifik permainan bola basket yang sudah mereka lakukan tadi

#### **Mengomunikasikan**

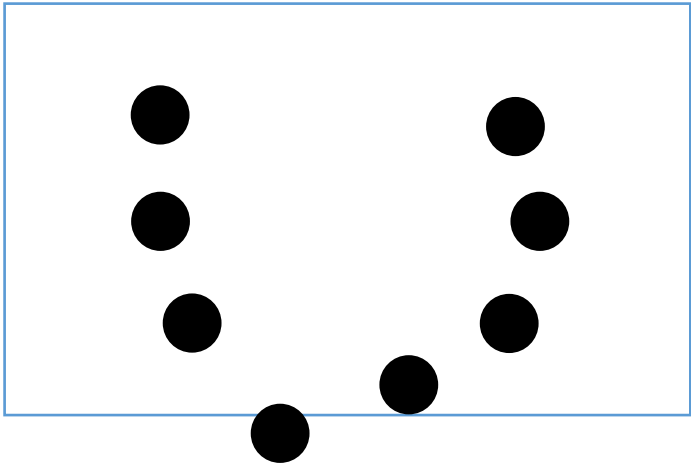
- Peserta didik melakukan permainan dengan memadukan semua passing dan dribble secara berkelompok

#### **Penutup (10 menit)**

- Guru memberikan perintah untuk melakukan pendinginan dengan melakukan peregangan berpasangan dengan teman.  
Gambar :
- Guru memberikan sedikit penjelasan mengenai kesimpulan dari kegiatan yang telah dilakukan dan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya
- Guru memberikan evaluasi terhadap pembelajaran yang sudah dilakukan.
- Guru memberikan tugas kepada siswa untuk terus meningkatkan gerakan tungkai gaya punggung supaya dapat terciptanya otomatisasi gerakan
- Guru membariskan dan menghitung siswa kembali.
- Guru memimpin doa syukur agar pembelajaran yang telah dilakukan dapat bermakna baik untuk masa depan.
- Guru mengakhiri pembelajaran dengan membubarkan siswa.

**Pertemuan 2**

<b>Langkah/Tahap</b>	<b>Kegiatan Pembelajaran</b>
----------------------	------------------------------

<p><b>Pendahuluan ( 20 menit )</b></p>	<p>1. Membariskan siswa, berhitung, memimpin doa, melakukan presensi dan menanyakan kondisi siswa terutama tentang kondisi fisik/ kesehatan serta apersepsi (memotivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran).</p> <p>Melakukan pemanasan dengan permainan</p> <p>Permainan untuk pemanasan adalah “Menjala ikan”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa diberikan perintah untuk membuat lingkaran</li> <li>• Guru memerintahkan 2 siswa untuk menjadi jaring dan siswa yang lain menjadi ikan</li> </ul> <p>Aturan permainan :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa yang menjadi jaring bertugas menjaring siswa yang menjadi ikan</li> <li>• Apabila siswa yang menjadi ikan tersentuh maka siswa tersebut bergabung menjadi jaring</li> <li>• Lakukan permainan sampai siswa yang menjadi ikan habis</li> </ul> <p>Gambar :</p> 
<p><b>Kegiatan Inti (90 Menit )</b></p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik mengamati video yang diberikan oleh guru tentang gerak spesifik permainan bola basket</li> <li>• Peserta didik mengamati slide yang ditampilkan oleh guru</li> <li>• Peserta didik mengamati guru melakukan gerak spesifik permainan bola basket</li> </ul>

**Menanya**

- Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengajukan pertanyaan terkait hasil pengamatan mereka tentang gerak spesifik permainan bola basket

**Mencoba**

- Peserta didik dibagi menjadi beberapa kelompok dan bertugas untuk mendiskusikan hasil pengamatan yang sudah dilakukan
- Peserta didik melakukan latihan shooting dari jarak 5 meter

Gambar:



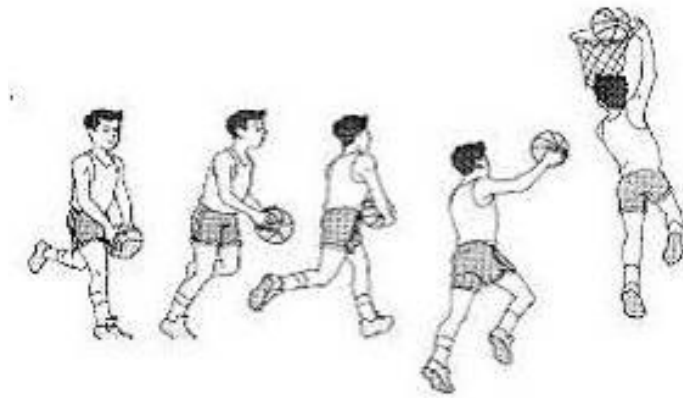
- Peserta didik melakukan latihan shooting dari jarak 10 meter

Gambar:



- Peserta didik melakukan latihan langkah lay-up shoot

Gambar :



- Peserta didik melakukan latihan lay-up shoot dari sebelah kanan

Gambar :



- Peserta didik melakukan latihan lay-up shoot dari sebelah kiri

Gambar :



### **Menalar**

- Peserta didik menemukan gerak spesifik permainan bola basket yang sudah mereka lakukan tadi

### **Mengomunikasikan**

- Peserta didik melakukan rangkaian gerakan passing, dribble, shoot dan lay-up shoot

<b>Penutup (10 menit)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru memberikan perintah untuk melakukan pendinginan dengan melakukan peregangan berpasangan dengan teman. Gambar :</li> <li>• Guru memberikan sedikit penjelasan mengenai kesimpulan dari kegiatan yang telah dilakukan dan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya</li> <li>• Guru memberikan evaluasi terhadap pembelajaran yang sudah dilakukan.</li> <li>• Guru memberikan tugas kepada siswa untuk terus meningkatkan gerakan tungkai gaya punggung supaya dapat terciptanya otomatisasi gerakan</li> <li>• Guru membariskan dan menghitung siswa kembali.</li> <li>• Guru memimpin doa syukur agar pembelajaran yang telah dilakukan dapat bermakna baik untuk masa depan.</li> <li>• Guru mengakhiri pembelajaran dengan membubarkan siswa.</li> </ul>
-------------------------------	---

## Penilaian

No.	Kompetensi	Teknik	Instrumen	Keterangan
1.	KI 1 dan KI 2	Observasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lembar observasi</li> </ul>	Terlampir
2.	KI 3	Tes tertulis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pilihan ganda</li> <li>• Uraian</li> <li>• Tugas (mandiri atau kelompok)</li> </ul>	Terlampir
3.	KI 4	Kinerja	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Penilaian melakukan gerakan tungkai renang gaya punggung</li> </ul>	Terlampir

## Lampiran Penilaian KI 1

### INSTRUMEN PENILAIAN SIKAP SPIRITUAL (LEMBAR OBSERVASI)

#### A. Petunjuk Umum

1. Instrumen penilaian sikap spiritual ini berupa *Lembar Observasi*.
2. Instrumen ini diisi oleh guru yang mengajar peserta didik yang dinilai.

## B. Petunjuk Pengisian

Berdasarkan pengamatan Anda selama dua minggu terakhir, nilailah sikap tiap peserta didik Anda dengan memberi skor 4, 3, 2, atau 1 pada *Lembar Observasi* dengan ketentuan sebagai berikut:

4 = apabila SELALU melakukan perilaku yang diamati

3 = apabila SERING melakukan perilaku yang diamati

2 = apabila KADANG-KADANG melakukan perilaku yang diamati

1 = apabila TIDAKPERNAH melakukan perilaku yang diamati

## C. Lembar Observasi

### LEMBAR OBSERVASI

Kelas : ....

Semester : ....

Tahun Ajaran : ....

Periode Pengamatan : Tanggal ... s.d. ....

Butir Nilai : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.

Indikator Sikap :

Indikator Sikap	Deskripsi	Skor
1. Menjaga tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya yang diberikan oleh Tuhan.	Selalu menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan	4
	Sering menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan	3
	Kadang-kadang menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan.	2
	Tidak pernah menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan.	1
2. Mengembangkan sikap syukur atas apa yang diberikan oleh Tuhan.	Selalu bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	4
	Sering bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	3
	Kadang-kadang bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	2
	Tidak bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	1

Lembar Penilaian :

No.	Nama Peserta Didik	Skor Aspek yang Dinilai (1 – 4)		Jumlah Perolehan Skor	Skor Akhir	Tuntas/ Tidak Tuntas
		Indikator				
		1	2			
1.						
2.						
3.						
dst						

Pakem,

Mengetahui

.....

Guru Pembimbing PLT,

Mahasiswa,

Tutik, S.Pd

NIP.

Amasia Bingar L A

NIM. 14601244027

## Penilaian KI 2

### INSTRUMEN PENILAIAN SIKAP SOSIAL (LEMBAR OBSERVASI)

#### A. Petunjuk Umum

1. Instrumen penilaian sikap spiritual ini berupa *Lembar Observasi*.
2. Instrumen ini diisi oleh guru yang mengajar peserta didik yang dinilai.

#### B. Petunjuk Pengisian

Berdasarkan pengamatan Anda selama dua minggu terakhir, nilailah sikap tiap peserta didik Anda dengan memberi skor 4, 3, 2, atau 1 pada *Lembar Observasi* dengan ketentuan sebagai berikut:

4 = apabila SELALU melakukan perilaku yang diamati

3 = apabila SERING melakukan perilaku yang diamati

2 = apabila KADANG-KADANG melakukan perilaku yang diamati

1 = apabila TIDAK PERNAH melakukan perilaku yang diamati

#### C. Lembar Observasi

##### LEMBAR OBSERVASI

Kelas : ....  
Semester : ....  
Tahun Ajaran : ....  
Periode Pengamatan : Tanggal ... s.d. ....  
Butir Nilai : Menghayati Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerja sama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.

Indikator Sikap :

Indikator Sikap	Deskripsi	Skor
1. Bermain sportif dalam melakukan permainan.	Selalu berperilaku sportif dalam bermain.	4
	Sering berperilaku sportif dalam bermain.	3
	Kadang-kadang berperilaku sportif dalam bermain.	2
	Tidak pernah berperilaku sportif dalam bermain.	1
2. Menumbuhkan sikap tanggung	Selalu bertanggung jawab saat melakukan permainan.	4

<b>Indikator Sikap</b>	<b>Deskripsi</b>	<b>Skor</b>
jawab saat melakukan permainan.	Sering bertanggung jawab saat melakukan permainan.	3
	Kadang-kadang bertanggung jawab saat melakukan permainan.	2
	Tidak pernah bertanggung jawab saat melakukan permainan..	1
3. Menunjukkan sikap saling menghargai.	Selalu menghargai pendapat orang lain.	4
	Sering menghargai pendapat orang lain.	3
	Kadang-kadang menghargai pendapat orang lain.	2
	Tidak pernah menghargai pendapat orang lain.	1
4. Mengembangkan sikap kerjasama dalam melakukan berbagai permainan olahraga.	Selalu melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	4
	Sering melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	3
	Kadang-kadang melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	2
	Tidak pernah melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	1
5. Menumbuhkan sikap toleransi dalam menggunakan peralatan olahraga.	Selalu menunjukkan sikap toleransi antarteman.	4
	Sering menunjukkan sikap toleransi antarteman.	3
	Kadang-kadang menunjukkan sikap toleransi antarteman.	2
	Tidak pernah menunjukkan sikap toleransi antarteman.	1
6. Menunjukkan sikap disiplin dalam aktivitas olahraga.	Selalu menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	4
	Sering menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	3
	Kadang-kadang menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	2
	Tidak pernah menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	1
7. Memiliki sikap menerima kekalahan dan kemenangan dalam suatu permainan.	Selalu menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	4
	Sering menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	3
	Kadang-kadang menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	2
	Tidak pernah menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	1

Lembar Penilaian :

<b>No.</b>	<b>Nama Peserta Didik</b>	<b>Skor Aspek yang Dinilai (1 – 4)</b>	<b>Jumlah Perolehan Skor</b>	<b>Skor Akhir</b>	<b>Tuntas/ Tidak Tuntas</b>

		Indikator				
		1	2			
1.						
2.						
3.						
dst						

Pakem,

Mengetahui

.....

Guru Pembimbing PLT,

Mahasiswa,

Tutik, S.Pd

Amasia Bingar L A

NIP.

NIM. 14601244027

### PETUNJUK PENENTUAN NILAI SIKAP

1. Rumus Penghitungan Skor Akhir

$$\text{Skor Akhir} = \frac{\text{JumlahPerolehanSkor}}{\text{SkorMaksimal}} \times 4$$

$$\text{Skor Maksimal} = \text{BanyaknyaIndikator} \times 4$$

2. Kategori nilai sikap peserta didik didasarkan pada Permendikbud No 81A Tahun 2013 yaitu:

Sangat Baik (SB) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $3,33 < \text{Skor Akhir} \leq 4,00$

Baik (B) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $2,33 < \text{Skor Akhir} \leq 3,33$

Cukup (C) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $1,33 < \text{Skor Akhir} \leq 2,33$

Kurang (K) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $\text{Skor Akhir} \leq 1,33$

### Penilaian KI 3

#### Uji Kompetensi

- *Kerjakan soal-soal pilihan ganda berikut ini dengan membubuhkan tanda silang (X) pada pilihan jawaban yang tepat! Kerjakanlah dengan jujur! Yakinlah pada kemampuan Anda!*

1. Sebutkan enam gerak spesifik dalam permainan bola basket!
2. Sebutkan macam-macam passing dalam permainan bola basket!
3. Berapa pemain yang dibutuhkan dalam permainan bola basket?
4. Apa kegunaan dari menggiring dalam permainan bola basket?
5. Jelaskan tentang sistem pemberian point dalam permainan bola basket!

## Penilaian KI 4

Indikator Penilaian	Deskripsi	Skor
Siswa dapat melakukan gerak mengoper dalam permainan bola basket yang baik dan benar	Melakukan gerak mengoper secara keseluruhan yang meliputi awalan, melepaskan bola dan gerak lanjutan yang diperintahkan dengan baik	4
	Melakukan gerak mengoper dengan awalan benar, melepaskan bola benar, gerak lanjutan salah	3
	Melakukan gerak mengoper dengan awalan benar, melepaskan bola salah, gerak lanjutan salah	2
	Melakukan gerak mengoper dengan awalan salah, melepaskan bola salah, gerak lanjutan salah	1

Indikator Penilaian	Deskripsi	Skor
Siswa dapat melakukan menggiring bola dalam permainan bola basket yang baik dan benar	Melakukan menggiring dengan hasil pantulan yang benar	4
	Melakukan menggiring dengan hasil pantulan yang lumayan benar	3
	Melakukan menggiring dengan hasil pantulan yang agak benar	2
	Melakukan menggiring dengan hasil pantulan yang tidak benar	1

Indikator Penilaian	Deskripsi	Skor
Siswa dapat melakukan menembak pada permainan bola basket	Melakukan gerakan menembak dengan lutut ditekuk dan hasil tembakan masuk kedalam ring	4
	Melakukan gerakan menembak dengan lutut tidak ditekuk dan hasil tembakan masuk kedalam ring	3
	Melakukan gerakan menembak dengan lutut ditekuk dan hasil tembakan tidak masuk kedalam ring	2
	Melakukan gerakan menembak dengan lutut tidak ditekuk dan hasil tembakan tidak masuk kedalam ring	1

Indikator Penilaian	Deskripsi	Skor
Siswa dapat melakukan lay up shoot pada permainan bola basket	Melakukan lay up shoot dengan langkah yang benar dan bola masuk ke dalam ring	4
	Melakukan lay up shoot dengan langkah yang benar dan bola tidak masuk ke dalam ring	3
	Melakukan lay up shoot dengan langkah yang tidak benar dan bola masuk ke dalam ring	2

Indikator Penilaian	Deskripsi	Skor
	Melakukan lay up shoot dengan langkah yang tidak benar dan bola tidak masuk ke dalam ring	1

No.	Nama Siswa	Skala Nilai				Total Nilai
		1	2	3	4	
1						
2						
3						
4						

$$\text{Skor Akhir} = \frac{\text{Jumlah Perolehan Skor}}{\text{Skor Maksimal}} \times 4$$

$$\text{Skor Maksimal} = \text{Banyaknya Indikator} \times 4$$

NILAI KETUNTASAN KETRAMPILAN	PENGETAHUAN DAN
ANGKA	PREDIKAT
4.00	A
3.67	A-
3.33	B+
3.00	B
<b>2.67</b>	<b>B-</b>
2.33	C+
2.00	C
1.67	C-
1.33	D+
1.00	D

Pakem, .....

Mengetahui  
Guru Pembimbing PLT,

Mahasiswa,

Tutik, S.Pd  
NIP.

Amasia Bingar L A

NIM. 14601244027

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP Negeri 3 Pakem

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : VII/Satu

Materi Pokok : Kebugaran Jasmani

Alokasi Waktu : 120 menit ( 3 Jam Pelajaran )

### H. Kompetensi Inti

3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

<b>KD</b>	<b>Indikator</b>
3.5 Memahami konsep latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan pengukuran hasilnya	3.5.1 Siswa dapat menjelaskan konsep latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan pengukuran hasilnya dengan baik dan benar
4.5 mempraktikkan konsep latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan pengukuran hasilnya	4.5.1 Siswa dapat melakukan konsep latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan pengukuran hasilnya dengan baik dan benar

### I. Tujuan Pembelajaran

- e. Siswa mampu mensyukuri atas nikmat yang diberikan oleh Tuhan
- f. Siswa mampu mengembangkan perilaku sportif, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, kerja sama, toleransi, disiplin, serta sikap menerima kekalahan dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes
- g. Siswa mampu menjelaskan konsep latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan pengukuran hasilnya dengan baik dan benar

- h. Siswa mampu mempraktikkan konsep latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan pengukuran hasilnya dengan baik dan benar

#### J. Materi

Aktivitas Tes Kebugaran Jasmani ( Terlampir )

#### K. Metode Pembelajaran

Pendekatan : Pendekatan Ilmiah (Scientific approach)

Metode : Komando, Tanya Jawab, Demonstrasi

#### L. Sarana dan Prasarana Pembelajaran

1. Peluit
2. Stopwatch
3. Cone
4. Papan Vertical Jump
5. Kapur

#### M. Sumber Belajar

1. Muhajir. 2016. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP Kelas VII*. Jakarta : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.

#### N. Langkah-langkah Pembelajaran

Langkah/Tahap	Kegiatan Pembelajaran	Waktu
<b>Pendahuluan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Membariskan siswa, berhitung, memimpin doa, melakukan presensi dan menanyakan kondisi siswa terutama tentang kondisi fisik/ kesehatan serta apersepsi (memotivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran).</li> <li>4. Melakukan pemanasan dengan gerakan statis dan dinamis serta melakukan stretching</li> </ol>	20'
<b>Kegiatan Inti</b>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik mengamati video yang diberikan oleh guru tentang tes kebugaran jasmani yang akan diberikan</li> <li>• Peserta didik mengamati slide yang ditampilkan oleh guru</li> </ul>	

- Peserta didik mengamati guru melakukan tes kebugaran jasmani yang diberikan

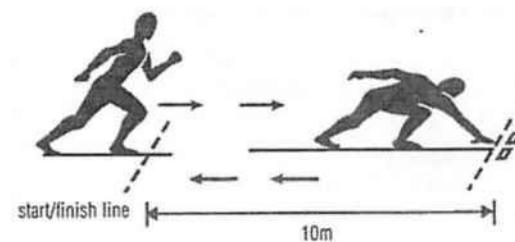
**Menanya**

- Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengajukan pertanyaan terkait hasil pengamatan mereka tentang tes kebugaran jasmani

**Mencoba**

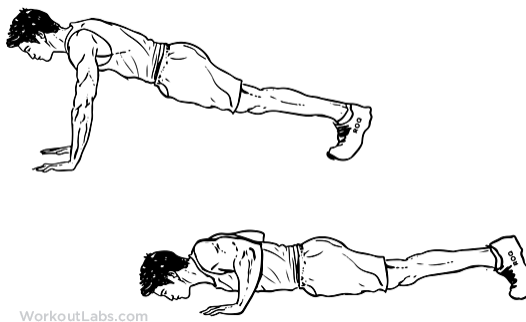
- Peserta didik melakukan tes lari shuttle run untuk mengukur kecepatan lari dengan berpasangan dengan teman

Gambar:



- Peserta didik melakukan gerakan push up untuk mengukur kekuatan otot lengan dengan berpasangan bersama teman

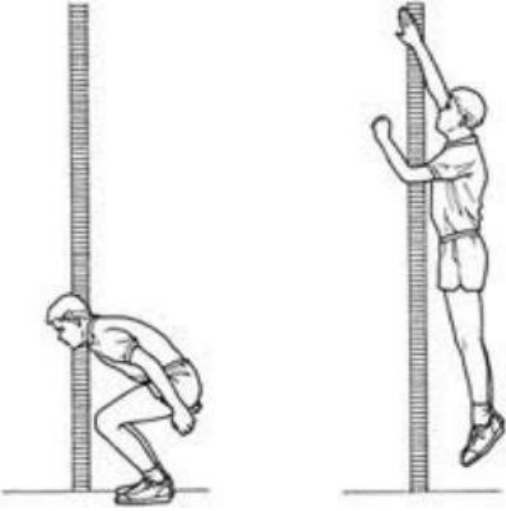
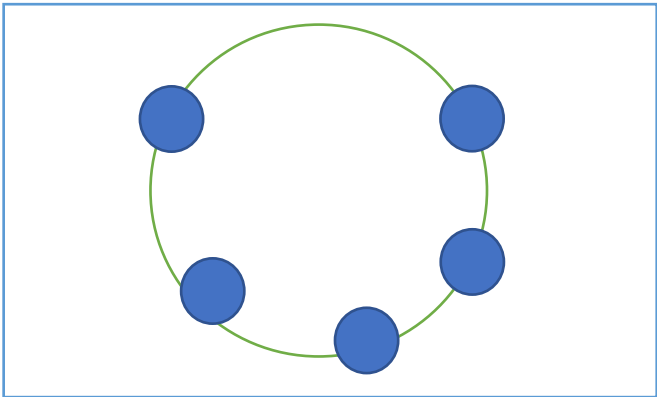
Gambar :



- Peserta didik melakukan gerakan sit up untuk mengukur kekuatan otot perut dengan berpasangan bersama teman

Gambar:



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik melakukan gerakan tes loncat tegak untuk mengukur tingkat daya ledak</li> </ul> <p>Gambar:</p>  <p><b>Menalar</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik menemukan gerakan yang di gunakan untuk tes kebugaran jasmani</li> </ul> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru memberikan perintah peserta didik untuk melakukan rangkaian tes kebugaran jasmani</li> </ul>	
<p><b>Penutup</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru memberikan perintah untuk melakukan pendinginan dengan menggoyangkan kaki dan tangan</li> </ul> <p>Gambar :</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru memberikan sedikit penjelasan mengenai kesimpulan dari kegiatan yang telah dilakukan dan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya</li> <li>• Guru memberikan evaluasi terhadap pembelajaran yang sudah dilakukan.</li> <li>• Guru memberikan tugas kepada siswa untuk terus meningkatkan gerakan tungkai gaya punggung supaya dapat terciptanya otomatisasi gerakan</li> <li>• Guru membariskan dan menghitung siswa kembali.</li> </ul>	<p>10'</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru memimpin doa syukur agar pembelajaran yang telah dilakukan dapat bermakna baik untuk masa depan.</li> <li>• Guru mengakhiri pembelajaran dengan membubarkan siswa.</li> </ul>	
--	---	--

## Penilaian

No.	Kompetensi	Teknik	Instrumen	Keterangan
1.	KI 1 dan KI 2	Observasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lembar observasi</li> </ul>	Terlampir
2.	KI 3	Tes tertulis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pilihan ganda</li> <li>• Uraian</li> <li>• Tugas (mandiri atau kelompok)</li> </ul>	Terlampir
3.	KI 4	Kinerja	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Penilaian melakukan gerakan tungkai renang gaya punggung</li> </ul>	Terlampir

## Lampiran

### Penilaian KI 1

#### INSTRUMEN PENILAIAN SIKAP SPIRITUAL (LEMBAR OBSERVASI)

#### D. Petunjuk Umum

3. Instrumen penilaian sikap spiritual ini berupa *Lembar Observasi*.
4. Instrumen ini diisi oleh guru yang mengajar peserta didik yang dinilai.

#### E. Petunjuk Pengisian

Berdasarkan pengamatan Anda selama dua minggu terakhir, nilailah sikap tiap peserta didik Anda dengan memberi skor 4, 3, 2, atau 1 pada *Lembar Observasi* dengan ketentuan sebagai berikut:

- 4 = apabila SELALU melakukan perilaku yang diamati
- 3 = apabila SERING melakukan perilaku yang diamati
- 2 = apabila KADANG-KADANG melakukan perilaku yang diamati
- 1 = apabila TIDAKPERNAH melakukan perilaku yang diamati

#### F. Lembar Observasi

##### LEMBAR OBSERVASI

Kelas : ....  
 Semester : ....  
 Tahun Ajaran : ....  
 Periode Pengamatan : Tanggal ... s.d. ....  
 Butir Nilai : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.  
 Indikator Sikap :

Indikator Sikap	Deskripsi	Skor
3. Menjaga tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya yang diberikan oleh Tuhan.	Selalu menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan	4
	Sering menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan	3
	Kadang-kadang menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan.	2
	Tidak pernah menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan.	1
4. Mengembangkan sikap syukur atas apa yang diberikan oleh Tuhan.	Selalu bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	4
	Sering bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	3
	Kadang-kadang bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	2
	Tidak bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	1

Lembar Penilaian :

No.	Nama Peserta Didik	Skor Aspek yang Dinilai (1 – 4)		Jumlah Perolehan Skor	Skor Akhir	Tuntas/ Tidak Tuntas
		Indikator				
		1	2			
1.						
2.						
3.						
dst						

Pakem,

Mengetahui

.....

Guru Pembimbing PLT,

Mahasiswa,

Tutik, S.Pd

Amasia Bingar L A

NIP.

NIM. 14601244027

**Penilaian KI 2**

**INSTRUMEN PENILAIAN SIKAP SOSIAL  
(LEMBAR OBSERVASI)**

**D. Petunjuk Umum**

3. Instrumen penilaian sikap spiritual ini berupa *Lembar Observasi*.
4. Instrumen ini diisi oleh guru yang mengajar peserta didik yang dinilai.

**E. Petunjuk Pengisian**

Berdasarkan pengamatan Anda selama dua minggu terakhir, nilailah sikap tiap peserta didik Anda dengan memberi skor 4, 3, 2, atau 1 pada *Lembar Observasi* dengan ketentuan sebagai berikut:

- 4 = apabila SELALU melakukan perilaku yang diamati
- 3 = apabila SERING melakukan perilaku yang diamati
- 2 = apabila KADANG-KADANG melakukan perilaku yang diamati
- 1 = apabila TIDAK PERNAH melakukan perilaku yang diamati

**F. Lembar Observasi**

**LEMBAR OBSERVASI**

Kelas : ....  
 Semester : ....  
 Tahun Ajaran : ....  
 Periode Pengamatan : Tanggal ... s.d. ....  
 Butir Nilai : Menghayati Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerja sama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.

Indikator Sikap :

Indikator Sikap	Deskripsi	Skor
8. Bermain sportif dalam melakukan permainan.	Selalu berperilaku sportif dalam bermainan.	4
	Sering berperilaku sportif dalam bermainan.	3
	Kadang-kadang berperilaku sportif dalam bermainan.	2
	Tidak pernah berperilaku sportif dalam bermainan.	1
9. Menumbuhkan sikap tanggung jawab saat melakukan permainan.	Selalu bertanggung jawab saat melakukan permainan.	4
	Sering bertanggung jawab saat melakukan permainan.	3
	Kadang-kadang bertanggung jawab saat melakukan permainan.	2
	Tidak pernah bertanggung jawab saat melakukan permainan..	1
10. Menunjukkan sikap saling menghargai.	Selalu menghargai pendapat orang lain.	4
	Sering menghargai pendapat orang lain.	3
	Kadang-kadang menghargai pendapat orang lain.	2
	Tidak pernah menghargai pendapat orang lain.	1
11. Mengembangkan sikap kerjasama	Selalu melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	4

Indikator Sikap	Deskripsi	Skor
dalam melakukan berbagai permainan olahraga.	Sering melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	3
	Kadang-kadang melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	2
	Tidak pernah melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	1
12. Menumbuhkan sikap toleransi dalam menggunakan peralatan olahraga.	Selalu menunjukkan sikap toleransi antarteman.	4
	Sering menunjukkan sikap toleransi antarteman.	3
	Kadang-kadang menunjukkan sikap toleransi antarteman.	2
	Tidak pernah menunjukkan sikap toleransi antarteman.	1
13. Menunjukkan sikap disiplin dalam aktivitas olahraga.	Selalu menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	4
	Sering menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	3
	Kadang-kadang menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	2
	Tidak pernah menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	1
14. Memiliki sikap menerima kekalahan dan kemenangan dalam suatu permainan.	Selalu menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	4
	Sering menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	3
	Kadang-kadang menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	2
	Tidak pernah menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	1

Lembar Penilaian :

No.	Nama Peserta Didik	Skor Aspek yang Dinilai (1 – 4)		Jumlah Perolehan Skor	Skor Akhir	Tuntas/ Tidak Tuntas
		Indikator				
		1	2			
1.						
2.						
3.						
dst						

Pakem,

Mengetahui

.....

Guru Pembimbing PLT,

Mahasiswa,

### PETUNJUK PENENTUAN NILAI SIKAP

3. Rumus Penghitungan Skor Akhir

$$\text{Skor Akhir} = \frac{\text{JumlahPerolehanSkor}}{\text{SkorMaksimal}} \times 4$$

$$\text{Skor Maksimal} = \text{BanyaknyaIndikator} \times 4$$

4. Kategori nilai sikap peserta didik didasarkan pada Permendikbud No 81A Tahun 2013 yaitu:

Sangat Baik (SB) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $3,33 < \text{Skor Akhir} \leq 4,00$

Baik (B) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $2,33 < \text{Skor Akhir} \leq 3,33$

Cukup (C) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $1,33 < \text{Skor Akhir} \leq 2,33$

Kurang (K) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $\text{Skor Akhir} \leq 1,33$

#### Penilaian KI 3

#### Uji Kompetensi

- ***Kerjakan soal-soal berikut ini dengan jawaban yang benar. Kerjakanlah dengan jujur! Yakinlah pada kemampuan Anda!***

1. Sebutkan pengertian kebugaran jasmani!
2. Sebutkan macam-macam komponen kebugaran jasmani!
3. Jelaskan apa yang dimaksud kekuatan, kecepatan, kelincahan!
4. Sebutkan contoh tes untuk mengukur kekuatan!
5. Sebutkan contoh tes untuk mengukur kecepatan!

#### Penilaian KI 4

##### Putra

PUSH UP	SIT UP	VERTICAL JUMP	NILAI
20 ke atas	38 ke atas	66 ke atas	5
14-19	28-37	53-65	4
8-13	19-27	42-52	3
4-8	8-18	31-41	2
0-3	0-7	0-30	1

##### Putri

<b>PUSH UP</b>	<b>SIT UP</b>	<b>VERTICAL JUMP</b>	<b>NILAI</b>
14 ke atas	28 ke atas	50 ke atas	5
11-13	19-27	39-49	4
6-10	9-18	30-38	3
3-5	3-8	21-29	2
0-1	0-2	0-20	1

Pakem,

Mengetahui

.....

Guru Pembimbing PLT,

Mahasiswa,

Tutik, S.Pd

Amasia Bingar L A

NIP.

NIM. 14601244027

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP Negeri 3 Pakem  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : VII/Satu  
Materi Pokok : Pola Makan Sehat, Bergizi, dan Seimbang  
Alokasi Waktu : 1 Pertemuan ( 3x40 menit )

### O. Kompetensi Inti

5. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
6. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

<b>KD</b>	<b>Indikator</b>
3.10 Memahami pola makan sehat, bergizi dan seimbang serta pengaruhnya terhadap kesehatan.	3.10.1 Siswa dapat menjelaskan pola makan sehat, bergizi dan seimbang serta pengaruhnya terhadap kesehatan dengan benar
4.10 Memaparkan pola makan sehat, bergizi dan seimbang serta pengaruhnya terhadap kesehatan.	4.10.1 Siswa dapat memaparkan pola makan sehat, bergizi dan seimbang serta pengaruhnya terhadap kesehatan dengan benar

### P. Tujuan Pembelajaran

- i. Siswa mampu mensyukuri atas nikmat yang diberikan oleh Tuhan
- j. Siswa mampu mengembangkan perilaku sportif, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, kerja sama, toleransi, disiplin, serta sikap menerima kekalahan dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes

- k. Siswa mampu menjelaskan pola makan sehat, bergizi dan seimbang serta pengaruhnya terhadap kesehatan dengan benar
- l. Siswa mampu memaparkan pola makan sehat, bergizi dan seimbang serta pengaruhnya terhadap kesehatan dengan benar

**Q. Materi**

Pola Makan Sehat, Bergizi dan Seimbang ( Terlampir )

**R. Metode Pembelajaran**

Pendekatan : Pendekatan Ilmiah (Scientific approach)  
 Metode : Komando, Tanya Jawab, Demonstrasi

**S. Sarana dan Prasarana Pembelajaran**

- 1. Buku Pelajaran
- 2. Catatan

**T. Sumber Belajar**

- 1. Muhajir. 2016. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP Kelas VII*. Jakarta : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.

**U. Langkah-langkah Pembelajaran**

Langkah/Tahap	Kegiatan Pembelajaran
<p><b>Pendahuluan</b> ( 10 menit )</p>	<p>5. memimpin doa, melakukan presensi dan menanyakan kondisi siswa terutama tentang kondisi fisik/ kesehatan serta apersepsi (memotivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran).</p> <p>6. Guru membagi siswa menjadi beberapa kelompok yang berisikan 5-6 orang</p>

<p><b>Kegiatan Inti (90 Menit )</b></p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik membaca informasi/ materi tentang pola makan sehat, bergizi dan seimbang serta pengaruhnya terhadap kesehatan</li> <li>• Peserta didik mengamati setiap penjelasan tentang pola makan sehat, bergizi dan seimbang serta pengaruhnya terhadap kesehatan</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengajukan pertanyaan terkait hasil pengamatan mereka tentang pola makan sehat, bergizi dan seimbang serta pengaruhnya terhadap kesehatan</li> </ul> <p><b>Mencoba</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik mendiskusikan konsep tentang pola makan sehat, bergizi dan seimbang serta pengaruhnya terhadap kesehatan</li> </ul> <p><b>Menalar</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik menemukan pola makan sehat, bergizi dan seimbang serta pengaruhnya terhadap kesehatan</li> </ul> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Masing-masing kelompok mempresentasikan hasil diskusi di depan kelas tentang pola makan sehat, bergizi dan seimbang serta pengaruhnya terhadap kesehatan</li> <li>• Peserta didik yang tidak presentasi mengajukan pertanyaan atau saran kepada penyaji</li> </ul>
<p><b>Penutup (10 menit)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru memberikan sedikit penjelasan mengenai kesimpulan dari kegiatan yang telah dilakukan dan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya</li> <li>• Guru memberikan evaluasi terhadap pembelajaran yang sudah dilakukan.</li> <li>• Guru memimpin doa syukur agar pembelajaran yang telah dilakukan dapat bermakna baik untuk masa depan.</li> <li>• Guru mengakhiri pembelajaran dengan membubarkan siswa.</li> </ul>

--	--

## Penilaian

No.	Kompetensi	Teknik	Instrumen	Keterangan
1.	KI 1 dan KI 2	Observasi	• Lembar observasi	Terlampir
2.	KI 3	Tes tertulis	• Pilihan ganda • Uraian • Tugas (mandiri atau kelompok)	Terlampir
3.	KI 4	Kinerja	• Penilaian melakukan gerakan tungkai renang gaya punggung	Terlampir

## Lampiran

### Penilaian KI 1

#### INSTRUMEN PENILAIAN SIKAP SPIRITUAL (LEMBAR OBSERVASI)

#### G. Petunjuk Umum

5. Instrumen penilaian sikap spiritual ini berupa *Lembar Observasi*.
6. Instrumen ini diisi oleh guru yang mengajar peserta didik yang dinilai.

#### H. Petunjuk Pengisian

Berdasarkan pengamatan Anda selama dua minggu terakhir, nilailah sikap tiap peserta didik Anda dengan memberi skor 4, 3, 2, atau 1 pada *Lembar Observasi* dengan ketentuan sebagai berikut:

- 4 = apabila SELALU melakukan perilaku yang diamati
- 3 = apabila SERING melakukan perilaku yang diamati
- 2 = apabila KADANG-KADANG melakukan perilaku yang diamati
- 1 = apabila TIDAKPERNAH melakukan perilaku yang diamati

#### I. Lembar Observasi

##### LEMBAR OBSERVASI

Kelas : ....  
 Semester : ....  
 Tahun Ajaran : ....  
 Periode Pengamatan : Tanggal ... s.d. ....  
 Butir Nilai : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.  
 Indikator Sikap :

Indikator Sikap	Deskripsi	Skor
5. Menjaga tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan	Selalu menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan	4
	Sering menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan	3

kemampuannya yang diberikan oleh Tuhan.	Kadang-kadang menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan.	2
	Tidak pernah menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan.	1
6. Mengembangkan sikap syukur atas apa yang diberikan oleh Tuhan.	Selalu bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	4
	Sering bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	3
	Kadang-kadang bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	2
	Tidak bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	1

Lembar Penilaian :

No.	Nama Peserta Didik	Skor Aspek yang Dinilai (1 – 4)		Jumlah Perolehan Skor	Skor Akhir	Tuntas/ Tidak Tuntas
		Indikator				
		1	2			
1.						
2.						
3.						
dst						

Pakem,

Mengetahui

.....

Guru Pembimbing PLT,

Mahasiswa,

Tutik, S.Pd

Amasia Bingar L A

NIP.

NIM. 14601244027

## Penilaian KI 2

### INSTRUMEN PENILAIAN SIKAP SOSIAL (LEMBAR OBSERVASI)

#### G. Petunjuk Umum

- Instrumen penilaian sikap spiritual ini berupa *Lembar Observasi*.
- Instrumen ini diisi oleh guru yang mengajar peserta didik yang dinilai.

## H. Petunjuk Pengisian

Berdasarkan pengamatan Anda selama dua minggu terakhir, nilailah sikap tiap peserta didik Anda dengan memberi skor 4, 3, 2, atau 1 pada *Lembar Observasi* dengan ketentuan sebagai berikut:

4 = apabila SELALU melakukan perilaku yang diamati

3 = apabila SERING melakukan perilaku yang diamati

2 = apabila KADANG-KADANG melakukan perilaku yang diamati

1 = apabila TIDAK PERNAH melakukan perilaku yang diamati

## I. Lembar Observasi

### LEMBAR OBSERVASI

Kelas : ....  
Semester : ....  
Tahun Ajaran : ....  
Periode Pengamatan : Tanggal ... s.d. ....  
Butir Nilai : Menghayati Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerja sama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.

Indikator Sikap :

Indikator Sikap	Deskripsi	Skor
15. Bermain sportif dalam melakukan permainan.	Selalu berperilaku sportif dalam bermainan.	4
	Sering berperilaku sportif dalam bermainan.	3
	Kadang-kadang berperilaku sportif dalam bermainan.	2
	Tidak pernah berperilaku sportif dalam bermainan.	1
16. Menumbuhkan sikap tanggung jawab saat melakukan permainan.	Selalu bertanggung jawab saat melakukan permainan.	4
	Sering bertanggung jawab saat melakukan permainan.	3
	Kadang-kadang bertanggung jawab saat melakukan permainan.	2
	Tidak pernah bertanggung jawab saat melakukan permainan..	1
17. Menunjukkan sikap saling menghargai.	Selalu menghargai pendapat orang lain.	4
	Sering menghargai pendapat orang lain.	3
	Kadang-kadang menghargai pendapat orang lain.	2
	Tidak pernah menghargai pendapat orang lain.	1
18. Mengembangkan sikap kerjasama dalam melakukan berbagai permainan olahraga.	Selalu melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	4
	Sering melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	3
	Kadang-kadang melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	2
	Tidak pernah melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	1

<b>Indikator Sikap</b>	<b>Deskripsi</b>	<b>Skor</b>
19. Menumbuhkan sikap toleransi dalam menggunakan peralatan olahraga.	Selalu menunjukkan sikap toleransi antarteman.	4
	Sering menunjukkan sikap toleransi antarteman.	3
	Kadang-kadang menunjukkan sikap toleransi antarteman.	2
	Tidak pernah menunjukkan sikap toleransi antarteman.	1
20. Menunjukkan sikap disiplin dalam aktivitas olahraga.	Selalu menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	4
	Sering menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	3
	Kadang-kadang menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	2
	Tidak pernah menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	1
21. Memiliki sikap menerima kekalahan dan kemenangan dalam suatu permainan.	Selalu menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	4
	Sering menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	3
	Kadang-kadang menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	2
	Tidak pernah menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	1

Lembar Penilaian :

No.	Nama Peserta Didik	Skor Aspek yang Dinilai (1 – 4)		Jumlah Perolehan Skor	Skor Akhir	Tuntas/ Tidak Tuntas
		Indikator				
		1	2			
1.						
2.						
3.						
dst						

Pakem,

Mengetahui

.....

Guru Pembimbing PLT,

Tutik, S.Pd

NIP.

Amasia Bingar L A

NIM. 14601244027

### PETUNJUK PENENTUAN NILAI SIKAP

5. Rumus Penghitungan Skor Akhir

$$\text{Skor Akhir} = \frac{\text{Jumlah Perolehan Skor}}{\text{Skor Maksimal}} \times 4$$

$$\text{Skor Maksimal} = \text{Banyaknya Indikator} \times 4$$

6. Kategori nilai sikap peserta didik didasarkan pada Permendikbud No 81A Tahun 2013 yaitu:

Sangat Baik (SB) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $3,33 < \text{Skor Akhir} \leq 4,00$

Baik (B) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $2,33 < \text{Skor Akhir} \leq 3,33$

Cukup (C) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $1,33 < \text{Skor Akhir} \leq 2,33$

Kurang (K) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $\text{Skor Akhir} \leq 1,33$

#### Penilaian KI 3

##### Uji Kompetensi

- *Kerjakan soal-soal pilihan ganda berikut ini dengan jawaban yang tepat! Kerjakanlah dengan jujur! Yakinlah pada kemampuan Anda!*
6. Jelaskan yang dimaksud dengan pola makan sehat!
  7. Jelaskan yang dimaksud dengan makanan bergizi!
  8. Jelaskan yang dimaksud dengan gizi seimbang!
  9. Tuliskan macam-macam zat gizi makanan!
  10. Tuliskan macam-macam kegunaan makanan!

#### Penilaian KI 4

Indikator Penilaian	Deskripsi	Skor
Siswa dapat memaparkan pola makan sehat, bergizi dan seimbang serta pengaruhnya terhadap	Memaparkan pola makan sehat, bergizi dan seimbang serta pengaruhnya terhadap kesehatan dengan benar, lengkap dan runtut	4
	Memaparkan pola makan sehat, bergizi dan seimbang serta pengaruhnya terhadap	3

Indikator Penilaian	Deskripsi	Skor
kesehatan dengan benar	kesehatan dengan benar, lengkap dan tidak runtut	
	Memaparkan pola makan sehat, bergizi dan seimbang serta pengaruhnya terhadap kesehatan dengan benar, tidak lengkap dan tidak runtut	2
	Memaparkan pola makan sehat, bergizi dan seimbang serta pengaruhnya terhadap kesehatan dengan tidak benar, tidak lengkap dan tidak runtut	1

$$\text{Skor Akhir} = \frac{\text{JumlahPerolehanSkor}}{\text{SkorMaksimal}} \times 4$$

$$\text{Skor Maksimal} = \text{Banyaknya Indikator} \times 4$$

NILAI KETUNTASAN KETRAMPILAN	PENGETAHUAN DAN
ANGKA	PREDIKAT
4.00	A
3.67	A-
3.33	B+
3.00	B
<b>2.67</b>	<b>B-</b>
2.33	C+
2.00	C
1.67	C-
1.33	D+
1.00	D

Pakem, .....

Mengetahui

Guru Pembimbing PLT,

Mahasiswa,

Tutik, S.Pd

NIP.

Amasia Bingar L A

NIM. 14601244027

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP Negeri 3 Pakem

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : VII/Satu

Materi Pokok : Lari Jarak Pendek

Alokasi Waktu : 120 menit ( 3 Jam Pelajaran )

### V. Kompetensi Inti

5. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
6. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

<b>KD</b>	<b>Indikator</b>
3.3 Memahami gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional.	3.3.1 Siswa dapat menjelaskan gerak lari jarak pendek dengan baik dan benar
4.3 mempraktikkan gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional..	4.3.1 Siswa dapat melakukan gerak lari jarak pendek dengan baik dan benar

### W. Tujuan Pembelajaran

- m. Siswa mampu mensyukuri atas nikmat yang diberikan oleh Tuhan
- n. Siswa mampu mengembangkan perilaku sportif, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, kerja sama, toleransi, disiplin, serta sikap menerima kekalahan dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes
- o. Siswa mampu menjelaskan gerakan lari jarak pendek
- p. Siswa mampu mempraktikkan gerakan lari jarak pendek sejauh 50 meter

## X. Materi

Aktivitas Pembelajaran Gerak Spesifik Lari Jarak Pendek ( Terlampir )

## Y. Metode Pembelajaran

Pendekatan : Pendekatan Ilmiah (Scientific approach)

Metode : Komando, Tanya Jawab, Demonstrasi

## Z. Sarana dan Prasarana Pembelajaran

1. Start block
2. Peluit
3. Stopwatch
4. Cone

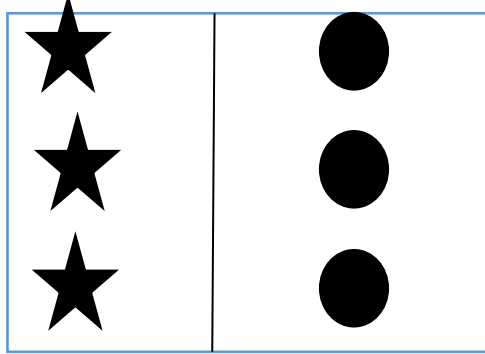
## AA. Sumber Belajar

1. Muhajir. 2016. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP Kelas VII*. Jakarta : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.

## BB. Langkah-langkah Pembelajaran

Langkah/Tahap	Kegiatan Pembelajaran	Waktu
<b>Pendahuluan</b>	<p>7. Membariskan siswa, berhitung, memimpin doa, melakukan presensi dan menanyakan kondisi siswa terutama tentang kondisi fisik/ kesehatan serta apersepsi (memotivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran).</p> <p>8. Melakukan pemanasan dengan permainan Permainan untuk pemanasan adalah “Bata dan Batu” Persiapan bermain :</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Siswa dibagi menjadi dua kelompok</li><li>2. Kelompok satu diberi nama “Bata” dan kelompok dua diberi nama “Batu”</li></ol> <p>Aturan permainan :</p> <ol style="list-style-type: none"><li>4. Kelompok Bata dan Batu membuat barisan yang saling berhadapan</li><li>5. Apabila guru memberikan aba-aba Bata maka kelompok Bata akan lari menghindari agar tidak tertangkap oleh tim Batu</li><li>6. Apabila guru memberikan aba-aba Batu maka kelompok Batu akan lari menghindari agar tidak tertangkap oleh tim Batu</li></ol>	20’

Gambar :



Keterangan :

★ = Bata

● = Batu

### Kegiatan Inti

#### Mengamati

- Peserta didik mengamati video yang diberikan oleh guru tentang gerakan lari jarak pendek
- Peserta didik mengamati slide yang ditampilkan oleh guru
- Peserta didik mengamati guru melakukan gerakan lari jarak pendek

#### Menanya

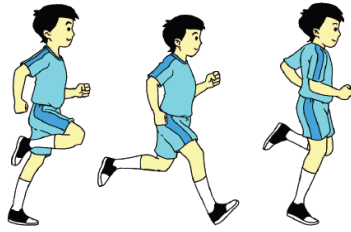
- Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengajukan pertanyaan terkait hasil pengamatan mereka tentang gerakan lari jarak pendek

#### Mencoba

- Peserta didik melakukan gerakan berlari jogging dengan mengangkat paha tinggi dan pendaratan kaki menggunakan ujung telapak kaki

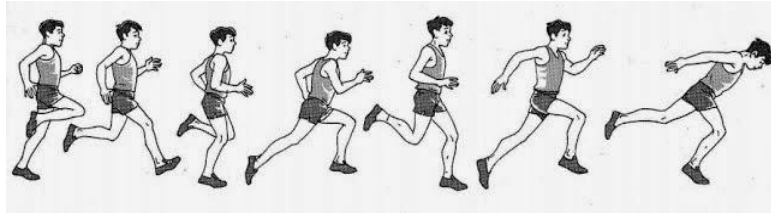
Gambar:

90'



- Peserta didik melakukan gerakan lari cepat dengan langkah kaki lebar

Gambar :



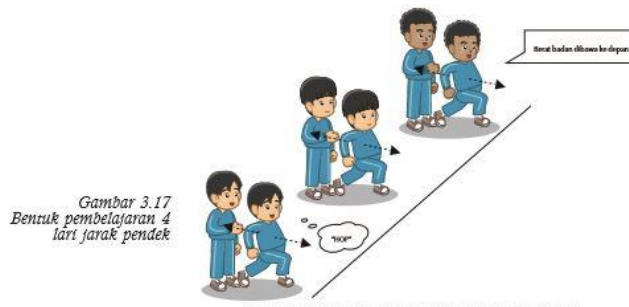
- Peserta didik melakukan gerakan koordinasi start jongkok

Gambar:



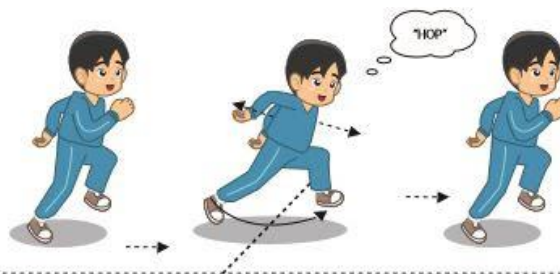
- Peserta didik melakukan gerakan membusungkan dada badan dengan sikap berdiri

Gambar :



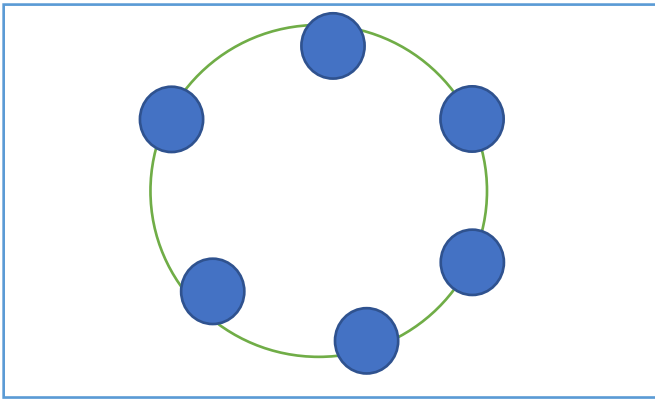
- Peserta didik melakukan gerakan membusungkan dada badan diawali gerak berjalan dilanjutkan dengan lari jogging

Gambar:



Gambar 3.18 Bentuk pembelajaran 5 lari jarak pendek

- Peserta didik melakukan lari cepat menyentuh cone

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik melakukan lomba lari cepat beregu mengambil bola dan meletakkan bola pada lingkaran</li> </ul> <p><b>Menalar</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik menemukan gerak spesifik lari jarak pendek yang sudah mereka lakukan tadi</li> </ul> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru memberikan perintah peserta didik untuk melakukan rangkaian gerakan lari jarak pendek sejauh 50 meter</li> </ul>	
<p><b>Penutup</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru memberikan perintah untuk melakukan pendinginan dengan menggoyangkan kaki dan tangan</li> </ul> <p>Persiapan bermain :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa membuat sebuah lingkaran</li> <li>2. Siswa berjalan mengikuti lingkaran yang sudah mereka buat</li> </ol> <p>Aturan permainan :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa berjalan mengikuti lingkaran yang sudah mereka buat</li> <li>2. Siswa menggoyangkan kaki dan tangan</li> </ol> <p>Gambar :</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru memberikan sedikit penjelasan mengenai kesimpulan dari kegiatan yang telah dilakukan dan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya</li> <li>• Guru memberikan evaluasi terhadap pembelajaran yang sudah dilakukan.</li> <li>• Guru memberikan tugas kepada siswa untuk terus meningkatkan gerakan tungkai gaya punggung supaya dapat terciptanya otomatisasi gerakan</li> </ul>	<p>10'</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru membariskan dan menghitung siswa kembali.</li> <li>• Guru memimpin doa syukur agar pembelajaran yang telah dilakukan dapat bermakna baik untuk masa depan.</li> <li>• Guru mengakhiri pembelajaran dengan membubarkan siswa.</li> </ul>	
--	---	--

## Penilaian

No.	Kompetensi	Teknik	Instrumen	Keterangan
1.	KI 1 dan KI 2	Observasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lembar observasi</li> </ul>	Terlampir
2.	KI 3	Tes tertulis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pilihan ganda</li> <li>• Uraian</li> <li>• Tugas (mandiri atau kelompok)</li> </ul>	Terlampir
3.	KI 4	Kinerja	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Penilaian melakukan gerakan tungkai renang gaya punggung</li> </ul>	Terlampir

## Lampiran Penilaian KI 1

### INSTRUMEN PENILAIAN SIKAP SPIRITUAL (LEMBAR OBSERVASI)

#### J. Petunjuk Umum

7. Instrumen penilaian sikap spiritual ini berupa *Lembar Observasi*.
8. Instrumen ini diisi oleh guru yang mengajar peserta didik yang dinilai.

#### K. Petunjuk Pengisian

Berdasarkan pengamatan Anda selama dua minggu terakhir, nilailah sikap tiap peserta didik Anda dengan memberi skor 4, 3, 2, atau 1 pada *Lembar Observasi* dengan ketentuan sebagai berikut:

- 4 = apabila SELALU melakukan perilaku yang diamati  
 3 = apabila SERING melakukan perilaku yang diamati  
 2 = apabila KADANG-KADANG melakukan perilaku yang diamati  
 1 = apabila TIDAKPERNAH melakukan perilaku yang diamati

#### L. Lembar Observasi

##### LEMBAR OBSERVASI

Kelas : ....  
 Semester : ....  
 Tahun Ajaran : ....  
 Periode Pengamatan : Tanggal ... s.d. ....  
 Butir Nilai : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.  
 Indikator Sikap :

Indikator Sikap	Deskripsi	Skor
-----------------	-----------	------

7. Menjaga tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya yang diberikan oleh Tuhan.	Selalu menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan	4
	Sering menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan	3
	Kadang-kadang menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan.	2
	Tidak pernah menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan.	1
8. Mengembangkan sikap syukur atas apa yang diberikan oleh Tuhan.	Selalu bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	4
	Sering bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	3
	Kadang-kadang bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	2
	Tidak bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	1

Lembar Penilaian :

No.	Nama Peserta Didik	Skor Aspek yang Dinilai (1 – 4)		Jumlah Perolehan Skor	Skor Akhir	Tuntas/ Tidak Tuntas
		Indikator				
		1	2			
1.						
2.						
3.						
dst						

Pakem,

Mengetahui

.....

Guru Pembimbing PLT,

Mahasiswa,

Tutik, S.Pd

Amasia Bingar L A

NIP.

NIM. 14601244027

**Penilaian KI 2**

**INSTRUMEN PENILAIAN SIKAP SOSIAL**

(LEMBAR OBSERVASI)

J. Petunjuk Umum

- 7. Instrumen penilaian sikap spiritual ini berupa *Lembar Observasi*.
- 8. Instrumen ini diisi oleh guru yang mengajar peserta didik yang dinilai.

K. Petunjuk Pengisian

Berdasarkan pengamatan Anda selama dua minggu terakhir, nilailah sikap tiap peserta didik Anda dengan memberi skor 4, 3, 2, atau 1 pada *Lembar Observasi* dengan ketentuan sebagai berikut:

- 4 = apabila SELALU melakukan perilaku yang diamati
- 3 = apabila SERING melakukan perilaku yang diamati
- 2 = apabila KADANG-KADANG melakukan perilaku yang diamati
- 1 = apabila TIDAK PERNAH melakukan perilaku yang diamati

L. Lembar Observasi

**LEMBAR OBSERVASI**

Kelas : ....  
 Semester : ....  
 Tahun Ajaran : ....  
 Periode Pengamatan : Tanggal ... s.d. ....  
 Butir Nilai : Menghayati Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerja sama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.

Indikator Sikap :

Indikator Sikap	Deskripsi	Skor
22. Bermain sportif dalam melakukan permainan.	Selalu berperilaku sportif dalam bermain.	4
	Sering berperilaku sportif dalam bermain.	3
	Kadang-kadang berperilaku sportif dalam bermain.	2
	Tidak pernah berperilaku sportif dalam bermain.	1
23. Menumbuhkan sikap tanggung jawab saat melakukan permainan.	Selalu bertanggung jawab saat melakukan permainan.	4
	Sering bertanggung jawab saat melakukan permainan.	3
	Kadang-kadang bertanggung jawab saat melakukan permainan.	2
	Tidak pernah bertanggung jawab saat melakukan permainan..	1
24. Menunjukkan sikap saling menghargai.	Selalu menghargai pendapat orang lain.	4
	Sering menghargai pendapat orang lain.	3
	Kadang-kadang menghargai pendapat orang lain.	2
	Tidak pernah menghargai pendapat orang lain.	1
25. Mengembangkan sikap kerjasama	Selalu melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	4

<b>Indikator Sikap</b>	<b>Deskripsi</b>	<b>Skor</b>
dalam melakukan berbagai permainan olahraga.	Sering melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	3
	Kadang-kadang melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	2
	Tidak pernah melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	1
26. Menumbuhkan sikap toleransi dalam menggunakan peralatan olahraga.	Selalu menunjukkan sikap toleransi antarteman.	4
	Sering menunjukkan sikap toleransi antarteman.	3
	Kadang-kadang menunjukkan sikap toleransi antarteman.	2
	Tidak pernah menunjukkan sikap toleransi antarteman.	1
27. Menunjukkan sikap disiplin dalam aktivitas olahraga.	Selalu menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	4
	Sering menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	3
	Kadang-kadang menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	2
	Tidak pernah menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	1
28. Memiliki sikap menerima kekalahan dan kemenangan dalam suatu permainan.	Selalu menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	4
	Sering menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	3
	Kadang-kadang menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	2
	Tidak pernah menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	1

Lembar Penilaian :

No.	Nama Peserta Didik	Skor Aspek yang Dinilai (1 – 4)		Jumlah Perolehan Skor	Skor Akhir	Tuntas/ Tidak Tuntas
		Indikator				
		1	2			
1.						
2.						
3.						
dst						

Pakem,

Mengetahui

.....

Guru Pembimbing PLT,

Mahasiswa,

### PETUNJUK PENENTUAN NILAI SIKAP

7. Rumus Penghitungan Skor Akhir

$$\text{Skor Akhir} = \frac{\text{Jumlah Perolehan Skor}}{\text{Skor Maksimal}} \times 4$$

$$\text{Skor Maksimal} = \text{Banyaknya Indikator} \times 4$$

8. Kategori nilai sikap peserta didik didasarkan pada Permendikbud No 81A Tahun 2013 yaitu:

Sangat Baik (SB) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $3,33 < \text{Skor Akhir} \leq 4,00$

Baik (B) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $2,33 < \text{Skor Akhir} \leq 3,33$

Cukup (C) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $1,33 < \text{Skor Akhir} \leq 2,33$

Kurang (K) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $\text{Skor Akhir} \leq 1,33$

#### Penilaian KI 3

#### Uji Kompetensi

- ***Kerjakan soal-soal pilihan ganda berikut ini dengan membubuhkan tanda silang (X) pada pilihan jawaban yang tepat! Kerjakanlah dengan jujur! Yakinlah pada kemampuan Anda!***

1. nomor lari jarak pendek yang diperlombakan di lapangan terbuka adalah....

a. 100 m, 200 m, 300 m

b. 100 m, 200 m, 400 m

c. 100 m, 400 m, 300 m

d. 100 m, 200 m, 500 m

2. nomor lari jarak pendek yang diperlombakan di lapangan tertutup adalah....

a. 50 m , 60 m, 200 m , 400 m

b. 70 m , 80 m , 90 m , 100 m

c. 70 m , 80 m , 90 m , 200 m

d. 60 m , 80 m , 90 m , 100 m

3. aba-aba yang biasanya di berikan saat start jongkok pada lari jarak pendek adalah ....

a. bersedia, siap, lari

b. bersedia, siap, ya

c. ya, siap, lari

d. lari, siap, ya

4. start pada lari jarak pendek dibagi menjadi ... jenis.

a. 2

d. 5

b. 3

e. 6

c. 4

5. Sikap badan pada saat pelaksanaan lari jarak pendek adalah

a. di condongkan ke depan

c. lurus

b. di condongkan ke belakang

d. bungkuk kebawah

#### Penilaian KI 4

Indikator Penilaian	Deskripsi	Skor
Siswa dapat melakukan gerak start ( awalan ) yang baik dan benar	Melakukan gerakan start pada masing-masing aba aba “ bersedia,siap,ya” dengan baik dan benar	4
	Tidak melakukan gerakan start yang baik yang benar pada salah satu aba-aba “ bersedia, siap, ya”	3
	Tidak melakukan gerakan start yang baik yang benar pada dua aba-aba “ bersedia, siap, ya”	2
	Tidak melakukan gerakan start yang baik yang benar pada ketiga aba-aba “ bersedia, siap, ya”	1

Indikator Penilaian	Deskripsi	Skor
Siswa dapat melakukan pelaksanaan lari jarak pendek yang baik dan benar	Berlari dengan menggunakan ujung kaki, badan condong kedepan, ayunan lengan kuat dan cepat	4
	Berlari dengan menggunakan ujung kaki, badan tidak condong kedepan, ayunan lengan kuat dan cepat	3
	Tidak berlari dengan menggunakan ujung kaki, badan tidak condong kedepan, ayunan lengan kuat dan cepat	2
	Tidak berlari dengan menggunakan ujung kaki, badan tidak condong kedepan, ayunan lengan tidak kuat dan cepat	1

Indikator Penilaian	Deskripsi	Skor
Siswa dapat melakukan akhiran lari jarak pendek yang baik dan benar	Menjaga posisi tubuh tetap sama ketika sedang berlari, finish ke area yang sudah ditentukan	4
	Tidak menjaga posisi tubuh tetap sama ketika sedang berlari, finish ke area yang sudah ditentukan	3
	Menjaga posisi tubuh tetap sama ketika sedang berlari, tidak finish ke area yang sudah ditentukan	2
	Tidak menjaga posisi tubuh tetap sama ketika sedang berlari, tidak finish ke area yang sudah ditentukan	1

No.	Nama Siswa	Skala Nilai				Total Nilai
		1	2	3	4	
1						
2						
3						
4						

$$\text{Skor Akhir} = \frac{\text{Jumlah Perolehan Skor}}{\text{Skor Maksimal}} \times 4$$

$$\text{Skor Maksimal} = \text{Banyaknya Indikator} \times 4$$

NILAI KETUNTASAN KETRAMPILAN	PENGETAHUAN DAN PREDIKAT
ANGKA	PREDIKAT
4.00	A
3.67	A-
3.33	B+
3.00	B
<b>2.67</b>	<b>B-</b>
2.33	C+
2.00	C
1.67	C-
1.33	D+
1.00	D

Pakem, .....

Mengetahui

Guru Pembimbing PLT,

Mahasiswa,

Tutik, S.Pd

NIP.

Amasia Bingar L A

NIM. 14601244027

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP Negeri 3 Pakem  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : VII/Satu  
Materi Pokok : Lompat Jauh  
Alokasi Waktu : 120 menit ( 3 Jam Pelajaran )

### CC. Kompetensi Inti

7. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
8. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

KD	Indikator
3.3 Memahami gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional.	3.3.2 Siswa dapat menjelaskan gerak spesifik lompat jauh dengan baik dan benar
4.3 mempraktikkan gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional..	4.3.1 Siswa dapat melakukan gerak spesifik lompat jauh dengan baik dan benar

### DD. Tujuan Pembelajaran

- q. Siswa mampu mensyukuri atas nikmat yang diberikan oleh Tuhan
- r. Siswa mampu mengembangkan perilaku sportif, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, kerja sama, toleransi, disiplin, serta sikap menerima kekalahan dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes
- s. Siswa mampu menjelaskan gerak spesifik lompat jauh dengan baik dan benar
- t. Siswa mampu mempraktikkan gerak spesifik lompat jauh dengan baik dan benar

### EE. Materi

Aktivitas Pembelajaran Gerak Spesifik Lompat Jauh ( Terlampir )

## **FF. Metode Pembelajaran**

Pendekatan : Pendekatan Ilmiah (Scientific approach)

Metode : Komando, Tanya Jawab, Demonstrasi

## **GG. Sarana dan Prasarana Pembelajaran**

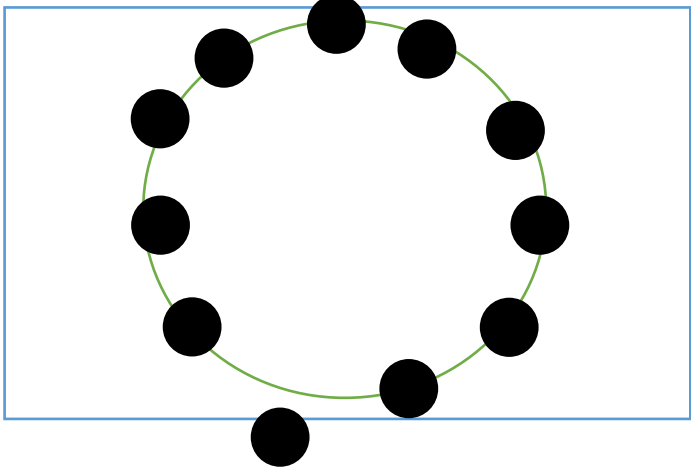
1. Bak pasir
2. Peluit
3. Cone
4. Kaset

## **HH. Sumber Belajar**

1. Muhajir. 2016. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP Kelas VII*. Jakarta : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.

## **II. Langkah-langkah Pembelajaran**

Langkah/Tahap	Kegiatan Pembelajaran
---------------	-----------------------

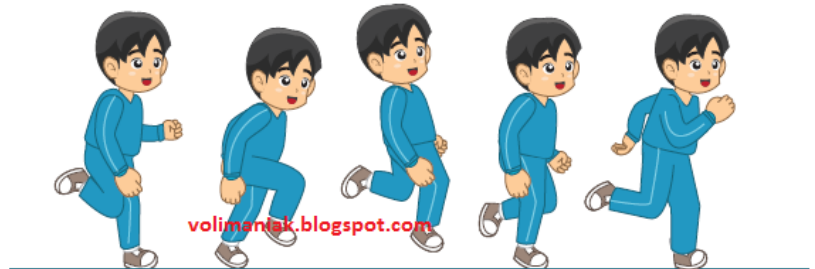
<p><b>Pendahuluan ( 20 menit )</b></p>	<p>9. Membariskan siswa, berhitung, memimpin doa, melakukan presensi dan menanyakan kondisi siswa terutama tentang kondisi fisik/ kesehatan serta apersepsi (memotivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran).</p> <p>10. Melakukan pemanasan dengan permainan</p> <p>Permainan untuk pemanasan adalah “Lompat Depan Belakang”</p> <p>Persiapan bermain :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa diberikan perintah untuk membuat lingkaran</li> <li>2. Siswa berlari kecil mengikuti arah lingkaran tersebut</li> </ol> <p>Aturan permainan :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>7. Siswa berlari kecil mengikuti arah lingkaran tersebut</li> <li>8. Apabila guru memberikan hitam maka siswa harus melompat ke belakang 2 langkah</li> <li>9. Apabila guru memberikan aba-aba hijau maka siswa harus melompat ke depan 2 langkah</li> </ol> <p>Gambar :</p>  <p>● =Siswa</p>
<p><b>Kegiatan Inti (90 Menit )</b></p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik mengamati video yang diberikan oleh guru tentang gerak spesifik lompat jauh</li> <li>• Peserta didik mengamati slide yang ditampilkan oleh guru</li> <li>• Peserta didik mengamati guru melakukan gerak spesifik lompat jauh</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p>

- Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengajukan pertanyaan terkait hasil pengamatan mereka tentang gerak spesifik lompat jauh

### Mencoba

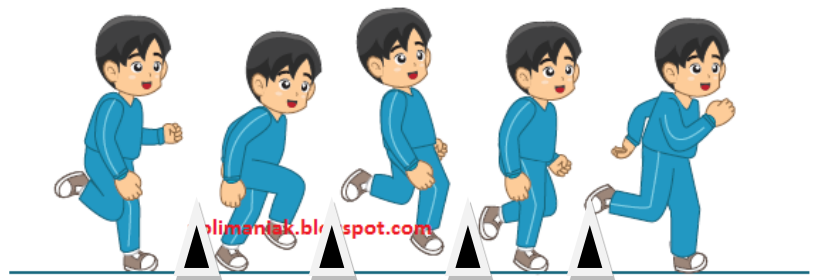
- Peserta didik dibagi menjadi beberapa kelompok dan bertugas untuk mendiskusikan hasil pengamatan yang sudah dilakukan
- Peserta didik melakukan lari dari kecepatan rendah hingga kecepatan tinggi

Gambar:



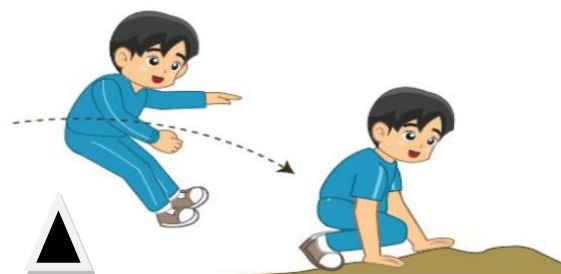
- Peserta didik melakukan lari melewati atas *cone* yang sudah disusun

Gambar:



- Peserta didik melakukan latihan tolakan dengan melewati *cone* dan dilanjutkan dengan mendarat

Gambar :



- Peserta didik melakukan rangkaian gerak spesifik lompat jauh

Gambar :



**Menalar**

- Peserta didik menemukan gerak spesifik lompat jauh yang sudah mereka lakukan tadi

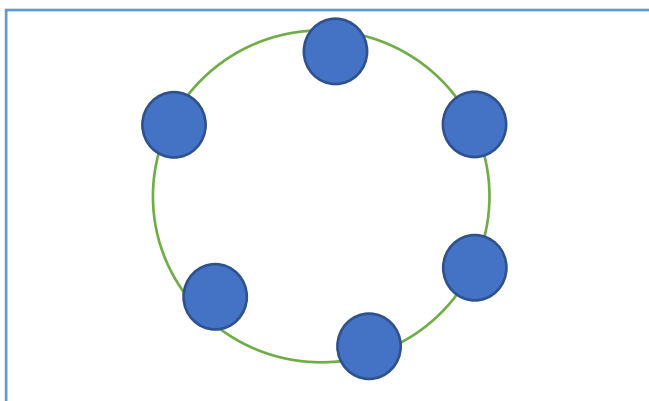
**Mengomunikasikan**

- Guru memberikan perintah peserta didik untuk melakukan rangkaian gerakan lompat jauh

**Penutup  
(10 menit)**

- Guru memberikan perintah untuk melakukan pendinginan dengan menggoyangkan kaki dan tangan
- Persiapan bermain :
3. Siswa membuat sebuah lingkaran
  4. Siswa berjalan mengikuti lingkaran yang sudah mereka buat
- Aturan permainan :
1. Siswa berjalan mengikuti lingkaran yang sudah mereka buat
  2. Siswa menggoyangkan kaki dan tangan

Gambar :



- Guru memberikan sedikit penjelasan mengenai kesimpulan dari kegiatan yang telah dilakukan dan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya
- Guru memberikan evaluasi terhadap pembelajaran yang sudah dilakukan.
- Guru membariskan dan menghitung siswa kembali.
- Guru memimpin doa syukur agar pembelajaran yang telah dilakukan dapat bermakna baik untuk masa depan.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru mengakhiri pembelajaran dengan membubarkan siswa.</li> </ul>
--	--

## Penilaian

No.	Kompetensi	Teknik	Instrumen	Keterangan
1.	KI 1 dan KI 2	Observasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lembar observasi</li> </ul>	Terlampir
2.	KI 3	Tes tertulis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pilihan ganda</li> <li>• Uraian</li> <li>• Tugas (mandiri atau kelompok)</li> </ul>	Terlampir
3.	KI 4	Kinerja	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Penilaian melakukan gerakan tungkai renang gaya punggung</li> </ul>	Terlampir

## Lampiran Penilaian KI 1

### INSTRUMEN PENILAIAN SIKAP SPIRITUAL (LEMBAR OBSERVASI)

#### M. Petunjuk Umum

- Instrumen penilaian sikap spiritual ini berupa *Lembar Observasi*.
- Instrumen ini diisi oleh guru yang mengajar peserta didik yang dinilai.

#### N. Petunjuk Pengisian

Berdasarkan pengamatan Anda selama dua minggu terakhir, nilailah sikap tiap peserta didik Anda dengan memberi skor 4, 3, 2, atau 1 pada *Lembar Observasi* dengan ketentuan sebagai berikut:

- 4 = apabila SELALU melakukan perilaku yang diamati
- 3 = apabila SERING melakukan perilaku yang diamati
- 2 = apabila KADANG-KADANG melakukan perilaku yang diamati
- 1 = apabila TIDAKPERNAH melakukan perilaku yang diamati

#### O. Lembar Observasi

##### LEMBAR OBSERVASI

Kelas : ....  
 Semester : ....  
 Tahun Ajaran : ....  
 Periode Pengamatan : Tanggal ... s.d. ....  
 Butir Nilai : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.  
 Indikator Sikap :

Indikator Sikap	Deskripsi	Skor
9. Menjaga tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan	Selalu menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan	4
	Sering menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan	3

kemampuannya yang diberikan oleh Tuhan.	Kadang-kadang menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan.	2
	Tidak pernah menjaga kesehatan tubuh yang diberikan Tuhan.	1
10. Mengembangkan sikap syukur atas apa yang diberikan oleh Tuhan.	Selalu bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	4
	Sering bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	3
	Kadang-kadang bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	2
	Tidak bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Tuhan.	1

Lembar Penilaian :

No.	Nama Peserta Didik	Skor Aspek yang Dinilai (1 – 4)		Jumlah Perolehan Skor	Skor Akhir	Tuntas/ Tidak Tuntas
		Indikator				
		1	2			
1.						
2.						
3.						
dst						

Pakem,

Mengetahui

.....

Guru Pembimbing PLT,

Mahasiswa,

Tutik, S.Pd

NIP.

Amasia Bingar L A

NIM. 14601244027

## Penilaian KI 2

### INSTRUMEN PENILAIAN SIKAP SOSIAL (LEMBAR OBSERVASI)

#### M. Petunjuk Umum

9. Instrumen penilaian sikap spiritual ini berupa *Lembar Observasi*.
10. Instrumen ini diisi oleh guru yang mengajar peserta didik yang dinilai.

## N. Petunjuk Pengisian

Berdasarkan pengamatan Anda selama dua minggu terakhir, nilailah sikap tiap peserta didik Anda dengan memberi skor 4, 3, 2, atau 1 pada *Lembar Observasi* dengan ketentuan sebagai berikut:

4 = apabila SELALU melakukan perilaku yang diamati

3 = apabila SERING melakukan perilaku yang diamati

2 = apabila KADANG-KADANG melakukan perilaku yang diamati

1 = apabila TIDAK PERNAH melakukan perilaku yang diamati

## O. Lembar Observasi

### LEMBAR OBSERVASI

Kelas : ....  
 Semester : ....  
 Tahun Ajaran : ....  
 Periode Pengamatan : Tanggal ... s.d. ....  
 Butir Nilai : Menghayati Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerja sama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.

Indikator Sikap :

Indikator Sikap	Deskripsi	Skor
29. Bermain sportif dalam melakukan permainan.	Selalu berperilaku sportif dalam bermain.	4
	Sering berperilaku sportif dalam bermain.	3
	Kadang-kadang berperilaku sportif dalam bermain.	2
	Tidak pernah berperilaku sportif dalam bermain.	1
30. Menumbuhkan sikap tanggung jawab saat melakukan permainan.	Selalu bertanggung jawab saat melakukan permainan.	4
	Sering bertanggung jawab saat melakukan permainan.	3
	Kadang-kadang bertanggung jawab saat melakukan permainan.	2
	Tidak pernah bertanggung jawab saat melakukan permainan..	1
31. Menunjukkan sikap saling menghargai.	Selalu menghargai pendapat orang lain.	4
	Sering menghargai pendapat orang lain.	3
	Kadang-kadang menghargai pendapat orang lain.	2
	Tidak pernah menghargai pendapat orang lain.	1
32. Mengembangkan sikap kerjasama dalam melakukan berbagai permainan olahraga.	Selalu melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	4
	Sering melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	3
	Kadang-kadang melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	2
	Tidak pernah melakukan kerjasama yang baik dengan teman dalam aktivitas olahraga.	1

<b>Indikator Sikap</b>	<b>Deskripsi</b>	<b>Skor</b>
33. Menumbuhkan sikap toleransi dalam menggunakan peralatan olahraga.	Selalu menunjukkan sikap toleransi antarteman.	4
	Sering menunjukkan sikap toleransi antarteman.	3
	Kadang-kadang menunjukkan sikap toleransi antarteman.	2
	Tidak pernah menunjukkan sikap toleransi antarteman.	1
34. Menunjukkan sikap disiplin dalam aktivitas olahraga.	Selalu menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	4
	Sering menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	3
	Kadang-kadang menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	2
	Tidak pernah menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas.	1
35. Memiliki sikap menerima kekalahan dan kemenangan dalam suatu permainan.	Selalu menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	4
	Sering menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	3
	Kadang-kadang menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	2
	Tidak pernah menunjukkan sikap menerima kekalahan dan kemenangan.	1

Lembar Penilaian :

No.	Nama Peserta Didik	Skor Aspek yang Dinilai (1 – 4)		Jumlah Perolehan Skor	Skor Akhir	Tuntas/ Tidak Tuntas
		Indikator				
		1	2			
1.						
2.						
3.						
dst						

Pakem,

Mengetahui

.....

Guru Pembimbing PLT,

Mahasiswa,

Tutik, S.Pd

NIP.

Amasia Bingar L A

NIM. 14601244027

## PETUNJUK PENENTUAN NILAI SIKAP

### 9. Rumus Penghitungan Skor Akhir

$$\text{Skor Akhir} = \frac{\text{JumlahPerolehanSkor}}{\text{SkorMaksimal}} \times 4$$

$$\text{Skor Maksimal} = \text{BanyaknyaIndikator} \times 4$$

### 10. Kategori nilai sikap peserta didik didasarkan pada Permendikbud No 81A Tahun 2013 yaitu:

Sangat Baik (SB) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $3,33 < \text{Skor Akhir} \leq 4,00$

Baik (B) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $2,33 < \text{Skor Akhir} \leq 3,33$

Cukup (C) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $1,33 < \text{Skor Akhir} \leq 2,33$

Kurang (K) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $\text{Skor Akhir} \leq 1,33$

### Penilaian KI 3

#### Uji Kompetensi

- ***Kerjakan soal-soal pilihan ganda berikut ini dengan membubuhkan tanda silang (X) pada pilihan jawaban yang tepat! Kerjakanlah dengan jujur! Yakinlah pada kemampuan Anda!***

1. Yang dimaksud dengan lompat adalah....

- a. melakukan tolakan dengan satu kaki
- b. melakukan tolakan dengan dua kaki
- c. berpindah tempat
- d. mengubah posisi kaki

2. Tahapan dalam melakukan lompat jauh adalah....

- a. awalan, sikap badan di udara, tolakan, sikap mendarat
- b. awalan, tolakan, sikap di udara, sikap mendarat
- c. tolakan, sikap mendarat, sikap di udara, awalan
- d. tolakan, sikap diudara, awalan, sikap mendarat

3. Jenis-jenis gaya dalam lompat jauh adalah ....

- a. jongkok, berdiri, duduk
- b. melayang, berdiri, jongkok
- c. jongkok, melayang, berjalan di udara
- d. melayang, berjalan di udara, duduk

4. Sikap mendarat yang benar dalam lompat jauh adalah ...

- a. dengan kedua tangan

- b. dengan kaki dan tangan
- c. dengan kedua kaki ditekuk
- d. dengan satu kaki

5. Tempat untuk melakukan tolakan adalah ...

- a. pada papan tolakan
- b. sebelum papan tolakan
- c. sesudah papan tolakan
- d. disamping papan tolakan

#### Penilaian KI 4

Indikator Penilaian	Deskripsi	Skor
Siswa dapat melakukan gerak awalan yang baik dan benar	Melakukan lari dari kecepatan rendah menuju kecepatan yang tinggi	4
	Melakukan lari langsung dengan kecepatan yang tinggi	3
	Melakukan lari dengan kecepatan yang rendah tanpa ada peningkatan	2
	Melakukan awalan dengan tidak lari sama sekali	1

Indikator Penilaian	Deskripsi	Skor
Siswa dapat melakukan tolakan yang baik dan benar	Melakukan tolakan dengan satu kaki dan tepat pada papan tolakan	4
	Melakukan tolakan dengan satu kaki dan tidak tepat pada papan tolakan	3
	Melakukan tolakan dengan dua kaki dan tepat pada papan tolakan	2
	Melakukan tolakan dengan dua kaki dan tidak tepat pada papan tolakan	1

Indikator Penilaian	Deskripsi	Skor
Siswa dapat melakukan pendaratan pada lompat jauh yang baik dan benar	Medarat dengan lutut ditekuk dan tangan lurus kedepan serta keseimbangan tetap terjaga	4
	Medarat dengan lutut tidak ditekuk dan tangan lurus kedepan serta keseimbangan tetap terjaga	3
	Medarat dengan lutut tidak ditekuk dan tangan tidak lurus kedepan serta keseimbangan tetap terjaga	2
	Medarat dengan lutut tidak ditekuk dan tangan tidak lurus kedepan serta keseimbangan tidak terjaga	1

No.	Nama Siswa	Skala Nilai				Total Nilai
		1	2	3	4	

1						
2						
3						
4						

$$\text{Skor Akhir} = \frac{\text{JumlahPerolehanSkor}}{\text{SkorMaksimal}} \times 4$$

$$\text{Skor Maksimal} = \text{Banyaknya Indikator} \times 4$$

NILAI KETUNTASAN KETRAMPILAN	PENGETAHUAN DAN
ANGKA	PREDIKAT
4.00	A
3.67	A-
3.33	B+
3.00	B
<b>2.67</b>	<b>B-</b>
2.33	C+
2.00	C
1.67	C-
1.33	D+
1.00	D

Pakem, .....

Mengetahui

Guru Pembimbing PLT,

Mahasiswa,

Tutik, S.Pd

Amasia Bingar L A

NIP.

NIM. 14601244027

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

**Sekolah** : SMPN 3 Pakem

**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

**Kelas/Semester** : VII/Satu

**Materi Pokok** : Permainan Kasti

**Alokasi Waktu** : 1 Kali Pertemuan (3 JP)

### A. Kompetensi Inti

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

### B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.2. Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola kecil.	3.2.1 Mengidentifikasi berbagai keterampilan gerak melempar, menangkap, dan memukul bola dalam permainan kasti. 3.2.2 Menjelaskan berbagai keterampilan gerak melempar, menangkap, dan memukul bola dalam permainan kasti. 3.2.3 Menjelaskan cara melakukan berbagai keterampilan gerak melempar, menangkap, dan memukul bola dalam permainan kasti.
4.2. Mempraktikkan teknik dasar permainan bola kecil dengan menekankan gerak dasar fundamental.	4.2.1 Melakukan berbagai keterampilan gerak melempar, menangkap, dan memukul bola dalam permainan kasti. 4.2.2 Menggunakan berbagai keterampilan gerak melempar, menangkap, dan memukul bola dalam bentuk permainan kasti yang dimodifikasi.

--	--

### C. Tujuan Pembelajaran

- 3.2.1.1 Siswa mampu mengidentifikasi berbagai keterampilan gerak melempar, menangkap, dan memukul bola dalam permainan kasti dengan baik dan benar.
- 3.2.2.1 Siswa mampu menjelaskan berbagai keterampilan gerak melempar, menangkap, dan memukul bola dalam permainan kasti dengan baik dan benar.
- 3.2.3.1 Siswa mampu menjelaskan cara melakukan berbagai keterampilan gerak melempar, menangkap, dan memukul bola dalam permainan kasti dengan baik dan benar.
- 4.2.1.1 Siswa mampu mempraktikkan berbagai keterampilan gerak melempar, menangkap, dan memukul bola dalam permainan kasti dengan baik dan benar.
- 4.2.2.1 Siswa mampu menggunakan berbagai keterampilan gerak melempar, menangkap, dan memukul bola dalam bentuk permainan kasti yang dimodifikasi.

### D. Materi Pembelajaran

#### 1. Reguler

Melakukan gerak dasar keterampilan gerak lemparan dengan ayunan atas (*overhand throw*), gerak lemparan dengan ayunan samping (*side arm throw*), gerak lemparan dengan lecutan tangan, gerak menangkap bola yang bergulir di tanah (*ground ball*), gerak menangkap bola yang melambung (*fly ball*), gerak menangkap bola lurus (*straight ball*), gerak memukul bola dengan dioperkan oleh teman (berpasangan), dan variasi dan kombinasi melempar, menangkap dan memukul bola yang dilakukan secara berkelompok.

#### 2. Remedial

Materi remedial dalam kegiatan ini adalah peserta didik yang belum mencapai nilai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) diberikan tugas untuk melakukan gerakan melempar, menangkap, dan memukul bola dengan jarak yang lebih dekat.

#### 3. Pengayaan

Materi pengayaan dalam kegiatan ini adalah melakukan lemparan yang akurat, menangkap bola sambil berlari dan memukul dengan perintah serta sasaran tertentu.

## **E. Metode Pembelajaran**

Pendekatan : Pendekatan ilmiah (*Saintific approach*)

Metode : Demonstrasi, Komando, Diskusi

## **F. Media dan Bahan/Alat dan Fasilitas**

1. Cone
2. Alat Pemukul
3. Bola kasti atau bola tenis
4. Kapur gamping
5. Lapangan

## **G. Sumber Belajar**

Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. 2014. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII*. Jakarta: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan.

Muhajir. 2014. *Buku Penuntun Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, SMP/M.Ts Kelas VII Kurikulum 2013*. Bogor: PT. Yudhistira.

Muhajir, dkk. 2012. *Bahan Ajar Pembelajaran Permainan Kasti*. Bogor: PPPPTK Penjas dan BK.

## **H. Langkah-langkah Pembelajaran**

### **1. Pendahuluan (15 menit)**

- a. Berbaris, memberi salam, berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik, dan absensi.
- b. Guru mempertanyakan keadaan dan kondisi kesehatan peserta didik, jika ada yang sakit peserta didik bersangkutan tidak perlu mengikuti aktivitas fisik, tapi harus tetap berada di pinggir lapangan olahraga.
- c. Guru meminta salah seorang peserta didik untuk memimpin melakukan pemanasan. Pemanasan yang dilakukan antara lain: pemanasan untuk seluruh tubuh dan pemanasan secara spesifik untuk jenis aktivitas yang akan diikuti melalui permainan. Saat melakukan pemanasan guru mengamati kebenaran gerak pemanasan, jika terdapat peserta didik yang melakukan kesalahan, guru langsung memperbaiki pada saat kejadian (sambil memberhentikan pemanasan sementara), guru mempertanyakan tujuan dan manfaat melakukan pemanasan sebelum melakukan aktivitas fisik yaitu untuk mempersiapkan tubuh menerima beban yang lebih berat, untuk mengurangi resiko cedera dalam melakukan aktivitas fisik, dan untuk menciptakan ruang gerak persendian lebih luas.
- d. Melakukan aktivitas permainan kecil untuk pemanasan sebelum ke materi pembelajaran (saling mengoperkan bola secara beranting, dari samping badan, atas kepala dan bawah).

- e. Guru mempertanyakan “Apa jenis keterampilan dasar permainan kasti?” dan pertanyaan lainnya yang relevan.
- f. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yaitu keterampilan gerak melempar, menangkap dan memukul bola dalam permainan kasti.
- g. Guru menyampaikan tahapan kegiatan pembelajaran yang akan dilalui selama pertemuan (membagi pasangan/ kelompok, pengamat/pelaku, membagikan Lembar Pratikum Siswa, mengatur giliran peran, melakukan klasifikasi, dan melakukan penilaian).

## **2. Kegiatan Inti (90 menit)**

### **a. Mengamati**

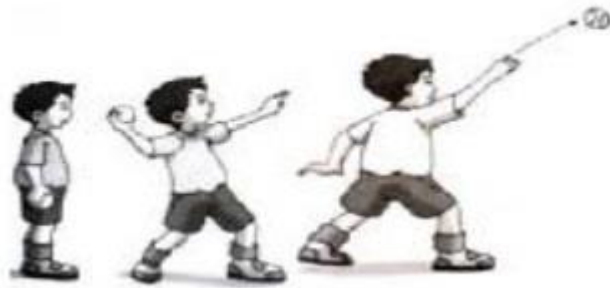
- 1) Peserta didik mengamati keterampilan gerak melempar bola dengan ayunan atas, ayunan samping, dan dengan lecutan melalui pengamatan buku teks pelajaran dan peragaan peserta didik lain yang dianggap mampu atau contoh dari guru.
- 2) Peserta didik mengamati keterampilan gerak menangkap bola yang bergulir di tanah, bola melambung, dan bola lurus melalui pengamatan buku teks pelajaran dan peragaan peserta didik lain yang dianggap mampu atau contoh dari guru.
- 3) Peserta didik mengamati keterampilan gerak memukul bola melalui pengamatan buku teks pelajaran dan peragaan peserta didik lain yang dianggap mampu atau contoh dari guru.

### **b. Menanya**

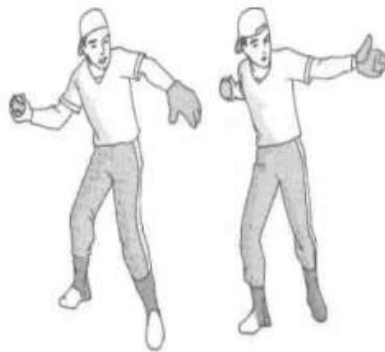
- 1) Peserta didik saling mempertanyakan “Bagaimana jalannya bola bila di lempar dari atas kepala, dari samping dan dari bawah yang dimediasi oleh guru?”
- 2) Peserta didik saling mempertanyakan “Bagaimana posisi badan bila menangkap bola yang datangnya dari atas kepala, samping, dan menggelundung di bawah yang dimediasi oleh guru?”
- 3) Peserta didik saling mempertanyakan “Bagaimana jalannya bola bila di pukul dengan ayunan penuh (swing) dan tanpa ayunan (bunting) yang dimediasi oleh guru?”

### **c. Mengumpulkan Informasi / Mencoba**

- 1) Peserta didik mempraktikkan keterampilan gerak melempar bola atas, samping, dan menggelundung ke tanah secara berpasangan mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin yang dilakukan di tempat (tidak bergerak) dan bergerak ke kanan, kiri, depan, dan belakang. Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.



### Cara melempar bola atas



Teknik lemparan dengan ayunan samping



### Cara melempar bola samping

### Cara melempar bola menggelundung di tanah

- 2) Peserta didik mempraktikkan keterampilan gerak menangkap bola atas, samping, dan menggelundung ke tanah secara berpasangan mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin yang dilakukan di tempat (tidak bergerak) dan bergerak ke kanan, kiri, depan, dan belakang. Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.

### Macam-macam teknik menangkap



- 3) Peserta didik mempraktikkan keterampilan gerak memukul bola dengan arah lurus mendatar, melambung, dan menurun secara berpasangan mencari jawaban yang dipertanyakan guru dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin, guru menyampaikan arti penting kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin yang dilakukan di tempat (tidak bergerak) dan bergerak ke kanan, kiri, depan, dan belakang. Selama praktik tugas peserta didik untuk saling mengoreksi kesalahan temannya.



#### d. Menalar / Mengasosiasi

Peserta didik mempraktikkan secara berpasangan atau berkelompok menemukan hubungan jenis melempar dan menangkap serta memukul bola dengan jarak sasaran lemparan.

#### e. Mengomunikasikan

- 1) Peserta didik menerapkan keterampilan gerak melempar, menangkap dan memukul bola dalam bermain kasti dengan peraturan dimodifikasi (lapangan kecil) menggunakan berbagai keterampilan dasar melempar dan menangkap bola dengan menunjukkan nilai kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, menghargai teman, dan disiplin, dan guru mengamati peserta didik selama bermain (yang diamati adalah apakah peserta didik sudah dapat menghubungkan jenis lemparan yang digunakan dengan sasaran yang akan dicapai, misalnya jika sasaran jauh peserta didik akan melempar bola dengan lemparan dari atas kepala, jika sasarannya dalam jarak pendek, maka peserta didik akan melempar bola dengan lemparan dari samping.
- 2) Guru mengamati jalannya permainan, bila ada peserta didik yang curang (misalnya bola ditendang dan peserta didik tidak mengakui,

melakukan permainan dengan keras) langsung diperingatkan dan menyampaikan arti penting sportivitas selama bermain.

**3. Penutup (15 menit)**

- a. Salah satu peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan, guru mempertanyakan apa manfaatnya.
- b. Guru menyampaikan kemajuan yang diperoleh peserta didik secara umum dan kesalahan-kesalahan yang masih sering timbul saat melakukan praktik.
- c. Guru menginformasikan kepada peserta didik yang paling baik penampilannya selama melakukan permainan kasti.
- d. Guru menugaskan peserta didik untuk membaca dan membuat catatan tentang otot-otot yang dominan bekerja saat bermain kasti, manfaat permainan kasti terhadap kesehatan. Hasilnya ditugaskan kepada peserta didik dijadikan sebagai tugas portofolio.
- e. Presensi ulang, berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.

**I. Penilaian**

**1. Penilaian Sikap Spritual**

- a. Teknik Penilaian  
Pengamatan oleh teman sejawat
- b. Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran  
Lembar pengamatan sikap spritual

Nama : .....

Kelas : .....

Petugas Pengamatan : .....

1) Petunjuk Penilaian

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

2) Rubrik Penilaian Sikap Spritual

No	Aspek Pengamatan	Skor			
		1	2	3	4
1.	Berdoa sebelum dan sesudah melakukan sesuatu.				
2.	Mengucapkan rasa syukur atas karunia Tuhan.				

3.	Memberi salam sebelum dan sesudah menyampaikan pendapat/presentasi.				
4.	Mengungkapkan kekaguman secara lisan maupun tulisan terhadap Tuhan saat melihat kebesaran Tuhan.				
5.	Merasakan keberadaan dan kebesaran Tuhan saat mempelajari ilmu pengetahuan.				
<b>Jumlah skor maksimal = 20</b>					

c. Pedoman penskoran

1) Penskoran

Skor 4 = selalu, apabila selalu melakukan sesuai pernyataan.

Skor 3 = sering, apabila sering melakukan sesuai pernyataan dan kadang-kadang

tidak melakukan.

Skor 2 = kadang-kadang, apabila kadang-kadang melakukan dan sering tidak

melakukan.

Skor 1 = tidak pernah, apabila tidak pernah melakukan.

2) Pengolahan skor

Skor maksimum: 20

Skor perolehan peserta didik: SP

Nilai sikap yang diperoleh peserta didik:  $SP/20 \times 4$

Rentang nilai sikap spritual:

Nilai ketuntasan kompetensi sikap dituangkan dalam bentuk angka dan predikat, yakni 1,00 – 4,00 untuk angka yang ekuivalen dengan predikat Kurang (K), Cukup (C), Baik (B), dan Sangat Baik (SB) sebagaimana tertera pada tabel berikut.

	NILAI KETUNTASAN		SIKAP
	ANGKA		PREDIKAT

	4.00	SANGAT BAIK (SB)
	<b>3.00</b>	<b>BAIK (B)</b>
	2.00	CUKUP (C)
	1.00	KURANG (K)

d. Jurnal Penilaian Sikap Spiritual

No	Tanggal	Nama Peserta Didik	Catatan Pendidik	Aspek yang Diamati

**2. Penilaian Sikap Sosial**

a. Teknik Penilaian

Pengamatan oleh teman sejawat

b. Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Lembar pengamatan sikap sosial

Nama : .....

Kelas : .....

Petugas Pengamatan : .....

1) Petunjuk Penilaian

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

2) Rubrik Penilaian Sikap Sosial

No.	ASPEK	SKOR (1 -
1.	<b>Kerja sama</b> a. Sebagai anggota melibatkan diri dan mengambil peran secara aktif dalam kelompok.	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>b. Sebagai anggota kelompok berbagi tugas dengan anggota lain (tidak mendominasi).</li> <li>c. Tidak mengganggu peserta didik yang lain.</li> <li>d. Membantu mempersiapkan dan merapikan peralatan pembelajaran.</li> </ul>	
2.	<p><b>Sportifitas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Mengikuti aktivitas dengan taat pada peraturan yang berlaku.</li> <li>b. Menghormati sesama teman dalam melakukan aktivitas.</li> <li>c. Tidak menyalahkan teman yang lain apabila terjadi kesalahan dalam melakukan sesuatu.</li> <li>d. Menerima kemenangan dan kekalahan dengan lapang dada dalam melakukan aktivitas jasmani.</li> </ul>	
3.	<p><b>Tanggung Jawab</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Sebagai peserta didik mengerjakan tugas-tugas dengan baik.</li> <li>b. Berani menerima resiko atas tindakan yang dilakukan.</li> <li>c. Mengembalikan barang yang dipinjamkan dari orang lain.</li> <li>d. Berani meminta maaf jika melakukan kesalahan yang merugikan orang lain.</li> </ul>	
4.	<p><b>Disiplin</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Hadir tepat waktu.</li> <li>b. Menggunakan pakaian olahraga yang telah ditetapkan oleh sekolah.</li> <li>c. Mengikuti seluruh proses pembelajaran sesuai dengan prosedur kerja.</li> <li>d. Mengerjakan tugas yang diberikan tepat waktu.</li> </ul>	
	<b>TOTAL SKOR = 16</b>	

c. Pedoman Penskoran

1) Penskoran

Skor 4, jika seluruh indikator ditunjukkan oleh teman yang diamati.

Skor 3, jika tiga indikator ditunjukkan oleh teman yang diamati.

Skor 2, jika dua indikator ditunjukkan oleh teman yang diamati.

Skor 1, jika hanya satu indikator ditunjukkan oleh teman yang diamati.

2) Pengolahan skor

Skor maksimum: 16

Skor perolehan peserta didik: SP

Nilai sikap yang diperoleh peserta didik:  $SP/16 \times 4$

Rentang nilai sikap:

Nilai ketuntasan kompetensi sikap dituangkan dalam bentuk angka dan predikat, yakni 1,00 – 4,00 untuk angka yang ekuivalen dengan predikat Kurang (K), Cukup (C), Baik (B), dan Sangat Baik (SB) sebagaimana tertera pada tabel berikut.

	NILAI KETUNTASAN SIKAP	
	ANGKA	PREDIKAT
	4.00	SANGAT BAIK (SB)
	<b>3.00</b>	<b>BAIK (B)</b>
	2.00	CUKUP (C)
	1.00	KURANG (K)

d. Jurnal Penilaian Sikap Sosial

No	Tanggal	Nama Peserta Didik	Catatan Pendidik	Aspek yang Diamati

**3. Penilaian Pengetahuan**

a. Teknik Penilaian

Ujian tulis

b. Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Soal ujian tulis

Nama : .....

Kelas : .....

No	ASPEK DAN SOAL UJI TULIS	Jawaban
1.	<b>Fakta</b>	

	<p>a. Sebutkan berbagai keterampilan gerak melempar dan menangkap bola permainan kasti!</p> <p>b. Sebutkan berbagai keterampilan gerak memukul bola permainan kasti!</p>	
2.	<p><b>Konsep</b></p> <p>a. Jelaskan berbagai keterampilan gerak melempar dan menangkap bola permainan kasti!</p> <p>b. Jelaskan berbagai keterampilan gerak memukul bola permainan kasti!</p>	
3.	<p><b>Prosedur</b></p> <p>a. Jelaskan cara melakukan berbagai keterampilan gerak melempar dan menangkap bola permainan kasti!</p> <p>b. Jelaskan cara melakukan berbagai keterampilan gerak memukul bola permainan kasti!</p>	

c. Pedoman penskoran

1) Penskoran

a) Soal nomor 1

- (1) Skor 3, jika jenis disebut secara lengkap
- (2) Skor 2, jika jenis disebut secara kurang lengkap
- (3) Skor 1, jika jenis disebut tidak lengkap

b) Soal nomor 2

- (1) Skor 4, jika penjelasan benar dan lengkap
- (2) Skor 3, jika penjelasan benar tetapi kurang lengkap
- (3) Skor 2, jika sebagian penjelasan tidak benar dan kurang lengkap
- (4) Skor 1, jika hanya sebagian penjelasan yang benar dan tidak lengkap

c) Soal nomor 3

- (1) Skor 3, jika jenis disebut secara lengkap
- (2) Skor 2, jika jenis disebut secara kurang lengkap
- (3) Skor 1, jika jenis disebut tidak lengkap

d) Soal nomor 4

- (1) Skor 4, jika urutan benar dan lengkap
- (2) Skor 3, jika urutan benar tetapi kurang lengkap
- (3) Skor 2, jika sebagian urutan tidak benar dan kurang lengkap
- (4) Skor 1, jika hanya sebagian urutan yang benar dan tidak lengkap.

2) Pengolahan skor

Skor maksimum: 24

Skor perolehan peserta didik: SP

Nilai sikap yang diperoleh peserta didik: SP/24 X 4

Rentang nilai pengetahuan:

Nilai ketuntasan kompetensi pengetahuan dan keterampilan dituangkan dalam bentuk angka dan huruf, yakni 1,0 – 4,0 untuk angka yang ekuivalen dengan huruf D sampai dengan A sebagaimana tertera pada tabel berikut.

	NILAI KETUNTASAN PENGETAHUAN DAN KETRAMPILAN	
	ANGKA	PREDIKAT
	4.00	A
	3.67	A-
	3.33	B+
	3.00	B
	<b>2.67</b>	<b>B-</b>
	2.33	C+
	2.00	C
	1.67	C-
	1.33	D+
	1.00	D

#### 4. Penilaian Keterampilan

- a. Lembar pengamatan proses variasi dan kombinasi keterampilan gerak melempar, menangkap, dan memukul bola permainan kasti.

##### 1) Teknik Penilaian

Uji unjuk kerja oleh rekan sejawat (dalam permainan)

## 2) Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Peserta didik diminta untuk melakukan variasi dan kombinasi keterampilan gerak melempar, menangkap, dan memukul bola permainan kasti yang dilakukan berpasangan, berkelompok dalam bentuk bermain.

Nama : .....

Kelas : .....

Petugas Pengamatan : .....

### a) Petunjuk Penilaian

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan keterampilan gerak yang diharapkan.

### b) Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak

No.	Indikator Penilaian	Hasil Penilaian		
		Baik (3)	Cukup (2)	Kurang (1)
1.	Sikap awalan melakukan gerakan			
2.	Sikap pelaksanaan melakukan gerakan			
3.	Sikap akhir melakukan gerakan			
Skor Maksimal (9)				

## 1) Pedoman penskoran

### a) Penskoran

#### (1) Sikap awalan melakukan gerakan

Skor Baik jika :

- (a) pandangan mata ke arah datangnya bola
- (b) badan sedikit dicondongkan ke depan dan berat badan terletak di antara kedua kaki.
- (c) lutut ditekuk, badan condong ke depan dan jaga keseimbangan

Skor Sedang jika :hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor Kurang jika :hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

(2) Sikap pelaksanaan melakukan gerakan

Skor Baik jika :

- (a) bola didorong dari depan
- (b) kedua lengan lurus ke depan
- (c) badan dicondongkan ke depan
- (d) pandangan mata tertuju pada lepasnya bola

Skor Sedang jika :hanya tiga kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor Kurang jika :hanya satu sampai dua kriteria yang dilakukan secara benar.

(3) Sikap akhir melakukan gerakan

Skor Baik jika :

- (a) badan tetap condong ke depan
- (b) pandangan mata tertuju pada lepasnya bola
- (c) kaki kiri ke depan dan kaki kanan di belakang

Skor Sedang jika :hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor Kurang jika :hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

b) Pengolahan skor

Skor maksimum: 9

Skor perolehan peserta didik: SP

Nilai keterampilan yang diperoleh peserta didik:  $SP/9 \times 4$

Rentang nilai keterampilan:

Nilai ketuntasan kompetensi pengetahuan dan keterampilan dituangkan dalam bentuk angka dan huruf, yakni 1,0 – 4,0 untuk angka yang ekuivalen dengan huruf D sampai dengan A sebagaimana tertera pada tabel berikut.

	NILAI KETUNTASAN PENGETAHUAN DAN KETRAMPILAN
--	--

	ANGKA	PREDIKAT
	4.00	A
	3.67	A-
	3.33	B+
	3.00	B
	<b>2.67</b>	<b>B-</b>
	2.33	C+
	2.00	C
	1.67	C-
	1.33	D+
	1.00	D

b. Lembar pengamatan penilaian hasil variasi dan kombinasi keterampilan gerak melempar, menangkap, dan memukul bola permainan kasti.

1) Penilaian hasil keterampilan gerak melempar dan menangkap bola

a) Tahap pelaksanaan pengukuran

Penilaian hasil/produk keterampilan gerak melempar dan menangkap bola dilakukan peserta didik selama 30 detik dengan dengan cara :

- (1) Mula-mula peserta didik berdiri dengan memegang bola.
- (2) Setelah petugas pengukuran memberi aba-aba “mulai” peserta didik mulai melempar dan menangkap bola ke tembok dengan jarak 5 meter.
- (3) Petugas menghitung ulangan/pantulan bola yang dapat dilakukan oleh peserta didik.
- (4) Jumlah ulangan/pantulan bola yang dilakukan dengan benar memenuhi persyaratan dihitung untuk diberikan skor.

b) Konversi jumlah ulangan dengan skor

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		

..... >25 kali	..... > 20 kali	100%	Sangat Baik
20 – 24 kali	16 – 19 kali	90%	Baik
15 – 19 kali	12 – 15 kali	80%	Cukup
11 – 14 kali	8 – 11 kali	70%	Kurang
..... < 10 kali	..... <7 kali	60%	Kurang Sekali

2) Penilaian hasil keterampilan gerak memukul bola

a) Tahap pelaksanaan pengukuran

Penilaian hasil/produk keterampilan gerak memukul bola dilakukan peserta didik sebanyak 6 kali pukulan dengan cara :

- (1) Mula-mula peserta didik berdiri dengan memegang penukul.
- (2) Setelah petugas pengukuran memberi aba-aba “mulai” peserta didik mulai memukul bola yang dilambungkan oleh teman sebanyak 6 kali pukulan.
- (3) Petugas menghitung hasil pukulan yang dapat dilakukan oleh peserta didik.
- (4) Jumlah pukulan yang dilakukan dengan benar memenuhi persyaratan dihitung untuk diberikan skor.

b) Konversi jumlah ulangan dengan skor

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > Angka 30	..... > Angka 25	100%	Sangat Baik
Angka 25 – 29	Angka 20 – 24	90%	Baik
Angka 20 – 24	Angka 15 – 19	80%	Cukup
Angka 15 – 19	Angka 11 – 14	70%	Kurang
..... < Angka 14	..... < Angka 10	60%	Kurang Sekali

- c. Penilaian hasil variasi dan kombinasi keterampilan gerak melempar, menangkap, dan memukul bola permainan kasti.

Pengolahan skor keterampilan proses dan skor keterampilan hasil keterampilan gerak menjadi skor akhir.

Untuk memperoleh skor akhir, perlu diberikan pembobotan sesuai dengan tujuan akhir dari pembelajaran (contoh 70% untuk skor keterampilan proses keterampilan gerak, dan 30% untuk skor keterampilan hasil gerak), maka skor akhir keterampilan gerak adalah :

Skor penilaian proses X 70% = .....ditambah  
dengan  
Skor hasil gerak X 30% = .....sama dengan  
.....

Pakem, .....

Mengetahui

Guru Pembimbing PLT,

Mahasiswa,

Tutik S.Pd

Amasia Bingar L A

NIP.

NIM. 14601244027

DAFTAR NILAI PJOK KELAS 7A											
No.	NAMA	LARI JARAK PENDEK			LOMPAT JAUH			BASKET			KEBUGARAN JASMANI
		TUGAS	PRAKTEK	SKOR PRAKTEK	TUGAS	PRAKTEK	SKOR PRAKTEK	TUGAS	PRAKTEK	SKOR PRAKTEK	SKOR PRAKTEK
1	ABHISTA WISNU SADAJIWA	76	A	86	75	A	86	80	A-	83	78
2	ADEVITA RATRI LARASATI	77	B+	77	76	A-	84	100	B+	78	82
3	AFIF ALFIANA	76	A-	81	76	B+	78	80	B	75	77
4	ALDI NAFARUDIN	77	B+	78	75	A-	83		B	75	76
5	ALYA NURMAHARANI	75	A-	82	76	B+	77	90	B	75	78
6	ANINDYA SEPTIANTI NURHALIZAH	76	B+	77	77	B+	78	90	B	75	78
7	ARDIANSYAH RIZKY F	75	B+	76	76	B+	77		B	75	79
8	ATIKHA ANGGRAENI	76	B+	78	76	A	86	100	B	75	77
9	AURELLYA SHAF A I	76	B+	78	77	B+	78		B	75	75
10	AYU DYAH NASTITI	75	B+	79	77	B+	79	100	B	75	77
11	AYU RETNO PRATIWI	76	B+	77	76	B	74	90	B	75	81
12	BAYU VERI ANGGARA	77	B	75	76	A	86	100	B	75	77
13	CANDRA DWI HERMAWAN	76	B+	77	75	A	86	75	B	75	81
14	DIAN ADI KUSUMA	76	A-	81	76	A-	83	90	B	75	76
15	DIKI IRFANDA	77	B+	77					B	75	77
16	FATHAHILLAH R	77	A	86	76	A	86	90	B+	77	78
17	JULIA RATIH P	76	A-	81	76	B+	77	90	B	75	79
18	KANAYA PUTRI	76	A	86				100	B	75	81
19	KHOTIMATUL YAHYA	75	A-	81	76	B+	78	100	B	75	80
20	MEITA PUTRI SULISTYA	76	A-	81	76	B+	79	100	B	75	82
21	MELIA ISNAWATI	77	A-	81	77	A	87	100	B	75	81
22	NASHRUDIN RIZAL S	76			76	A-	83		B	75	79

23	NICKO PRAMUDYA	76	A-	81	77	B+	77	75	B	75	77
24	NUR AFIFAH	77	B+	76	76	B+	78	90	B	75	86
25	PINKAN PERMATASARI	76	B+	77	75	A-	83	90	B	75	78
26	PUTRI WULAN ASNIFAR	77	B+	78	76	B	75	75	B	75	79
27	RAMADHANI SETIAWAN	76	B+	79	76	B+	77	100	B	75	74
28	RIZKY PRATAMA	75	A-	81	77	B+	78	80	B	75	86
29	SHINTA NURKHASANNAH	76	B+	80	76	A-	83	100	B	75	86
30	VIKI FERNANDO	76	A-	82	77	A	86		B	75	78
31	WULAN JULIANA	77	A-	81	76	B+	78	90	B	75	82
32	ZAHRA FADILLA	76	B+	79	77	A-	81	80	B	75	77

DAFTAR NILAI PJOK KELAS 7B										
No.	NAMA	LARI JARAK PENDEK			LOMPAT JAUH			BASKET		
		TUGAS	PRAKTEK	SKOR PRAKTEK	TUGAS	PRAKTEK	SKOR PRAKTEK	TUGAS	PRAKTEK	SKOR PRAKTEK
1	AGUNG PRASETYO PUTRO	76	A-	82	76	A	86	90	B+	77
2	AMEYLIA EKA SAPUTRI	76	A-	81	75	A	86	90	B	75
3	ANGGA PRATAMA PUTRA	77	A-	83	76	A	86	90	B+	78
4	ANGGITA SURYANINGTYAS	76	A-	84	77	B+	78	90	B	75
5	DIANA SRININGSIH	77	A-	81	76	A-	81	75	B	75
6	EVITA RAMADHANI	76	A-	82	76	B+	78	100	B	75
7	FAHREL FILARY	77	B+	78	77			90	B	75
8	HELEN ANGGRAENI	75	A	87	77	B+	79	100	B+	77
9	IQBAL AMMAR FADILLAH	76	B+	77	76	A-	82	90	B+	77
10	KARISMA ARISANDY A	75	A-	81	75	A	86	90	B+	77

11	MERSHELLY KURNIA T	76	A-	82	76	B+	79	90	B	75
12	MELANY EL SHANTY	76	A-	82	76	B	74	90	B	75
13	MIFTAH AYU ARIANDINI	75	A-	81	77	B	74	100	B	75
14	MIFTAKHUL JANNAH	76	B+	78	76	B	74	100	B	75
15	MUHAMMAD FAISAL	77	A-	82	77	A-	81	100	B	75
16	MUHAMMAD ARTA	76	A-	83	76	A-	82	80	B	75
17	NABILA TYAS P	76	A-	84	77	A-	81	100	B	75
18	NICKO ZAKY RAMADHANA	77	B+	77	75	A	86	90	B	75
19	NURAINI AFIFAH F	77	A-	83	76	A	86	90		
20	OKTAVIA TRI HAPSARI	76	A	87				90	B	75
21	OKVAN REVANDI N	75	B+	77				90	B	75
22	RAYHAN ADRIAN P	76	A-	82	76	A-	83	90	B+	77
23	REZA SATRIA P	77	B+	77	77	A	86	100	B	75
24	RISKY YULIAN M	76	A-	83	76	B+	77	100	B	75
25	SAVA PRAMESTI A	76	A-	84	76	A-	83	100	B+	78
26	SERILDA BERTHA N	77	A-	85	77	B+	77	90	B	75
27	SULTHAN AZKA R	77	A-	82	77	A	86		B	75
28	TALYA WIRIDTANAYA	76	A	86	76	B+	77	100	B	75
29	TIYAS SILFIANI	76	A-	83	76	A-	81	90	B	75
30	WAHYU FITRI LESTARI	77	A-	82				100	B	75
31	YESIKA LINTANG SARI	77	A-	84	77	A-	82	100	B	75
32	YULINIA MEGA A				76	A-	81	90	B	75

DAFTAR NILAI PJOK KELAS 7C

No.	NAMA	LARI JARAK PENDEK			LOMPAT JAUH			BASKET			KEBUGARAN JASMANI
		TUGAS	PRAKTEK	SKOR PRAKTEK	TUGAS	PRAKTEK	SKOR PRAKTEK	TUGAS	PRAKTEK	SKOR PRAKTEK	SKOR PRAKTEK
1	ADRIAN EKA P	77	A-	81	77	A-	82	75	B	75	77
2	AFINA AURELIA PUTRI	76	B+	77	76	A-	81		B	75	84
3	AIMA IZZA NUGROHO	77	A-	84	77	A-	83	75	B	75	75
4	AMELIA DWI ISWARA	76	B	75	76	A-	84	70	B	75	77
5	ANITA KUSUMANINGTYAS	75	B+	77	75	A-	81		B	75	82
6	ANTON BUDI SATRIA	76	A-	82	76	A-	82	100	B	75	77
7	APRILLIA KARTA WIJAYA	76	B+	77	76	B+	78	90	B	75	77
8	ARSA MAULANA	77	B+	77	77	A	87	100	B	75	81
9	DANIKA AULIA	76	A-	81	76	B+	77	100	B	75	82
10	DESINTA AYU LESTARI	77	B+	79	77	A-	81	100	B	75	77
11	DEVANO ADYASTA	76	A-	83	76	A-	82	70	B	75	79
12	DEWA PUTRA AJI	77	B+	77	77	A-	82	90	B	75	82
13	ENRIKO SONDA ASRAFIL	75	B+	78	75	A-	81	100	B	75	86
14	EVY WIDYAWATI	76	A-	82	76	B+	78	80	B	75	77
15	GRINA VALENSIYA	75	B+	77	75	A-	82	100	B	75	77
16	IRLINA PUTRI P	76	B+	79	76	A-	83	80	B	75	86
17	KUSUMA DEWI TRI N	76	A-	82	76	A-	84	100	B	75	78
18	LATIFAH KURNIA W	75	A	86	75	B+	77	100	B	75	81
19	MAULANA BIMA KURNIAWAN	76	B+	77	76	A-	83	90	B	75	80
20	MOCHAMMAD FAIZ M	77	B+	77	77	A	87	90	B	75	82
21	NALYA SANDRA AGUSTIN	76	A	86	76	B+	77	80	B	75	78
22	NAURAH FREDA TIFFANY	76	B+	78	76	A-	82	90	B	75	82
23	NOER RIZKA PRASTIWI	77	A-	81	77	B+	77	100	B	75	83
24	NOVAL EKA KRISTIANTO	77	B+	79	77	A-	83	100	B	75	84
25	NUR FITRI YANI	76	A-	84	76	A-	84	90	B	75	77
26	PRIMANANDA GALIH P	76	A	86	76	A-	85	90	B	75	83
27	RIDWAN RAZENDRIYA	75	A	86	75	A-	82	90	B	75	87
28	RINTO WAHYUDI	76	A-	81	76	A	86	80	B	75	77
29	SALMA KHAIRUNNISA					A-	83	90	B	75	86

30	TOSAN NURFALAH	76	A	86	76	A-	82	100	B	75	78
31	WAFU FUHAID	76	A	86	76	A-	84	80	B	75	82

DAFTAR NILAI PJOK KELAS 7D										
No.	NAMA	LARI JARAK PENDEK			LOMPAT JAUH			BASKET		
		TUGAS	PRAKTEK	SKOR PRAKTEK	TUGAS	PRAKTEK	SKOR PRAKTEK	TUGAS	PRAKTEK	SKOR PRAKTEK
1	ADITA PRISKA CAHYANI	76	A-	81	76	B+	77	100	B	75
2	AGISTIYA PUTRI Z	77	B+	77	75	A-	81	100	B	75
3	AGUS SUPRIYANTO	76	B+	77				100	A-	81
4	ALFIAN FIKRI F	77	A-	82	76	A-	81	100	B	75
5	ANDHIKA GHIFARI	75	A-	81	77	A-	81	100	A-	81
6	ANDREANUS ARDRA L	76	A	86	76	B+	77	100	B+	77
7	ARON WANDA P	75	A-	82	77	A	86	100	A-	81
8	BERLIAN DWI SASMITO	76	B+	77	76	A	86	100	B+	77
9	DEVINA DWI SEPTIANI	76	A-	81	77	B+	79	90	B+	78
10	DEVITA DWI SEPTIANA	75	A-	82	75	A-	82	100	B+	77
11	DIKA BUDI SAPUTRA	76	B+	78	76	A-	82	100	A-	81
12	FALYSHA WIDYA D	77	A-	82	75	A	86	100	A-	81
13	FIFI MONICA	76	A	86	76	A	86	100	A	86
14	FLORENTINA NADIA S	76	A-	82	76	A	86	100	B+	78
15	HADYAS CAHYA FAIDA	77	A	86	75	A-	81	100	A-	81
16	I WAYAN RANGGA D	77	B+	78	76	A-	81		A-	81
17	IRDA MAULANA MAHARDIKA	76	B+	77	77	A	86	100	A	86
18	JIHAN NABILAH MAYA K	76	A-	82	76	B	75	100	B	75
19	MADZAKIR WAHYU M	75	A-	83	76	A	86	80	A-	81

20	MARSHA PUTRI FAHIRA	76	B+	79	77	A-	81	90	B+	78
21	MELISA AGATHA	77	A-	82	77	B	75	100	B	75
22	NATHANIA CHEISYA M	76	B+	77	76	A-	81	100	B	75
23	NECIA HERKINA	76	B+	78	77	A-	81	100	A-	81
24	OKSARIO LISTYANTORO	77	B+	77	75	B+	77	100	B	75
25	RATIH LUTVIANI SRI	76	B+	79	76	B+	76	100	B+	78
26	SHERLINA NUR HAKIKI	77	B+	76	75	B+	77	90	B+	77
27	SONYA GABRIELLA	76	A-	81	76	A	86	100	A-	81
28	TEGAR BAGAS ATMOJO	75	B+	77	76	A	86	100	A-	81
29	TRI NOVI ANTOKO	76	B+	76	75	A-	81	90	B+	77
30	WIDHI SAPUTRO	76	B+	77	76	B+	77	75		
31	YOSEPHA PRADITA EVA R	77	B+	77	76	B	75	100	B+	78

## DOKUMENTASI PLT

### A. DOKUMENTASI Pengerjaan Proker Kelompok



### B. DOKUMENTASI INVENTARISASI PERPUSTAKAAN



### **C. DOKUMENTASI KERJA BAKTI**



### **D. DOKUMENTASI PENERJUNAN PPL**



### **E. DOKUMENTASI PENARIKAN PPL**



## F. DOKUMENTASI MENGAJAR





LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

**CATATAN HARIAN PLT**

**TAHUN:2017**

NAMA MAHASISWA : AMASIA BINGAR LAKSITA ADI

NAMA SEKOLAH : SMP NEGERI 3 PAKEM

NO. MAHASISWA : 14601244027

ALAMAT SEKOLAH : POJOK, HARJOBINANGUN, PAKEM

FAK/JUR/PR.STUDI : FIK/POR/PJKR

No.	Hari, tanggal	Pukul	Nama Kegiatan	Hasil Kualitatif/ Kuantitatif	Keterangan/ Paraf DPL
-----	---------------	-------	---------------	-------------------------------	--------------------------

1.	Jumat/15- 9- 2017	08.00 – 09.00	Membersihkan dan mempersiapkan posko PLT	<u>Hasil Kualitatif :</u> Mempersiapkan posko yang akan digunakan untuk PLT  <u>Hasil Kuantitatif :</u> dihadiri oleh mhs : 11 orang	
----	-------------------	---------------	--	--	--

2.	Senin 18-9-2017	08.30 – 09.30	Penyerahan Mahasiswa PLT	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Penyerahan Mahasiswa PLT oleh dosen pamong yang diterima oleh wakil kepala sekolah</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh wakil kepala sekolah, 7 orang guru, 11 orang mahasiswa, dan 1 dosen pamong</p>	
----	-----------------	---------------	--------------------------	--	--

		10.00-12.00	Observasi Pembelajaran	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengamati RPP, Silabus dll yang berkaitan dengan pembelajaran</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 2 mahasiswa dan 1 guru pamong</p>	
3	Selasa 19-9-2017	06.15-07.00	Piket Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan piket pagi dengan bersalaman kepada siswa</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 3 mahasiswa dan 4 guru</p>	

4		07.00-07.15	Bimbingan Rohani	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mendampingi siswa/i yang non muslim untuk melakukan bimbingan rohani</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 2 mahasiwa dan 20 siswa</p>	
5		07.15-08.35	Observasi Pembelajaran	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan Observasi Pembelajaran di kelas IX C</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 28 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

6		08.35-10.10	Observasi Pembelajaran	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan Observasi Pembelajaran di kelas IX B</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 28 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
7		10.10-11.30	Observasi Pembelajaran	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan Observasi Pembelajaran di kelas IX D</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 28 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

8		11.30-14.00	Administrasi Perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membantu menomori dan menulis identitas buku di perpustakaan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Jumlah buku yang dinomori adalah 50 buah</p>	
9	Rabu 20-9-2017	07.15-09.15	Observasi Pembelajaran	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan Observasi Pembelajaran di kelas VIII C</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiswa dan 1 guru mapel</p>	

10		09.30-11.30	Observasi Pembelajaran	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan Observasi Pembelajaran di kelas VII B</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 31 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
11		11.30-13.00	Pembuatan Prota dan Prosem	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membantu program tahunan dan program semester yang akan di berikan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Diikuti oleh 2 mahasiswa</p>	

		13.00-14.00	Administrasi Perpustakaan	<u>Hasil Kualitatif :</u> Membantu menomori dan menulis identitas buku di perpustakaan  <u>Hasil Kuantitatif :</u> Jumlah buku yang dinomori adalah 50 buah	
12	Kamis 21-9-2017	-	-	<u>LIBUR NASIONAL</u>	

13	Jumat 22-9-2017	06.15-07.00	Piket Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan piket pagi dengan bersalaman kepada siswa</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 3 mahasiswa dan 4 guru</p>	
14		07.00-07.40	Kerja bakti	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan kerja bakti bersama membersihkan lingkungan sekolah</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>diikuti oleh 11 mahasiswa dan seluruh warga sekolah</p>	

15		07.40-08.20	Pendampingan Latihan Upacara Bendera	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan pendampingan latihan upacara bendera dengan petugas kelas IX A</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 2 mahasiwa, 28 siswa dan 2 guru</p>	
16		08.20-09.00	Observasi Pembelajaran	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan Observasi Pembelajaran di kelas IX A</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 28 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

17		09.10-11.15	Observasi Pembelajaran	<u>Hasil Kualitatif :</u> Melakukan Observasi Pembelajaran di kelas VII C  <u>Hasil Kuantitatif :</u> dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel	
18	Sabtu 23-9-2017	07.55-10.10	Observasi Pembelajaran	<u>Hasil Kualitatif :</u> Melakukan Observasi Pembelajaran di kelas VII D  <u>Hasil Kuantitatif :</u> dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel	

19		10.10-11.45	Pendampingan Pengembangan Diri	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan pendampingan pengembangan diri (ekstrakurikuler) bola voli</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 15 siswa, 2 mahasiswa dan 1 guru mapel</p>	
20	Senin 25-9-2017	07.00-07.40	Upacara Bendera	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan Upacara Bendera rutin di lapangan sepakbola depan sekolah</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 11 mahasiswa dan seluruh warga sekolah</p>	

21		07.40-10.00	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VIII A dengan materi permainan bola besar. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
22		10.35-12.50	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII A dengan materi permainan bola kecil. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 31 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

23		13.00-14.00	Pembuatan Silabus	<u>Hasil Kualitatif :</u> Membuat Silabus Pembelajaran  <u>Hasil Kuantitatif :</u> Diikuti oleh 2 Mahasiswa	
24	Selasa 26-9-2017	06.15-07.00	Piket Pagi	<u>Hasil Kualitatif :</u> Melakukan piket pagi dengan bersalaman kepada siswa  <u>Hasil Kuantitatif :</u> dihadiri oleh 3 mahasiswa dan 4 guru	

		07.00-07.15	Bimbingan Rohani	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mendampingi siswa/i yang non muslim untuk melakukan bimbingan rohani</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 2 mahasiwa dan 20 siswa</p>	
25		07.15-08.35	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas IX C dengan materi permainan bola besar. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 28 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

26		08.35-10.10	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas IX B dengan materi permainan bola besar. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 28 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
27		10.10-11.30	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas IX D dengan materi permainan bola besar. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 28 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

28		12.00-14.00	Pembuatan Silabus	<u>Hasil Kualitatif :</u> Membuat Silabus Pembelajaran  <u>Hasil Kuantitatif :</u> Diikuti oleh 2 Mahasiswa	
29	Rabu 27-9-2017	07.15-09.15	Mengajar	<u>Hasil Kualitatif :</u> Mengajar kelas VIII C dengan materi permainan bola besar. Pembelajaran berlangsung lancar  <u>Hasil Kuantitatif :</u> dihadiri oleh 28 siswa, 2 mahasiswa dan 1 guru mapel	

30		09.30-11.30	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII B dengan materi permainan bola kecil. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 31 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
31		12.00-14.00	Pembuatan RPP dan Media Pembelajaran	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membuat RPP dan Media Pembelajaran yang akan digunakan untuk mengajar minggu depan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p>	

				Menyelesaikan 2 RPP dan media pembelajaran untuk materi minggu depan	
32	Kamis 28-9-2017	07.00-07.15	Bimbingan Rohani	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mendampingi siswa/i yang non muslim untuk melakukan bimbingan rohani</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 2 mahasiswa dan 20 siswa</p>	

33		07.15-09.15	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VIII B dengan materi permainan bola besar. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 31 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
34		09.30-11.30	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VIII D dengan materi permainan bola besar. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

35		11.30-14.00	Administrasi Perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membantu menomori dan menulis identitas buku di perpustakaan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Jumlah buku yang dinomori adalah 10 buah</p>	
36	Jumat 29-9-2017	06.15-07.00	Piket Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan piket pagi dengan bersalaman kepada siswa</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 3 mahasiswa dan 4 guru</p>	

37		07.00-07.40	Jalan Sehat Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan jalan sehat pagi mengelilingi lingkungan sekolah</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Diikuti oleh 11 mahasiswa dan seluruh warga sekolah</p>	
38		07.40-09.00	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas IX A dengan materi permainan bola besar. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 28 siswa, 2 mahasiswa dan 1 guru mapel</p>	

39		09.15-11.15	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII C dengan materi permainan bola kecil. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
40	Sabtu 30-9-2017	07.55-10.10	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII D dengan materi permainan bola kecil. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

41		10.10-11.45	Pendampingan Pengembangan Diri	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan pendampingan pengembangan diri (ekstrakurikuler) bola voli</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 15 siswa, 2 mahasiswa dan 1 guru mapel</p>	
42	Senin 2-10-2017	06.15-07.00	Piket Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan piket pagi dengan bersalaman kepada siswa</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 3 mahasiswa dan 4 guru</p>	

43		07.00-09.00	Administrasi Perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membantu menomori dan menulis identitas buku di perpustakaan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Jumlah buku yang dinomori adalah 15 buah</p>	
44		09.30-11.30	Pembuatan RPP dan Media Pembelajaran	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membuat RPP dan Media Pembelajaran yang akan digunakan untuk mengajar minggu depan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Menyelesaikan 1 RPP dan media pembelajaran untuk materi minggu depan</p>	

45	Selasa 3-10-2017	06.15-07.00	Piket Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan piket pagi dengan bersalaman kepada siswa</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 3 mahasiswa dan 4 guru</p>	
46		07.30-09.30	Mengawasi UTS	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengawasi Ujian Tengah Semester mata pelajaran matematika. UTS berjalan lancar dan tertib</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 15 siswa. Jumlah pengawas 2 orang</p>	

47		10.00-11.30	Administrasi Perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membantu menomori dan menulis identitas buku di perpustakaan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Jumlah buku yang dinomori adalah 50 buah</p>	
48	Rabu 4-10-2017	07.30-09.30	Pembuatan RPP dan Media Pembelajaran	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membuat RPP dan Media Pembelajaran yang akan digunakan untuk mengajar minggu depan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Menyelesaikan 1 RPP dan media pembelajaran untuk materi minggu depan</p>	

49		10.00-11.30	Administrasi Perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membantu menomori dan menulis identitas buku di perpustakaan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Jumlah buku yang dinomori adalah 20 buah</p>	
50	Kamis 5-10-2017	07.30-09.30	Administrasi Perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membantu menomori dan menulis identitas buku di perpustakaan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Jumlah buku yang dinomori adalah 50 buah</p>	

51		10.00-11.30	Mengawasi UTS	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengawasi Ujian Tengah Semester mata pelajaran bahasa jawa. UTS berjalan lancar dan tertib</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 15 siswa. Jumlah pengawas 2 orang</p>	
52	Jumat 6-10-2017	07.30-09.00	Mengawasi UTS	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengawasi Ujian Tengah Semester mata pelajaran IPS. UTS berjalan lancar dan tertib</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 15 siswa. Jumlah pengawas 2 orang</p>	

53		09.30-11.00	Mengawasi UTS	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengawasi Ujian Tengah Semester mata pelajaran Seni Budaya. UTS berjalan lancar dan tertib</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 15 siswa. Jumlah pengawas 2 orang</p>	
54	Sabtu 7-10-2017	07.30-09.00	Administrasi Perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membantu menomori dan menulis identitas buku di perpustakaan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Jumlah buku yang dinomori adalah 20 buah</p>	

55		09.30-11.00	Mengawasi UTS	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengawasi Ujian Tengah Semester mata pelajaran Batik. UTS berjalan lancar dan tertib</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 15 siswa. Jumlah pengawas 2 orang</p>	
56	Senin 9-10-2017	07.00-07.40	Upacara Bendera	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan Upacara Bendera rutin di lapangan sepakbola depan sekolah</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 11 mahasiswa dan seluruh warga sekolah</p>	

57		07.40-10.00	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VIII A dengan materi permainan lari jarak pendek. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
58		10.35-12.50	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII A dengan materi permainan lari jarak pendek. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 31 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

59	Selasa 10-10-2017	06.15-07.00	Piket Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan piket pagi dengan bersalaman kepada siswa</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 3 mahasiswa dan 4 guru</p>	
60		07.00-07.15	Bimbingan Rohani	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mendampingi siswa/i yang non muslim untuk melakukan bimbingan rohani</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 2 mahasiswa dan 20 siswa</p>	

61		07.30-09.30	Pembuatan RPP dan Media Pembelajaran	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membuat RPP dan Media Pembelajaran yang akan digunakan untuk mengajar minggu depan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Menyelesaikan 1 RPP dan media pembelajaran untuk materi minggu depan</p>	
62		10.00-12.00	Administrasi Perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membantu menomori dan menulis identitas buku di perpustakaan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Jumlah buku yang dinomori adalah 10 buah</p>	

63		12.00-14.00	Melaksanakan Program Kerja Kelompok	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan proker kelompok berupa mengecat papan informasi sekolah</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Pengecetan dilakukan oleh 2 mahasiswa</p>	
64	Rabu 11-10-2017	07.15-09.15	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VIII C dengan materi permainan lari jarak pendek. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 28 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

65		09.30-11.30	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII B dengan materi lari jarak pendek . Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 31 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
66		11.30-14.00	Melaksanakan Program Kerja Kelompok	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan proker kelompok berupa mengecat papan informasi sekolah</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Pengecetan dilakukan oleh 4 mahasiswa</p>	

67	Kamis 12-10-2017	07.00-07.15	Bimbingan Rohani	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mendampingi siswa/i yang non muslim untuk melakukan bimbingan rohani</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 2 mahasiwa dan 20 siswa</p>	
68		07.15-09.15	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VIII B dengan materi lari jarak pendek. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 31 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

69		09.30-11.30	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VIII D dengan materi lari jarak pendek. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
70		11.30-14.00	Administrasi Perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membantu menomori dan menulis identitas buku di perpustakaan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Jumlah buku yang dinomori adalah 10 buah</p>	

71	Jumat 13-10-2017	06.15-07.00	Piket Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan piket pagi dengan bersalaman kepada siswa</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 3 mahasiswa dan 4 guru</p>	
72		07.00-07.40	Jalan Sehat Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan jalan sehat pagi mengelilingi lingkungan sekolah</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Diikuti oleh 11 mahasiswa dan seluruh warga sekolah</p>	

73		09.15-11.15	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII C dengan materi permainan lari jarak pendek. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
74	Sabtu 14-10-2017	07.55-10.10	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII D dengan materi lari jarak pendek. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

75		10.10-11.45	Pendampingan Pengembangan Diri	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan pendampingan pengembangan diri (ekstrakurikuler) bola voli</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 15 siswa, 2 mahasiswa dan 1 guru mapel</p>	
76	Senin 16-10-2017	07.00-07.40	Upacara Bendera	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan Upacara Bendera rutin di lapangan sepakbola depan sekolah</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 11 mahasiswa dan seluruh warga sekolah</p>	

77		07.40-10.00	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VIII A dengan materi lompat jauh. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
78		10.35-12.50	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII A dengan materi permainan lompat jauh. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 31 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

79		13.00-14.00	Administrasi Perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membantu menomori dan menulis identitas buku di perpustakaan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Jumlah buku yang dinomori adalah 20 buah</p>	
80	Selasa 17-10-2017	06.15-07.00	Piket Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan piket pagi dengan bersalaman kepada siswa</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 3 mahasiswa dan 4 guru</p>	

81		07.00-07.15	Bimbingan Rohani	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mendampingi siswa/i yang non muslim untuk melakukan bimbingan rohani</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 2 mahasiwa dan 20 siswa</p>	
82		07.15-08.35	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas IX C dengan materi kebugaran jasmani. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 28 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

83		08.35-10.10	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas IX B dengan materi kebugaran jasmani. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 28 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
84		10.10-11.30	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas IX D dengan materi kebugaran jasmani. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 28 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

85		12.00-14.00	Melaksanakan Program Kerja Kelompok	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan proker kelompok berupa mengecat papan informasi sekolah</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Pengecatan dilakukan oleh 2 mahasiswa</p>	
86	Rabu 18-10-2017	07.15-09.15	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VIII C dengan materi lompat jauh. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 28 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

87		09.30-11.30	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII B dengan materi lompat jauh. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 31 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
88		12.00-14.00	Pembuatan RPP dan Media Pembelajaran	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membuat RPP dan Media Pembelajaran yang akan digunakan untuk mengajar minggu depan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p>	

				Menyelesaikan 1 RPP dan media pembelajaran untuk materi minggu depan	
89	Kamis 19-10-2017	07.00-07.15	Bimbingan Rohani	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mendampingi siswa/i yang non muslim untuk melakukan bimbingan rohani</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 2 mahasiswa dan 20 siswa</p>	

90		07.15-09.15	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VIII B dengan materi lompat jauh. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 31 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
91		09.30-11.30	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VIII D dengan materi lompat jauh. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

92		11.30-14.00	Administrasi Perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membantu menomori dan menulis identitas buku di perpustakaan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Jumlah buku yang dinomori adalah 10 buah</p>	
93	Jumat 20-10-2017	06.15-07.00	Piket Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan piket pagi dengan bersalaman kepada siswa</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 3 mahasiswa dan 4 guru</p>	

94		07.00-07.40	Jalan Sehat Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan jalan sehat pagi mengelilingi lingkungan sekolah</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Diikuti oleh 11 mahasiswa dan seluruh warga sekolah</p>	
95		07.40-09.00	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas IX A dengan materi kebugaran jasmani. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 28 siswa, 2 mahasiswa dan 1 guru mapel</p>	

96		09.15-11.15	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII C dengan materi lompat jauh. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
97	Sabtu 21-10-2017	07.55-10.10	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII D dengan materi lompat jauh. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

98		10.10-11.45	Pendampingan Pengembangan Diri	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan pendampingan pengembangan diri (ekstrakurikuler) bola voli</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 15 siswa, 2 mahasiswa dan 1 guru mapel</p>	
99	Senin 23-10-2017	07.00-07.40	Upacara Bendera	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan Upacara Bendera rutin di lapangan sepakbola depan sekolah</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 11 mahasiswa dan seluruh warga sekolah</p>	

100		07.40-10.00	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VIII A dengan materi permainan bola basket Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
101		10.35-12.50	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII A dengan materi permainan bola basket. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 31 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

102		13.00-14.00	Administrasi Perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membantu menomori dan menulis identitas buku di perpustakaan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Jumlah buku yang dinomori adalah 10 buah</p>	
103	Selasa 24-10-2017	06.15-07.00	Piket Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan piket pagi dengan bersalaman kepada siswa</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 3 mahasiswa dan 4 guru</p>	

104		07.00-07.15	Bimbingan Rohani	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mendampingi siswa/i yang non muslim untuk melakukan bimbingan rohani</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 2 mahasiswa dan 20 siswa</p>	
105		07.30-09.30	Pembuatan RPP dan Media Pembelajaran	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membuat RPP dan Media Pembelajaran yang akan digunakan untuk mengajar minggu depan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Menyelesaikan 1 RPP dan media pembelajaran untuk materi minggu depan</p>	

106		10.00-12.00	Administrasi Perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membantu menomori dan menulis identitas buku di perpustakaan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Jumlah buku yang dinomori adalah 15 buah</p>	
107		12.00-14.00	Melaksanakan Program Kerja Kelompok	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan proker kelompok berupa mengecat papan informasi sekolah</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Pengecetan dilakukan oleh 2 mahasiswa</p>	

108	Rabu 25-10-2017	07.15-09.15	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VIII C dengan materi permainan bola basket. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 28 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
109		09.30-11.30	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII B dengan materi permainan bola basket. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 31 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

110		11.30-14.00	Melaksanakan Program Kerja Kelompok	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan proker kelompok berupa membuat kaligrafi</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Pengerjaan dilakukan oleh 3 mahasiswa</p>	
111	Kamis 26-10-2017	07.00-07.15	Bimbingan Rohani	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mendampingi siswa/i yang non muslim untuk melakukan bimbingan rohani</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 2 mahasiwa dan 20 siswa</p>	

112		07.15-09.15	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VIII B dengan materi permainan bola basket. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 31 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
113		09.30-11.30	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VIII D dengan materi permainan bola basket. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

114		11.30-14.00	Melaksanakan Program Kerja Kelompok	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan proker kelompok berupa membuat kaligrafi</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Pengerjaan dilakukan oleh 3 mahasiswa</p>	
115	Jumat 27-10-2017	06.15-07.00	Piket Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan piket pagi dengan bersalaman kepada siswa</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 3 mahasiswa dan 4 guru</p>	

116		07.00-07.40	Senam Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan senam pagi mengelilingi lingkungan sekolah</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Diikuti oleh 11 mahasiswa dan seluruh warga sekolah</p>	
117		09.15-11.15	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII C dengan materi permainan bola basket. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiswa dan 1 guru mapel</p>	

118	Sabtu 28-10-2017	07.55-10.10	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII D dengan materi permainan bola basket. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
119		10.10-11.45	Pendampingan Pengembangan Diri	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan pendampingan pengembangan diri (ekstrakurikuler) bola voli</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 15 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

120	Senin 30-10-2017	07.00-07.40	Upacara Bendera	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan Upacara Bendera rutin di lapangan sepakbola depan sekolah</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 11 mahasiswa dan seluruh warga sekolah</p>	
121		07.40-10.00	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VIII A dengan materi permainan bola basket. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiswa dan 1 guru mapel</p>	

122		10.35-12.50	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII A dengan materi permainan bola basket. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 31 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
123		13.00-14.00	Melaksanakan Program Kerja Kelompok	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan proker kelompok berupa membuat kaligrafi</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Pengerjaan dilakukan oleh 3 mahasiswa</p>	

124	Selasa 31-10-2017	06.15-07.00	Piket Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan piket pagi dengan bersalaman kepada siswa</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 3 mahasiswa dan 4 guru</p>	
125		07.00-07.15	Bimbingan Rohani	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mendampingi siswa/i yang non muslim untuk melakukan bimbingan rohani</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 2 mahasiswa dan 20 siswa</p>	

126		07.30-09.30	Pembuatan RPP dan Media Pembelajaran	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membuat RPP dan Media Pembelajaran yang akan digunakan untuk mengajar minggu depan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Menyelesaikan 1 RPP dan media pembelajaran untuk materi minggu depan</p>	
127		10.00-12.00	Administrasi Perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membantu menomori dan menulis identitas buku di perpustakaan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Jumlah buku yang dinomori adalah 10 buah</p>	

128		12.00-14.00	Melaksanakan Program Kerja Kelompok	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan proker kelompok berupa mengecat papan informasi sekolah</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Pengecetan dilakukan oleh 2 mahasiswa</p>	
129	Rabu 1-11-2017	07.15-09.15	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VIII C dengan materi permainan bola basket. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 28 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

130		09.30-11.30	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII B dengan materi permainan bola basket. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 31 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
131		11.30-14.00	Administrasi Perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membantu menomori dan menulis identitas buku di perpustakaan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Jumlah buku yang dinomori adalah 15 buah</p>	

132	Kamis 2-11-2017	07.00-07.15	Bimbingan Rohani	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mendampingi siswa/i yang non muslim untuk melakukan bimbingan rohani</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 2 mahasiwa dan 20 siswa</p>	
133		07.15-09.15	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VIII B dengan materi permainan bola basket. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 31 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

134		09.30-11.30	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VIII D dengan materi permainan bola basket. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
135		11.30-14.00	Melaksanakan Program Kerja Kelompok	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan proker kelompok berupa membuat kaligrafi</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Pengerjaan dilakukan oleh 3 mahasiswa</p>	

136	Jumat 3-11-2017	06.15-07.00	Piket Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan piket pagi dengan bersalaman kepada siswa</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 3 mahasiswa dan 4 guru</p>	
137		07.00-07.40	Senam Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan senam pagi mengelilingi lingkungan sekolah</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Diikuti oleh 11 mahasiswa dan seluruh warga sekolah</p>	

138		09.15-11.15	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII C dengan materi permainan bola basket. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
139	Sabtu 4-11-2017	07.55-10.10	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII D dengan materi permainan bola basket. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

140		10.10-11.45	Pendampingan Pengembangan Diri	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan pendampingan pengembangan diri (ekstrakurikuler) bola voli</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 15 siswa, 2 mahasiswa dan 1 guru mapel</p>	
141	Senin 6-11-2017	07.00-07.40	Upacara Bendera	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan Upacara Bendera rutin di lapangan sepakbola depan sekolah</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 11 mahasiswa dan seluruh warga sekolah</p>	

142		07.40-10.00	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VIII A dengan materi kebugaran jasmani. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
143		10.35-12.50	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII A dengan materi kebugaran jasmani. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 31 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

144	Selasa 7-11-2017	06.15-07.00	Piket Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan piket pagi dengan bersalaman kepada siswa</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 3 mahasiswa dan 4 guru</p>	
145		07.00-07.15	Bimbingan Rohani	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mendampingi siswa/i yang non muslim untuk melakukan bimbingan rohani</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 2 mahasiswa dan 20 siswa</p>	

146		07.30-09.30	Pembuatan RPP dan Media Pembelajaran	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membuat RPP dan Media Pembelajaran yang akan digunakan untuk mengajar minggu depan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Menyelesaikan 1 RPP dan media pembelajaran untuk materi minggu depan</p>	
147		10.00-12.00	Administrasi Perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membantu menomori dan menulis identitas buku di perpustakaan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Jumlah buku yang dinomori adalah 10 buah</p>	

149	Rabu 8-11-2017	07.15-09.15	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VIII C dengan materi kebugaran jasmani. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 28 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
150		09.30-11.30	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII B dengan materi kebugaran jasmani. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 31 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

151	Kamis 9-11-2017	07.00-07.15	Bimbingan Rohani	<p><u>Hasil Kualitatif :</u> Mendampingi siswa/i yang non muslim untuk melakukan bimbingan rohani</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u> dihadiri oleh 2 mahasiwa dan 20 siswa</p>	
152		07.15-09.15	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u> Mengajar kelas VIII B dengan materi kebugaran jasmani. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u> dihadiri oleh 31 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

153		09.30-11.30	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VIII D dengan materi kebugaran jasmani. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiswa dan 1 guru mapel</p>	
154	Jumat 10-11-2017	06.15-07.00	Piket Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan piket pagi dengan bersalaman kepada siswa</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 3 mahasiswa dan 4 guru</p>	

155		07.00-07.40	Senam Pagi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan senam pagi mengelilingi lingkungan sekolah</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Diikuti oleh 11 mahasiswa dan seluruh warga sekolah</p>	
156		09.15-11.15	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII C dengan materi kebugaran jasmani. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiswa dan 1 guru mapel</p>	

157	Sabtu 11-11-2017	07.55-10.10	Mengajar	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas VII D dengan materi kebugaran jasmani. Pembelajaran berlangsung lancar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 30 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	
158		10.10-11.45	Pendampingan Pengembangan Diri	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan pendampingan pengembangan diri (ekstrakurikuler) bola voli</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh 15 siswa, 2 mahasiwa dan 1 guru mapel</p>	

159	Senin 13-11-2017	08.00-11.00	Penyusunan Laporan dan Administrasi		
160	Selasa 14-11-2017	08.00-11.00	Penyusunan Laporan dan Administrasi		

161	Rabu 15-11-2017	09.00-10.30	Penarikan Mahasiswa PLT	<p style="text-align: center;"><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Penarikan Mahasiswa PLT oleh dosen pamong yang diterima oleh wakil kepala sekolah</p> <p style="text-align: center;"><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>dihadiri oleh wakil kepala sekolah, 7 orang guru, 11 orang mahasiswa, dan 1 dosen pamong</p>	
-----	-----------------	-------------	-------------------------	---	--











