

# LAPORAN

## PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING (PLT)

### LOKASI SMA NEGERI 1 JOGONALAN

Jalan Raya Klaten - Yogya Km 7/23, Prawatan, Jogonalan, Klaten

Diajukan guna mempertanggungjawabkan kegiatan PLT

Dosen Pembimbing Lapangan : Yudanto, S.Pd. Jas. M.Pd



Disusun oleh :

**ADIATMA IKHSAN YUSRIZAL PUTRANTO**

**14601244012**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN & REKREASI**

**JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA REKREASI**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**2017**

## HALAMAN PENGESAHAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, kami pembimbing kegiatan PPL UNY di SMA N 1 Jogonalan menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa dibawah ini :

Nama : Adiatma Ikhsan Yusrizal Putranto

NIM : 14601244012

Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Telah melaksanakan kegiatan PPL di SMA N 1 Jogonalan dari hari Jumat 15 September 2017 sampai Rabu 15 November 2017. Hasil kegiatan mencakup dalam naskah laporan ini.



Klaten, November 2017

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing Lapangan

Yudanto, S.Pd. Jas., M.Pd.  
NIP. 19810702 20050 1 001

Setyawan Hadiyanto, S.Pd.  
NIP. 19611209 198601 1 002

Mengesahkan


Kepala Sekolah

Koordinator PPL

SMA N 1 Jogonalan

SMA N 1 Jogonalan



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

Dra. Eny Sulistiyawati  
NIP. 19690925 199403 2 009

## KATA PENGANTAR

Segala puji syukur Allah Yang Maha Kuasa yang telah memberikan rahmat-Nya sehingga penyusun dapat menyelesaikan Laporan Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) di SMA Negeri 1 Jogonalan ini dengan baik dan tepat pada waktunya. Laporan ini disusun untuk memenuhi serangkaian tugas PLT yang bersifat wajib lulus pada program studi kependidikan di Universitas Negeri Yogyakarta yang dimulai dari tanggal 18 September sampai dengan 15 November 2017.

Terselesainya dan terlaksananya kegiatan PLT ini tidak lepas dari adanya bimbingan, pengarahan, dan bantuan-bantuan dari berbagai pihak yang berkaitan. Oleh sebab itu, praktikan menyadari bahwa dalam penyusunan laporan ini, tidak lepas dari partisipasi berbagai pihak yang telah memberikan bimbingan, dukungan, bantuan dan nasihat yang nilainya sangat besar manfaatnya bagi kita semua. Oleh karena itu penyusun mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Sutrisna Wibawa. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Lembaga Pengembangan dan Penjaminan Mutu (LPPMP) PLT UNY yang telah menyelenggarakan program PLT.
3. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed.
4. Yudanto S.Pd. Jas. M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Lapangan PLT. Terima kasih atas nasihat, dukungan, dan bimbingannya yang telah diberikan selama kegiatan PLT.
5. Bapak Prantiya, S.Pd., M.Pd., selaku kepala sekolah SMA Negeri 1 Jogonalan atas kesempatan untuk dapat melaksanakan kegiatan PLT di SMA Negeri 1 Jogonalan.
6. Ibu Dra. Eny Sulistiyawati selaku koordinator PLT SMA Negeri 1 Jogonalan yang penuh kesabaran dalam membimbing kami;
7. Setyawan Hadiyanto, S.Pd., selaku guru pamong PLT di SMA Negeri 1 Jogonalan yang selalu memberikan motivasi kepada praktikan untuk berfikir kreatif dalam mengajar selama PLT di SMA Negeri 1 Jogonalan.
8. Bapak Ibu guru, karyawan, siswa serta segenap keluarga besar SMA Negeri 1 Jogonalan yang telah banyak membantu dan mengarahkan selama pelaksanaan PLT.
9. Segenap keluarga yang senantiasa memberi dukungan dan mendoakan dalam kegiatan PLT ini;
10. Siswa SMA Negeri 1 Jogonalan yang telah aktif dan selalu memberi dukungan dalam pelaksanaan proses pembelajaran program PLT.

11. Rekan-rekan mahasiswa PLT yang selalu bekerja sama selama pelaksanaan program PLT.
12. Semua pihak yang telah membantu pelaksanaan Program PLT sampai terselesainya penyusunan laporan ini, dan tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penyusun menyadari segala keterbatasan ilmu dan wawasan yang dimiliki, sehingga dalam penyusunan laporan kegiatan PLT di SMA Negeri 1 Jogonalan ini masih jauh dari kesempurnaan dan banyak kekurangan. Maka dari itu, penyusun mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan laporan ini. Semoga kegiatan PLT yang telah dilaksanakan dapat bermanfaat bagi semua. Aamiin.

Klaten, 15 November 2017

Penyusun

Adiatma Ikhsan Yusrizal P

## DAFTAR ISI

<b>Halaman Judul.....</b>	<b>i</b>
<b>Halaman Pengesahan.....</b>	<b>ii</b>
<b>Kata Pengantar.....</b>	<b>iii</b>
<b>Daftar Isi.....</b>	<b>v</b>
<b>Abstrak.....</b>	<b>vii</b>
<b>BAB I : PENDAHULUAN</b>	
A. Analisis Situasi (Permasalahan & Potensi Pembelajaran).....	2
B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PLT.....	11
<b>BAB II : PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL</b>	
A. Persiapan.....	17
B. Pelaksanaan PLT (Praktik Lapangan Terbimbing).....	22
C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi.....	29
<b>BAB III : PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan.....	32
B. Saran.....	32
<b>Daftar Pustaka.....</b>	<b>34</b>
<b>Lampiran.....</b>	<b>35</b>



**PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**SMA NEGERI 1 JOGONALAN**

Alamat: Jalan Raya Klaten-Jogja Km 7/23, Prawatan, Jogonalan, Klaten Telepon (0272)324365

[Http://www.smunjogsakltn.sch.id](http://www.smunjogsakltn.sch.id), Email: [info@smunjogsakltn.sch.id](mailto:info@smunjogsakltn.sch.id)

---

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1. Matriks Program kerja
- Lampiran 2. Catatan Harian
- Lampiran 3. Hasil Observasi
- Lampiran 4. Jadwal Pelajaran SMA Negeri 1 Jogonalan
- Lampiran 5. Kalender Pendidikan Tahun 2017/2018 SMA N 1 Jogonalan
- Lampiran 6. Jadwal Mengajar
- Lampiran 7. Silabus
- Lampiran 8. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran
- Lampiran 9. Daftar Hadir Kelas X
- Lampiran 10. Daftar Nilai Kelas X
- Lampiran 11. Jadwal Piket Harian dan Jadwal STKS
- Lampiran 12. Kartu Bimbingan
- Lampiran 13. Laporan Dana PLT
- Lampiran 14. Dokumentasi



**PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SMA NEGERI 1 JOGONALAN**

Alamat: Jalan Raya Klaten-Jogja Km 7/23, Prawatan, Jogonalan, Klaten Telepon (0272)324365

Http://www.smunjogsakltn.sch.id, Email: info@smunjogsakltn.sch.id

---

**ABSTRAK**

**LAPORAN PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING**

**SMA Negeri 1 Jogonalan**

**Adiatma Ikhsan Yusrizal Putranto**

**14601244012**

Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) yang telah dilaksanakan mahasiswa pada tanggal 15 September – 15 November 2017 merupakan sebuah wadah bagi mahasiswa untuk merasakan pengalaman mengajar yang nyata serta wadah untuk meningkatkan kualitas diri dalam hal pembelajaran di sekolah. PLT yang bertujuan untuk melatih mahasiswa agar memiliki pengetahuan dan pengalaman nyata tentang proses belajar mengajar, mengharapkan mahasiswa memiliki bekal untuk mengembangkan diri sebagai tenaga kependidikan yang profesional. Salah satu lokasi yang menjadi sasaran tempat pelaksanaan program PLT pada semester ganjil tahun 2017 ini adalah di SMA Negeri 1 Jogonalan. Adapun mahasiswa UNY yang melaksanakan PLT di SMA Negeri 1 Jogonalan berjumlah 12 orang, yang terdiri dari 2 mahasiswa jurusan Pendidikan Sejarah, 2 mahasiswa jurusan Pendidikan Fisika, 2 mahasiswa jurusan Pendidikan Sosiologi, 2 mahasiswa jurusan Pendidikan Geografi, 2 mahasiswa jurusan Pendidikan Bahasa Inggris, dan 2 mahasiswa jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Rancangan kegiatan PLT terdiri dari persiapan PLT, pelaksanaan PLT, dan penyusunan laporan. Persiapan Praktik Mengajar meliputi: observasi pembelajaran di kelas yaitu persiapan perangkat pembelajaran, perilaku siswa, sarana dan prasarana yang dilaksanakan pada tanggal 4 Maret 2017. Pembuatan Persiapan Mengajar yaitu persiapan diri dan pembuatan perangkat pembelajaran seperti: RPP, dan media pembelajaran. Pelaksanaan Praktik Mengajar meliputi: observasi lapangan dan observasi proses belajar mengajar, penerjunan dilakukan pada tanggal 15 September 2017.

Praktik mengajar dilaksanakan sebanyak 8 pertemuan di beberapa kelas yakni XI IPA 1, XI IPA 2, XI IPA 4, XI IPS 3, dan X IPS 4. Mata pelajaran yang diajarkan adalah Pendidikan Jasmani dengan materi ajar yaitu: permainan sepak bola, senam aerobik, kebugaran jasmani, permainan bola basket, loncat kangkang, loncat jongkok, dan permainan bulutangkis. Metode yang digunakan dalam pembelajaran

adalah saintifik, ceramah dan tanya jawab. Media yang digunakan adalah gambar, audio, dan video. Alat yang digunakan adalah speaker, LCD proyektor, dan papan tulis.

Secara umum, program-program PLT yang telah direncanakan berjalan dengan baik, akan tetapi dalam pelaksanaannya tetap ditemui hambatan-hambatan. Hambatan yang ditemui mahasiswa PLT adalah minimnya pengalaman mengajar. Ketika mengajar, cara mengkondisikan siswa. Mahasiswa masih berusaha untuk menciptakan proses pembelajaran yang efektif dimana materi yang disampaikan dapat dipahami oleh siswa dan terciptanya suasana belajar yang menyenangkan bagi siswa. Untuk mengatasi hambatan tersebut, minimnya pengalaman mengajar. Ketika mengajar, mahasiswa masih berusaha untuk menciptakan proses pembelajaran yang efektif dimana materi yang disampaikan dapat dipahami oleh siswa dan terciptanya suasana belajar yang menyenangkan bagi siswa. Mahasiswa lebih aktif atau pendekatan dengan siswa yang lebih intensif dan selalu berkonsultasi dengan guru pendidikan jasmani yang bersangkutan.

Kata Kunci: *PLT, Pendidikan Jasmani, SMA Negeri 1 Jogonalan*



**PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SMA NEGERI 1 JOGONALAN**

Alamat: Jalan Raya Klaten-Jogja Km 7/23, Prawatan, Jogonalan, Klaten Telepon (0272)324365

Http://www.smunjogsakltn.sch.id, Email: info@smunjogsakltn.sch.id

---

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Universitas Negeri Yogyakarta merupakan salah satu lembaga pencetak tenaga kependidikan atau guru, harus meningkatkan kualitas lulusannya agar dapat bersaing dalam dunia kependidikan baik dalam skala nasional maupun internasional.

Sesuai dengan Tri Dharma Perguruan Tinggi yang ketiga, yakni pengabdian kepada masyarakat (dalam hal ini masyarakat sekolah) maka tanggungjawab seorang mahasiswa setelah menyelesaikan tugas belajar di kampus ialah menerapkan dan mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang diperoleh dari kampus kepada masyarakat pada umumnya, dan khususnya pada masyarakat sekolah. Untuk mengaplikasikan ilmu tersebut dibuat latihan atau praktik. Dari hasil latihan itulah pihak mahasiswa (khususnya) dapat mengukur kesiapan dan kemampuannya sebelum nantinya seorang mahasiswa benar-benar mengaplikasikan ilmu kepada masyarakat luas dan menjadi bagian dari masyarakat luas, tentunya dengan bekal ilmu dari universitas.

Program PLT merupakan mata kuliah intrakurikuler wajib tempuh bagi setiap mahasiswa S1 yang mengambil program studi kependidikan. Tujuan dari Praktik Lapangan Terbimbing yang dilaksanakan secara terbimbing dan mandiri adalah untuk memberikan pengalaman secara langsung kepada mahasiswa praktikan tentang proses pembelajaran di kelas dengan mengalami situasi dan kondisi kegiatan belajar mengajar serta menerapkan pengetahuan, kemampuan dan mempraktikkan ilmu yang diperoleh selama perkuliahan dalam proses pembelajaran sesuai bidang studinya. Selain itu, Praktik Lapangan Terbimbing juga bermanfaat untuk melatih dan mengembangkan kompetensi keguruan dan kependidikan dari mahasiswa praktikan. Praktik Lapangan Terbimbing diharapkan dapat memberi bekal kepada mahasiswa sebagai wahana pembentukan tenaga kependidikan profesional yang siap memasuki dunia pendidikan, mempersiapkan dan menghasilkan tenaga kependidikan atau calon guru yang memiliki nilai, sikap, pengetahuan, dan ketrampilan profesional, mengintegrasikan dan mengimplementasikan ilmu yang telah dikuasai ke dalam praktik keguruan atau kependidikan, memantapkan kemitraan UNY dengan pihak sekolah atau lembaga pendidikan serta mengkaji dan mengembangkan praktik keguruan dan kependidikan.

Adapun mahasiswa UNY yang melaksanakan PLT di SMA Negeri 1 Jogonalan, Klaten berjumlah 12 orang. terdiri dari 2 Mahasiswa jurusan Pendidikan Sejarah, 2 Mahasiswa jurusan Pendidikan Fisika, 2 Mahasiswa jurusan Pendidikan Sosiologi, 2 Mahasiswa jurusan Pendidikan Geografi, 2 Mahasiswa jurusan Pendidikan Bahasa Inggris, dan 2 Mahasiswa jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.

#### **A. Analisis Situasi**

SMA Negeri 1 Jogonalan merupakan salah satu diantara sekolah yang digunakan untuk lokasi PLT UNY pada semester khusus tahun 2017. Sebelum mahasiswa melaksanakan kegiatan PLT di SMA Negeri 1 Jogonalan, mahasiswa PLT melakukan observasi ke sekolah, hal ini dilakukan untuk mengetahui hal apa yang perlu diperbaiki atau potensi apa yang perlu dioptimalkan serta untuk mencari data tentang fasilitas yang telah ada di sekolah tersebut. Dari hasil observasi yang kami lakukan maka kami peroleh data sebagai berikut :

##### **1. Sejarah Berdiri**

SMA Negeri 1 Jogonalan merupakan lembaga pendidikan yang berada di wilayah Kabupaten Klaten. Sekolah ini berdiri dan mulai melaksanakan kegiatan pembelajaran pada tahun 1990, dimulai dengan Tahun Pembelajaran 1990/1991 dengan 3 kelas paralel kelas 1 (sekarang kelas X). Keberadaan SMA Negeri 1 Jogonalan dikuatkan dengan Surat Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No.0363/0/1991 tentang Pembukaan dan Penegerian Sekolah Tahun Pelajaran 1990/1991 tertanggal 20 Juni 1991. SMA Negeri 1 Jogonalan juga merupakan salah satu sekolah unggulan yang terbaik di Kabupaten Klaten karena memiliki banyak peminat khususnya masyarakat sekitar Jogonalan.

##### **2. Alamat**

SMA Negeri 1 Jogonalan berlokasi di Jalan Raya Klaten –Yogya Km 7/23, Prawatan, Jogonalan, Klaten Telp.(0272) 324365

##### **3. Profil Sekolah**

###### **a. Visi**

Unggul dalam Prestasi, mulia dalam budi Pekerti – berdaya saing tinggi di era Globalisasi.

###### **b. Misi**

1) Melaksanakan pembelajaran dan bimbingan secara efektif sehingga menghasilkan lulusan yang berkualitas dan berbudi pekerti luhur serta berdaya saing tinggi di era global.

- 2) Menumbuhkan semangat pada siswa untuk berprestasi dalam bidang olah raga, seni dan berkarya pada bidang lain yang berakar pada budaya bangsa.
- 3) Meningkatkan kepedulian seluruh warga sekolah terhadap lingkungan agar memiliki sikap “RUMONGSO MELU HANDARB HANGRUNGKEBI”

#### **4. Kondisi Sekolah**

SMA Negeri 1 Jogonalan adalah sekolah yang beralamat SMA Negeri 1 Jogonalan berlokasi di Jalan Raya Klaten – Yogya Km 7/23, Prawatan, Jogonalan, Klaten, Telp. (0272) 324365 Jawa Tengah. Berdasarkan observasi yang dilaksanakan pada tanggal 25 Februari 2017, maka analisis situasi SMA Negeri 1 Jogonalan sebagai berikut:

##### **a. Kondisi Fisik Sekolah**

Secara keseluruhan, kondisi fisik atau kondisi bangunan yang ada di SMA Negeri 1 Jogonalan sudah baik dan layak serta nyaman untuk dijadikan tempat belajar mengajar bagi para siswa. Peremajaan kembali yang dilakukan pihak sekolah dengan melakukan perbaikan pada bangunan yang rusak dan pemenuhan kelengkapan sekolah menjadikan sekolah yang berdiri sejak tahun 1990-an ini masih terlihat bagus dan nyaman untuk ditempati. Adapun bangunan dan fasilitas yang tersedia di SMA Negeri 1 Jogonalan adalah sebagai berikut:

##### **1) Ruang kelas**

Ruang kelas untuk kegiatan belajar mengajar terdiri dari 24 ruangan, yang terbagi atas:

- **Kelas X IPA 1 – X IPA 4**
- **Kelas X IPS 1 – X IPS 4**
- **Kelas XI IPA 1 – XI IPA 4**
- **Kelas XI IPS 1 – XI IPS 4**
- **Kelas XII IPA 1 – XII IPA 4**
- **Kelas XII IPS 1 – XII IPS 4**

Semua ruangan kelas masih bisa digunakan dengan baik untuk kegiatan belajar mengajar. Tiap-tiap kelas telah dipasang LCD Proyektor, sehingga memudahkan untuk kegiatan pembelajaran.

##### **2) Ruang Praktikum dan Ruang Pendukung Sekolah**

Disamping ruangan kelas, terdapat pula ruangan praktik dan ruangan pendukung sekolah yang ada di SMA Negeri 1

Jogonalan. Ruang-ruangan tersebut antara lain:

a) Ruang Kepala Sekolah

Ruang ini digunakan sebagai ruang kerja kepala sekolah dan didalamnya banyak terdapat berbagai piala penghargaan dari hasil lomba dari para siswa di berbagai kompetisi baik akademik maupun non akademik.

b) Ruang Wakasek (Wakil Kepala Sekolah)

Ruang ini digunakan sebagai ruang para wakil kepala sekolah yang terdiri dari 4 wakasek yang mengurus berbagai bidang yang berbeda.

c) Ruang Serbaguna

Ruang ini digunakan sebagai ruang rapat wali murid dan juga berbagai pertemuan serta ujian praktek beberapa mata pelajaran tertentu.

d) Ruang Guru

Ruang ini digunakan sebagai ruang para guru untuk mengerjakan pekerjaan yang lain selain mengajar di kelas. Ruang ini di tempati kurang lebih 30 guru.

e) Ruang Tata Usaha

Ruang ini digunakan oleh para karyawan tata usaha untuk mengurus berbagai kebutuhan administrasi siswa.

f) Ruang Piket Informasi

Ruang ini telah dilengkapi dengan meja dan beberapa kursi,serta buku kehadiran siswa, buku jurnal, buku tamu dan buku-buku administrasi lainnya.

g) Ruang Agama

Ruang ini biasanya digunakan untuk pelajaran agama bagi para murid yang beragama non muslim dan digunakan untuk latihan paduan suara.

h) Ruang Pradhata

Ruang ini digunakan sebagai kesekretariatan untuk Pra Dha Taruna yang mana Pra Dha Taruna merupakan salah satu ekstrakurikuler sekolah yang bergerak dibidang ketarunaan dan baris-berbaris.

i) Ruang Bimbingan Konseling

Ruang ini digunakan sebagai ruang untuk guru bimbingan konseling dan juga digunakan para siswa untuk berkonsultasi

dengan guru BK (Bimbingan Konseling). Ruangan ini agak sempit dan juga penuh dengan berbagai barang-barang sehingga hanya dapat menampung beberapa siswa saja saat mereka konsultasi dengan guru BK.

j) Ruang UKS

Ruangan ini digunakan sebagai tempat bagi siswa yang sakit dan juga membutuhkan istirahat, namun sayangnya ruangan UKS ini sedikit sempit dan sirkulasi udaranya kurang baik. Ruangan ini letaknya bergabung dengan ruang BK. Tersedia kotak obat ringan bagi siswa maupun guru yang membutuhkan.

k) Ruang Pramuka dan ruang OSIS

Ruangan yang digunakan untuk kegiatan para siswa berorganisasi, ruangnya cukup luas, nyaman untuk dipakai rapat.

l) Toilet

Toilet yang ada di SMA Negeri 1 Jogonalan terdapat di empat tempat yang berbeda yaitu:

- Toilet untuk kelas X
- Toilet untuk kelas XI
- Toilet untuk kelas XII
- Toilet untuk guru dan karyawan

m) Koperasi

Ruangan koperasi yang ada di SMA Negeri 1 Jogonalan cukup kecil dan berada di pojok sehingga tidak terlalu terlihat apabila tidak ada yang menunjukan pada kita karena letaknya yang cukup terpencil.

n) Kantin

Bangunan kantin yang ada di SMA Negeri 1 Jogonalan berjumlah 3 buah dengan ukuran kantin tersebut cenderung kecil namun cukup bersih dan juga nyaman apabila digunakan siswa pada saat jam istirahat.

o) Tempat ibadah

Tempat ibadah yang ada di SMA Negeri 1 Jogonalan berupa mushola . Keadaan mushola tersebut cukup bersih dan air keran untuk wudhu juga mengalir dengan lancar.

p) Laboratorium

SMA Negeri 1 Jogonalan mempunyai laboratorium Fisika dan Kimia yang memiliki keadaan ruangan baik luar maupun dalam terlihat bersih dan juga nyaman apabila digunakan dalam praktek pembelajaran.

q) Ruang Praktik Komputer

Ruangan yang terdiri dari kurang lebih 25 komputer yang dilengkapi dengan AC. Ruangan selalu tampak bersih karena siswa diwajibkan melepaskan alas kaki ketika berada di dalam.

r) Lapangan Basket dan Voli

Lapangan basket sudah terlihat baik, bersih dan juga sudah memenuhi standar untuk dipakai dalam pertandingan basket antar sekolah. Seringkali pertandingan basket dilaksanakan di lapangan basket SMA Negeri 1 Jogonalan, salah satu kompetisi yang diadakan pihak sekolah adalah Kejuaraan Jogs Cup. Sementara lapangan voli terlihat bersih walaupun alasnya hanya berupa tanah.

s) Lapangan Upacara

Lapangan yang beralaskan rumput ini terlihat bersih dan rapi karena pada sisi-sisinya dipasang *paving*.

t) Tempat Parkir

Sebagian besar sudah terlihat sangat rapi dan juga teratur. Hal tersebut karena tempat parkir ini dipisahkan antara tempat parkir untuk siswa kelas X, kelas XI, kelas XII maupun tempat parkir para guru, karyawan dan juga para tamu sekolah. Dari pembagian tempat parkir inilah maka tempat

u) Perpustakaan

Perpustakaan ini mempunyai ukuran 8m x 12m, ukuran yang seperti ini tergolong cukup luas. Fasilitas di perpustakaan juga cukup lengkap, misalnya dengan adanya AC membuat para pengunjung menjadi lebih nyaman. Akan tetapi semenjak perpustakaan ini berpindah di bagian depan, pengunjung yang datang pun menjadi sepi, karena minat baca para pelajar sekarang sudah mulai menurun, dan tempatnya pun dinilai petugas perpustakaan kurang strategis, karena jauh dari ruang kelas. Untuk meminjam buku di perpustakaan harus menunjukkan kartu pelajar SMA Negeri 1 Jogonalan. Apabila

terlambat dalam pengembalian buku, pihak peminjam tidak dikenai denda. Buku-buku yang ada di perpustakaan sangat banyak.

v) Gapura atau tembok depan sekolah

Terlihat baik, kuat, dan kokoh cukup menyongsong semangat siswa SMA Negeri 1 Jogonalan

## **b. Kondisi Non Fisik Sekolah**

### **1) Potensi Siswa**

Siswa-siswi di SMA Negeri 1 Jogonalan banyak memiliki potensi dan juga prestasi baik di bidang akademik maupun non akademik, banyak lulusan dari SMA Negeri 1 Jogonalan yang melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi dan termasuk mereka yang diterima di PTN. Siswa-siswi SMA Negeri 1 Jogonalan juga tidak kalah saing dengan sekolah lain terbukti dengan meraih beberapa kejuaraan non akademik.

### **2) Potensi Karyawan**

Karyawan di SMA Negeri 1 Jogonalan ini cukup banyak dan masing-masing karyawan telah memiliki fungsi dan peran serta tersendiri. Pendidikan masing-masing karyawan beraneka ragam. Dari SD, SMP, SMA, SMEA, STM, D3 hingga S1. Tugas dari masing-masing karyawan di sini sudah sesuai dengan tingkat pendidikan yang di tempuhnya. Dalam hal ini seluruh tugas dari masing- masing karyawan telah dilaksanakan dengan baik.

### **3) Fasilitas KBM dan Media**

Secara keseluruhan SMA Negeri 1 Jogonalan sudah memiliki fasilitas KBM yang cukup baik, tiap kelas sudah dilengkapi dengan meja dan kursi yang jumlahnya sesuai dengan jumlah siswanya, selain itu mayoritas tiap kelas memiliki LCD, hanya ada beberapa kelas yang LCDnya masih dalam perbaikan, tetapi pihak sekolah memiliki 2 LCD *portable* yang bisa di pindahkan pada kelas yang ingin menggunakan. Di tiap kelas juga sudah tersedia papan tulis beserta spidol dan penghapusnya. Di tiap kelas juga ada *speaker* yang berfungsi untuk memperjelas suara apabila menggunakan media audio visual contoh: *listening* pada saat pelajaran Bahasa Inggris.

#### **4) Kegiatan Ekstrakurikuler**

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

- a. Pramuka
- b. Paskibra (PRADHATA)
- c. Pecinta Alam (ARNAL)
- d. Palang Merah Remaja
- e. Kepemimpinan
- f. Olahraga (basket, volly, sepak bola)
- g. Wushu
- h. Paduan Suara
- i. Seni Tari
- j. Bidang Kejurusan Multimedia (Desain grafis)
- k. Tilawah

#### **5) Bimbingan Konseling**

Sejak beberapa tahun terakhir ini BK memiliki jam khusus di kelas Sekolah menyelenggarakan pelayanan bimbingan dan konseling terhadap siswa berkaitan perkembangan pribadi, sosial, belajar, dan karir. Oleh karena itu, Guru Pembimbing serta personil sekolah lainnya diharapkan dapat mewujudkan peranannya untuk membantu perkembangan peserta secara optimal. Bimbingan dan konseling mengupayakan pelayanan yang bersifat psiko-pedagogis dalam bingkai budaya Indonesia yang religius.

#### **6) Pembelajaran**

- Perangkat Pembelajaran

##### a) Kurikulum

Kurikulum yang digunakan sebagai pedoman sistem pembelajaran sudah sesuai dengan ketentuan yang berlaku yakni Kurikulum 2013.

##### b) Silabus

Silabus yang disusun sudah sesuai dengan materi yang harus disampaikan mengikuti perkembangan keilmuan dan berdasarkan pada spektrum SMP yang telah ditetapkan.

c) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

Setiap pembelajaran yang dilakukan terencana dalam serangkaian RPP yang mana telah disusun sebelum pembelajaran dilaksanakan.

- Proses Pembelajaran

a) Membuka Pelajaran

Pembelajaran dibuka dengan salam kemudian guru menanyakan keadaan serta menanyakan kehadiran peserta didik. Selanjutnya guru mengingatkan kembali materi yang telah dipelajari pada pertemuan sebelumnya (review). Cara membuka pelajaran sudah baik.

b) Penyajian Materi

Materi yang diberikan berkaitan dengan materi sebelumnya sehingga guru harus melakukan apersepsi (reinforcement) untuk melanjutkan materi berikutnya. Dari langkah yang mudah menuju langkah yang lebih sulit dan langsung dipraktikkan sehingga peserta didik tidak hanya paham konsep tetapi juga praktiknya.

c) Pendekatan Pembelajaran

Materi diberikan dengan pendekatan pembelajaran yang digunakan yaitu menggunakan pembelajaran scientific (Scientific Learning), dimana guru mengarahkan, menetapkan tugas dan pertanyaan serta menyediakan bahan-bahan dan informasi untuk membantu peserta didik menyelesaikan masalah yang diberikan oleh guru.

d) Model Pembelajaran

Model pembelajaran yang digunakan di SMA Negeri 1 Jogonalan disesuaikan dengan materi dari tiap-tiap mata pelajaran yang akan disampaikan.

e) Metode Pembelajaran

Materi diberikan menggunakan beberapa metode pembelajaran, misalnya metode ceramah, demonstrasi, diskusi, tanya jawab dan lain-lain. Metode tersebut digunakan disesuaikan dengan model pembelajaran yang dipakai dan materi yang disampaikan.

f) Penggunaan Bahasa

Dalam pembelajaran yang dilaksanakan menggunakan bahasa Indonesia yang sederhana sehingga mudah dipahami peserta didik. Selain itu, penggunaan bahasa Indonesia dapat mengantisipasi peserta didik yang tidak bisa menggunakan bahasa daerah. Akan tetapi penggunaan bahasa dalam pembelajaran juga disesuaikan dengan mata pelajaran yang diterima.

g) Penggunaan Waktu

Alokasi waktu praktik lebih besar daripada pemberian materi sehingga peserta didik bisa langsung mempraktikkan konsep yang telah diberikan oleh guru. Hal tersebut juga disesuaikan dengan kurikulum 2013 yang sedang berjalan yaitu bahwa peserta didik harus lebih berperan aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran.

h) Gerak

Pada saat pemberian materi, guru berdiri dekat peserta didik sehingga lebih banyak terjadi interaksi antara guru dengan peserta didik secara individu maupun kelompok disamping pembelajaran secara klasikal (Classical Learning). Ketika pemberian tugas atau pelaksanaan praktik, maka guru berkeliling kelas untuk mengecek tugas atau praktik yang telah dilakukan dan sesekali duduk untuk menilai sikap dan kerja peserta didik.

i) Cara Memotivasi Peserta didik

Pemberian motivasi melalui contoh-contoh permasalahan disesuaikan dengan materi yang sedang dipelajari dan pemberian penghargaan berupa tepuk tangan, ucapan “ya bagus” dan tambahan nilai keaktifan bagi peserta didik yang berpartisipasi aktif dalam pembelajaran.

j) Teknik Bertanya

Teknik yang digunakan untuk memberikan kesempatan bertanya dan ditanya dengan pemberian pertanyaan kepada seluruh peserta didik kemudian beberapa peserta didik ditunjuk untuk menjawab pertanyaan. Teknik ini dilakukan untuk memicu partisipasi aktif peserta didik. Guru juga

menggunakan media LCD untuk menampilkan beberapa pertanyaan.

k) Teknik Penguasaan Kelas

Penguasaan kelas dilakukan dengan melibatkan peserta didik dalam penyampaian materi sehingga terjadi interaksi antara guru dengan peserta didik dan penguatan materi yang dipelajari pada pertemuan yang dilakukan.

l) Penggunaan Media

Pemberian materi memanfaatkan media yang tersedia yakni LCD, laptop, whiteboard, spidol, penghapus. Pembelajaran akan lebih menarik dengan menggunakan media pembelajaran interaktif sehingga peserta didik dapat secara mudah dan lebih mandiri untuk belajar.

m) Bentuk dan Cara Evaluasi

Evaluasi yang dilakukan dengan mengamati sikap dan hasil praktik peserta didik pada mata pelajaran PJOK dan pengajuan pertanyaan berkaitan dengan materi yang disampaikan. Evaluasi dengan cara memberikan beberapa soal berkaitan dengan konsep dilakukan untuk memastikan peserta didik memahami dan menguasai konsep.

n) Menutup Pelajaran

Guru menyimpulkan materi yang telah disampaikan diikuti dengan pemberitahuan materi yang akan dipelajari pada pertemuan yang akan datang. Selanjutnya, guru menutup pelajaran dengan salam.

- Perilaku Peserta Didik

a) Perilaku Peserta didik di Dalam Kelas

Pada saat pemberian materi maka peserta didik memperhatikan guru dan ketika pelaksanaan diskusi maka peserta didik lebih bebas bergerak untuk berinteraksi dengan teman-temannya tetapi dengan pengawasan dari guru.

b) Perilaku Peserta didik di Luar Kelas

Sebagian besar peserta didik secara langsung menyapa atau sekadar senyum sapa yang mana membuat lebih harmonis hubungan peserta didik dengan warga sekolah yang lain seperti guru dan karyawan sekolah.

## B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PLT

Berdasarkan hasil observasi, maka praktikan dapat merumuskan permasalahan, mengidentifikasi dan mengklarifikasinya menjadi program kerja yang dicantumkan dalam matrik program kerja individu yang akan dilaksanakan selama PLT berlangsung.

Pemilihan, perencanaan, dan pelaksanaan program kerja sesuai sasaran setelah atau pasca penerjunan sangat penting dan menjadi tolak ukur keberhasilan pelaksanaan kegiatan PLT. Agar pelaksanaan program PLT berjalan lancar dan sesuai dengan kebutuhan, maka dilakukan perumusan program. Dalam melaksanakan PLT, praktikan menetapkan program-program sebagai berikut:

### 1. Rancangan Kegiatan PLT

PLT yang dilaksanakan mahasiswa UNY merupakan kegiatan kependidikan yang bersifat intrakulikuler. Namun dalam pelaksanaannya melibatkan banyak unsur yang terkait. Oleh karena itu, agar pelaksanaan PLT dapat berjalan dengan lancar dan sesuai dengan tujuan yang ditetapkan, diperlukan adanya persiapan yang matang dari berbagai pihak yang terkait yaitu mahasiswa, dosen pembimbing, sekolah/instansi tempat PLT, guru pembimbing serta komponen yang terkait dengan pelaksanaan PLT. Kegiatan PLT UNY di SMA Negeri 1 Jogonalan dilaksanakan selama kurang lebih dua bulan terhitung mulai tanggal 15 September 2017 sampai 15 November 2017. Adapun jadwal pelaksanaan PLT UNY di SMA Negeri 1 Jogonalan dapat dilihat pada tabel berikut:

No	Kegiatan	Waktu	Keterangan
1	Penerjunan Mahasiswa ke Sekolah	15 September 2017	SMA N 1 Jogonalan
2	Observasi Pra PLT	Februari 2017	SMA N 1 Jogonalan
3	Pembekalan PLT	11 September 2017	FIK UNY
4	Praktek Mengajar	15 September - 15 November 2017	SMA N 1 Jogonalan
5	Penyelesaian Laporan/ Ujian	22 November 2017	SMA N 1 Jogonalan
6	Penarikan Mahasiswa PLT	15 November 2017	SMA N 1 Jogonalan
7	Bimbingan DPL PLT	Selama kegiatan PLT	SMA N 1 Jogonalan

#### a. Pembekalan PLT

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

mengatasi hambatan yang mungkin terjadi selama PLT.

#### **b. Penyerahan Mahasiswa PLT**

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

#### **c. Kegiatan Observasi**

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

#### **d. Penerjunan PLT**

Penerjunan PLT dilaksanakan pada tanggal 15 September 2017. Dalam hal ini praktikan berkordinasi dengan koordinator PLT sekolah dan wakil kepala sekolah mengenai kegiatan yang dilakukan selama pelaksanaan PLT. Dengan adanya penerjunan ini, maka mahasiswa praktikan secara resmi dapat memulai PLT di SMA Negeri 1 Jogonalan.

#### **e. Pelaksanaan PLT**

##### **a. Praktek Mengajar Terbimbing**

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

##### **b. Praktek Mengajar Mandiri**

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

Kegiatan praktek mengajar meliputi :

- 1) Membuka pelajaran : salam pembuka, berdoa, absensi, apersepsi, dan pemberian motivasi.
- 2) Pokok pembelajaran : mengamati, menanya, mencoba, menalar, mengkomunikasikan
- 3) Menutup pelajaran : membuat kesimpulan, memberi tugas, evaluasi, berdoa dan salam penutup.

#### **f. Penyusunan Laporan**

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

#### **g. Penarikan Mahasiswa PLT**

Penarikan mahasiswa dari lokasi PLT dilaksanakan pada tanggal 15 November 2017. Penarikan mahasiswa ini menandai berakhirnya pelaksanaan PLT UNY. Setelah mempelajari dan mengetahui permasalahan-permasalahan yang ada di sekolah tersebut, maka tindakan yang selanjutnya dilakukan adalah mendata, memecahkan permasalahan tersebut dan merealisasikannya kedalam bentuk program yang dilaksanakan selama masa PLT berlangsung dengan mempertimbangkan hal-hal sebagai berikut:

1. Kebutuhan siswa serta sarana dan prasarana yang mendukung.
2. Kondisi dan potensi baik yang dimiliki oleh siswa maupun sekolah
3. Biaya, waktu, tenaga dan latar belakang akademis yang dimiliki oleh mahasiswa.
4. Pertimbangan dan kesesuaian kesepakatan dengan sekolah.
5. Tujuan PLT UNY yang telah ditetapkan sejak awal. Berdasarkan pertimbangan-pertimbangan tersebut di atas, maka dapat dipilih program yang dilakukan oleh mahasiswa dan diharapkan mampu membantu mengatasi permasalahan-permasalahan yang dialami SMA Negeri 1 Jogonalan.

#### **Program Kegiatan Mengajar**

- a. Pembuatan Program Kerja PLT
- b. Membuat Silabus
- c. Membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
- d. Membuat Media Pembelajaran
- e. Praktik Mengajar Terbimbing
- f. Praktik Mengajar Mandiri
- g. Bimbingan dan Evaluasi Praktik Mengajar dengan Guru
- h. Bimbingan dengan DPL

#### **Program Kegiatan Non Mengajar**

- a. Upacara Bendera
- b. Piket
- c. Literasi
- d. HUT SMA Negeri 1 Jogonalan

- e. Rapat Pembinaan
- f. STKS
- g. Pendampingan Ekstra Futsal
- h. Pembuatan Laporan



**PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SMA NEGERI 1 JOGONALAN**

Alamat: Jalan Raya Klaten-Jogja Km 7/23, Prawatan, Jogonalan, Klaten Telepon (0272)324365

Http://www.smunjogsakltn.sch.id, Email: info@smunjogsakltn.sch.id

---

## **BAB II**

### **PERSIAPAN, PELAKSAAN, ANALISIS HASIL**

#### **A. Persiapan**

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

Pengajaran mikro merupakan pelatihan yang diberikan pada tahap awal dalam pembentukan kompetensi mengajar melalui pengaktualisasian kompetensi dasar mengajar yang dilaksanakan dalam mata kuliah wajib tempuh dengan bobot sks 3 bagi mahasiswa yang akan mengambil PLT dan dilakukan pada semester VI. Dalam pelaksanaan pengajaran mikro mahasiswa dilatih komponen-komponen dasar mengajar dalam proses pembelajaran sebagai calon guru. Tujuan pengajaran mikro agar melatih mahasiswa dalam mempersiapkan diri menuju pengajaran yang sesungguhnya dilapangan (sekolah), selain itu mahasiswa memahami dasar-dasar mengajar mikro, melatih dalam penyusunan RPP yang akan digunakan pada saat mengajar, membentuk, dan meningkatkan kompetensi mengajar, membentuk dan meningkatkan kompetensi mengajar terbatas, membentuk dan meningkatkan kompetensi dasar mengajar, membentuk kepribadian, serta membentuk kompetensi sosial.

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

Pembekalan dilaksanakan pada tingkat jurusan yakni pada tanggal 11 September 2017 diruang Sidang FIK UNY lantai 3. Pembekalan untuk tim PLT UNY 2017 yang berlokasi di SMA Negeri 1 Jogonalan dilakukan oleh 22 Februari 2017 yang bertempat di SMA Negeri 1 Jogonalan, materi yang disampaikan dalam pembekalan yakni mekanisme pelaksanaan kegiatan di sekolah, teknik pelaksanaan, dan teknik untuk menghadapi permasalahan yang mungkin akan terjadi selama pelaksanaan PLT. DPL PLT diambil dari jurusan yaitu Yudanto, S.Pd. Jas. M.Pd. pembimbing lapangan disesuaikan dengan prodi masing-masing praktikan.

### 3. Observasi

#### a. Observasi Lingkungan Sekolah

Observasi lingkungan sekolah bertujuan untuk mengetahui kondisi fisik sekolah secara mendalam agar mahasiswa dapat menyesuaikan diri pada pelaksanaan PLT di sekolah. Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam observasi itu adalah lingkungan fisik sekolah, sarana prasarana sekolah, dan kegiatan belajar mengajar secara umum. Observasi yang dilakukan dapat mendukung proses pelaksanaan PLT yang dilakukan mahasiswa berkaitan dengan model, metode, atau media pembelajaran.

#### b. Observasi Pembelajaran di Kelas

Observasi pembelajaran merupakan kegiatan yang dilakukan oleh mahasiswa praktikan sebelum melaksanakan kegiatan Praktik Lapangan Terbimbing (PLT). Kegiatan ini bertujuan agar mahasiswa memiliki gambaran atau pandangan awal mengenai kegiatan belajar mengajar secara langsung di lapangan, sebelum terjun dalam program PLT. Guru mengajar seperti biasanya, kemudian mahasiswa mengamati dan memperhatikan aspek-aspek yang digunakan guru dalam mengajar. Fokus pengamatan yang dilaksanakan oleh mahasiswa diantaranya adalah:

- 1) Teknik membuka dan memotivasi peserta didik
- 2) Teknik penguasaan kelas
- 3) Teknik penyampaian materi
- 4) Teknik menutup pelajaran

Hasil observasi yang dilakukan adalah sebagai berikut :

No	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
A	<b>Perangkat Pembelajaran</b>	
	1. Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran (KTSP)/ Kurikulum 2013	Kurikulum yang berlaku di SMA Negeri 1 Jogonalan yaitu kurikulum 2013. Pembelajaran di sekolah ini berorientasi pada pendalaman materi melalui proses pendidikan, tidak hanya berorientasi pada hasil belajar
	2. Silabus	Silabus sudah lengkap terdiri dari silabus per semester
	3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)	RPP yang disusun oleh guru digunakan untuk tiap pertemuan.

B	Proses Pembelajaran	
	1. Membuka pelajaran	Guru membuka kegiatan pembelajaran dengan salam, kemudian mempersensi peserta didik untuk mengetahui apakah ada peserta didik yang tidak masuk. Setelah itu guru mereview sekilas materi pembelajaran pada pertemuan sebelumnya
	2. Penyajian materi	Guru menjelaskan secara keseluruhan tentang materi yang diberikan dan sesuai dengan RPP yang telah dibuat.
	3. Metode pembelajaran	Metode pembelajaran yang digunakan Demonstrasi, Inclusive (cakupan), Bagian dan keseluruhan (Part and whole)
	4. Penggunaan bahasa	Bahasa yang digunakan guru adalah bahasa Indonesia dalam menyampaikan materi pembelajaran.
	5. Penggunaan waktu	Waktu yang digunakan sudah cukup efektif, yaitu sesuai alokasi jam pelajaran. Guru memulai pelajaran tepat waktu dan menutup pembelajaran tepat 15 menit sebelum bel tanda pergantian jam berbunyi.
	6. Gerak	Gerak yang dilakukan oleh guru sudah sesuai dengan porsinya, yaitu pada saat penyajian materi guru tidak hanya diam di depan, tetapi juga berkeliling untuk memberi perhatian dan mengamati siswa.
	7. Cara memotivasi siswa	Cara guru memotivasi siswa pun sudah cukup baik, yaitu dengan mengucapkan kata “ya bagus”.
	8. Teknik bertanya	Guru menanyakan pemahaman siswa terkait materi yang baru saja dijelaskan apabila ada yang kurang jelas
	9. Teknik penguasaan kelas	Guru sudah dapat menguasai kelas dengan baik
	10. Penggunaan media	Media yang digunakan oleh guru adalah peralatan olahraga yang tersedia
	11. Bentuk dan cara evaluasi	Setelah materi pelajaran dalam satu sampai dengan dua kali pertemuan selesai, guru memberikan ulangan dalam penilaian

	12. Menutup pelajaran	Sebelum menutup pelajaran, guru memberikan motivasi dan apresiasi kepada siswa yang mengikuti pembelajaran dengan benar. Pembelajaran diakhiri dengan pendinginan ringan.
<b>C</b>	<b>Perilaku siswa</b>	
	1. Perilaku siswa di dalam kelas	Pada saat guru menjelaskan di dalam kelas, hampir semua siswa memperhatikan guru yang sedang mengajar di depan kondisi kondusif.
	2. Perilaku siswa di luar kelas	Perilaku siswa di luar sekolah memiliki sikap antusias patuh, disiplin ketika mengikuti pembelajaran di luar kelas

#### **4. Persiapan Mengajar**

Persiapan mengajar sangat diperlukan sebelum dan sesudah mengajar. Melalui persiapan yang matang, mahasiswa PLT diharapkan dapat memenuhi target yang ingin dicapai. Persiapan yang dilakukan untuk mengajar yaitu konsultasi dengan guru pembimbing, penguasaan materi, penyusunan silabus, penyusunan RPP, pembuatan media pembelajaran, dan pembuatan alat evaluasi.

#### **5. Penyusunan RPP**

Kegiatan ini berkaitan dengan pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran ini harus disiapkan oleh praktikan sebelum kegiatan belajar mengajar berlangsung serta pembuatannya harus disesuaikan dengan GBPP (GarisGaris Besar Program Pembelajaran) dan kurikulum yang berlaku saat ini. Proses pembuatan RPP dilakukan dengan bimbingan guru pembimbing. Adapun format yang tercantum dalam RPP adalah:

##### **a. Identifikasi**

Identifikasi ini memuat identitas sekolah, identifikasi mata pelajaran, kelas/ program, dan semester.

##### **b. Alokasi Waktu**

Dalam pembagian alokasi waktu berdasarkan pada program semester.

##### **c. Kompetensi Inti**

Kompetensi inti merupakan kemampuan yang harus dikuasai oleh siswa sebagai hasil dari mempelajari mata pelajaran.

- d. Kompetensi Dasar Kompetensi dasar adalah kemampuan minimal yang harus dicapai siswa dalam mempelajari mata pelajaran.
- e. Tujuan Pembelajaran  
Tujuan pembelajaran berfungsi untuk mengetahui ketercapaian hasil pembelajaran berdasarkan rumusan.
- f. Materi Pembelajaran  
Materi berisi pokok materi yang akan diajarkan yang bersumber dari buku acuan dan buku-buku terkait dan dilengkapi penjabaran pada lampiran RPP.
- g. Metode  
Metode merupakan cara atau teknik yang digunakan dalam proses pembelajaran. Metode yang wajib digunakan dalam kurikulum 2013 adalah metode Scientific. Metode ini dapat didukung dengan model pembelajaran, pendekatan, atau metode lain sesuai materi pembelajaran yang akan diajarkan.
- h. Sumber Bahan Pembelajaran  
Sumber bahan ajar dapat diperoleh dari buku-buku penunjang baik cetak maupun elektronik dan sumber internet yang terpercaya serta up date.
- i. Media  
Media merupakan alat maupun peraga yang digunakan untuk mendukung proses pembelajaran dan mempermudah penyampaian materi.
- j. Kegiatan Pembelajaran  
Kegiatan pembelajaran menjelaskan tentang proses pembelajaran yang akan dilaksanakan. Proses pembelajaran mencakup tiga tahapan utama yaitu pembukaan/kegiatan awal pembelajaran, kegiatan inti, dan penutup/kegiatan akhir pembelajaran.
- k. Penilaian/Evaluasi  
Penilaian mencakup penilaian sikap (spiritual dan sosial), keterampilan (unjuk kerja, portofolio, tugas proyek, dan lain-lain), serta penilaian pengetahuan.

## **B. Pelaksanaan**

Praktek pembelajaran di kelas merupakan praktek pengalaman lapangan yang sangat penting dan sangat menentukan dalam keseluruhan kegiatan PLT ini. Karena dengan praktek pembelajaran ini kita bisa mengaplikasikan dan mempraktekkan teori-teori yang telah kita dapatkan di

bangku kuliah. Dalam praktek pembelajaran ini kita dituntut untuk bisa mengaplikasikan teori-teori pembelajaran yang kita miliki seperti metode, alat dan sumber pembelajaran, dan evaluasi dalam pembelajaran serta ketrampilan-ketrampilan lainnya, baik berupa ketrampilan teknis maupun non teknis.

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

### 1. Program Mengajar

Dalam melaksanakan kegiatan PLT, praktikan diberi tanggung jawab untuk mengelola kegiatan pembelajaran dalam suatu kelas, namun tetap dalam bimbingan dan pengawasan guru mata pelajaran. Kegiatan PLT diawali dengan observasi kelas yang akan diajar, kemudian dilanjutkan PLT terbimbing dan mandiri oleh mahasiswa. Kelas yang diampu adalah kelas XI IPA 1, XI IPA 2, XI IPA 4, XI IPS 3 dan X IPS 4 dengan jumlah peserta didik keseluruhan 180 peserta didik. Jadwal mengajar Mata Pelajaran PJOK adalah hari Senin, Selasa, Kamis dan Jumat. Rincian jadwal mengajar adalah sebagai berikut:

No	Hari/Tanggal	Jam	Kelas	Materi	Keterangan
1.	Senin, 25 September 2017	2,3,4	XI IPA 1	Permainan Bola Besar (Sepak bola)	Terbimbing
2.	Senin, 25 September 2017	8,9,10	XI IPA 2	Permainan Bola Besar (Sepak bola)	Terbimbing
3.	Selasa, 26 September 2017	1,2,3	XI IPA 4	Permainan Bola Besar (Sepak bola)	Terbimbing
4.	Jumat, 29 September 2017	4,5,6	XI IPS 3	Permainan Bola Besar (Sepak bola)	Terbimbing
5.	Senin, 9 Oktober	2,3,4	XI IPA	Aktivitas Ritmik	Terbimbing

	2017		1	(Senam Aerobik)	
6.	Senin, 9 Oktober 2017	8,9,10	XI IPA 2	Aktivitas Ritmik (Senam Aerobik)	Terbimbing
7.	Selasa, 10 Oktober 2017	1,2,3	XI IPA 4	Aktivitas Ritmik (Senam Aerobik)	Terbimbing
8.	Jumat, 13 Oktober 2017	4,5,6	XI IPS 3	Aktivitas Ritmik (Senam Aerobik)	Terbimbing
9.	Senin, 23 Oktober 2017	2,3,4	XI IPA 1	Kebugaran Jasmani	Mandiri
10.	Senin, 23 Oktober 2017	8,9,10	XI IPA 2	Kebugaran Jasmani	Mandiri
11.	Selasa, 24 Oktober 2017	1,2,3	X IPA 4	Kebugaran Jasmani	Mandiri
12.	Kamis, 26 Oktober 2017	4,5,6	X IPS 4	Senam Ketangkasan (loncat kangkang & loncat jongkok)	Mandiri
13.	Jumat, 27 Oktober 2017	4,5,6	XI IPS 3	Kebugaran Jasmani	Mandiri
14.	Senin, 30 Oktober 2017	2,3,4	XI IPA 1	Permainan Bola Besar (Basket)	Mandiri
15.	Senin, 30 Oktober 2017	8,9,10	XI IPA 2	Permainan Bola Besar (Basket)	Mandiri
16.	Selasa, 31 Oktober 2017	1,2,3	XI IPA 4	Permainan Bola Besar (Basket)	Mandiri
17.	Kamis, 2 November 2017	4,5,6	X IPS 4	Permainan Bola Kecil (Bulutangkis)	Mandiri
18.	Jumat, 3 November 2017	4,5,6	XI IPS 3	Permainan Bola Besar (Basket)	Mandiri

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

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

- a) Membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran
- b) Materi yang disampaikan harus sesuai dengan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran yang telah dibuat oleh praktikan.
- c) Menyiapkan materi dengan matang sehingga proses belajar mengajar menjadi lebih lancar

#### **a. Kegiatan Praktek Mengajar**

##### **1) Mengajar Terbimbing**

Maksudnya mahasiswa dalam mengajar didampingi oleh guru pembimbing yang bersangkutan. Praktikan melaksanakan praktik mengajar terbimbing pada tanggal 25-26, 29 September dan 9-10, 13 Oktober 2017 yang didampingi oleh Bapak Setyawan Hadiyanto, S.Pd.

Praktikan mengajar didepan kelas, sedangkan guru pembimbing mengawasi dari belakang. Dengan demikian, guru pembimbing dapat memberikan kritik dan saran kepada praktikan sehingga pada kelas berikutnya dapat mengajar dengan lebih baik. Pelaksanaan mengajar terbimbing ini dilakukan hampir disetiap praktik mengajar oleh praktikan. Hal ini sesuai dengan ketetapan dan peraturan dari LPPMP.

Praktik mengajar terbimbing dilakukan oleh mahasiswa praktikan sebanyak 8 kali. Hal ini berkaitan dengan ketetapan dari LPPMP yang memberikan keputusan bahwa praktikan harus mengajar minimal 4 kali pertemuan dan guru pembimbing harus selalu memantau mahasiswa yang sedang melakukan praktik mengajar. Dalam latihan mengajar terbimbing, mahasiswa praktikan mengajar satu mata pelajaran yang berisi teori dan praktek, yaitu mata pelajaran PJOK. Alokasi waktu setiap pertemuan adalah 3 x 45 menit. Proses pembelajaran teori dilakukan di dalam kelas dan praktik dilakukan di luar kelas dengan media utama adalah papan tulis dan LCD proyektor di ruangan dan peralatan olahraga

menyesuaikan materi untuk di luar kelas. Praktik mengajar dilakukan sesuai dengan pedoman RPP yang sudah dibuat oleh mahasiswa sebelumnya. Kondisi peserta didik yang sedikit ramai dapat praktikan kendalikan dengan memberikan teguran kepada peserta didik yang bersangkutan, kemudian peserta didik yang bersangkutan disuruh untuk menjawab pertanyaan dari mahasiswa praktikan atau mengulang hasil diskusi atau mengulang gerakan sendiri. Dengan demikian, peserta didik tersebut akan kembali memperhatikan proses pembelajaran.

## **2) Mengajar Mandiri**

Dalam praktik mengajar mandiri, praktik tidak didampingi oleh guru pembimbing. Jadi dalam hal ini praktikan harus mampu untuk mengelola kelas, menguasai materi dan tepat dalam memilih metode mengajar, menggunakan media dan alat pembelajaran dengan baik, serta mengatur waktu yang tersedia. Praktikan melaksanakan praktik mengajar mandiri pada tanggal 23-24,26-27,30-31 Oktober, dan 2-3 November 2017.

Praktik mengajar mandiri dilakukan oleh mahasiswa praktikan sebanyak 10 kali. Hal ini berkaitan dengan ketetapan dari LPPMP yang memberikan keputusan bahwa praktikan harus mengajar minimal 4 kali pertemuan mengajar mandiri.

## **3) Konsultasi dengan Guru Pembimbing**

Pelaksanaan Praktik Lapangan Terbimbing tidak lepas dari pengawasan pembimbing, baik pembimbing dari UNY maupun pembimbing dari SMA Negeri 1 Jogonalan. Untuk pembimbing UNY dilakukan di tempat yang sudah ditentukan oleh Dosen Pembimbing Lapangan DPL. Pemantauan dari Dosen Pembimbing ini dilakukan untuk mengetahui kemajuan dari mahasiswa praktikan. Sedangkan pemantauan dan bimbingan dari guru pembimbing dilakukan setiap akhir KBM dan ketika mahasiswa mengalami kesulitan dalam proses KBM. Adapun bimbingan yang sering dilakukan mahasiswa adalah perbaikan RPP, media, cara menyampaikan materi, dan cara mengelola kelas sehingga di pertemuan selanjutnya bisa lebih baik dan benar.

## **4) Evaluasi dan Penilaian**

Praktik mengajar telah dilakukan sebanyak 8 kali oleh mahasiswa praktikan di masing-masing kelas XI IPA 1, XI IPA 2, XI IPA 4,

XI IPS 3 dan X IPS 4. Proses penilaian meliputi penilaian sikap (spiritual dan sosial) yang diambil pada setiap pertemuan, penilaian pengetahuan yang diambil pada tes tertulis atau lisan pada setiap tes dan penilaian keterampilan psikomotor yang diambil pada saat peserta didik melakukan praktik gerakan.

**b. Bimbingan dengan DPL PLT dari jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Yogyakarta**

Kegiatan bimbingan dengan DPL PLT merupakan kebijakan yang diberikan oleh Universitas Negeri Yogyakarta bekerjasama dengan LPPMP dalam memberikan fasilitas kepada mahasiswa PLT dalam bentuk konsultasi tentang permasalahan-permasalahan yang muncul pada saat pelaksanaan PLT di SMA Negeri 1 Jogonalan yang belum dapat dipecahkan ketika bimbingan dengan guru pembimbing dari sekolah. Kegiatan bimbingan dengan DPL PLT dilakukan pada waktu yang tidak ditentukan karena kegiatan ini bersifat insidental. Konsultasi tersebut telah dilakukan pada tanggal 28 September, 17,30 Oktober dan 9 November 2017 di SMA Negeri 1 Jogonalan.

**c. Penyusunan Laporan**

Mahasiswa PLT wajib membuat laporan secara individu sebagai bentuk pertanggungjawaban atas terlaksananya kegiatan PLT. Penyusunan laporan ini dimulai sebelum penarikan mahasiswa PLT oleh pihak Universitas Negeri Yogyakarta sampai 1 minggu setelah penarikan.

**d. Penarikan Mahasiswa PLT**

Penarikan mahasiswa dari lokasi PLT di SMA Negeri 1 Jogonalan dilaksanakan pada tanggal 15 November 2017 di SMA Negeri 1 Jogonalan. Penarikan mahasiswa ini menandai berakhirnya tugas mahasiswa PLT UNY.

**C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi**

**1. Analisis Hasil Kegiatan PLT**

**a. Manfaat PLT bagi Mahasiswa**

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

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

- a) Pengetahuan dan pengalaman tentang proses pembelajaran yang dilaksanakan di sekolah menengah atas baik di kelas maupun di luar kelas.
- b) Kesempatan berperan dalam memajukan pendidikan sekolah menengah atas yaitu membantu menyampaikan materi pelajaran dan berbagi pengalaman belajar.
- c) Pengalaman dan keterampilan dalam melaksanakan pekerjaan guru antara lain menyiapkan perangkat pembelajaran, melaksanakan pembelajaran, dan mengevaluasi hasil pembelajaran.
- d) Keterampilan memilih strategi, model, dan metode pembelajaran yang sesuai untuk diterapkan dalam proses pembelajaran.
- e) Keterampilan dalam berkomunikasi dengan siswa secara langsung di depan kelas serta kemampuan beradaptasi dengan semua pihak yang ada di lingkungan sekolah.

**b. Hambatan-hambatan PLT**

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

- a) Minimnya pengalaman mengajar mahasiswa praktikan.
- b) Belum maksimalnya penguasaan dan referensi materi dari mahasiswa praktikan.
- c) Karakter siswa yang berbeda-beda
- d) Tingkat pemahaman siswa yang tidak sama
- e) Siswa seringkali sulit untuk diperingatkan
- f) Siswa kurang aktif dalam proses pembelajaran
- g) Pemberian jam mengajar yang minim dari guru pembimbing.
- h) Minimnya tuntutan yang harus dikerjakan praktikan dalam perannya sebagai guru praktik dalam hal materi, penilaian, dan dokumentasi hasil belajar siswa.

**c. Solusi untuk mengatasi hambatan PLT**

Adapun usaha dan solusi yang dilakukan mahasiswa praktikan untuk

mengatasi hambatan PLT antara lain:

- a) Berkonsultasi dengan guru pembimbing tentang bagaimana cara mengajar yang baik.
- b) Meminta referensi sumber belajar dari guru pembimbing dan mencarinya sendiri di perpustakaan sekolah atau melalui internet.
- c) Melakukan pendekatan yang lebih personal kepada setiap siswa
- d) Berusaha menggunakan cara penyampaian materi yang sederhana dan dengan perlahan.
- e) Menindak tegas siswa yang sulit diperingatkan dengan pemberian nasihat.
- f) Memberikan pertanyaan kepada siswa, bercerita dengan akrab, dan memotivasi siswa agar aktif dalam proses pembelajaran.
- g) Mendampingi pengajaran guru pembimbing dan teman mahasiswa praktikan serta mengisi jam kosong pelajaran bahasa Inggris.
- h) Aktif berkonsultasi tentang apa yang harus dilakukan sebagai mahasiswa kepada guru pembimbing dan berdiskusi dengan teman mahasiswa praktikan lainnya.

#### **d. Refleksi**

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

Pada pelaksanaan program Praktik Pembelajaran Lapangan, mahasiswa praktikan mendapatkan pengalaman langsung berhadapan dengan siswa, sehingga mahasiswa akan tahu bagaimana cara mengelola kelas, mengkondisikan suasana kelas agar pelaksanaan pembelajaran tetap berjalan lancar dan kondusif. Mahasiswa praktikan juga akan mengerti dan memahami apa saja yang harus disiapkan seorang guru sebelum melaksanakan pembelajaran di kelas. Misalnya dengan mempelajari silabus, menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran, membuat media pembelajaran, dan lainnya. Pada pelaksanaan PLT ini juga, mahasiswa akan paham tentang pelaksanaan pembelajaran secara kompleks, mulai dari merencanakan, melaksanakan, sampai mengevaluasi.

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



**PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SMA NEGERI 1 JOGONALAN**

Alamat: Jalan Raya Klaten-Jogja Km 7/23, Prawatan, Jogonalan, Klaten Telepon (0272)324365

Http://www.smunjogsakltn.sch.id, Email: info@smunjogsakltn.sch.id

---

### **BAB III**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Dari serangkaian pelaksanaan kegiatan PLT di SMA Negeri 1 Jogonalan pada bulan September-November 2017 dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Praktik Lapangan Terbimbing merupakan wahana yang tepat bagi mahasiswa calon guru untuk dapat mempraktekkan ilmu yang diperoleh dari kampus UNY.
2. Kegiatan Praktik Lapangan Terbimbing dapat digunakan sebagai sarana untuk memperoleh pengalaman yang faktual sebagai bekal untuk menjadi tenaga kependidikan yang kompeten dalam bidang masing-masing.
3. Praktik Lapangan Terbimbing merupakan pengembangan dari empat kompetensi bagi praktikan, yaitu kompetensi pedagogik, kepribadian, sosial, dan profesional.
4. Praktik merupakan pengalaman menambah bekal bagi calon guru di luar tugas mengajar.

#### **B. Saran**

Berdasarkan pelaksanaan PLT selama kurang lebih dua bulan di SMA Negeri 1 Jogonalan, ada beberapa saran yang praktikan sampaikan yang mungkin dapat digunakan sebagai masukan, antara lain:

##### **1. Untuk Pihak UNY (LPPMP)**

- a. Pembekalan dan monitoring merupakan salah satu kunci keberhasilan pelaksanaan PLT. Diharapkan pembekalan PLT lebih diefektifkan (pembuatan proposal, pembuatan laporan PLT, dll) dan monitoring atau pemantauan kegiatan PLT dapat dioptimalkan.
- b. Pihak UPPL sebaiknya memberi keterangan yang jelas mengenai alokasi dana PLT dan meningkatkan fasilitas yang diberikan kepada mahasiswa.

- c. Lebih memperhatikan antara kebutuhan sekolah lokasi PLT dengan jumlah mahasiswa praktikan bidang studi tersebut agar tidak terjadi kelebihan atau kekurangan jam mengajar. Kemitraan dan komunikasi antara UNY dan SMA Negeri 1 Jogonalan lebih ditingkatkan lagi demi kemajuan dan keberhasilan program PLT UNY serta kemajuan dan keberhasilan SMA Negeri 1 Jogonalan.

## **2. Untuk Sekolah**

- a. Untuk meningkatkan Sumber Daya Manusia untuk siswa, perlu ditingkatkan lagi dukungan yang kuat dari pihak sekolah terhadap organisasi siswa di sekolah khususnya OSIS dan kerohanian.
- b. Kemajuan yang telah dicapai SMA Negeri 1 Jogonalan dari kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler hendaklah senantiasa dipertahankan bahkan jika mungkin ditingkatkan.
- c. Tetap terbinanya hubungan yang baik antara mahasiswa dengan seluruh keluarga besar SMA Negeri 1 Jogonalan, meskipun kegiatan PLT tahun 2017 telah berakhir.

## **3. Untuk Mahasiswa PLT**

- a. Dalam kegiatan PLT, mahasiswa hendaknya mencari data informasi yang akurat mengenai sekolah.
- b. Praktikan sebaiknya menjalin hubungan komunikasi yang baik dengan seluruh warga sekolah dan berperan sebagaimana mestinya.
- c. Saling menghargai dan menghormati antar anggota kelompok dan selalu menjaga kekompakan demi kelancaran pelaksanaan kegiatan PLT.
- d. Tetap terbinanya hubungan yang baik antara seluruh mahasiswa PLT SMA Negeri 1 Jogonalan, meskipun kegiatan PLT tahun 2017 telah berakhir.



**PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SMA NEGERI 1 JOGONALAN**

Alamat: Jalan Raya Klaten-Jogja Km 7/23, Prawatan, Jogonalan, Klaten Telepon (0272)324365

[Http://www.smunjogsakltn.sch.id](http://www.smunjogsakltn.sch.id), Email: [info@smunjogsakltn.sch.id](mailto:info@smunjogsakltn.sch.id)

---

**DAFTAR PUSTAKA**

Pusat Pengembangan PLT & PKL. 2017. Panduan Pengajaran Mikro.  
Yogyakarta: UNY Press

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

Tim Penyusun Panduan PLT. 2017. Panduan PLT/ Magang III.  
Yogyakarta: UNY Press

# LAMPIRAN

**MATRIKS PROGRAM KERJA PLT UNY  
TAHUN : 2017**

NAMA SEKOLAH	: SMA NEGERI 1 JOGONALAN	NAMA MAHASISWA	: Adiatma Ikhsan Yusrizal
ALAMAT SEKOLAH	: Jl. Klaten-Yogya Km.7/23 Jogonalan, Klaten	NO MAHASISWA	: 14601244012
GURU PEMBIMBING	: Setyawan Hadiyanto, S.Pd	DOSEN PEMBIMBING	: Yudanto, S.Pd. Jas. M.Pd.

No.	Program/Kegiatan PLT	Jumlah Jam per Minggu										Jumlah Jam
		Pra PLT	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	Pasca PLT	
<b>1</b>	<b>Pembuatan Program PLT</b>											
	a. Pengenalan lingkungan sekolah	3										3
	b. Konsultasi dengan guru pembimbing	2										2
	c. Menyusun Matrik Program PLT 2017	2	2									4
<b>2</b>	<b>Administrasi Pembelajaran/Guru</b>											
	a. Silabus, prota, prosem					2	2	2				6
	b. Membuat jadwal mengajar		1									1
<b>3</b>	<b>Pembelajaran Kokurikuler (Kegiatan Mengajar)</b>											
	a. Observasi Kelas		12									12
	b. Persiapan											
	1) Mengumpulkan materi		1	1	1	1	1	2				7
	2) Menyusun materi		1	1	1	1	1	2				7
	3) Membuat RPP		2	2	2	2	2	4				14



	1) Konsultasi dengan guru pembimbing dan DPL									1		1
	JUMLAH JAM	7	28,25	35,25	38,50	31	39,75	44	29,50	29,75	16	299

Kepala Sekolah

Dosen Pembimbing Lapangan

Mahasiswa

Prantiya, S.Pd. M.Pd  
NIP 19610828 198803 2 010

Yudanto, S.Pd. Jas. M.Pd.  
NIP. 19810702200501001

Adiatma Ikhsan Yusrizal P  
NIM. 14601244012



**LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**CATATAN HARIAN PLT**

**TAHUN:2017**

NAMA MAHASISWA : Adiatma Ikhsan Y.P

NAMA SEKOLAH : SMA N 1 Jogonalan

NO. MAHASISWA : 14601244012

ALAMAT SEKOLAH : Prawatan, Jogonalan, Klaten

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

No.	Hari, tanggal	Pukul	Nama Kegiatan	Hasil Kualitatif/ Kuantitatif	Keterangan/ Paraf DPL
1.	Jumat,15 September 2017	08.00 – 11.00  13.00 - 15.00	Pengenalan Lingkungan Sekolah  Konsultasi dengan guru pembimbing	Melakukan observasi keliling sekolah dari kelas, ruang guru, ruang praktek dan pengenalan pada kepala sekolah dan wakil kepala sekolah  Melakukan koordinasi dengan guru pamong pendidikan jasmani Bapak Setyawan	

		15.00 – 17.00	Menyusun Matrik Program PLT 2017	Hadiyanto, S.Pd. Menyusun matrik program berupa: kegiatan mengajar maupun non mengajar selama di SMA N 1 Jogonalan	
		12.00 – 14.00	Penerjunan PLT	Diterima oleh Kepala Sekolah dan Wakil Kepala Sekolah yang dihadiri oleh mahasiswa 12 orang, DPL 1 orang, guru dan staf 5 orang	
		14.00 – 16.00	Menyusun Matrik Program PLT 2017	Fiksasi penyusunan matrik program berupa: kegiatan mengajar maupun non mengajar selama di SMA N 1 Jogonalan	
2.	Senin, 18 September 2017	06.45 – 07.00	Literasi	Sebanyak 36 siswa kelas XI IPA 1 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas	
		07.00 – 09.15	Observasi Kelas	Observasi Kelas XI IPA 4 diikuti oleh dua mahasiswa plt, dan guru pamong mengobservasi kondisi kelas saat pembelajaran dan model pembelajaran guru yang	

3.	Selasa, 19 September 2017	09.15 – 11.45	Observasi Kelas	digunakan	
				Observasi Kelas X IPA 4 diikuti oleh dua mahasiswa plt, dan guru pamong mengobservasi kondisi kelas saat pembelajaran dan model pembelajaran guru yang digunakan	
		12.00 – 13.00	Membuat Jadwal Mengajar	Membuat jadwal mengajar Penjas dari hari senin, selasa, kamis, dan jumat. Mengajar kelas XI IPA 1, XI IPA 2, XI IPA 4, XI IPS 3, X IPS 4 sebanyak 5 kelas	
		06.45 – 07.00	Literasi	Sebanyak 36 siswa kelas X IPS 2 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas	
		07.00 – 09.15	Observasi Kelas	Observasi Kelas X IPS 2 diikuti oleh dua mahasiswa plt, dan guru pamong mengobservasi kondisi kelas saat pembelajaran dan model pembelajaran guru yang digunakan	
		09.15 – 11.45	Observasi Kelas	Observasi Kelas X IPA 2 diikuti	

				<p>oleh dua mahasiswa plt, dan guru pamong mengobservasi kondisi kelas saat pembelajaran dan model pembelajaran guru yang digunakan</p>	
		11.45 – 13.45	Piket	<p>Melakukan piket guru berupa: mendata absensi siswa, menerima tamu sekolah, menyampaikan titipan tugas dari guru untuk kelas yang ditinggalkan, mendata siswa yang izin meninggalkan kelas, sakit, dan siswa terlambat sebanyak 2 mahasiswa PLT, 1 guru piket harian, dan 1 guru STKS</p>	
		13.45 – 15.15	Pendampingan Kelas	<p>Pendampingan kelas XI IPA 1 untuk memberikan tugas bahasa Jawa</p>	
4.	Rabu, 20 September 2017	06.45 – 07.00	Literasi	<p>Sebanyak 35 siswa kelas X IPS 3 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas</p>	
5.	Jumat, 22 September 2017	07.00 – 08.00	Konsultasi Guru Pembimbing	<p>Mengkonsultasikan bahan ajar, RPP, metode dan media</p>	

	Senin, 25	08.00 – 09.00	Mengumpulkan materi	materi sepak bola yang digunakan untuk mengajar hari senin pada guru pamong	
		09.15 – 11.45	Observasi Kelas	Mengumpulkan beberapa materi terkait pembelajaran sepak bola  Observasi Kelas XI IPS 3 diikuti oleh dua mahasiswa plt, dan guru pamong mengobservasi kondisi kelas saat pembelajaran dan model pembelajaran guru yang digunakan	
		13.00 – 14.00	Menyusun materi	Materi sepak bola yang sudah terkumpul disusun secara terperinci berupa :	
		14.00 – 16.00	Membuat RPP	menendang bola, menggiring bola, menghentikan bola  Membuat 1 RPP dan lampiran permainan bola besar yaitu sepak bola	
		16.00 – 18.00	Membuat Media	Membuat media pembelajaran terkait dengan pembelajaran sepak bola	

6.	September 2017	06.45 – 07.00	Literasi	yaitu gambar, video dan PPT
		07.00 – 07.30	Upacara Bendera	Sebanyak 36 siswa kelas X IPA 1 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas  Diikuti oleh kelas X, XI, XII, Guru, Karyawan, dan Mahasiswa PLT 2017. Upacara rutin hari senin dipimpin oleh TNI, upacara berjalan dengan lancar dan tertib
		07.30 – 08.00	Rapat Pembinaan	Seluruh guru dan karyawan sebanyak 75 orang mengikuti rapat dengan dengan membahas pendidikan karakter, UTS, RPS, pengenalan mahasiswa PLT, dan HUT sekolah
		08.00 – 09.15	Mengajar Terbimbing	Materi pembelajaran sepak bola, proses mengajar di bimbing kelas XI IPA 1. Adapun yang di pelajari tentang permainan bola besar yaitu sepak bola
		09.15 – 13.00	Pendampingan Pemutaran Film G30S/PKI	Seluruh siswa kelas X

7.	Selasa, 26 September 2017	13.00 – 15.15	Mengajar Terbimbing	menonton film G30SPKI sebanyak 286 orang
		06.45 – 07.00	Literasi	Materi pembelajaran sepak bola, proses mengajar di bimbing kelas XI IPA 2. Adapun yang di pelajari tentang permainan bola besar yaitu sepak bola
		07.00 – 09.15	Mengajar Terbimbing	Sebanyak 36 siswa kelas X IPA 3 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas
8.	Rabu, 27 September 2017	09.15 – 15.15	Pendampingan Pemutaran Film G30S/PKI	Materi pembelajaran sepak bola, proses mengajar di bimbing kelas XI IPA 4. Adapun yang di pelajari tentang permainan bola besar yaitu sepak bola
		06.45 – 07.00	Literasi	Seluruh siswa kelas XII menonton film G30SPKI sebanyak 284 orang
		07.00 – 15.15	Piket	Sebanyak 36 siswa kelas X IPS 2 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas  Melakukan piket guru

9.	Kamis, 28 September 2017	06.45 – 07.00	Literasi	berupa: mendata absensi siswa, menerima tamu sekolah, menyampaikan titipan tugas dari guru untuk kelas yang ditinggalkan, mendata siswa yang izin meninggalkan kelas, sakit, dan siswa terlambat sebanyak 2 mahasiswa PLT, 1 guru piket harian, dan 1 guru STKS
		07.00 – 08.00	Konsultasi Guru Pembimbing	Sebanyak 35 siswa kelas X IPS 3 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas
		08.00 – 09.00	Mengumpulkan materi	Mengkonsultasikan bahan ajar, RPP, metode dan media materi senam aerobik yang digunakan untuk mengajar hari senin pada guru pamong
		09.00 – 10.00	Menyusun materi	Mengumpulkan beberapa materi terkait pembelajaran senam aerobik
		10.00 – 12.00	Membuat RPP	Materi senam aerobik yang sudah terkumpul disusun secara terperinci Membuat 1 RPP dan lampiran

10.	Jumat, 29 September 2017	12.00 – 14.00	Membuat Media	<p>aktivitas ritmik yaitu senam aerobik</p> <p>Membuat media pembelajaran terkait dengan pembelajaran senam aerobik yaitu gambar, video dan PPT</p>
		06.30 - 06.45	STKS	<p>Sebanyak 4 mahasiswa PLT melakukan salam, sapa, kepada siswa yang datang dipintu utama sekolah, dan menjaga keamanan sekolah</p>
		06.45 – 07.00	Literasi	<p>Sebanyak 35 siswa kelas X IPS 3 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas</p>
		09.15 – 11.45	Mengajar Terbimbing	<p>Materi pembelajaran sepak bola, proses mengajar di bimbing kelas XI IPA 4. Adapun yang di pelajari tentang permainan bola besar yaitu sepak bola</p>
	Minggu, 1 Oktober 2017	07.00 – 08.00	Upacara Bendera	<p>Diikuti oleh kelas X, XI, XII, Guru, Karyawan, dan Mahasiswa PLT 2017. Upacara dipimpin oleh Kepala Sekolah, memperingati hari</p>

11.	Senin, 2 Oktober 2017	08.00 – 09.00	Rapat Pembinaan	Kesaktian Pancasila  Seluruh guru dan karyawan sebanyak 75 orang mengikuti rapat dengan dengan membahas pendidikan karakter, UTS, RPS, dan HUT sekolah	
12.		07.00 – 09.15	Pendampingan UTS	Sebanyak 36 siswa kelas X IPA 1 melakukan ulangan tengah semester (UTS) penjaskes dengan didampingi 2 mahasiswa PLT	
		09.15 – 11.45	Pendampingan UTS	Sebanyak 34 siswa kelas X IPS 1 melakukan ulangan tengah semester (UTS) penjaskes dengan didampingi 2 mahasiswa PLT	
13.	Selasa, 3 Oktober 2017	11.45 – 14.30	Pendampingan UTS	Sebanyak 36 siswa kelas XI IPA 3 melakukan ulangan tengah semester (UTS) ekonomi dengan didampingi 2 mahasiswa PLT	
		07.00 – 09.15	Pendampingan UTS	Sebanyak 36 siswa kelas XI IPA 3 melakukan ulangan tengah semester (UTS)	

14.	Rabu, 4 Oktober 2017	09.15 – 11.45	Pendampingan UTS	<p>penjaskes dengan didampingi 2 mahasiswa PLT</p> <p>Sebanyak 36 siswa kelas X IPA 4 melakukan ulangan tengah semester (UTS) penjaskes dengan didampingi 2 mahasiswa PLT</p>
		11.45 – 13.45	Pendampingan UTS	<p>Sebanyak 36 siswa kelas XI IPA 4 melakukan ulangan tengah semester (UTS) penjaskes dengan didampingi 2 mahasiswa PLT</p>
		07.00 – 09.15	Pendampingan UTS	<p>Sebanyak 36 siswa kelas XI IPS 2 melakukan ulangan tengah semester (UTS) penjaskes dengan didampingi 2 mahasiswa PLT</p>
		09.15 - 11.45	Pendampingan UTS	<p>Sebanyak 36 siswa kelas XI IPA 2 melakukan ulangan tengah semester (UTS) penjaskes dengan didampingi 2 mahasiswa PLT</p>
		11.45 – 12.30	Pendampingan UTS	<p>Sebanyak 36 siswa kelas XII IPA 3 melakukan ulangan tengah semester (UTS) agama</p>

15.	Kamis, 5 Oktober 2017	13.00 – 15.15	Pendampingan UTS	Islam dengan didampingi 2 mahasiswa PLT
		07.00 – 09.15	Pendampingan UTS	Sebanyak 36 siswa kelas X IPA 3 melakukan ulangan tengah semester (UTS) sejarah dengan didampingi 2 mahasiswa PLT
		09.15 - 11.45	Pendampingan UTS	Sebanyak 35 siswa kelas XI IPS 3 melakukan ulangan tengah semester (UTS) penjaskes dengan didampingi 2 mahasiswa PLT
		11.45 – 14.30	Pendampingan UTS	Sebanyak 35 siswa kelas XI IPS 4 melakukan ulangan tengah semester (UTS) penjaskes dengan didampingi 2 mahasiswa PLT
16.	Jumat, 6 Oktober 2017	06.30 – 06.45	STKS	Sebanyak 35 siswa kelas X IPA 3 melakukan ulangan tengah semester (UTS) penjaskes dengan didampingi 2 mahasiswa PLT
				Sebanyak 4 mahasiswa PLT melakukan salam, sapa, kepada siswa yang datang

17.	Senin, 9 Oktober 2017	07.00 – 08.00	Konsultasi Guru Pembimbing	dipintu utama sekolah, dan menjaga keamanan sekolah
		08.00 – 09.00	Mengumpulkan materi	Mengkonsultasikan bahan ajar, RPP, metode dan media materi senam aerobik yang digunakan untuk mengajar hari senin pada guru pamong
		09.15 – 11.45	Pendampingan UTS	Mengumpulkan beberapa materi terkait pembelajaran senam aerobik
		13.00 – 14.00	Menyusun materi	Sebanyak 35 siswa kelas XI IPS 3 melakukan ulangan tengah semester (UTS) penjaskes dengan didampingi 2 mahasiswa PLT
		14.00 – 16.00	Membuat RPP	Materi senam aerobik yang sudah terkumpul disusun secara terperinci
		16.00 – 18.00	Membuat Media	Membuat 1 RPP dan lampiran pembelajaran senam aerobik
		06.45 – 07.00	Literasi	Membuat media pembelajaran terkait dengan pembelajaran senam aerobik yaitu gambar, video dan PPT

18.	Selasa, 10 Oktober 2017	07.00 – 07.30	Upacara Bendera	<p>Sebanyak 36 siswa kelas X IPA 1 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas</p> <p>Diikuti oleh kelas X, XI, XII, Guru, Karyawan, dan Mahasiswa PLT 2017. Upacara rutin hari senin dipimpin oleh Pak Margono, upacara berjalan dengan lancar dan tertib</p>
		07.30 – 08.00	Rapat Pembinaan	<p>Seluruh guru dan karyawan sebanyak 75 orang mengikuti rapat dengan dengan membahas program kegiatan HUT sekolah</p>
		07.00 – 09.15	Mengajar terbimbing	<p>Materi pembelajaran aktivitas ritmik, proses mengajar di bimbing kelas XI IPA 1. Adapun yang di pelajari tentang senam aerobik</p>
		13.00 – 15.15	Mengajar terbimbing	<p>Materi pembelajaran aktivitas ritmik, proses mengajar di bimbing kelas XI IPA 2. Adapun yang di pelajari tentang senam aerobik</p>
		06.45 – 07.00	Literasi	<p>Adapun yang di pelajari tentang senam aerobik</p>

19.	Rabu, 11 Oktober 2017	07.00 – 09.15	Mengajar terbimbing	Sebanyak 36 siswa kelas X IPA 3 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas
		15.30 – 17.30	Pendampingan Ekstra Futsal	Materi pembelajaran aktivitas ritmik, proses mengajar di bimbing kelas XI IPA 4. Adapun yang di pelajari tentang senam aerobik
		06.45 – 07.00	Literasi	Sebanyak 28 siswa mengikuti ekstrakurikuler futsal dengan materi mengoper bola dan bermain futsal
	Kamis, 12 Oktober 2017	07.00 – 15.15	Piket	Sebanyak 36 siswa kelas X IPS 2 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas Melakukan piket guru berupa: mendata absensi siswa, menerima tamu sekolah, menyampaikan titipan tugas dari guru untuk kelas yang ditinggalkan, mendata siswa yang izin meninggalkan kelas, sakit, dan siswa terlambat sebanyak 2 mahasiswa PLT, 1 guru piket

20.	Jumat, 13 Oktober 2017	06.45 – 07.00	Literasi	harian, dan 1 guru STKS Sebanyak 36 siswa kelas X IPS 2 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas	
07.00 – 08.00		Konsultasi Guru Pembimbing	Mengkonsultasikan bahan ajar, RPP, metode dan media materi kebugaran jasmani yang digunakan untuk mengajar hari senin pada guru pamong		
08.00 – 09.00		Mengumpulkan materi	Mengumpulkan beberapa materi terkait pembelajaran kebugaran jasmani		
09.00 – 10.00		Menyusun materi	Materi kebugaran jasmani yang sudah terkumpul disusun secara terperinci		
10.00 – 12.00		Membuat RPP	Membuat 1 RPP dan lampiran pembelajaran kebugaran jasmani		
21.		12.00 – 14.00	Membuat Media	Membuat media pembelajaran terkait dengan pembelajaran kebugaran jasmani yaitu gambar, video dan PPT	
		06.30 – 06.45	STKS		

21.	Senin, 16 Oktober 2017	06.45 – 07.00	Literasi	Sebanyak 4 mahasiswa PLT melakukan salam, sapa, kepada siswa yang datang dipintu utama sekolah, dan menjaga keamanan sekolah
		09.15 – 11.45	Mengajar terbimbing	Sebanyak 35 siswa kelas X IPS 3 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas
		07.00 - 15.00	HUT SMA N 1 Jogonalan	Materi pembelajaran aktivitas ritmik, proses mengajar di bimbing kelas XI IPS 3. Adapun yang di pelajari tentang senam aerobik
		07.00 - 15.00	HUT SMA N 1 Jogonalan	Memperingati HUT SMA N 1 Jogonalan seluruh warga sekolah dan 12 mahasiswa PLT mengikuti sepeda santai dengan jarak ±15 km, menjadi wasit pertandingan bola voli
		19.00 – 23.00	Persiapan HUT SMA N 1	Memperingati HUT SMA N 1 Jogonalan seluruh warga sekolah dan 12 mahasiswa PLT mengikuti senam sehat dengan 2 instruktur, menjadi wasit pertandingan bola voli

22	Selasa, 17 Oktober 2017	07.00 – 17.00	Jogonalan  HUT Sekolah SMA N 1 Jogonalan	Mendampingi dan membantu osis dalam membuat panggung pentas seni berupa: spanduk, meja, kursi, dan tanaman  Memperingati HUT SMA N 1 Jogonalan seluruh warga sekolah dan 12 mahasiswa PLT mengikuti acara puncak HUT sekolah, dilanjutkan bersih-bersih GOR
23.	Rabu, 18 Oktober 2017	06.45 – 07.00	Literasi	Sebanyak 35 siswa kelas X IPS 3 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas
24.	Kamis, 19 Oktober 2017	07.00 – 08.00	Konsultasi Guru Pembimbing	Mengkonsultasikan bahan ajar, RPP, metode dan media materi loncat kangkang dan loncat jongkok yang digunakan untuk mengajar hari Kamis pada guru pamong
		08.00 – 09.00	Mengumpulkan materi	Mengumpulkan beberapa materi terkait pembelajaran loncat kangkang dan loncat jongkok
		09.00 – 10.00	Menyusun materi	Materi loncat kangkang dan

25.	Jumat, 20 Oktober 2017	10.00 – 12.00	Membuat RPP	loncat jongkok yang sudah terkumpul disusun secara terperinci
		12.00 – 14.00	Membuat Media	Membuat 1 RPP dan lampiran pembelajaran loncat kangkang dan loncat jongkok
		14.00 - 16.00	Silabus	Membuat media pembelajaran senam ketangkasan terkait dengan pembelajaran loncat kangkang dan loncat jongkok yaitu gambar, video dan PPT
		06.30 – 06.45	STKS	Membuat silabus terkait pembelajaran seanm ketangkasan dengan loncat kangkang dan loncat jongkok
	06.45 – 07.00	Literasi	Sebanyak 4 mahasiswa PLT melakukan salam, sapa, kepada siswa yang datang dipintu utama sekolah, dan menjaga keamanan sekolah	
	Senin, 23 Oktober 2017			Sebanyak 35 siswa kelas X IPS 3 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas

26.	Selasa, 24 Oktober	06.45 – 07.00	Literasi	Sebanyak 36 siswa kelas X IPA 1 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas
		07.00 – 07.30	Upacara Bendera	Diikuti oleh kelas X, XI, XII, Guru, Karyawan, dan Mahasiswa PLT 2017. Upacara rutin hari senin dipimpin oleh Kepala Sekolah, upacara berjalan dengan lancar dan tertib
		07.30 – 08.00	Rapat Pembinaan	Seluruh guru dan karyawan sebanyak 75 orang mengikuti rapat dengan dengan membahas pendidikan karakter, RPS, evaluasi HUT sekolah
		07.00 – 09.15	Mengajar mandiri	Materi pembelajaran kebugaran jasmani, proses mengajar mandiri kelas XI IPA 1. Adapun yang di pelajari tentang kebugaran jasmani
		13.00 – 15.15	Mengajar mandiri	Materi pembelajaran kebugaran jasmani, proses mengajar mandiri kelas XI IPA 2. Adapun yang di pelajari

27.	2017	06.45 – 07.00	Literasi	tentang kekuatan, keseimbangan, kelenturan Sebanyak 36 siswa kelas X IPA 3 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas
		07.00 – 09.15	Mengajar mandiri	Materi pembelajaran kebugaran jasmani, proses mengajar mandiri kelas XI IPA 4. Adapun yang di pelajari tentang kebugaran jasmani
		15.30 – 17.30	Pendampingan Ekstra Futsal	Sebanyak 28 siswa mengikuti ekstrakurikuler futsal dengan materi mengoper bola dan bermain futsal
28.	Rabu, 25 Oktober 2017	06.45 – 07.00	Literasi	Sebanyak 36 siswa kelas X IPS 2 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas
		07.00 – 15.15	Piket	Melakukan piket guru berupa: mendata absensi siswa, menerima tamu sekolah, menyampaikan titipan tugas dari guru untuk kelas yang ditinggalkan, mendata siswa yang izin meninggalkan kelas, sakit,

29.	Kamis, 26 Oktober 2017	06.45 – 07.00	Literasi	dan siswa terlambat sebanyak 2 mahasiswa PLT, 1 guru piket harian, dan 1 guru STKS	
		09.15 – 11.45	Mengajar mandiri	Sebanyak 35 siswa kelas X IPS 3 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas	
		13.45- 15.15	Pendampingan Kelas	Materi pembelajaran senam ketangkasan proses mengajar mandiri kelas X IPS 4. Adapun yang di pelajari tentang loncat kangkang dan loncat jongkok	
30.	Jumat, 27 Oktober 2017	06.30 – 06.45	STKS	Pendampingan Kelas XI IPA 1 untuk mengerjakan tugas sejarah	
		06.45 – 07.00	Literasi	Sebanyak 4 mahasiswa PLT melakukan salam, sapa, kepada siswa yang datang dipintu utama sekolah, dan menjaga keamanan sekolah	
		07.00 – 08.00	Konsultasi Guru	Sebanyak 35 siswa kelas X IPS 3 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas	
				Mengkonsultasikan bahan	

31.	Sabtu, 28 Oktober 2017	08.00 – 09.00	Pembimbing  Mengumpulkan materi	ajar, RPP, metode dan media materi permainan bola basket yang digunakan untuk mengajar hari senin pada guru pamong  Mengumpulkan beberapa materi permainan bola basket terkait pembelajaran
		09.15 – 11.45	Mengajar mandiri	Materi pembelajaran kebugaran jasmani, proses mengajar mandiri kelas XI IPA 4. Adapun yang di pelajari tentang kebugaran jasmani
		13.00 – 14.00	Menyusun materi	Materi permainan bola basket yang sudah terkumpul disusun secara terperinci
		14.00 – 16.00	Membuat RPP	Membuat 1 RPP dan lampiran pembelajaran permainan bola besar yaitu bola basket
		16.00 – 18.00	Membuat Media	Membuat media pembelajaran terkait dengan pembelajaran bola basket yaitu gambar, video dan PPT
		07.00 – 08.00	Upacara Bendera	Diikuti oleh kelas X, XI, XII,

		08.00 – 09.00	Rapat Pembinaan	<p>Guru, Karyawan, dan Mahasiswa PLT 2017. Upacara dipimpin oleh Kepala Sekolah, memperingati hari Sumpah Pemuda</p> <p>Seluruh guru dan karyawan sebanyak 75 orang mengikuti rapat dengan dengan membahas RPS, dan gaji guru</p>	
		09.00 – 10.00	Konsultasi Guru Pembimbing	<p>Mengkonsultasikan bahan ajar, RPP, metode dan media materi bulutangkis yang digunakan untuk mengajar hari kamis pada guru pamong</p>	
		10.00 – 11.00	Mengumpulkan materi	<p>Mengumpulkan beberapa materi bulutangkis terkait pembelajaran</p>	
		11.00 – 12.00	Menyusun materi	<p>Materi permainan bulutangkis yang sudah terkumpul disusun secara terperinci</p>	
		12.00 – 14.00	Membuat RPP	<p>Membuat 1 RPP dan lampiran pembelajaran permainan bola kecil yaitu bulutangkis</p>	

32.	Senin, 30 Oktober 2017	14.00 – 16.00	Membuat Media	Membuat media pembelajaran terkait dengan pembelajaran bulutangkis yaitu gambar, video dan PPT
		16.00 – 18.00	Silabus	Membuat silabus terkait pembelajaran permainan bola kecil dengan permainan bulutangkis
		06.45 – 07.00	Literasi	Sebanyak 36 siswa kelas X IPA 1 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas
		07.00 – 09.15	Mengajar mandiri	Materi pembelajaran bola basket, proses mengajar di mandiri kelas XI IPA 1. Adapun yang di pelajari tentang permainan bola besar yaitu permainan bola basket
33.	Selasa, 31 Oktober 2017	13.00 – 15.15	Mengajar mandiri	Materi pembelajaran bola basket, proses mengajar mandiri kelas XI IPA 2. Adapun yang di pelajari tentang permainan bola besar yaitu bola basket
		06.45 – 07.00	Literasi	Sebanyak 36 siswa kelas X IPA

38.	Rabu, 1 November 2017	07.00 – 09.15	Mengajar mandiri	3 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas  Materi pembelajaran bola basket, proses mengajar mandiri kelas XI IPA 4. Adapun yang di pelajari tentang permainan bola besar yaitu bola basket
		15.30 – 17.30	Pendampingan Ekstra Futsal	Sebanyak 28 siswa mengikuti ekstrakurikuler futsal dengan materi mengoper bola dan bermain futsal
		06.45 – 07.00	Literasi	Sebanyak 36 siswa kelas X IPS 2 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas
	Kamis, 2 November 2017	07.00 – 15.15	Piket	Melakukan piket guru berupa: mendata absensi siswa, menerima tamu sekolah, menyampaikan titipan tugas dari guru untuk kelas yang ditinggalkan, mendata siswa yang izin meninggalkan kelas, sakit, dan siswa terlambat sebanyak 2 mahasiswa PLT, 1 guru piket

39.	Jumat, 3 November 2017	06.45 – 07.00	Literasi	harian, dan 1 guru STKS Sebanyak 35 siswa kelas X IPS 3 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas	
		07.00 – 09.00	Pendataan Ulang Guru & Karyawan	Mendata ulang guru sebanyak 56 orang dan karyawan sebanyak 19 orang yang terdiri dari: nama, nip, tempat tanggal lahir, mulai bekerja, golongan, jabatan, pangkat, tmt, gaji pokok, berkala dan masa kerja	
		09.15 – 11.45	Mengajar Mandiri	Materi pembelajaran permainan bola kecil proses mengajar mandiri kelas X IPS 4. Adapun yang di pelajari tentang bulutangkis	
		12.00 - 15.00	Pendataan Ulang Guru & Karyawan	Mendata ulang guru sebanyak 56 orang dan karyawan sebanyak 19 orang yang terdiri dari: nama, nip, tempat tanggal lahir, mulai bekerja, golongan, jabatan, pangkat, tmt, gaji pokok, berkala dan masa kerja.	

40.		06.30 – 06.45	STKS	Sebanyak 4 mahasiswa PLT melakukan salam, sapa, kepada siswa yang datang dipintu utama sekolah, dan menjaga keamanan sekolah	
		06.45 – 07.00	Literasi	Sebanyak 35 siswa kelas X IPS 3 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas	
		07.00 – 08.00	Pendataan Ulang Guru & Karyawan	Mendata ulang guru sebanyak 56 orang dan karyawan sebanyak 19 orang yang terdiri dari: nama, nip, tempat tanggal lahir, mulai bekerja, golongan, jabatan, pangkat, tmt, gaji pokok, berkala dan masa kerja	
		09.15 – 11.45	Mengajar mandiri	Materi pembelajaran bola basket, proses mengajar mandiri kelas XI IPS 3. Adapun yang di pelajari tentang permainan bola besar yaitu bola basket	
41.	Senin, 6 November 2017	06.45 – 07.00	Literasi		
		09.00 – 12.00	Pembuatan Kotak Tempat Absensi	Sebanyak 36 siswa kelas X IPA 1 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas	

42.	Selasa, 7 November 2017	06.45 – 07.00	Literasi	Membeli bahan pembuatan kotak absensi seperti: kardus susu bekas 24 buah, plester 2 buah, kertas kado 6 buah, label 1 set, white board 1 buah, gunting 3 buah. Dan sudah membuat sekitar 10 buah kotak absensi	
		08.00 – 11. 00	Pembuatan Kotak Tempat Absensi	Sebanyak 36 siswa kelas X IPA 3 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas	
43.	Rabu, 8 November 2017	06.45 – 07.00	Literasi	Melanjutkan membuat kotak absensi 14 buah dan menempelkan kotak absensi di setiap kelas	
		07.00 – 15.15	Piket	Sebanyak 36 siswa kelas X IPS 2 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas	
				Melakukan piket guru berupa: mendata absensi siswa, menerima tamu sekolah, menyampaikan titipan tugas dari guru untuk kelas yang ditinggalkan, mendata siswa yang izin	

44.	Kamis, 9 November 2017	06.45 – 07.00	Literasi	meninggalkan kelas, sakit, dan siswa terlambat sebanyak 2 mahasiswa PLT, 1 guru piket harian, dan 1 guru STKS	
45.	Jumat, 10 November 2017	06.30 – 06.45	STKS	Sebanyak 36 siswa kelas X IPS 2 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas	
		06.45 – 07.00	Literasi	Sebanyak 4 mahasiswa PLT melakukan salam, sapa, kepada siswa yang datang dipintu utama sekolah, dan menjaga keamanan sekolah	
		07.00 – 07.30	Upacara Bendera	Sebanyak 35 siswa kelas X IPS 3 melakukan literasi dengan buku bacaan bebas	
		07.30 – 08.00	Rapat Pembinaan	Diikuti oleh kelas X, XI, XII, Guru, Karyawan, dan Mahasiswa PLT 2017. Upacara dipimpin oleh Kepala Sekolah, memperingati hari Pahlawan	
	Senin, 13			Seluruh guru dan karyawan sebanyak 75 orang mengikuti rapat dengan dengan membahas KBM, RPS, dan	

46.	November 2017	07.00 – 08.00	Mempelajari Buku Paduan PLT 2017	sarana prasarana. Mahasiswa mempelajari format dan ketentuan penulisan laporan PLT	
		08.00 – 09.00	Mempelajari Contoh Laporan PLT	Mahasiswa mempelajari contoh laporan PLT dari laporan tahun sebelumnya sebagai referensi dalam penyusunan laporan PLT	
		09.00 – 14.00	Membuat Lampiran Laporan PLT	Mahasiswa menyusun lampiran laporan PLT berupa serapan dana, daftar presensi siswa, daftar penilaian	
47.	Selasa, 14 November 2017	07.00 – 12.00	Membuat Lampiran Laporan PLT	Mahasiswa menyusun lampiran laporan PLT berupa serapan dana, daftar presensi siswa, daftar penilaian.	

## FORMAT OBSERVASI KONDISI SEKOLAH

Nama Sekolah : SMA N 1 Jogonalan Nama Mahasiswa: Adiatma Ikhsan Y.P

Alamat Sekolah : Prawatan, Jogonalan NIM : 14601244012

FAK/JUR /PRODI : FIK/POR/PJKR

No	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
1	Kondisi fisik sekolah	Sekolah cukup luas
2	Potensi siswa	Sudah baik dan aktif
3	Potensi guru	Sudah baik dan profesional
4	Potensi karyawan	Sudah baik
5	Fasilitas KBM, media	Sudah memadai
6	Perpustakaan	Cukup rapi
7	Laboratorium	Cukup lengkap, terdiri atas: laboratorium fisika, komputer, dan bahasa
8	Bimbingan konseling	Sudah ada
9	Bimbingan belajar	Sudah ada dan diampu oleh guru pembimbing
10	Ekstrakurikuler (pramuka, PMI, basket, drumband, dll)	Cukup lumayan banyak, terdiri dari PRADATA, basket, paduan suara, seni tari, futsal, PMR
11	Organisasi dan fasilitas OSIS	Sudah ada
12	Organisasi dan fasilitas UKS	Sudah ada
13	Karya Tulis Ilmiah Remaja	-
14	Karya Tulis Ilmiah Guru	-
15	Koperasi Siswa	Sudah ada, dikelola oleh karyawan dan guru
16	Tempat Ibadah	Sudah ada dan bersih
17	Kesehatan lingkungan	Dijalankan dengan piket kelas masing-masing

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

Nama Mahasiswa : Adiatma Ikhsan Y.P Pukul : 07.00  
 NIM : 14601244012 Tempat : SMA N 1 Jogonalan  
 Tgl. Observasi : 4 Maret 2017 Fak/Jur/Prodi: FIK/POR/PJKR

No	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
<b>A</b>	<b>Perangkat Pembelajaran</b>	
	4. Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran (KTSP)/ Kurikulum 2013	Kurikulum yang berlaku di SMA N 1 Jogonalan yaitu kurikulum 2013. Pembelajaran di sekolah ini berorientasi pada pendalaman materi melalui proses pendidikan, tidak hanya berorientasi pada hasil belajar
	5. Silabus	Silabus sudah lengkap terdiri dari silabus per semester
	6. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)	RPP yang disusun oleh guru digunakan untuk tiap pertemuan.
<b>B</b>	<b>Proses Pembelajaran</b>	
	13. Membuka pelajaran	Guru membuka kegiatan pembelajaran dengan salam, kemudian mempresensi peserta didik untuk mengetahui apakah ada peserta didik yang tidak masuk. Setelah itu guru mereview sekilas materi pembelajaran pada pertemuan sebelumnya
	14. Penyajian materi	Guru menjelaskan secara keseluruhan tentang materi yang diberikan dan sesuai dengan RPP yang telah dibuat.
	15. Metode pembelajaran	Metode pembelajaran yang digunakan Demonstrasi, Inclusive (cakupan), Bagian dan keseluruhan (Part and whole)
	16. Penggunaan bahasa	Bahasa yang digunakan guru adalah bahasa Indonesia dalam menyampaikan materi pembelajaran.
	17. Penggunaan waktu	Waktu yang digunakan sudah cukup efektif, yaitu sesuai alokasi jam pelajaran. Guru memulai pelajaran tepat waktu dan menutup pembelajaran tepat 15 menit sebelum bel tanda pergantian jam berbunyi.
	18. Gerak	Gerak yang dilakukan oleh guru sudah sesuai dengan

		porsinya, yaitu pada saat penyajian materi guru tidak hanya diam di depan, tetapi juga berkeliling untuk memberi perhatian dan mengamati siswa.
	19. Cara memotivasi siswa	Cara guru memotivasi siswa pun sudah cukup baik, yaitu dengan mengucapkan kata “ya bagus”.
	20. Teknik bertanya	Guru menanyakan pemahaman siswa terkait materi yang baru saja dijelaskan apabila ada yang kurang jelas
	21. Teknik penguasaan kelas	Guru sudah dapat menguasai kelas dengan baik
	22. Penggunaan media	Media yang digunakan oleh guru adalah peralatan olahraga yang tersedia
	23. Bentuk dan cara evaluasi	Setelah materi pelajaran dalam satu sampai dengan dua kali pertemuan selesai, guru memberikan ulangan dalam penilaian
	24. Menutup pelajaran	Sebelum menutup pelajaran, guru memberikan motivasi dan apresiasi kepada siswa yang mengikuti pembelajaran dengan benar. Pembelajaran diakhiri dengan pendinginan ringan.
<b>C</b>	<b>Perilaku siswa</b>	
	3. Perilaku siswa di dalam kelas	Pada saat guru menjelaskan di dalam kelas, hampir semua siswa memperhatikan guru yang sedang mengajar di depan kondisi kondusif.
	4. Perilaku siswa di luar kelas	Perilaku siswa di luar sekolah memiliki sikap antusias patuh, disiplin ketika mengikuti pembelajaran di luar kelas





PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SMA NEGERI 1 JOGONALAN

Alamat: Jalan Raya Klaten-Jogja Km 7/23, Prawatan, Jogonalan, Klaten Telepon (0272)324365

Http://www.smunjogsakltn.sch.id, Email: info@smunjogsakltn.sch.id

KALENDER AKADEMIK TAHUN 2017/2018

SMA NEGERI 1 JOGONALAN  
TAHUN PELAJARAN 2017/2018

Bulan	HBE	ME
JULI 2017	8	1
AUGUSTUS 2017	22	5
SEPTEMBER 2017	14	4
OCTOBER 2017	18	3
NOVEMBER 2017	21	4
DESEMBER 2017	9	3
JANUARI 2018	22	4
FEBRUARI 2018	19	4
MARET 2018	12	4
APRIL 2018	20	2
MAY 2018	12	3
JUNI 2018	4	1
JULI 2017	4	3

**KETERANGAN**

HBE: Hari Besar Ekdik  
ME: Minggu Ekdik  
H: Hari  
M: Minggu  
HBE: Minggu Non Ekdik

**PERKARAAN PROB**

Masa Orientasi Peserta Didik Baru  
Waktu Pembelajaran Efektif  
Ulangan Tengah Semester / UTS  
Kegiatan Upacara Hari Besar Nasional  
Libur Hari Sabtu dan Minggu  
Libur Umum

**LIBUR**

Libur Semester Gasal  
Libur Semester Genap  
Libur Hari Besar Keagamaan  
Libur Bahan Kambuhan, dan Sekolah/Sesudah Hari Raya Idul Fitri  
Libur Hari Raya Idul Fitri  
UTS Ganjil/ Genap  
Libur Hari Raya Idul Adha/Idul

**LIBUR**

Ulangan Mid Semester/  
Ulangan Kesenian Kelas  
Perayaan Uyan Nasional  
Tahun Pelajaran 2017/2018  
Penyerahan Baku Yogyakarta  
Hari Belajar  
Capaian Kejuruan

SMAN 1 JOGONALAN  
Jogonalan, 17 Juli 2017  
DISDIKRI  
19630413 198501 1 001

TANGGAL		URAIAN KEGIATAN		TANGGAL		URAIAN KEGIATAN	
NO	TANGGAL	NO	URAIAN KEGIATAN	NO	TANGGAL	NO	URAIAN KEGIATAN
1	Tanggal 1-15 Juli 2017	18	Libur Akhir Semester Genap Tahun 2016-2017	18	Tanggal 1 Januari 2018	18	Libur Umum (Tahun Baru Masehi 2018)
2	Tanggal 17-19 Juli 2017	19	Hari-hari Pertama Masuk Satuan Pendidikan (Kegiatan MOPD)	19	Tanggal 16 Februari 2018	19	Libur Umum (Tahun Baru Imlek 2569)
3	Tanggal 17 Agustus 2017	20	Mengikuti Upacara HUT Kemerdekaan RI	20	Tanggal 18 Maret 2018	20	Libur Umum (Hari Raya Nyepi/Tahun Baru Saka 1940)
4	Tanggal 1 September 2017	21	Libur Umum (Hari Raya Idul Adha 1438 H)	21	Tanggal 5-10 Maret 2018	21	Perkiraan Ujian Sekolah SMA/MA
5	Tanggal 21 September 2017	22	Libur Umum (Tahun Baru Hijriyah/1 Muharam 1439 H)	22	Tanggal 30 Maret 2018	22	Libur Umum (Wafat Isa Al-Masih/Jumat Agung)
6	Tanggal 25-30 September 2017	23	Penilaian/Ulangan Tengah Semester Gasal	23	Tanggal 9-12 April 2018	23	Perkiraan Ujian Nasional SMA/MA (Utama)
7	Tanggal 1 Oktober 2017	24	Mengikuti Upacara Hari Kesaktian Pancasila	24	Tanggal 16-18 April 2018	24	Perkiraan Ujian Nasional SMALB dan SMK/MAK (Susulan)
8	Tanggal 2-5 Oktober 2017	25	Kegiatan Jeda Semester Gasal	25	Tanggal 13 April 2018	25	Libur Umum (Peringatan Isra' Mi'raj Nabi Muhammad SAW 1439 H)
9	Tanggal 28 Oktober 2017	26	Mengikuti Upacara Peringatan Hari Sumpah Pemuda	26	Tanggal 21 April 2018	26	Mengikuti Upacara Peringatan Hari Kartini
10	Tanggal 10 November 2017	27	Mengikuti Upacara Peringatan Hari Pahlawan	27	Tanggal 1 Mei 2018	27	Libur Umum (Hari Buruh Internasional)
11	Tanggal 1 Desember 2017	28	Libur Umum (Peringatan Maulid Nabi SAW 1439 H)	28	Tanggal 2 Mei 2018	28	Mengikuti Upacara Peringatan Hari Pendidikan Nasional
12	Tanggal 11-16 Desember 2017	29	Ulangan Akhir Semester Gasal	29	Tanggal 17-18 Mei 2018	29	Libur Permulaan Puasa Romadhon 1439 H
13	Tanggal 18-21 Desember 2017	30	Ulangan Susulan dan Persiapan Penyerahan Buku Laporan Hasil Belajar Semester Gasal	30	Tanggal 20 Mei 2018	30	Mengikuti Upacara Hari Kebangkitan Nasional
14	Tanggal 22 Desember 2017	31	Penyerahan Buku Laporan Hasil Belajar (BLHP) Semester Gasal	31	Tanggal 24 Mei -31 Mei 2018	31	Ulangan Akhir Semester Genap
15	Tanggal 25 Desember 2017	32	Libur Umum (Hari Raya Natal)	32	Tanggal 29 Mei 2018	32	Libur Umum (Hari Raya Waisak Tahun 2562)
16	Tanggal 26 Desember 2017	33	Cuti bersama setelah Hari Raya Natal	33	Tanggal 1 Juni 2018	33	Libur Umum Lahir Pancasila
17	Tanggal 25 Desember 2017 - 2 Januari 2018	34	Libur Akhir Semester Gasal	34	Tanggal 8 Juni 2018	34	Penyerahan Buku Laporan Hasil Belajar (BLHP) Semester Genap
		35		35	Tanggal 11 Juni-14 Juli 2018	35	Libur Akhir semester Genap/Libur Akhir Tahun Pelajaran 2017/2018
		36		36	Tanggal 13 ;14;18 Juni 2018	36	Libur Sebelum dan Sesudah Hari Raya Idul Fitri 1439 H
		37		37	Tanggal 15 Juni-16 Juni 2018	37	Libur Hari Raya Idul Fitri 1439 H
		38		38	Tanggal 25 Juni-7 Juli 2018	38	Perkiraan Penerimaan Peserta Didik Baru Tahun Pelajaran 2018-2019
		39		39	Tanggal 16 Juli 2018	39	Permulaan Tahun Pelajaran 2018-2019



NIP. 19630413 198501 1 001



PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SMA NEGERI 1 JOGONALAN

Alamat: Jalan Raya Klaten-Jogja Km 7/23, Prawatan, Jogonalan, Klaten Telepon (0272)324365

Http://www.smunjogsakltn.sch.id, Email: info@smunjogsakltn.sch.id

**JADWAL MENGAJAR**

**Tanggal 15 September – 15 November 2017**

Hari Jam	SENIN	SELASA	RABU	KAMIS	JUMAT
1		XI IPA 4			
2	XI IPA 1	XI IPA 4			
3	XI IPA 1	XI IPA 4			
4	XI IPA 1			X IPS 4	XI IPS 3
5	XI IPA 2			X IPS 4	XI IPS 3
6	XI IPA 2			X IPS 4	XI IPS 3
7	XI IPA 2				
8					
9					
10					



**PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**SMA NEGERI 1 JOGONALAN**

Alamat: Jalan Raya Klaten-Jogja Km 7/23, Prawatan, Jogonalan, Klaten Telepon (0272)324365

Http://www.smunjogsakltn.sch.id, Email: info@smunjogsakltn.sch.id

---

**SILABUS SENAM LANTAI (LOMPAT KANGKANG & LONCAT JONGKOK)**

**Nama Sekolah** : SMA NEGERI 1 JOGONALAN  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
**Kelas** : X  
**Alokasi Waktu** : 2 x 3 JP

**Kompetensi Inti**

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, 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.
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

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Sumber Belajar
<p>3.6 Menganalisis keterampilan rangkaian gerak sederhana dalam aktivitas spesifik senam lantai.</p> <p>4.6 Mempraktik-kan hasil analisis keterampilan rangkaian gerak sederhana dalam aktivitas spesifik senam lantai.</p>	<p>Senam Lantai</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lompat kangkang</li> <li>• Loncat jongkok</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menerima dan mempelajari kartu tugas (task sheet) yang berisi perintah dan indikator tugas keterampilan rangkaian gerak senam lantai (lompat kangkang dan lompat jongkok)</li> <li>• Siswa melaksanakan tugas agar sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru untuk mencapai ketuntasan belajar pada setiap materi pembelajaran</li> <li>• Siswa menerima umpan balik dari guru</li> <li>• Siswa melakukan pengulangan pada materi pembelajaran yang belum tercapai ketuntasannya sesuai umpan balik yang diberikan</li> <li>• Siswa mencoba tugas</li> </ul>	<p>Unjuk kerja:</p> <p>Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observasi: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio:</p> <p>Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lapangan</li> <li>• Matras</li> <li>• Peti Lompat</li> <li>• Peluit</li> <li>• Sumber:</li> </ul> <p>Buku Penjasorkes SMA Kelas X, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud</p>

		<p>keterampilan rangkaian gerak senam lantai dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, keberanian, dan kerjasama</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran</li></ul>	<p>gerak</p> <p>Tes:</p> <p>Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>	
--	--	--	---	--

## SILABUS PERMAINAN BULUTANGKIS

**Nama Sekolah** : SMA NEGERI 1 JOGONALAN  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
**Kelas** : X  
**Alokasi Waktu** : 2 x 3 JP

### Kompetensi Inti

5. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
6. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, 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.
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

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Sumber Belajar
3.2 Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan	Bulutangkis: <ul style="list-style-type: none"><li>• Posisi berdiri</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Siswa menerima dan mempelajari kartu tugas (task sheet) yang berisi perintah dan indikator tugas</li></ul>	Unjuk kerja: Untuk mengukur	<ul style="list-style-type: none"><li>• Lapangan bulutangkis</li><li>• Peluit</li></ul>

<p>bola kecil untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik*</p> <p>4.2 Mempraktik-kan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola kecil untuk meng-hasilkan koordinasi gerak yang baik*</p>	<p>dan foot work,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pegangan raket,</li> <li>• Pukulan atas dan bawah,</li> <li>• Servis</li> </ul>	<p>keterampilan gerak permainan bulutangkis (posisi berdiri dan footwork, pegangan raket, pukulan atas dan bawah, dan servis)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru untuk mencapai ketuntasan belajar pada setiap materi pembelajaran</li> <li>• Siswa menerima umpan balik dari guru</li> <li>• Siswa melakukan pengulangan pada materi pembelajaran yang belum tercapai ketuntasannya sesuai umpan balik yang diberikan</li> <li>• Siswa mencoba tugas keterampilan gerak permainan bulutangkis dalam permainan sederhana dan atau tradisional</li> </ul>	<p>keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observasi: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Raket</li> <li>• Shuttlecock</li> <li>• Sumber:  Buku Penjasorkes SMA Kelas X, Tim Pusurbuk Kemdikbud, Jakarta: Pusurbuk Kemdikbud</li> </ul>
--	--	--	---	--

		<p>dilandasi nilai-nilai disiplin, sportif, kerjasama, dan percaya diri</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan diakhir pembelajaran</li></ul>	<p>keterampilan gerak</p>	
--	--	--	---------------------------	--

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah	: SMA N 1 Jogonalan
Mata Pelajaran	: Penjasorkes
Kelas / Semester	: XI (Sebelas) / satu
Tema	: Permainan Sepak bola
Alokasi Waktu	: 1 x 3 x 45 menit (1 pertemuan)

### A. Kompetensi Inti

- KI-1: Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
- KI-2: Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung-jawab, peduli (gotong royong, kerja sama, toleran, damai), santun, responsif dan proaktif 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.
- KI-3: Memahami, menerapkan, menganalisis dan mengevaluasi pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya 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.
- KI-4: Mengolah, menalar, menyaji, dan mencipta dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri serta bertindak secara efektif dan kreatif, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

### B. Kompetensi Dasar

- 3.1. Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan.
- 4.1. Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu permainan bola besar sesuai hasil analisis dan kategorisasi.

### C. Indikator pencapaian kompetensi

- 3.1.1. Menganalisis kategori keterampilan gerak dalam permainan sepakbola.
- 4.1.1. Mempraktikkan perbaikan kesalahan gerak dalam permainan sepakbola.

### D. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran ini, peserta didik diharapkan mampu:

1. Menunjukkan perilaku santun dan toleransi selama bermain permainan sepakbola.
2. Menganalisis dan mempraktikkan keterampilan gerak permainan sepak bola dengan menunjukkan nilai sportivitas, kerjasama, dan disiplin

## **E. Materi Pembelajaran**

### **Permainan Sepakbola**

Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan cara menyepak bola dengan tujuan memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawangnya agar tidak kemasukan bola.

### **Teknik menendang bola**

1. Teknik menendang bola dengan kaki bagian dalam

Keterampilan gerak menendang boladengan kaki bagian dalam dengan urutan gerakan sebagai berikut:

- 1) Berdiri posisi melangkah, kaki kiri di depankanan di belakang menghadap ke bola.
- 2) Kaki kiri menumpu di samping bola jarak sekepala tangan dengan ujung kakimengarah ke depan serta lutut sedikit ditekukdan badan agak condong ke depan.
- 3) Kaki kanan dibuka keluar sehingga mata kakimengarah ke bola dan kedua lengan menjaga keseimbangan.
- 4) Ayunkan kaki kanan ke bola menggunakan kaki bagian dalam.
- 5) Gerakan selanjutnya diikuti oleh gerak lanjut dari kaki tendang yang diimbangi anggotatubuh lainnya



*Gambar 1.1: Menendang bola dengan kaki bagian dalam*

2. Teknik menendang bola dengan punggung kaki bagian dalam

Keterampilan gerak menendang bola dengan punggung kaki bagian dengan urutan gerakan sebagai berikut:

- 1) Sikap berdiri di belakang bola.
- 2) Kaki tumpu harus di samping bola dengan jarak sekepala tangan.

- 3) Badan sedikit condong ke depan, kedua lengan rileks untuk menjaga keseimbangan dan pandangan dipusatkan ke bola.
- 4) Pada saat kaki tendang mengayun ke depan, kaki mengarah ke bola, pergelangan kaki di titik tengah, ujung kaki selangkah ke samping bawah.
- 5) Bola ditendang tepat pada sasaran titik pusattendangan dengan perkenaan pada punggungkaki bagian dalam.
- 6) Sikap akhir tendangan diikuti oleh gerak lanjut kaki tendang yang diikuti anggota badanseluruhnya.



*Gambar 1.2. Keterampilan gerak menendang bola dengan punggung kaki bagian dalam*

### 3. Teknik menendang bola dengan punggung kaki

- 1) Sikap berdiri di belakang bola.
- 2) Letakkan kaki tumpu disamping bola dengan jarak sekepala tangan.
- 3) Kaki tendang ke belakang lurus dengan bola dan pandangan ke arah tendangan.
- 4) Kaki tendang diayunkan ke belakang kemudian gerakan ke depan menyentuh bola sekuat-kuatnya dengan perkenaan pada punggung kaki.
- 5) Sikap akhir dari tendangan diikuti dengan gerak lanjut kaki tendang dan diikuti oleh anggota tubuh lainnya.



*Gambar 1.3. Keterampilan gerak menendang bola dengan punggung kaki*

### **Teknik menghentikan bola**

1. Teknik menghentikan bola dengan kaki bagian bawah

keterampilan gerak mengontrol bola dengan telapak kaki dengan urutan gerakan sebagai

berikut:

- 1). Sikap berdiri menghadap arah datangnya bola.
- 2). Dekati bola yang sedang bergerak.
- 3). Julurkan kaki kanan ke arah bola dan hentikan bola dengan telapak kaki.
- 4). Telapak kaki ditarik ke belakang bersamaan dengan datangnya bola.



*Gambar 1.6. menghentikan / Mengontrol bola dengan telapak kaki*

## 2. Teknik menghentikan bola dengan punggung kaki

Keterampilan gerak mengontrol bola dengan punggung kaki dengan urutan gerakan sebagai berikut:

- 1) Sikap berdiri menghadap ke arah datangnya bola, kemudian bergerak ke arah bola.
- 2) Julurkan kaki kanan ke arah bola, dan tahan pergerakan bola menggunakan punggung kakidengan sedikit sentuhan atau tarikan.
- 3) Jatuhkan bola di antara kedua kaki.



*Gambar 1.7. Menghentikan/mengontrol bola dengan punggung kaki*

## 3. Teknik menghentikan bola dengan dada

Keterampilan gerak menghentikan/mengontrol bola dengan dada dengan urutan gerakan sebagai berikut:

- 1) Sikap berdiri menghadap arah datangnya bola.

- 2) Posisikan tubuh sehingga dada satu arah dengan datangnya bola.
- 3) Busungkan dada sehingga terbuka lebar dan kedua tangan melebar dalam posisi yang seimbang.
- 4) Tahan bola tepat di dada dengan sedikit sentuhan atau tarikan ke belakang.



Gambar 1.8. Mengontrol bola dengan dada

#### F. Pendekatan, Model, dan Metode Pembelajaran

Pendekatan : Saintifik

Metode Pembelajaran : Diskusi, Demonstrasi, Game, Part and whole, Reciprocal (timbal balik)

Model : Discovery Learning

#### G. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menyiapkan siswa yang lain untuk berbaris</li> <li>• Siswa memimpin doa saat pembelajaran akan dimulai.</li> <li>• Guru mengucapkan salam dan mempresensi siswa</li> <li>• Guru menyampaikan KD yang akan diajarkan</li> <li>• Guru menjelaskan tujuan pembelajaran yang harus dicapai</li> <li>• Seorang peserta didik yang dianggap mampu memimpin dan melakukan pemanasan.</li> </ul>	15 menit
Kegiatan Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mencari informasi mengenai teknik menendang bola dari berbagai sumber.</li> <li>• Siswa menyimak peragaan teknik menendang bola dengan kakibagian dalam dan punggung kaki yang dilakukan oleh</li> </ul>	105 menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p>pesertadidik lain.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Guru memfasilitasi dan membimbing siswa dalam mengamati peragaan siswa lain.</i></li> </ul> <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mengajukan pertanyaan mengenai teknik menendang bola dengan kaki bagian dalam dan punggung kaki yang belum dipahami.</li> <li>• <i>Guru memberi kesempatan bagi peserta didik lain yang ingin menanggapi atau menjawab pertanyaan siswa.</i></li> </ul> <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melakukan latihan teknik menendang bola dengan kakibagian dalam dan punggung kaki secara bergantian.</li> <li>• <i>Guru membimbing keaktifan dan kemampuan siswa dalam melakukan latihan teknik menendang bola memakai kaki bagian dalam dan punggung kaki.</i></li> </ul> <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mencari hubungan antara kaki tumpu, besarnya ayunan kaki, perkenaan kaki dengan bola, sikap akhir setelah menendang bola terhadap ketepatan sasaran.</li> <li>• <i>Guru menilai kemampuan siswa dalam mengolah informasi tahapan teknik menendang bola dengan kaki bagian dalam dan punggung kaki.</i></li> </ul> <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melakukan teknik menendang bola dengan kaki bagian dalam dan punggung kaki dari sikap awal gerakan, saat perkenaan dengan bola, dan sikap akhir setelah menendang bola serta menunjukkan sikap sportif, bertanggung jawab menghargai perbedaan, disiplin dan toleransi.</li> <li>• Siswa melakukan permainan sepak bola dengan menggunakan teknik dasar yang ada dalam permainan sepak bolaserta menunjukkan sikap sportif, bertanggung jawab menghargai perbedaan, disiplin dan toleransi.</li> <li>• <i>Guru memberi penilaian atas hasil kerja siswa serta menilai kemampuan siswa dalam bersikap</i></li> </ul>	

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan tanya-jawab dengan peserta didik yang berkenaan dengan materi pembelajaran yang telah diberikan.</li> <li>Melakukan pelepasan</li> <li>Menginformasikan tentang materi (ujian, materi terkait, materi lain) pada pertemuan berikutnya</li> <li>Berdoa dan bersalaman.</li> </ul>	15 menit

## H. Penilaian

### 1. Teknik Penilaian

- Penilaian sikap : observasi, penilaian diri,
- Penilaian kognitif : tes tertulis, tes lisan, portofolio
- Penilaian psikomotor : observasi

### 2. Instrumen Penilaian

- Rubrik Penilaian Sikap

Keterangan:

No	Nama Siswa/ Kelompok	Disiplin				Jujur				Tanggung Jawab				Santun				Total Skor
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
dst																		

### Penilaian Sikap

#### Disiplin

- Tertib mengikuti intruksi
- Mengerjakan tugas tepat waktu
- Tidak melakukan kegiatan yang tidak diminta
- Tidak membuat kondisi kelas menjadi tidak kondusif

#### Jujur

- Menyampaikan sesuatu berdasarkan keadaan yang sebenarnya
- Tidak menutupi kesalahan yang terjadi
- Tidak mencontek atau melihat data/pekerjaan orang lain

4. Mencantumkan sumber belajar dari yang dikutip/dipelajari

### Tanggung Jawab

1. Pelaksanaan tugas piket secara teratur.
2. Peran serta aktif dalam kegiatan diskusi kelompok
3. Mengajukan usul pemecahan masalah.
4. Mengerjakan tugas sesuai yang ditugaskan

### Santun

1. Berinteraksi dengan teman secara ramah
2. Berkomunikasi dengan bahasa yang tidak menyinggung perasaan
3. Menggunakan bahasa tubuh yang bersahabat
4. Berperilaku sopan

Rumus Konversi Nilai:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 4 = \underline{\hspace{2cm}}$$

b. Penilaian Pengetahuan

Tabel Kisi-Kisi dan Soal pada Sepakbola

Kompetensi Dasar	Indikator	Indikator Soal	Jenis Soal	Soal
3.1. Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan.	3.1.1.Menganalisis kategori keterampilan gerak dalam permainan sepakbola.	1. Siswa dapat menganalisis teknik menendang bola dengan kaki bagian dalam. 2. Siswa dapat menganalisis teknik menendang bola dengan kaki bagian punggung 3. Siswa dapat menganalisa	Tes tertulis	1. Jelaskan cara menendang bola dengan kaki bagian dalam 2. Jelaskan cara menendang bola dengan kaki bagian punggung 3. Jelaskan cara menghentikan bola dengan kaki bagian bawah 4. Jelaskan cara

Kompetensi Dasar	Indikator	Indikator Soal	Jenis Soal	Soal
		<p>cara menghentikan bola dengan kaki bagian bawah</p> <p>4. Siswa dapat menganalisa cara menghentikan bola dengan kaki bagian punggung</p> <p>5. Siswa dapat menganalisa cara menghentikan bola dengan dada</p>		<p>menghentikan bola dengan kaki bagian punggung</p> <p>5. Jelaskan cara menghentikan bola dengan dada</p>

#### Rubrik pengetahuan sepakbola

Keterangan:

Indikator penilaian pengetahuan

1. Teknik menendang bola dengan kaki dalam dalam sepak bola:
  - 1) Kaki tumpu di samping bola, lutut ditekuk, badan condong kedepan
  - 2) Kaki ayun dibelakang bola
  - 3) Mengayunkan kaki ayun ke arah bola dengan kaki bagian dalam menghadap bola
  - 4) Melangkahkan kaki ayun ke depan setelah menendang bola.
    - Jika menjawab 4 penyebab dengan benar skor 4
    - Jika menjawab 3 penyebab dengan benar skor 3
    - Jika menjawab 2 penyebab dengan benar skor 2
    - Jika menjawab 1 perbedaan dengan benar skor 1
2. Teknik menendang bola dengan punggung kaki :

- 1) Kaki tumpu di samping bola, lutut ditekuk, badan condong kedepan,
  - 2) Kaki ayun dibelakang bola
  - 3) Mengayunkan kaki ayun ke arah bola dengan punggung kaki menghadap bola
  - 4) Melangkahkan kaki ayun ke depan setelah menendang bola.
    - Jika menjawab 4 perbedaan dengan benar skor 4
    - Jika menjawab 3 perbedaan dengan benar skor 3
    - Jika menjawab 2 perbedaan dengan benar skor 2
    - Jika menjawab 1 perbedaan dengan benar skor 1
3. Teknik menghentikan bola dengan kaki bagian bawah :
- 1). Sikap berdiri menghadap arah datangnya bola.
  - 2). Dekati bola yang sedang bergerak.
  - 3). Julurkan kaki kanan ke arah bola dan hentikan bola dengan telapak kaki.
  - 4). Telapak kaki ditarik ke belakang bersamaan dengan datangnya bola.
    - Jika menjawab 4 komponen dengan benar skor 4
    - Jika menjawab 3 komponen dengan benar skor 3
    - Jika menjawab 2 komponen dengan benar skor 2
    - Jika menjawab 1 komponen dengan benar skor 1
4. Teknik menghentikan bola dengan punggung kaki :
- 1) Sikap berdiri menghadap ke arah datangnya bola.
  - 2) Kemudian bergerak ke arah bola.
  - 3) Julurkan kaki kanan ke arah bola, dan tahan pergerakan bola menggunakan punggung kaki dengan sedikit sentuhan atau tarikan.
  - 4) Jatuhkan bola di antara kedua kaki.
    - Jika menjawab 4 konsep dengan benar skor 4
    - Jika menjawab 3 konsep dengan benar skor 3
    - Jika menjawab 2 konsep dengan benar skor 2
    - Jika menjawab 1 konsep dengan benar skor 1
5. Teknik menghentikan bola dengan dada :
- 1) Sikap berdiri menghadap arah datangnya bola.
  - 2) Posisikan tubuh sehingga dada satu arah dengan datangnya bola.
  - 3) Busungkan dada sehingga terbuka lebar dan kedua tangan melebar dalam posisi yang seimbang.
  - 4) Tahan bola tepat di dada dengan sedikit sentuhan atau tarikan ke belakang.
    - Jika menjawab 4 konsep dengan benar skor 4
    - Jika menjawab 3 konsep dengan benar skor 3

- Jika menjawab 2 konsep dengan benar skor 2
- Jika menjawab 1 konsep dengan benar skor 1

Rumus Konversi Nilai:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100 = \underline{\hspace{2cm}}$$

**c. Penilaian Keterampilan**

Kompetensi Dasar	Indikator	Indikator Soal	Jenis Soal	Soal
4.1. Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu permainan bola besar sesuai hasil analisis dan kategorisasi.	4.1.1. Mempraktikkan perbaikan kesalahan gerak dalam permainan sepakbola	1. Mempraktekkan cara menendang bola 2. Mempraktekkan cara menghentikan bola	praktek	1. Lakukan cara menendang bola dengan teknik yang benar! 2. Lakukan cara menghentikan bola dengan dengan teknik yang benar!

Tabel Kisi-Kisi dan Soal pada Sepakbola

No	Nama	Penilaian keterampilan gerak menendang bola												Skor akhir	Ket.
		Sikap kaki awalan				Perkenaan kaki Dengan bola				Sikap akhir/arah bola					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		

No	Nama	Penilaian keterampilan gerak menghentikan bola												Skor akhir	Ket.
		Sikap kaki/badan awalan				Perkenaan kaki/badan dengan bola				Sikap akhir/bola berhenti					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		

kriteria penilaian:

- 1 = tidak kompeten
- 2 = cukup kompeten
- 3 = kompeten
- 4 = sangat kompeten

Rumus Konversi Nilai:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang di peroleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100 = \underline{\hspace{2cm}}$$

### 3. Pelaksanaan Remedial dan Pengayaan

Pelaksanaan remedial dilakukan apabila terdapat siswa mendapatkan nilai kurang dari KKM atau pada kategori kurang (60-74) dan kurang sekali (< 60).

Sedangkan, pengayaan dapat dilakukan pada siswa yang telah mendapatkan nilai baik (85-94) dan sangat baik (95-100). Remedial dan pengayaan dapat dilakukan pada aspek pengetahuan, sikap, dan keterampilan. berikut contoh format remedial dan pengayaan.

#### 1) Remedial

No	Nama	Target kompetensi		Aspek	Materi	Indikator	KKM	Bentuk remedial	Nilai		Ket.
		KI	KD						Awal	akhir	
		4.1	4.1.2								

#### 2) Pengayaan

No	Nama	Target kompetensi		Aspek	Materi	Indikator	KKM	Bentuk pengayaan	Nilai		Ket.
		KI	KD						Awal	akhir	
		4.1	4.1.2								

### I. Media, Alat dan bahan, Sumber Belajar

#### 1. Media

- a. Gambar : teknik dasar sepak bola
- b. Elektronika : LCD, Vidio

c. Model : peragaan oleh guru atau peserta didik yang sudah memiliki kemampuan permainan sepak bola

2. Alat dan Bahan

a. Ruang terbuka yang datar dan aman / lapangan sepak bola

b. Bola kaki, cone/corong, stopwatch, peluit

3. Sumber Belajar

Buku Penjasorkes SMA/MA/SMK/MAK Kelas XI ,Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, Jakarta

Klaten, 15 Oktober 2017

Mengetahui

Guru Pembimbing

Mahasiswa PLT

Setiawan Hardiyanto, S.Pd

NIP. 19611209 198601 1 002

Adiatma Ikhsan Y. P

NIM. 14601244012

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah	: SMA N 1 Jogonalan
Mata Pelajaran	: Penjasorkes
Kelas / Semester	: XI (Sebelas) / satu
Tema	: Senam Ritmik (senam aerobik)
Alokasi Waktu	: 1 x 3 x 45 menit (1 pertemuan)

### A. Kompetensi Inti

- KI-1: Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
- KI-2: Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung-jawab, peduli (gotong royong, kerja sama, toleran, damai), santun, responsif dan proaktif 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.
- KI-3: Memahami, menerapkan, menganalisis dan mengevaluasi pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya 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.
- KI-4: Mengolah, menalar, menyaji, dan mencipta dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri serta bertindak secara efektif dan kreatif, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

### B. Kompetensi Dasar

- 3.6 Menganalisis gerak rangkaian langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) dalam aktivitas gerak berirama.\*\*
- 4.6 Mempraktikkan hasil analisis gerak rangkaian langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) dalam aktivitas gerak berirama \*\*

### C. Indikator pencapaian kompetensi

- 3.6.1 Siswa dapat menganalisis rangkaian langkah gerakan kaki dalam ketukan senam aerobik
- 3.6.2 Siswa dapat menganalisis rangkaian ayunan lengan dalam ketukan senam aerobik

3.6.3 Siswa dapat menganalisis keseluruhan rangkaian gerak dalam senam aerobik

4.6.1 Siswa dapat melakukan rangkaian langkah gerakan kaki dalam ketukan senam aerobik

4.6.2 Siswa dapat melakukan rangkaian ayunan lengan dalam ketukan senam aerobik

4.6.3 Siswa dapat melakukan keseluruhan rangkaian gerak dalam senam aerobik

#### **D. Tujuan Pembelajaran**

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran ini peserta didik mampu :

1. Menganalisis dan mempraktikkan keterampilan gerak senam aerobik dengan menunjukkan nilai sportivitas, kerjasama, dan disiplin.
2. Menganalisis dan mempraktikkan keterampilan gerak senam aerobik dengan menunjukkan nilai sportivitas, kerjasama, dan disiplin

#### **E. Materi Pembelajaran**

##### **Materi Pokok : Aktivitas Senam Aerobik.**

Aerobik adalah sebuah aktifitas yang menyenangkan dan mudah dilakukan. Menurut Tika Yonkuro (2006,1), senam aerobic adalah merupakan latihan yang menggabungkan berbagai macam gerak, berirama, teratur dan terarah, serta pembawaannya yang riang.

Gerakan dipilih yang mudah, menyenangkan dan bervariasi, gerakan yang terus-menerus (continuous), berirama, maju dan berkelanjutan.

Tahapan Senam aerobik ada 3: pemanasan, inti dan pendinginan

Tahapan didalamnya ada:

- a. Pemanasan : Non impact, dan Low impact
- b. Inti : Midle impact 1, High impact, dan midle impact 2
- c. Pendinginan : Low Impact dan Non Impact

#### **F. Pendekatan, Model, dan Metode Pembelajaran**

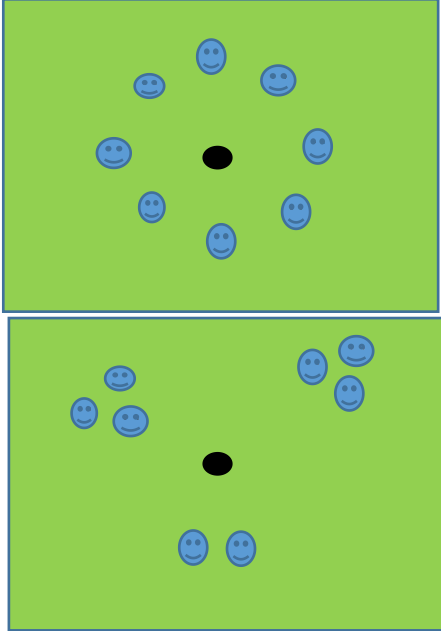


Pendekatan : Saintifik

Model : *Discovery Learning*

Metode Pembelajaran: Tanya jawab, ceramah, diskusi, penugasan, tutorial, *roleplaying*

#### **G. Kegiatan Pembelajaran**

<b>Kegiatan</b>	<b>Deskripsi Kegiatan</b>	<b>Alokasi Waktu</b>
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"><li>• Salah satu siswa menyiapkan siswa yang lain untuk berbaris</li></ul>	15 menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa memimpin doa saat pembelajaran akan dimulai.</li> <li>• Guru mengucapkan salam dan mempresensi siswa</li> <li>• Guru menyampaikan KD yang akan diajarkan</li> <li>• Guru menjelaskan tujuan pembelajaran yang harus dicapai</li> <li>• Melakukan pemanasan dengan permainan dan dinamis</li> </ul> <p>Permainan Reaksi</p> <p>Cara Melakukan:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Seluruh siswa membuat lingkaran, sambil jogging kesamping kanan atau kiri</li> <li>b. Ketika guru membunyikan peluit tiga kali, siswa harus membentuk 3 orang</li> <li>c. Yang yang kurang atau lebih dari 3 akan dihukum</li> </ol> <div style="text-align: center;">  </div> <p>Keterangan:</p> <p>  : siswa   : guru </p> <p>Pemanasan Dinamis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kepala ditarik ke arah samping kanan 2 kali, kesamping kiri 2 kali dengan 2 kali 8 hitungan</li> <li>- Kepala ditarik ke arah samping kanan 2 kali, kesamping kiri 2 kali dengan 2 kali 8 hitungan</li> </ul>	

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kepala diangkat keatas 2 kali dan ke bawah 2 kali dengan 2 kali 8 hitungan</li> <li>- Rentangkan kedua tangan, tangan diputar ke depan 4 hitungan kemudian ke belakang dan bergantian 4 hitungan 2 kali 8 hitungan</li> <li>- Gerakan letter I sebanyak 2 kali 8 hitungan</li> <li>- Gerakan letter S sebanyak 2 kali 8 hitungan</li> <li>- Memutar pinggang ke arah kanan 4 kali, sebaliknya 4 kali sebanyak 2 kali 8 hitungan</li> <li>- Kedua tangan memegang lutut kemudian gerakan naik turun 2 kali 8 hitungan</li> <li>- Memutar pergelangan kaki 2 kali 8 hitungan</li> <li>- Gerakan kedua kaki membuka dan menutup sebanyak 2 kali 8 hitungan</li> <li>- Gerakan dua tangan menepuk keatas, bersamaan dengan kedua kaki membuka dan menutup disertai loncat 2 kali 8 hitungan</li> </ul>	
Kegiatan Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik diberikan tugas untuk mencari berbagai informasi tentang gerakan senam aerobik melalui video, media yang lain ataupun pengamatan langsung dan selanjutnya membuat catatan hasil pengamatan.</li> <li>• Peserta didik mengamati berbagai gerakan senam aerobik dengan yang diperagakan oleh guru ataupun peserta didik lainnya yang berkompeten.</li> <li>• <i>Guru memfasilitasi dan membimbing siswa dalam mengamati peragaan siswa lain.</i></li> </ul> <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik mencari informasi berkaitan dengan berbagai informasi tentang gerakan senam aerobik</li> <li>• <i>Guru memberikan kesempatan bagi peserta didik lain yang ingin menanggapi atau menjawab pertanyaan siswa.</i></li> </ul> <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru memberi kesempatan pada siswa untuk mencoba</li> </ul>	105 menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p>melakukan gerak langkah kaki serta gerakan tangan dengan benar sesuai pengamatan dan hasil bertanya.</p> <p>Latihan yang dilakukan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kedua tangan diangkat keatas samping kanan kiri, dan diturunkan ke bawah 1 kali 8 hitungan</li> <li>- Kedua tangan diangkat keatas depan, dan diturunkan ke bawah 1 kali 8 hitungan kemudian jalan ditempat 2 kali 8 hitungan</li> <li>- Jalan ditempat dengan kedua tangan disamping kanan kiri, kepala diangkat ke atas dan kebawah 1 kali 8 hitungan</li> <li>- Jalan ditempat dengan kedua tangan disamping kanan kiri, kepala menoleh ke kanan dan ke kiri 1 kali 8 hitungan</li> <li>Jalan ditempat dengan kedua tangan disamping kanan kiri, kepala di tarik ke samping kanan dan ke kiri 1 kali 8 hitungan</li> <li>- Gerakan langkah kaki satu kali ke kiri dan ke kanan 1 kali 8 hitungan</li> <li>- Gerakan langkah kaki dua kali kekiri dan ke kanan 1 kali 8 hitungan</li> <li>- Gerakan langkah kaki satu kali kekiri dan ke kanan dikombinasikan dengan tangan kanan dan ditekuk menjauhi dada 1 kali 8 hitungan</li> <li>- Gerakan langkah kaki dua kali kekiri dan ke kanan dikombinasikan dengan tangan kanan dan ditekuk menjauhi dada 1 kali 8 hitungan</li> <li>- Mengulang gerakan f, g, dan h kemudian jalan ditempat 2 kali 8 hitungan</li> <li>- Gerakan langkah kaki ke depan serong kanan dan kiri 2 kali, dilanjut gerakan angkat paha kearah belakang 4 kali dengan 2 kali 8 hitungan</li> <li>- Gerakan langkah kaki ke depan serong kanan dan kiri 2 kali, dilanjut gerakan angkat paha kearah belakang 4 kali, gerakan tangan direntangkan kearah dada dan diturunkan ke bawah dengan 2 kali 8 hitungan, kemudian jalan ditempat 2</li> </ul>	

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p>kali 8 hitungan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengulang gerakan k, dan l, kemudian jalan ditempat 2 kali 8 hitungan</li> <li>- Gerakan angkat paha ke depan 4 kali, melompat ke belakang 4 kali dengan 1 kali 8 hitungan</li> <li>- Gerakan angkat paha ke depan 4 kali, melompat ke belakang 4 kali, gerakan kedua tangan sejajar diturunkan ke bawah dan ke atas dan tangan menghadap kearah dada diturunkan kebawah dengan 1 kali 8 hitungan</li> <li>- Ulangi gerakan o, kemudian jalan ditempat 2 kali 8 hitungan</li> <li>- Gerakan kaki dibuka selebar bahu, kedua tangan diangkat diatas kanan dan kiri 4 kali 8 hitungan</li> <li>- Gerakan kaki dibuka selebar bahu, kedua tangan diangkat kesamping kanan dan kiri 4 kali 8 hitungan</li> <li>- Ulangi gerakan a dan b</li> </ul> <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik membandingkan faktor kesulitan antara gerakan dalam senam aerobik.</li> <li>• <i>Guru membimbing keaktifan siswa dalam mengolah informasi tahapan teknik senam aerobik</i></li> </ul> <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperagakan gerakan senam aerobik sesuai dengan teori yang telah dipelajarinya dalam bentuk perlombaan dengan menunjukkan perilaku percaya diri, kerjasama, tanggung jawab dan menghargai teman.</li> <li>• <i>Guru memberikan penilaian atas hasil kerja siswa serta menilai kemampuan siswa dalam bersikap.</i></li> </ul>	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seluruh siswa melakukan pendinginan, yaitu: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sikap berdiri badan bungkuk ke depan, kedua tangan mengayun ke depan dan ke belakang secara bergantian dengan 1 kali 8 hitungan</li> <li>- Sikap berdiri badan bungkuk ke depan, kedua tangan mengayun ke samping kanan dan ke samping kiri secara</li> </ul> </li> </ul>	

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p>bergantian dengan 1 kali 8 hitungan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Menggoyangkan tangan dengan merentangkan ke samping kanan dan kiri 2 hitungan, menggoyangkan kedepan sejajar 2 hitungan, menggoyangkan ke atas sejajar 2 hitungan, dan mengayunkan tangan kearah bawah 2 hitungan dengan 2 kali 8 hitungan.</li> <li>- Berdiri berpasangan, badan dilengkukkan ke samping dan kedua tangan saling memegang serta saling menarik dengan 1 kali 8 hitungan</li> <li>- Sikap duduk di lantai dengan kaki dibuka selebar mungkin, luruskan badan ke arah depan sampai mengenai lantai dengan 1 kali 8 hitungan</li> <li>- Sikap duduk di lantai dengan kaki dibuka selebar mungkin, lalu cium kedua lutut secara bergantian dengan 1 kali 8 hitungan</li> <li>- Sikap duduk dengan kedua kaki diluruskan lalu kaki kanan di tarik didepan dada, badan miring ke samping kiri dengan 1 kali 8 hitungan begitu sebaliknya</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru dapat menyimpulkan dari proses pembelajaran yang dilakukan siswa</li> <li>• Guru mengevaluasi siswa dari keseluruhan pembelajaran yang dilakukan.</li> <li>• Guru memberi penugasan terhadap siswa untuk lebih banyak lagi berlatih senam aerobik. Mempelajari materi yang akan dilakukan minggu depan yaitu sepakbola</li> <li>• Guru membariskan siswa dan mengecek kehadiran siswa dengan menghitung, dan memimpin doa penutup. Kemudian barisan dibubarkan.</li> </ul>	

## G. Penilaian

### 1) Teknik Penilaian

Penilaian sikap : observasi, penilaian diri,

Penilaian kognitif : tes tertulis, tes lisan, portofolio

Penilaian psikomotor : observasi

## 2) Instrumen penilaian

Penilaian Sikap

Rubrik Penilaian Sikap

No	Nama Siswa/ Kelompok	Disiplin				Jujur				Tanggung Jawab				Santun				Total Skor
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
1.																		
2.																		
3.																		
dst																		

Keterangan:

Indikator Penilaian Sikap

### Disiplin

- 1) Tertib mengikuti intruksi
- 2) Mengerjakan tugas tepat waktu
- 3) Tidak melakukan kegiatan yang tidak diminta
- 4) Tidak membuat kondisi kelas menjadi tidak kondusif

### Jujur

- 1) Menyampaikan sesuatu berdasarkan keadaan yang sebenarnya
- 2) Tidak menutupi kesalahan yang terjadi
- 3) Tidak mencontek atau melihat data/pekerjaan orang lain
- 4) Mencantumkan sumber belajar dari yang dikutip/dipelajari

### Tanggung Jawab

- 1) Pelaksanaan tugas piket secara teratur.
- 2) Peran serta aktif dalam kegiatan diskusi kelompok
- 3) Mengajukan usul pemecahan masalah.
- 4) Mengerjakan tugas sesuai yang ditugaskan

### Santun

- 1) Berinteraksi dengan teman secara ramah
- 2) Berkomunikasi dengan bahasa yang tidak menyinggung perasaan
- 3) Menggunakan bahasa tubuh yang bersahabat
- 4) Berperilaku sopan

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai =  $\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 4 =$  \_\_\_\_\_

Jumlah skor maksimal

a. Penilaian Pengetahuan

Tabel Kisi-Kisi dan Soal Senam Aerobik

Kompetensi Dasar	Jenis Soal	Soal
3.7 Menganalisis gerak rangkaian langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) dalam aktivitas gerak berirama	Tes tertulis	1. Apa yang dimaksud dengan senam aerobik? 2. Sebutkan macam-macam senam aerobik?

Rubrik pengetahuan dalam materi Senam Aerobik

Keterangan:

Indikator penilaian pengetahuan

1. Pengertian Senam Aerobik

Senam aerobic adalah merupakan latihan yang menggabungkan berbagai macam gerak, berirama teratur dan terarah, serta pembawaannya yang riang.

Jika menjawab 4 penyebab dengan benar skor 4

Jika menjawab 3 penyebab dengan benar skor 3

Jika menjawab 2 penyebab dengan benar skor 2

Jika menjawab 1 penyebab dengan benar skor 1

2. Tahapan senam aerobik:

- *Non Impact Aerobic*+ Peregangan
- *Low Impact Aerobic*
- *Midle Impact 1*
- *High Impact Aerobic*
- *Midle Impact 2*
- *Low Impact Aerobic*
- *Non Impact Aerobic*+Peregangan

Jika menjawab 4 perbedaan dengan benar skor 4

Jika menjawab 3 perbedaan dengan benar skor 3

Jika menjawab 2 perbedaan dengan benar skor 2



## 2) Pengayaan

No	Nama	Target kompetensi		Aspek	Materi	Indikator	KKM	Bentuk pengayaan	Nilai		Ket.
		KI	KD						Awal	akhir	
		4.3	4.3.2								

### H. Media, Alat dan bahan, Sumber Belajar

#### 1. Media

- a. Gambar : Teknik senam aerobik
- b. Elektronika: LCD, Video, Internet
- c. Model : peragaan oleh guru atau peserta didik yang sudah memiliki kemampuan

#### 2. Alat dan Bahan

- a. Ruang terbuka dan tertutup yang datar dan aman
- b. Tape, stopwatch, peluit

#### 3. Sumber Belajar

Buku Penjasorkes SMA/MA/SMK/MAK Kelas XI ,Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan,Jakarta

Klaten, 15 Oktober 2017

Mengetahui

Guru pembimbing

Mahasiswa PLT

Setiawan Hadiyanto, S.Pd

NIP. 19611209 198601 1 002

Adiatma Ikhsan Y.P

NIM. 14601244012

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah	: SMA N 1 Jogonalan
Mata Pelajaran	: Penjasorkes
Kelas / Semester	: XI (Sebelas)/ satu
Tema	: Kebugaran Jasmani
Alokasi Waktu	: 1 x 3 x 45 menit (1 pertemuan)

### B. Kompetensi Inti

- KI-1: Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
- KI-2: Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung-jawab, peduli (gotong royong, kerja sama, toleran, damai), santun, responsif dan proaktif 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.
- KI-3: Memahami, menerapkan, menganalisis dan mengevaluasi pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya 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.
- KI-4: Mengolah, menalar, menyaji, dan mencipta dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri serta bertindak secara efektif dan kreatif, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

### C. Kompetensi Dasar

- 3.7 Menganalisis konsep latihan, pengukuran, dan hasil pengembangan komponen kebugaran jasmani.
- 4.7. Mempraktekkan latihan, pengukuran, dan analisis hasil latihan pengembangan komponen Kebugaran jasmani.

### D. Indikator Pencapaian Kompetensi

- 3.7.1. Menganalisis konsep latihan pengembangan kebugaran jasmani.
- 3.7.2 Menganalisis konsep pengukuran kebugaran jasmani.
- 3.7.3 Menganalisis konsep penghitungan hasil pengukuran kebugaran jasmani.
- 4.7.1 Mempraktekkan berbagai latihan pengembangan kebugaran jasmani.
- 4.7.2 Mempraktekkan pengukuran kebugaran jasmani.

4.7.3 Mempraktekkan konsep penghitungan hasil pengukuran kebugaran jasmani.

#### **E. Tujuan Pembelajaran**

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran diharapkan siswa dapat :

3. Menganalisis dan mempraktekkan variasi Kebugaran Jasmani melangkahkahi kaki dengan baik.
4. Menganalisis dan mempraktekkan variasi gerak kebugaran jasmani menggunakan Lengan baik.
5. Menganalisis dan mempraktekkan kombinasi gerak kebugaran jasmani.

#### **F. Materi Pembelajaran**

##### **Materi Pokok : Aktivitas kebugaran jasmani.**

Materi pembelajaran ini tentang :

##### **Kebugaran Jasmani**

Kebugaran jasmani adalah kesanggupan atau kemampuan tubuh melakukan aktivitas Jasmani secara terus menerus tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti. Setiap orang membutuhkan kesegaran jasmani yang baik agar dapat melaksanakan pekerjaannya dengan efektif dan efisien tanpa mengalami kelelahan yang berarti. Konsep kebugaran jasmani dapat dibedakan menjadi kebugaran yang berkaitan dengan kesehatan dan yang berkaitan dengan unjuk kerja (*performance*). Kebugaran yang berkaitan dengan kesehatan antara lain ditentukan oleh empat komponen kebugaran jasmani, yaitu: (1) Daya tahan jantung, paru-paru, dan peredaran darah, (2) Komposisi tubuh, (3) Kekuatan dan daya tahan otot, dan (4) kelenturan sendi dan otot.

Bentuk – bentuk latihan kebugaran jasmani antara lain :

##### 1) Latihan Kekuatan

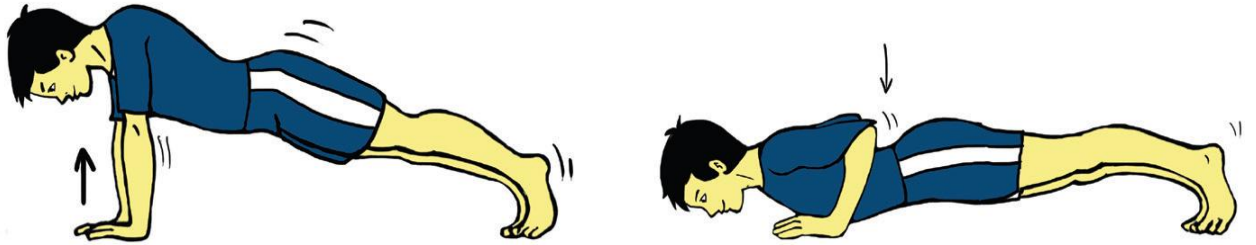
Kekuatan adalah kemampuan seseorang untuk melakukan gerakan dengan menggunakan beban, misalnya mendorong dan mengangkat. Kekuatan otot dapat ditingkatkan dengan melakukan latihan-latihan sebagai berikut:

##### *a. Push-up*

Tujuan melakukan push-up adalah untuk melatih kekuatan otot lengan dan bahu. Cobalah lakukan gerakan *push-up* berikut ini:

- a) Sikap awal tiarap dengan seluruh tubuh sejajar dengan lantai dan berat badan ditahan oleh tangan dan kaki.
- b) Turunkan badan ke bawah hingga dada hampir mendekati lantai dengan melipat siku dan posisi kaki sampai kepala lurus.
- c) Angkat tubuh ke atas dengan meluruskan kedua siku.
- d) Lakukan turun naik secara berulang-ulang.

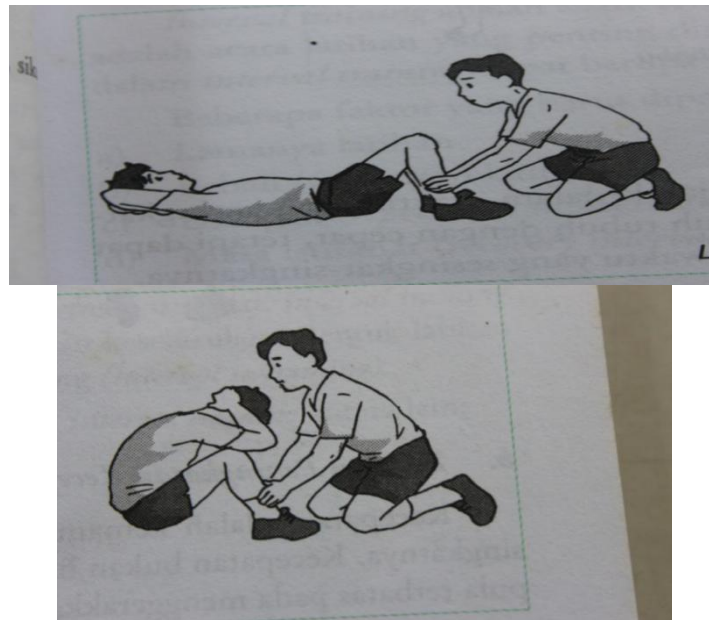
e) Perhatikan gambar 5.4.



b. *Sit up*

Tujuan melakukan *sit up* adalah untuk melatih kekuatan otot perut. Cobalah lakukan gerakan sit-up sebagai berikut:

- a) Sikap permulaan adalah telentang dengan kedua lutut ditekuk dan kedua telapak tangan dikaitkan dibagian belakang kepala dan kedua siku disamping telinga.
- b) Gerakan satu dilakukan dengan mengangkat badan ke atas dan kembali ke sikap telentang.
- c) Gerakan turun naik (baring duduk) dilakukan secara perlahan-lahan dan berulang-ulang.
- d) Perhatikan gambar 5.5.



GB. Sit-up

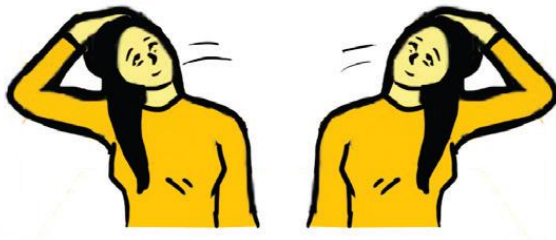
c. *Back up*

Latihan ini bertujuan melatih kekuatan otot punggung dan otot perut. Cobalah lakukan gerakan back-up sebagai berikut:

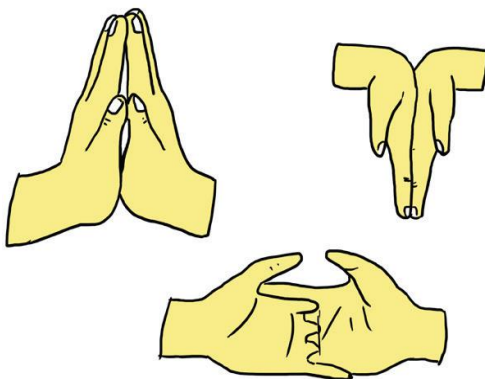
- a) Sikap permulaan, badan telungkup, kedua tungkai rapat dan telapak kaki mengarah ke belakang tumit dengan rapat.
- b) Kedua lengan memeluk kepala kebelakang. Siku menghadap ke samping.
- c) Angkat togok ke belakang atas sedangkan perut, dan tungkai masih menempel pada lantai.
- d) Kembali ke sikap telungkup.
- e) Lakukan secara berulang-ulang
- f) Perhatikan gambar 5.6.



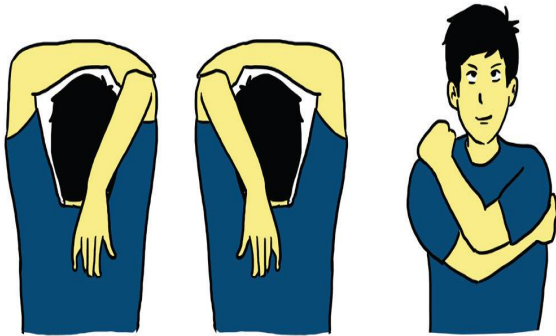
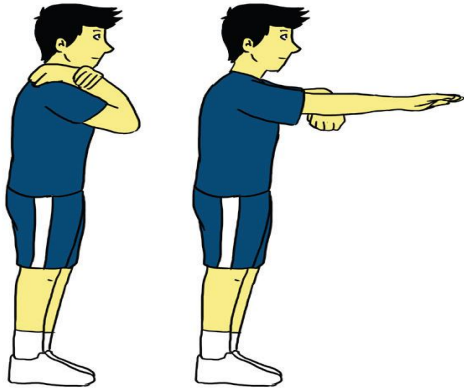
- 2) Latihan Kelentukan
  - d. Latihan kelenturan statis



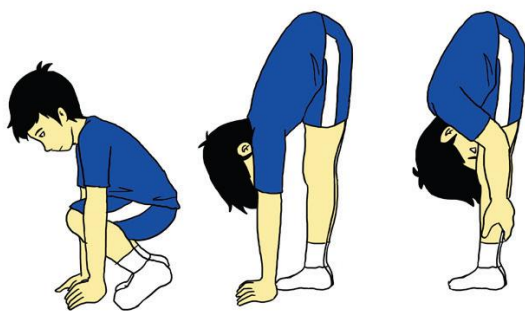
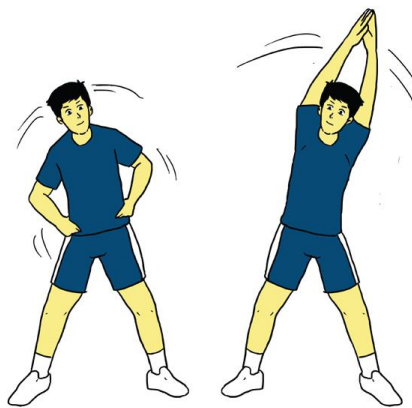
Gb. Kelenturan statis otot leher



Gb. Latihan kelenturan jari dan pergelangan tangan

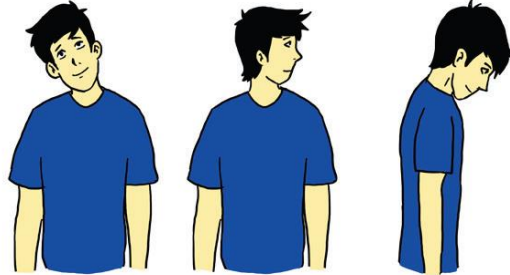
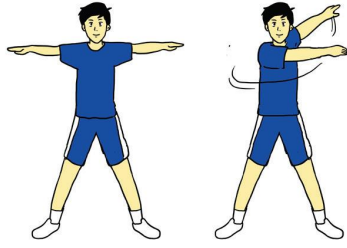


Latihan kelenturan statis siku  
Latihan kelenturan statis bahu



Latihan kelenturan statis batang tubuh  
Latihan kelenturan statis tungkai/punggung

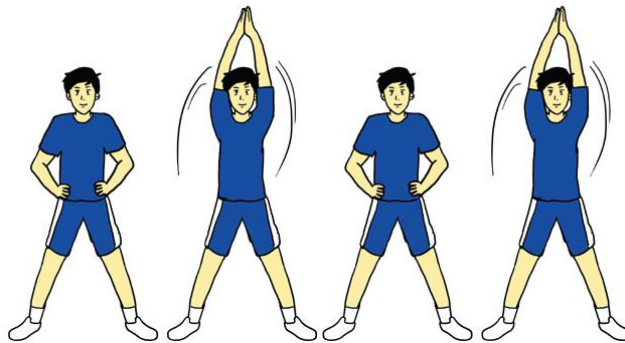
e. Latihan kelenturan dinamis



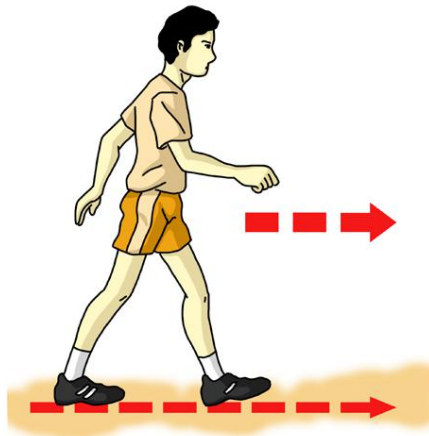
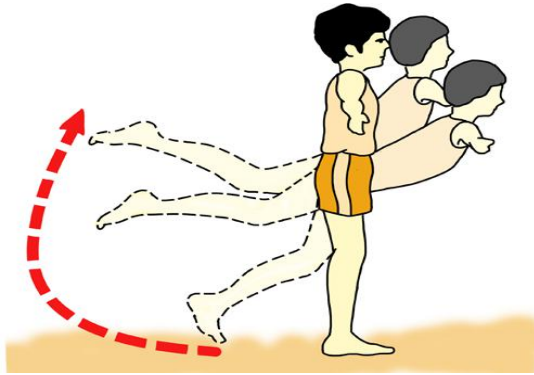
Latihan kelenturan dinamis lengan  
Latihan kelenturan dinamis leher

Latihan kelenturan dinamis batang tubuh

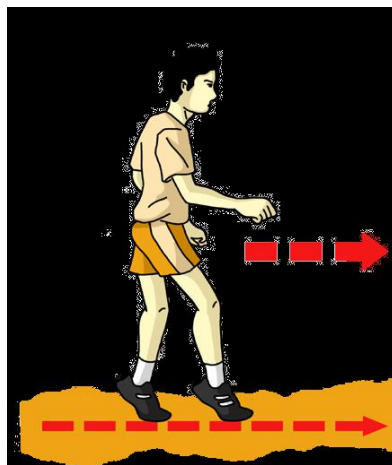
- (1) Berdiri dengan membuka kaki selebar bahu.
- (2) Luruskan kedua lengan ke atas dan rapatkan kedua telapak tangan.
- (3) Lakukan gerakan memiringkan badan ke kanan dan kiri sebanyak lima kali secara bergantian.
- (4) Perhatikan gambar 5.29.



3) Latihan keseimbangan



Gambar 5.8 Latihan keseimbangan statis dari sikap melayang  
 Gambar 5.9 Berjalan di atas garis lurus dengan mata tertutup



Gambar 5.10 Berjalan jinjit di atas garis lurus

### G. Pendekatan, Model, dan Metode Pembelajaran

- Pendekatan : Saintifik
- Model : *Discovery Learning*
- Metode Pembelajaran : Tanya jawab, ceramah, diskusi, penugasan, tutorial, *roleplaying*

## H. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salah satu siswa menyiapkan siswa yang lain untuk berbaris</li> <li>• Siswa memimpin doa saat pembelajaran akan dimulai.</li> <li>• Guru mengucapkan salam dan mempresensi siswa</li> <li>• Guru menyampaikan KD yang akan diajarkan</li> <li>• Guru menjelaskan tujuan pembelajaran yang harus dicapai</li> <li>• Seorang peserta didik yang dianggap mampu memimpin dan melakukan pemanasan.</li> </ul>	15 menit
Kegiatan Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik diberikan tugas untuk mencari berbagai informasi tentang komponen kebugaran jasmani (kelentukan, keseimbangan, dan kekuatan otot) terkait kesehatan dan keterampilan melalui video, TV ataupun pengamatan langsung dan selanjutnya membuat catatan hasil pengamatan.</li> <li>• Peserta didik mengamati gerakan (kelentukan, keseimbangan, dan kekuatan otot) pada komponen kebugaran jasmani terkait kesehatan dan keterampilan yang diperagakan oleh guru ataupun peserta didik lainnya yang berkompeten.</li> <li>• <i>Guru memfasilitasi dan membimbing siswa dalam mengamati peragaan siswa lain.</i></li> </ul> <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa saling bertanya tentang gerakan latihan kelentukan, keseimbangan dan kekuatan pada komponen kebugaran jasmani</li> <li>• <i>Guru memberikan kesempatan bagi peserta didik lain yang ingin menanggapi atau menjawab pertanyaan siswa</i></li> </ul> <p>Mengekplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperagakan latihan kelentukan, keseimbangan dan kekuatan otot secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman, dan keberanian.</li> </ul>	105 menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p>Menalar (mengasosiasi)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik mendiskusikan kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerakan kekuatan, kelenturan dan keseimbangan pada komponen kebugaran jasmani dengan benar dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Memilih bentuk latihan kelenturan, keseimbangan, dan kekuatan otot yang cocok sesuai dengan kemampuannya.</li> <li>• <i>Guru membimbing keaktifan siswa dalam mengolah informasi tahapan teknik kebugaran jasmani</i></li> </ul> <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan tes kebugaran jasmani, angkat tubuh/60 detik, baring duduk/60 detik, dengan menerapkan teknik yang telah dipelajarinya.</li> <li>• <i>Guru memberikan penilaian atas hasil kerja siswa serta menilai kemampuan siswa dalam bersikap</i></li> </ul>	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan pelepasan</li> <li>• Melakukan tanya-jawab dengan peserta didik yang berkenaan dengan materi pembelajaran yang telah diberikan.</li> <li>• Menginformasikan tentang materi (ujian, materi terkait, materi lain) pada pertemuan berikutnya</li> <li>• Berdoa dan bersalaman.</li> </ul>	15 menit

## I. Penilaian

### 1. Teknik Penilaian

- a. Penilaian sikap : observasi, penilaian diri,
- b. Penilaian kognitif : tes tertulis, tes lisan, portofolio
- c. Penilaian psikomotor : observasi

### 2. Instrumen penilaian

- a. Penilaian Sikap  
Rubrik Penilaian Sikap

No	Nama Siswa/ Kelompok	Disiplin				Jujur				Tanggung Jawab				Santun				Total Skor
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
dst																		

Keterangan:

Indikator Penilaian Sikap

**Disiplin**

1. Tertib mengikuti intruksi
2. Mengerjakan tugas tepat waktu
3. Tidak melakukan kegiatan yang tidak diminta
4. Tidak membuat kondisi kelas menjadi tidak kondusif

**Jujur**

1. Menyampaikan sesuatu berdasarkan keadaan yang sebenarnya
2. Tidak menutupi kesalahan yang terjadi
3. Tidak mencontek atau melihat data/pekerjaan orang lain
4. Mencantumkan sumber belajar dari yang dikutip/dipelajari

**Tanggung Jawab**

1. Pelaksanaan tugas piket secara teratur.
2. Peran serta aktif dalam kegiatan diskusi kelompok
3. Mengajukan usul pemecahan masalah.
4. Mengerjakan tugas sesuai yang ditugaskan

**Santun**

1. Berinteraksi dengan teman secara ramah
2. Berkomunikasi dengan bahasa yang tidak menyinggung perasaan
3. Menggunakan bahasa tubuh yang bersahabat
4. Berperilaku sopan

b. Penilaian Pengetahuan

Tabel Kisi-Kisi dan Soal pada Kebugaran Jasmani

Kompetensi Dasar	Indikator	Indikator Soal	Jenis Soal	Soal
3.7 Menganalisis Konsep Pengukuran Komponen Kebugaran Jasmani terkait kesehatan dan keterampilan menggunakan instrument terstandar	3.7.1. Menganalisis konsep latihan pengembangan kebugaran jasmani. 3.7.2. Menganalisis konsep pengukuran kebugaran jasmani. 3.7.3. Menganalisis konsep penghitungan hasil pengukuran kebugaran jasmani.	Menganalisis gerakan kebugaran jasmani terdiri kekuatan, kelenturan dan keseimbangan	Tes tertulis	1. Sebutkan 4 macam gerakan latihan kekuatan serta berfungsinya! 2. Jelaskan cara melakukan gerakan sit-up yang benar ! 3. Jelaskan pengertian kekuatan, kelenturan, keseimbangan dan kecepatan! 4. Sebutkan 4 macam tes kebugaran dan apa fungsi nya !

#### Rubrik pengetahuan Kebugaran Jasmani

Keterangan:

Indikator penilaian pengetahuan

1. 4 macam gerak latihan kekuatan otot
  - Push-up : melatih otot tangan
  - Sit-up : melatih otot perut
  - Back-up : melatih otot pinggang
  - Squat-jump: melatih kekuatan otot tungkai dan pinggang
  - 1) Jika menjawab 4 penyebab dengan benar skor 4
  - 2) Jika menjawab 3 penyebab dengan benar skor 3
  - 3) Jika menjawab 2 penyebab dengan benar skor 2
  - 4) Jika menjawab 1 perbedaan dengan benar skor 1
2. Cara melakukan sit-up yang benar

- Berbaring telentang di lantai, kedua lutut ditekuk dengan sudut 90° dengan kedua jari-jarinya diletakkan di belakang kepala.
- Peserta lain menekan/memegang kedua pergelangan kaki agar kaki tidak terangkat
- Bergerak mengambil sikap duduk sampai kedua sikunya menyentuh paha,
- kemudian kembali ke sikap awal

- 1) Jika menjawab 4 perbedaan dengan benar skor 4
- 2) Jika menjawab 3 perbedaan dengan benar skor 3
- 3) Jika menjawab 2 perbedaan dengan benar skor 2
- 4) Jika menjawab 1 perbedaan dengan benar skor 1

### 3. Pengertian dari istilah

Kekuatan : kemampuan otot untuk melawan suatu beban

Kelenturan : kelembutan dan kemampuan otot untuk meregang cukup jauh

Keseimbangan: kemampuan sikap dan posisi tubuh pada saat tertentu.

Kecepatan : kemampuan berpindah dari satu tempat ketempat lain dalam waktu yang singkat.

- 1) Jika menjawab 6 komponen dengan benar skor 4
- 2) Jika menjawab 4 komponen dengan benar skor 3
- 3) Jika menjawab 2 komponen dengan benar skor 2
- 4) Jika menjawab 1 komponen dengan benar skor 1

### 4. Empat macam tes kebugaran jasmani dan fungsinya

- Test lari 12 menit : mengukur daya tahan jantung dan paru-paru
- Tes gantung angkat tubuh untuk putra dan tes gantung siku tekuk untuk putri : mengukur kekuatan dan ketahanan otot lengan dan bahu
- Tes baring duduk 60 detik : mengukur kekuatan otot perut
- Test loncat tegak (vertical Jump ) : mengukur daya ledak tenaga eksplosif

- 1) Jika menjawab 4 konsep dengan benar skor 4
- 2) Jika menjawab 3 konsep dengan benar skor 3
- 3) Jika menjawab 2 konsep dengan benar skor 2
- 4) Jika menjawab 1 konsep dengan benar skor 1

Rumus Konversi Nilai:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100 = \underline{\hspace{2cm}}$$

c. Penilaian Keterampilan

Tabel 10. Rubrik Keterampilan Kebugaran Jasmani

No.	Nama Siswa/Kelompok	Kekuatan				Kelenturan				Keseimbangan			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.													
2.													
n													

Keterangan:

- 4 = jika empat indikator terlihat.
- 3 = jika tiga indikator terlihat.
- 2 = jika dua indikator terlihat.
- 1 = jika satu indikator terlihat.

Indikator penilaian keterampilan

1. Keterampilan gerak kebugaran jasmani

- 1) Keterampilan gerak kekuatan, kelenturan, keseimbangan yang disajikan sesuai dengan prinsip gerak kebugaran jasmani
- 2) Keterampilan gerak kekuatan, kelenturan, keseimbangan yang disajikan sesuai dengan jenis kebugaran jasmani
- 3) Keterampilan gerak kekuatan, kelenturan, keseimbangan yang disajikan sesuai dengan prosedur gerak kebugaran jasmani
- 4) Adanya kesesuaian gerakan kekuatan, kelenturan, keseimbangan dalam materi kebugaran jasmani.

Rumus Konversi Nilai:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang di peroleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 90 = \underline{\hspace{2cm}}$$

**3. Pelaksanaan Remedial dan Pengayaan**

Pelaksanaan remedial dilakukan apabila terdapat siswa mendapatkan nilai kurang dari KKM atau pada kategori kurang (60-74) dan kurang sekali (< 60).

Sedangkan, pengayaan dapat dilakukan pada siswa yang telah mendapatkan nilai baik (85-94) dan sangat baik (95-100). Remedial dan pengayaan dapat

dilakukan pada aspek pengetahuan, sikap, dan keterampilan. berikut contoh format remedial dan pengayaan.

### 1) Remedial

No	Nama	Target kompetensi		Aspek	Materi	Indikator	KKM	Bentuk remedial	Nilai		Ket.
		KI	KD						Awal	akhir	
		4.3	4.3.2								

### 2) Pengayaan

No	Nama	Target kompetensi		Aspek	Materi	Indikator	KKM	Bentuk pengayaan	Nilai		Ket.
		KI	KD						Awal	akhir	
		4.3	4.3.2								

#### I. Media, Alat dan bahan, Sumber Belajar

##### 1. Media

- a. Gambar : Teknik lompat kangkang dan lompat jongkok
- b. Elektronika : LCD, Vidio, Internet
- c. Model : peragaan oleh guru atau peserta didik yang sudah memiliki kemampuan dalam unsur-unsur kebugaran jasmani

##### 2. Alat dan Bahan

- a. Ruang terbuka dan tertutup yang datar dan aman
- b. Matras, Box/peti lompat, cone/corong, stopwatch

##### 3. Sumber Belajar

Buku Penjasorkes SMA/MA/SMK/MAK Kelas XI, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, Jakarta

Klaten, 17 Oktober 2017

Mengetahui

Guru pembimbing

Mahasiswa PLT

Setiawan Hadiyanto, S.Pd  
NIP. 19611209 198601 1 002

Adiatma Ikhsan Y. P  
NIM. 14601244012

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : SMA N 1 Jogonalan  
Mata Pelajaran : Penjasorkes  
Kelas / Semester : XI (Sebelas) / satu  
Tema : Senam Ketangkasan (lompat kangkang dan jongkok)  
Alokasi Waktu : 1 x 3 x 45 menit (1 pertemuan)

### A. Kompetensi Inti

- KI-1: Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
- KI-2: Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung-jawab, peduli (gotong royong, kerja sama, toleran, damai), santun, responsif dan proaktif 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.
- KI-3: Memahami, menerapkan, menganalisis dan mengevaluasi pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya 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.
- KI-4: Mengolah, menalar, menyaji, dan mencipta dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri serta bertindak secara efektif dan kreatif, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

### B. Kompetensi Dasar

- 3.6.Menganalisis dua jenis rangkaian keterampilan senam lantai untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.
- 4.6 Mempraktekkan variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana.

### C. Indikator pencapaian kompetensi

- 3.6.1. Menganalisis rangkaian keterampilan lompat kangkang (melintang).
- 3.6.2. Menganalisis rangkaian keterampilan lompat jongkok
- 4.6.1. Mempraktekkan rangkaian keterampilan loncat kangkang.
- 4.6.2. Mempraktekkan rangkaian keterampilan loncat jongkok.

#### **D. Tujuan Pembelajaran**

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran ini peserta didik mampu :

1. Menganalisis dan mempraktikkan keterampilan gerak senam ketangkasan (loncat kangkang) dengan menunjukkan nilai sportivitas, kerjasama, dan disiplin.
2. Menganalisis dan mempraktikkan keterampilan gerak senam ketangkasan (loncat jongkok) dengan menunjukkan nilai sportivitas, kerjasama, dan disiplin

#### **E. Materi Pembelajaran**

**Materi Pokok : Aktivitas lompat kangkang.**

##### **Lompat kangkang**

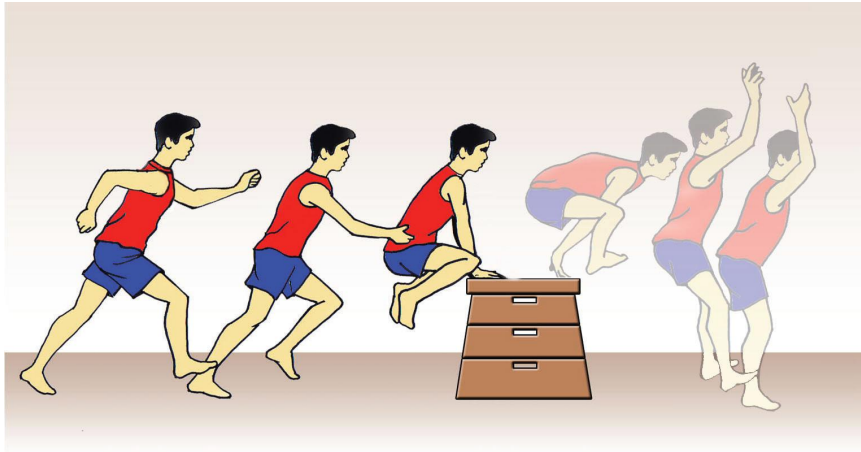
Loncat kangkang adalah jenis lompatan yang dilakukan menggunakan peti lompat dengan posisi badan membuka kedua kakinya (kangkang) pada saat melewati peti lompat.

##### **1. Gerak Loncat Kangkang**

###### **a. Loncat Kangkang**

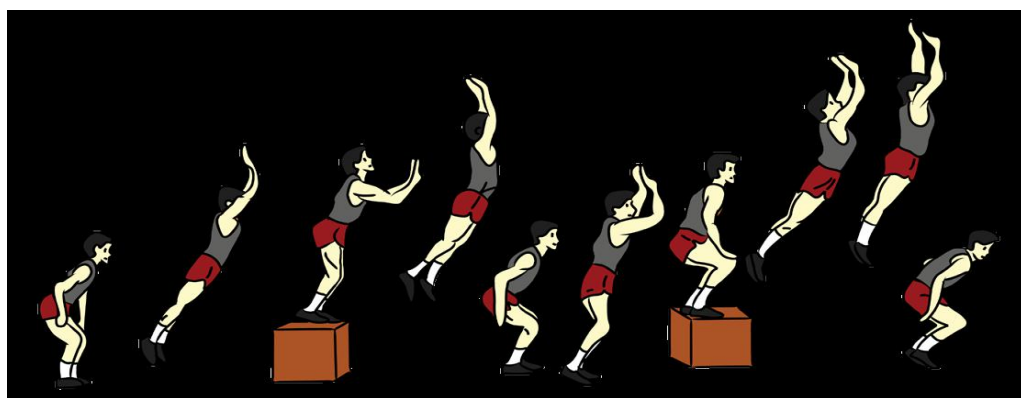
Cobalah kalian lakukan dan analisis keterampilan gerak loncat kangkang tumpuan pangkal peti lompat melalui tahapan gerakan sebagai berikut:

- 1) Berdiri di belakang peti lompat dan lakukan gerak langkah mundur 5 langkah (langkah ganjil) dengan didahului kaki kanan.
- 2) Awalan dengan lari pelan ke arah peti lompat.
- 3) Satu langkah sebelum peti lompat tolakkan kaki kiri ke depan atas bersamaan menumpukan kedua telapak tangan diatas peti lompat dengan siku sedikit ditekuk.
- 4) Saat terjadi dorongan ke atas kaki, tungkai dibuka lebar-lebar hingga melewati peti lompat.
- 5) Kedua kaki dirapatkan kembali sebelum penurunan.
- 6) Pendaratan dilakukan dengan urutan ujung kaki, lalu seluruh kaki, lutut ditekuk panggul dibungkukkan, dan berdiri tegak.
- 7) Pandangan ke depan untuk menjaga keseimbangan.
- 8) Perhatikan gambar 6.1.



Perhatikanlah kesalahan-kesalahan dalam keterampilan gerak loncat kangkang tumpuan pangkal peti lompat, yaitu: awalan lari kurang cepat, tolakan kedua kaki tidak bersamaan, peti lompat tidak tercapai dengan baik, tumpuan tidak pada pangkal peti lompat, tahanan tangan di peti lompat kurang kuat, keduatungkai kurang dibuka sehingga menyentuh peti, pendaratan kedua kaki kurang bersamaan dan tidak berurutan, dan pandangan tidak ke depan.

- b. Pembelajaran keterampilan kerak loncat jongkok
  - a. Berdiri tegak menghadap peti lompat.
  - b. Lakukan lompatan ke arah peti lompat dengan menggunakan kaki sebagai tolakan dan mendarat dengan kedua kaki di atas box bersamaan kedua tangan lurus.
  - c. Turun kembali keposisi awal melompat.
  - d. Lakukan berulang-ulang.



**Gb. Loncat Jongkok**

#### **F. Pendekatan, Model, dan Metode Pembelajaran**

Pendekatan : Saintifik  
 Model : *Discovery Learning*  
 Metode Pembelajaran: Tanya jawab, ceramah, diskusi, penugasan, tutorial, *roleplaying*

## G. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salah satu siswa menyiapkan siswa yang lain untuk berbaris</li> <li>• Siswa memimpin doa saat pembelajaran akan dimulai.</li> <li>• Guru mengucapkan salam dan mempresensi siswa</li> <li>• Guru menyampaikan KD yang akan diajarkan</li> <li>• Guru menjelaskan tujuan pembelajaran yang harus dicapai</li> <li>• Seorang peserta didik yang dianggap mampu memimpin dan melakukan pemanasan.</li> </ul>	15 menit
Kegiatan Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik diberikan tugas untuk mencari berbagai informasi tentang gerakan senam lantai menggunakan alat (lompat kangkang dan lompat jongkok) melalui Video, TV, media yang lain ataupun pengamatan langsung dan selanjutnya membuat catatan hasil pengamatan.</li> <li>• Peserta didik mengamati berbagai gerakan senam lantai dengan menggunakan alat (lompat kangkang dan lompat jongkok) yang diperagakan oleh guru ataupun peserta didik lainnya yang berkompeten.</li> <li>• <i>Guru memfasilitasi dan membimbing siswa dalam mengamati peragaan siswa lain.</i></li> </ul> <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik mencari informasi berkaitan dengan berbagai informasi tentang gerakan senam lantai dengan menggunakan alat (loncat kangkang dan loncat jongkok)</li> <li>• <i>Guru memberikan kesempatan bagi peserta didik lain yang ingin menanggapi atau menjawab pertanyaan siswa.</i></li> </ul> <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik membandingkan faktor kesulitan antara gerakan lompat kangkang dengan lompat jongkok pada senam lantai.</li> <li>• <i>Guru membimbing keaktifan siswa dalam mengolah informasi tahapan teknik lompat kangkang</i></li> </ul>	105 menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperagakan gerakan lompat kangkang dan lompat jongkok dengan melewati peti lompat atau punggung teman yang membungkuk sesuai dengan teori yang telah dipelajarinya dalam bentuk perlombaan dengan menunjukkan perilaku percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.</li> <li>• <i>Guru memberikan penilaian atas hasil kerja siswa serta menilai kemampuan siswa dalam bersikap.</i></li> </ul>	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan pelepasan</li> <li>• Melakukan tanya-jawab dengan peserta didik yang berkenaan dengan materi pembelajaran yang telah diberikan.</li> <li>• Menginformasikan tentang materi (ujian, materi terkait, materi lain) pada pertemuan berikutnya</li> <li>• Berdoa dan bersalaman.</li> </ul>	15 menit

## H. Penilaian

### 1. Teknik Penilaian

- Penilaian sikap : observasi, penilaian diri,
- Penilaian kognitif : tes tertulis, tes lisan, portofolio
- Penilaian psikomotor : observasi

### 2. Instrumen penilaian

- Penilaian Sikap

Rubrik Penilaian Sikap

No	Nama Siswa/ Kelompok	Disiplin				Jujur				Tanggung Jawab				Santun				Total Skor
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
1.																		
2.																		
3.																		

Keterangan:

Indikator Penilaian Sikap

**Disiplin**

- 5) Tertib mengikuti intruksi
- 6) Mengerjakan tugas tepat waktu
- 7) Tidak melakukan kegiatan yang tidak diminta
- 8) Tidak membuat kondisi kelas menjadi tidak kondusif

**Jujur**

- 5) Menyampaikan sesuatu berdasarkan keadaan yang sebenarnya
- 6) Tidak menutupi kesalahan yang terjadi
- 7) Tidak mencontek atau melihat data/pekerjaan orang lain
- 8) Mencantumkan sumber belajar dari yang dikutip/dipelajari

**Tanggung Jawab**

- 5) Pelaksanaan tugas piket secara teratur.
- 6) Peran serta aktif dalam kegiatan diskusi kelompok
- 7) Mengajukan usul pemecahan masalah.
- 8) Mengerjakan tugas sesuai yang ditugaskan

**Santun**

- 5) Berinteraksi dengan teman secara ramah
- 6) Berkomunikasi dengan bahasa yang tidak menyinggung perasaan
- 7) Menggunakan bahasa tubuh yang bersahabat
- 8) Berperilaku sopan

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 4 = \underline{\hspace{2cm}}$$

c. Penilaian Pengetahuan

Tabel Kisi-Kisi dan Soal Senam Ketangkasan

Kompetensi Dasar	Indikator	Indikator Soal	Jenis Soal	Soal
3.5 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak senam	3.5.1. Menganalisis rangkaian keterampilan lompat	1. Menganalisis keterampilan gerak loncat kangkang 2. Menganalisis	Tes tertulis	1. Jelaskan cara melakukan keterampilan gerak senam ketangkasan

ketangkasan menggunakan meja lompat serta menyusun rencana perbaikan.	kangkang. 3.5.2. Menganalisis rangkaian keterampilan lompat jongkok	keterampilan gerak lompat jongkok		(loncat kangkang)! 2. Jelaskan cara melakukan gerak keterampilan senam ketangkasan (loncat jongkok)!
---	---	-----------------------------------	--	---

Rubrik pengetahuan atletik dalam materi Lompat kangkang

Keterangan:

Indikator penilaian pengetahuan

2. Cara melakukan keterampilan gerak senam ketangkasan loncat kangkang
  - a. Awalan dengan lari pelan ke arah peti lompat.
  - b. Satu langkah sebelum peti lompat tolakkan kaki kiri ke depan atas bersamaan menumpukan kedua telapak tangan diatas peti lompat dengan siku sedikit ditekuk.
  - c. Saat terjadi dorongan ke atas kaki, tungkai dibuka lebar-lebar hingga melewati peti lompat dan Kedua kaki dirapatkan kembali sebelum penurunan.
  - d. Pendaratan dilakukan dengan urutan ujung kaki, lalu seluruh kaki, lutut ditekuk panggul dibungkukkan, dan berdiri tegak Pandangan ke depan untuk menjaga keseimbangan.
2. Jika menjawab 4 penyebab dengan benar skor 4
3. Jika menjawab 3 penyebab dengan benar skor 3
4. Jika menjawab 2 penyebab dengan benar skor 2
5. Jika menjawab 1 perbedaan dengan benar skor 1
3. Cara melakukan keterampilan gerak senam ketangkasan loncat kangkang:
  - a. Berdiri tegak menghadap peti lompat.

- b. Lakukan lompatan ke arah peti lompat dengan menggunakan kaki sebagai tolakan dan mendarat dengan kedua kaki di atas box bersamaan
  - c. kedua tangan lurus.
  - d. Turun kembali keposisi awal melompat.
1. Jika menjawab 4 perbedaan dengan benar skor 4
  2. Jika menjawab 3 perbedaan dengan benar skor 3
  3. Jika menjawab 2 perbedaan dengan benar skor 2
  4. Jika menjawab 1 perbedaan dengan benar skor 1

Rumus Konversi Nilai:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100 = \underline{\hspace{2cm}}$$

d. Penilaian Keterampilan

Tabel Keterampilan Senam Ketangkasan

No.	Nama Siswa/Kelompok	Awalan				Tangan Menumpu				Kaki membuka				Mendarat			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.																	
2.																	
n																	

Keterangan:

- 4 = jika empat indikator terlihat.
- 3 = jika tiga indikator terlihat.
- 2 = jika dua indikator terlihat.
- 1 = jika satu indikator terlihat.

Indikator penilaian keterampilan gerak dalam Senam Ketangkasan

b. Awalan

- Berdiri siap
- Konsentrasi
- Lari dengan pelan
- Pandangan ke depan

c. Saat menyentuh peti

- Menolak dua kaki
- Tangan lurus diatas peti
- Kaki dibuka lebar ke samping lalu ke depan lurus

- Pandangan ke depan
- d. Mendarat
- Mendarat 2 kaki bersama-sama
  - Lutut mengeper
  - Kedua tangan lurus ke depan
  - Dapat menjaga keseimbangan

Rumus Konversi Nilai:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang di peroleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 90 = \underline{\hspace{2cm}}$$

### 3. Pelaksanaan Remedial dan Pengayaan

Pelaksanaan remedial dilakukan apabila terdapat siswa mendapatkan nilai kurang dari KKM atau pada kategori kurang (60-74) dan kurang sekali (< 60).

Sedangkan, pengayaan dapat dilakukan pada siswa yang telah mendapatkan nilai baik (85-94) dan sangat baik (95-100). Remedial dan pengayaan dapat dilakukan pada aspek pengetahuan, sikap, dan keterampilan. berikut contoh format remedial dan pengayaan.

#### 1) Remedial

No	Nama	Target kompetensi		Aspek	Materi	Indikator	KKM	Bentuk remedial	Nilai		Ket.
		KI	KD						Awal	akhir	
		4.3	4.3.2								

#### 2) Pengayaan

No	Nama	Target kompetensi		Aspek	Materi	Indikator	KKM	Bentuk pengayaan	Nilai		Ket.
		KI	KD						Awal	akhir	
		4.3	4.3.2								

#### I. Media, Alat dan bahan, Sumber Belajar

##### 1. Media

- Gambar : Teknik lompat kangkang dan lompat jongkok
- Elektronika : LCD, Vidio, Internet

c. Model : peragaan oleh guru atau peserta didik yang sudah memiliki kemampuan lompat kangkang dan lompat jongkok

2. Alat dan Bahan

a. Ruang terbuka dan tertutup yang datar dan aman / lapangan bulu tangkis

b. Raket,shuttlecock,net,cone/corong,stopwatch,peluit

3. Sumber Belajar

Buku Penjasorkes SMA/MA/SMK/MAK Kelas XI ,Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan,Jakarta

Klaten, 18 Oktober 2017

Mengetahui

Guru pembimbing

Mahasiswa PLT

Setiawan Hardiyanto, S.Pd

NIP. 19611209 198601 1 002

Adiatma Ikhsan Y. P

NIM. 14601244012

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah	: SMA N 1 Jogonalan
Mata Pelajaran	: Penjasorkes
Kelas / Semester	: XI (Sebelas) / satu
Tema	: Permainan Bola basket
Alokasi Waktu	: 1 x 3 x 45 menit (1 pertemuan)

### A. Kompetensi Inti

- KI-1: Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
- KI-2: Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung-jawab, peduli (gotong royong, kerja sama, toleran, damai), santun, responsif dan proaktif 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.
- KI-3: Memahami, menerapkan, menganalisis dan mengevaluasi pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya 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.
- KI-4: Mengolah, menalar, menyaji, dan mencipta dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri serta bertindak secara efektif dan kreatif, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

### B. Kompetensi Dasar

- 3.1 Menganalisis dan mengategorikan keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan
- 4.1 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu permainan bola besar sesuai hasil analisis dan kategorisasi

### C. Indikator pencapaian kompetensi :

- 3.1.3. Menganalisis kategori keterampilan gerak dalam permainan bola basket.
- 4.1.3. Mempraktikkan perbaikan kesalahan gerak dalam permainan bola basket.

### D. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran ini, peserta didik diharapkan mampu:

1. Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak permainan bolabasket serta menyusun rencana perbaikan
2. Mempraktikkan perbaikan keterampilan permainan bola basket sesuai hasil analisis dan kategorisasi dengan menunjukkan nilai sportivitas,kerjasama,dan disiplin.

## E. Materi Pembelajaran

### Materi Pokok : Aktivitas bola basket.

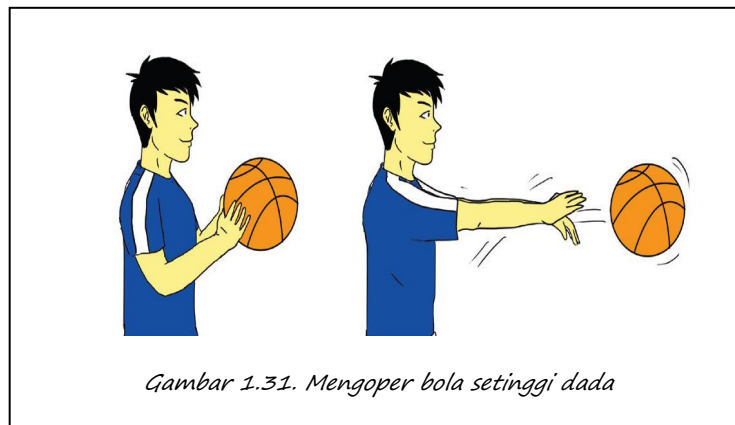
#### Permainan Bola basket

Bola basket adalah olahraga permainan bola besar yang dimainkan oleh dua regu / tim. Yang masing-masing tim beranggotakan 5 orang pemain. Tujuan permainan ini adalah berusaha memasukkan bola dengan tangan ke keranjang lawan, dan caranya boleh dengan dilempar atau digiring dengan tangan.

Adapun materi dalam pembelajaran ini meliputi :

#### 1. Keterampilan Gerak Mengoper Bola

- a. Mengoper Bola Setinggi Dada



Keterampilan gerak mengoper bola setinggi dada melalui urutan gerakan sebagai berikut:

- 1). Berdiri kedua kaki dibuka selebar bahu dan salah satu kaki berada di depan.
- 2). Pandangan lurus ke arah mana bola akan dioperkan.
- 3). Bola dipegang dengan kedua tangan di depan dada dan posisi siku ditekuk mendekati badan.
- 4). Dorong bola dengan meluruskan lengan dan ibu jari diputar ke bawah sehingga tangan lurus dan lecutan pegelangan tangan.
- 5). Langkahkan kaki belakang untuk gerakan lanjutan agar badan seimbang.
- 6). Perhatikan gambar 1.31.

b. Mengoper Bola dengan Pantulan

Keterampilan gerak mengoper bola dengan pantulan melalui urutan gerakan sebagai berikut:

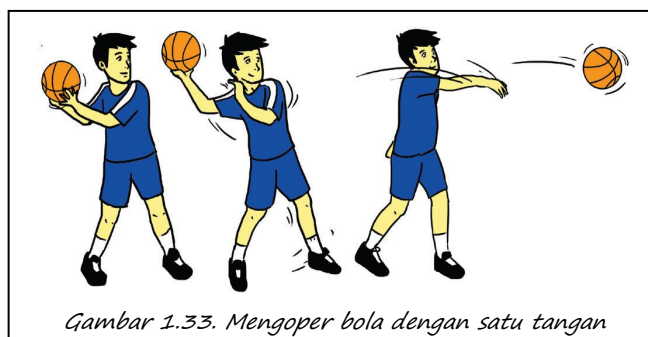
- 1). Berdiri kedua kaki dibuka selebar bahu dan salah satu kaki berada di depan.
- 2). Kedua tangan memegang dan salah satunya ngan ditempatkan di belakang bola.
- 3). Dorong bola ke arah bawah sehingga memantul ke lantai/tanah.
- 4). Langkahkan kaki belakang untuk gerakan lanjutan agar badan seimbang.



c. Mengoper Bola dengan Satu Tangan

Keterampilan gerak mengoper bola dengan satu tangan melalui urutan gerakan sebagai berikut:

- 1). Berdiri kedua kaki dibuka selebar bahu dan salah satu kaki berada di depan.
- 2). Salah satu tangan memegang bola.
- 3). Pindahkan berat badan ke belakang kemudian dorong bola ke atas dengan mengayunkan tangan ke depan atas.
- 4). Lepaskan bola ketika tangan lurus ke depan.
- 5). Langkahkan kaki belakang untuk gerakan lanjutan agar badan seimbang.
- 6) Perhatikan gambar 1.33.



## 2. Keterampilan Gerak Menggiring Bola

Cobalah lakukan dan analisis keterampilan gerak menggiring bola melalui urutan gerakan sebagai berikut:

- a. Berdiri dengan badan sedikit condong ke depan.
- b. Salah satu kaki di depan dengan lutut sedikit ditekuk.
- c. Pegang bola dengan dua tangan di samping badan.
- d. Pandangan ke depan atau kepala lawan.
- e. Pantulkan bola dengan satu tangan dengan teratur.
- f. Saat bola bergerak ke atas, telapak tangan menerima bola dan usahakan mengikuti gerak bola ke atas (usahakan perkenaan tangan dan bola tidak bersuara).



## 3. Keterampilan Gerak Menembak Bola Ke Ring/Keranjang

### a. Menembak Bola dengan Satu Tangan

keterampilan gerak menembak bola dengan satu tangan melalui urutan gerakan sebagai berikut:

- 1) Sikap awal berdiri tegak menghadap ring/keranjang, salah satu kaki di depan dengan rileks.
- 2) Peganglah bola dengan dua tangan.
- 3) Dorong bola ke depan atas dari bahu sebelah kanan, dengan sedikit memutar lengan ke arah bawah kanan sebelah luar, sehingga sebagian besar berat bola terletak di permukaan jari-jari dan hampir di seluruh telapak tangan kanan/kiri.
- 4) Tangan kiri/kanan membantu agar bola tidak jatuh sebelum dilemparkan atau ditembakkan.
- 5) Pada saat akan melepaskan tembakan, tekuk kedua lutut serta tariklah bola sedikit ke belakang dengan irama gerakan menolak tembakan.

- 6) Setelah bola lepas, pindahkan berat badan ke kaki depan dan melangkah.



Gambar 1.37. Menembak bola dengan Satu

**b. Menembak Bola dengan Dua Tangan Sambil Meloncat**

Keterampilan gerak menembak bola dengan dua tangan dan loncatan melalui urutan gerakan sebagai berikut:

- 1) Berdiri, badan agak condong dengan kaki dibuka selebar bahu menghadap ke ring basket.
- 2) Kedua telapak tangan memegang bola membentuk huruf W di depan dada.
- 3) Langkah tungkai dan kaki mengikuti irama langkah kanan-kiri-kanan atau kiri-kanan-kiri mendekati ring (lihat gambar 1.38).
- 4) Lecutkan kedua tangan dan mendaratlah dengan mengeperkan kedua lutut dan salah satu kaki di depan.
- 5) Perhatikan gambar 1.38.



Gambar 1.38. Menembak bola dengan dua tangan dan loncatan

**F. Pendekatan, Model, dan Metode Pembelajaran**

Pendekatan : Saintifik

Metode Pembelajaran : Diskusi,Demonstrasi,Game,Part and whole,Resiprocal  
(timbang balik)

Model : Discovery Learning

### G. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menyiapkan siswa yang lain untuk berbaris</li> <li>• Siswa memimpin doa saat pembelajaran akan dimulai.</li> <li>• Guru mengucapkan salam dan mempersensi siswa</li> <li>• Guru menyampaikan KD yang akan diajarkan</li> <li>• Guru menjelaskan tujuan pembelajaran yang harus dicapai</li> <li>• Seorang peserta didik yang dianggap mampu memimpin dan melakukan pemanasan.</li> </ul>	15 menit
Kegiatan Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mencari informasi mengenai teknik mengoper bola dari berbagai sumber.</li> <li>• Siswa menyimak peragaan teknik mengoper bola (operan dada, operan pantul dan operan dengan satu tangan ) yang dilakukan oleh peserta didik lain.</li> <li>• <i>Guru memfasilitasi dan membimbing siswa dalam mengamati peragaan siswa lain.</i></li> </ul> <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mengajukan pertanyaan mengenai teknik mengoper bola yang belum dipahami.</li> <li>• <i>Guru memberi kesempatan bagi peserta didik lain yang ingin menanggapi atau menjawab pertanyaan siswa.</i></li> </ul> <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melakukan latihan teknik mengoper bola setinggi dada, operan pantul dan operan dengan satu tangan secara bergantian.</li> <li>• <i>Guru membimbing keaktifan dan kemampuan siswa dalam melakukan latihan teknik mengoper bola dalam permainan bola basket.</i></li> </ul> <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mencari kesalahan-kesalahan yang dilakukan saat melakukan operan bola.</li> </ul>	105 menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru menilai kemampuan siswa dalam mengolah informasi tahapan teknik menendang bola dengan kaki bagian dalam dan punggung kaki.</li> </ul> <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melakukan teknik mengoper bola (lemparan dada, lemparan pantul dan lemparan satu tangan) serta menunjukkan sikap sportif, bertanggung jawab menghargai perbedaan, disiplin dan toleransi.</li> <li>• Siswa melakukan permainan bola basket dengan menggunakan teknik dasar yang ada dalam permainan bola basket serta menunjukkan sikap sportif, bertanggung jawab menghargai perbedaan, disiplin dan toleransi.</li> <li>• Guru memberi penilaian atas hasil kerja siswa serta menilai kemampuan siswa dalam bersikap</li> </ul>	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan tanya-jawab dengan peserta didik yang berkenaan dengan materi pembelajaran yang telah diberikan.</li> <li>• Melakukan pelepasan</li> <li>• Menginformasikan tentang materi (ujian, materi terkait, materi lain) pada pertemuan berikutnya</li> <li>• Berdoa dan bersalaman.</li> </ul>	15 menit

## H. Penilaian

### 1. Teknik Penilaian

- a. Penilaian sikap : observasi, penilaian diri,
- b. Penilaian kognitif : tes tertulis, tes lisan, portofolio
- c. Penilaian psikomotor : observasi

### 2. Instrumen penilaian

- a. Penilaian Sikap  
Rubrik Penilaian Sikap

No	Nama Siswa/ Kelompok	Disiplin				Jujur				Tanggung Jawab				Santun				Total Skor
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
dst																		

Keterangan:

Indikator Penilaian Sikap

**Disiplin**

1. Tertib mengikuti intruksi
2. Mengerjakan tugas tepat waktu
3. Tidak melakukan kegiatan yang tidak diminta
4. Tidak membuat kondisi kelas menjadi tidak kondusif

**Jujur**

1. Menyampaikan sesuatu berdasarkan keadaan yang sebenarnya
2. Tidak menutupi kesalahan yang terjadi
3. Tidak mencontek atau melihat data/pekerjaan orang lain
4. Mencantumkan sumber belajar dari yang dikutip/dipelajari

**Tanggung Jawab**

1. Pelaksanaan tugas piket secara teratur.
2. Peran serta aktif dalam kegiatan diskusi kelompok
3. Mengajukan usul pemecahan masalah.
4. Mengerjakan tugas sesuai yang ditugaskan

**Santun**

1. Berinteraksi dengan teman secara ramah
2. Berkomunikasi dengan bahasa yang tidak menyinggung perasaan
3. Menggunakan bahasa tubuh yang bersahabat
4. Berperilaku sopan

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 4 = \underline{\hspace{2cm}}$$

b. Penilaian Pengetahuan

Tabel Kisi-Kisi dan Soal bola basket

Kompetensi Dasar	Indikator	Indikator Soal	Jenis Soal	Soal
3.1 Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.	3.1.1 Menganalisis kategori keterampilan gerak dalam permainan bola basket.	Siswa dapat menyebutkan minimal 4 kesalahan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bola basket	Tes tertulis	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sebutkan 4 kesalahan yang dilakukan saat melakukan lemparan dada permainan bola basket</li> <li>2. Sebutkan 4 kesalahan yang sering dilakukan saat menggiring bola dalam permainan bola basket.</li> <li>3. Sebutkan 4 kesalahan yang sering dilakukan saat menembak bola ke ring dalam permainan bola basket.</li> </ol>

Rubrik pengetahuan permainan bola besar bolabasket

Keterangan:

Indikator penilaian pengetahuan

1. Kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan lemparan setinggi dada :

- Kaki tumpu kurang ditekuk
- Badan kurang condong ke depan
- Dorongan tangan tidak diikuti gerakan lecutan pergelangan tangan
- Sasaran tidak ke arah dada

- 1) Jika menjawab 4 penyebab dengan benar skor 4
- 2) Jika menjawab 3 penyebab dengan benar skor 3
- 3) Jika menjawab 2 penyebab dengan benar skor 2
- 4) Jika menjawab 1 penyebab dengan benar skor 1

2. Kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat menggiring bola dalam permainan bola basket

- Bola tidak didorong tapi dipukul
- Siku dan pergelangan tangan kurang aktif dalam mendorong bola
- Badan kurang condong ke depan
- Lutut tidak ditekuk
- Pandangan ke arah bola

- 1) Jika menjawab 4 penyebab dengan benar skor 4
- 2) Jika menjawab 3 penyebab dengan benar skor 3
- 3) Jika menjawab 2 penyebab dengan benar skor 2
- 4) Jika menjawab 1 penyebab dengan benar skor 1

3. kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat menembak bola ke ring dalam permainan bola basket

- lutut tidak ditekuk
- bola dilemparkan tidak didorong
- badan tidak condong depan
- dorongan tangan tidak sampai lurus
- lecutan tangan tidak aktif

- 1) Jika menjawab 4 penyebab dengan benar skor 4
- 2) Jika menjawab 3 penyebab dengan benar skor 3
- 3) Jika menjawab 2 penyebab dengan benar skor 2
- 4) Jika menjawab 1 penyebab dengan benar skor 1

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100 = \underline{\hspace{2cm}}$$

c. Penilaian Keterampilan

Tabel Keterampilan Permainan Bola Besar Bola Basket

No	Nama Siswa	Penilaian keterampilan gerak memasukkan bola ke ring basket												Skor akhir	Ket.
		Penilaian proses													
		Sikap awal				Sikap pelaksanaan				Sikap akhir					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		

Indikator penilaian keterampilan

Sikap awal

- Kaki dibuka dan lutut ditekuk
- Badan condong ke depan
- Bola berada di depan dahi
- Pandangan ke arah ring basket

Sikap pelaksanaan

- Bola didorong ke arah ring dengan tangan
- Ada gerakan lecutan pergelangan tangan
- Kaki ikut mendorong bola
- Arah gerakan bola parabola

Sikap akhir

- Kaki lurus
- Tangan lurus ke atas
- Badan rileks
- Bola masuk ke ring basket

Keterangan:

4 = jika empat indikator terlihat.

3 = jika tiga indikator terlihat.

2 = jika dua indikator terlihat.

1 = jika satu indikator terlihat.

Rumus Konversi Nilai:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang di peroleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100 = \underline{\hspace{2cm}}$$

### 3. Pelaksanaan Remedial dan Pengayaan

Pelaksanaan remedial dilakukan apabila terdapat siswa mendapatkan nilai kurang dari KKM atau pada kategori kurang (60-74) dan kurang sekali (< 60).

Sedangkan, pengayaan dapat dilakukan pada siswa yang telah mendapatkan nilai baik (85-94) dan sangat baik (95-100). Remedial dan pengayaan dapat dilakukan pada aspek pengetahuan, sikap, dan keterampilan. berikut contoh format remedial dan pengayaan.

#### 1) Remedial

No	Nama	Target kompetensi		Aspek	Materi	Indikator	KKM	Bentuk remedial	Nilai		Ket.
		KI	KD						Awal	akhir	
		4.1	4.1.2								

#### 2) Pengayaan

No	Nama	Target kompetensi		Aspek	Materi	Indikator	KKM	Bentuk pengayaan	Nilai		Ket.
		KI	KD						Awal	akhir	
		4.1	4.1.2								

#### I. Media, Alat dan bahan, Sumber Belajar

##### 1. Media

- a. Gambar : Teknik dasar bola basket
- b. Elektro : LCD, Vidio, TV
- c. Model : Peragaan oleh guru atau peserta didik yang sudah memiliki kemampuan permainan Bola basket

##### 2. Alat dan Bahan

- a. Ruang terbuka yang datar dan aman / lapangan bola basket
- b. Bola basket, cone/corong, stopwatch, peluit

##### 3. Sumber Belajar

Buku Penjasorkes SMA/MA/SMK/MAK Kelas XI ,Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, Jakarta

Klaten, 16 Oktober 2017

Mengetahui  
Guru Pembimbing

Mahasiswa PLT

Setiawan Hardiyanto, S.Pd  
NIP. 19611209 198601 1 002

Adiatma Ikhsan Y. P  
NIM. 14601244012

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah	: SMA N 1 Jogonalan
Mata Pelajaran	: Penjasorkes
Kelas / Semester	: XI (Sebelas)/ satu
Tema	: Permainan Bulu tangkis
Alokasi Waktu	: 1 x 2 x 45 menit (1 pertemuan)

### A. Kompetensi Inti

- KI-1: Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
- KI-2: Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung-jawab, peduli (gotong royong, kerja sama, toleran, damai), santun, responsif dan proaktif 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.
- KI-3: Memahami, menerapkan, menganalisis dan mengevaluasi pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya 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.
- KI-4: Mengolah, menalar, menyaji, dan mencipta dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri serta bertindak secara efektif dan kreatif, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

### B. Kompetensi Dasar

- 3.2. Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu permainan bola kecil serta menyusun rencana perbaikan.
- 4.2. Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu permainan bola kecil sesuai hasil analisis dan kategorisasi.

### C. Indikator pencapaian kompetensi :

- 3.2.2. Menganalisis kategori keterampilan gerak dalam permainan bulu tangkis.
- 4.2.2. Mempraktikkan perbaikan kesalahan gerak dalam permainan bulu tangkis.

#### D. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran diharapkan siswa dapat :

1. Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak permainan bulutangkis dengan menunjukkan nilai sportivitas, kerjasama, dan disiplin.
2. Mempraktikkan perbaikan keterampilan permainan bulu tangkis sesuai hasil analisis dan kategorisasi dengan menunjukkan nilai sportivitas, kerjasama dan disiplin

#### E. Materi Pembelajaran

**Materi Pokok : Aktivitas bulutangkis.**

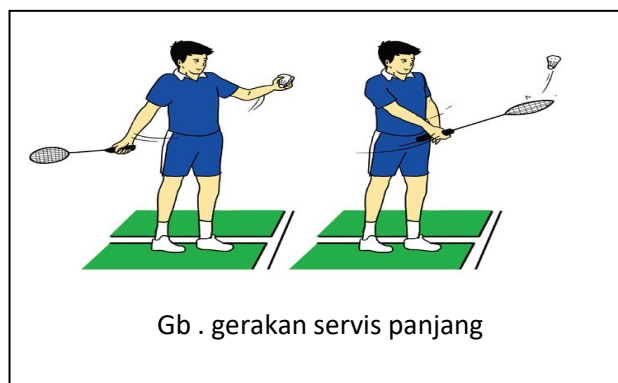
##### 1. Keterampilan gerak servis

Sikap dan cara yang benar dalam memukul servis adalah: bola servis harus masuk di area lapangan servis lawan, posisi kaki tidak menginjak garis saat servis, posisi bola yang akan dipukul tidak boleh lebih tinggi dari pusat pemain yang akan melakukan servis, gerak lanjut (*follow through*) sangat diperlukan agar siap untuk melakukan pukulan berikutnya.

##### a. Gerak Servis Panjang

Cobalah sekarang kalian lakukan dan analisis keterampilan gerak servis panjang melalui urutan gerakan sebagai berikut:

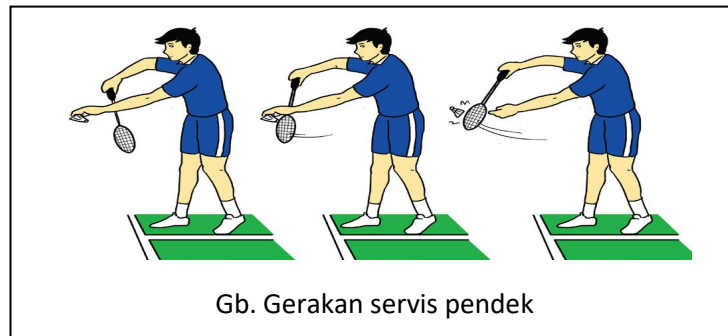
- 1) Berdiri kedua kaki dibuka salah satu di depan keadaan rileks.
- 2) Tangan kiri memegang *shuttlecock*, tangan kanan memegang raket.
- 3) Ayunkan raket dari belakang bawah atas dan lepaskan *shuttlecock* hingga terjadi persentuhan.
- 4) *shuttlecock* harus melambung tinggi.



##### b. Keterampilan gerak servis pendek

Cobalah sekarang kalian lakukan dan analisis keterampilan gerak servis pendek melalui urutan gerakan sebagai berikut:

- 1) Berdiri 10 cm dari garis servis pendek.
- 2) Kaki kanan didepan dan berat badan tertumpu pada kaki kanan.
- 3) Tangan kiri memegang kok dantangan kanan memegang raket.
- 4) Ayunkan raket dengan pelan dan lepaskan kok hingga terjadi persentuhan.
- 5) Persentuhan terjadi dibawah pinggang dan sasarannya garis servis pendek.



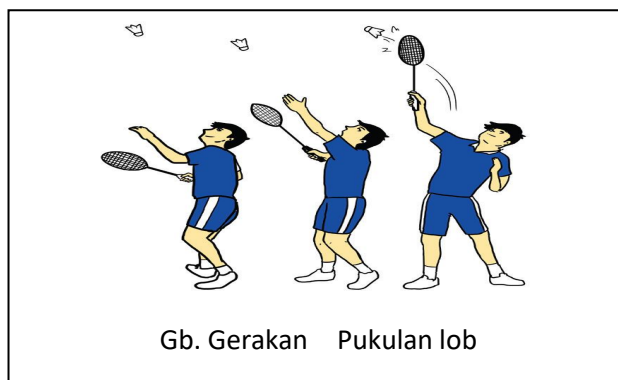
## 2. Keterampilan Gerak Pukulan

### a. Gerak Pukulan *Lob*

Pukulan *lob* dalam bulutangkis dapat berfungsi untuk mengatur serangan.

Cobalah kalian lakukan dan analisis keterampilan gerak pukulan *lob* sebagai berikut:

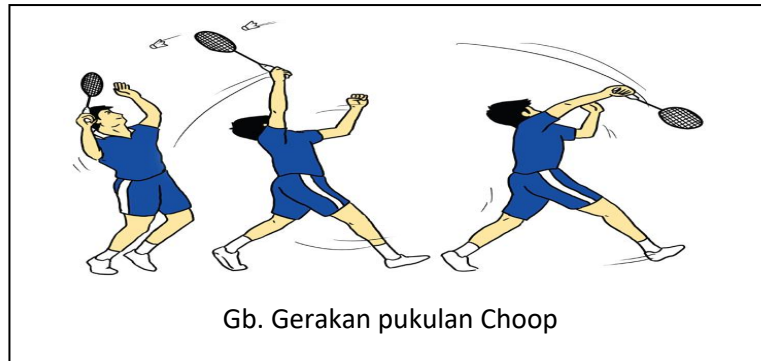
- 1) Posisi siap dengan kaki kiri di depan kaki kanan dibelakang.
- 2) Pandangan ke arah datangnya kok.
- 3) Raket di belakang kepala dimana siku dan bahu harus diatas.
- 4) Persentuhan terjadi di depan atas kepala.
- 5) Sasaran adalah garis belakang.
- 6) Gerak lanjut (*follow through*) sangat diperlukan agar siap untuk melakukan pukulan berikutnya



### b. Gerak Pukulan *Choop*

Cobalah kalian lakukan dan analisis keterampilan gerak pukulan *choop* dapat dilakukan melalui gerakan sebagai berikut:

- 1) Posisi siap dan kaki kiri di depan kaki kanan di belakang.
- 2) Pandangan ke arah datangnya *kock*.
- 3) Raket di belakang kepala di mana siku dan bahu harus diatas.
- 4) Persentuhan terjadi di depan atas kepala.
- 5) Sasaran adalah daerah paling depan dekat net pertahanan lawan.



Gb. Gerakan pukulan Choop

### F. Pendekatan, Model, dan Metode Pembelajaran

Pendekatan : Saintifik

Metode Pembelajaran : Diskusi, Demonstrasi, Game, Part and whole, Resiprocal (timbang balik)

Model : Discovery Learning

### G. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"><li>• Salah satu siswa menyiapkan siswa yang lain untuk berbaris</li><li>• Siswa memimpin doa saat pembelajaran akan dimulai.</li><li>• Guru mengucapkan salam dan mempresensi siswa</li><li>• Guru menyampaikan KD yang akan diajarkan</li><li>• Guru menjelaskan tujuan pembelajaran yang harus dicapai</li><li>• Seorang peserta didik yang dianggap mampu memimpin dan melakukan pemanasan.</li></ul>	15 menit
Kegiatan Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Peserta didik menyimak peragaan teknik <i>servis panjang dan pukulan lob dalam permainan</i> bulutangkis yang dilakukan oleh guru dan peserta didik lain.</li><li>• Guru memfasilitasi dan membimbing Peserta didik dalam melakukan pengamatan.</li></ul>	105 menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Masing-masing kelompok berdiskusi mengurutkan tahapan teknik <i>servis panjang dan pukulan lob</i> dalam bulutangkis yang benar.</li> <li>• Secara bergilir setiap kelompok diberi kesempatan memperagakan latihan teknik <i>servis panjang dan pukulan lob</i> dalam bulutangkis yang benar.</li> <li>• Siswa mengajukan pertanyaan mengenai teknik <i>servis panjang dan pukulan lob</i> bulutangkis yang belum dipahami.</li> <li>• Guru memberi kesempatan bagi peserta didik lain yang ingin menanggapi atau menjawab pertanyaan Peserta didik.</li> </ul> <p>Mencoba/mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru mengatur formasi barisan peserta didik.</li> <li>• Peserta didik melakukan teknik <i>pukulan servis panjang dan pukulan lob</i> dalam bulutangkis secara berpasangan .</li> <li>• Guru menilai keaktifan dan kerjasama kelompok peserta didik dalam melakukan latihan teknik dasar bulutangkis.</li> </ul> <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik menilai gerakan teknik <i>pukulan servis panjang dan pukulan lob</i> bulutangkis secara individu maupun teman sejawat.</li> <li>• Guru menilai kemampuan peserta didik mengolah informasi dalam mengurutkan tahapan teknik <i>forehand dropshot</i> bulutangkis.</li> </ul> <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik menampilkan gerakan teknik pukulan panjang dan pukulan lob bulutangkis berdasarkan hasil penilaian secara individu maupun penilaian dari teman sejawat</li> <li>• Bermain bulu tangkis menekankan pada teknik <i>pukulan servis panjang dan pukulan lob</i></li> </ul>	

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Guru mengamati keterampilan peserta didik selama permainan untuk dijadikan bahan penilain.</li> </ul>	
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>Melakukan pelepasan</li> <li>Melakukan tanya-jawab dengan peserta didik yang berkenaan dengan materi pembelajaran yang telah diberikan.</li> <li>Menginformasikan tentang materi (ujian, materi terkait, materi lain) pada pertemuan berikutnya</li> <li>Berdoa dan bersalaman.</li> </ol>	15 menit

## H. Penilaian

### 1) Teknik Penilaian

- Penilaian sikap : observasi, penilaian diri,
- Penilaian kognitif : tes tertulis, tes lisan, portofolio
- Penilaian psikomotor : observasi

### 2) Instrumen penilaian

- Penilaian Sikap

#### Rubrik Penilaian Sikap

No	Nama Siswa/ Kelompok	Disiplin				Jujur				Tanggung Jawab				Santun				Total Skor
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
dst																		

Keterangan:

Indikator Penilaian Sikap

#### Disiplin

- Tertib mengikuti intruksi
- Mengerjakan tugas tepat waktu

- 3) Tidak melakukan kegiatan yang tidak diminta
- 4) Tidak membuat kondisi kelas menjadi tidak kondus

**Jujur**

- 1) Menyampaikan sesuatu berdasarkan keadaan yang sebenarnya
- 2) Tidak menutupi kesalahan yang terjadi
- 3) Tidak mencontek atau melihat data/pekerjaan orang lain
- 4) Mencantumkan sumber belajar dari yang dikutip/dipelajari

**Tanggung Jawab**

- 2) Pelaksanaan tugas piket secara teratur.
- 3) Peran serta aktif dalam kegiatan diskusi kelompok
- 4) Mengajukan usul pemecahan masalah.
- 5) Mengerjakan tugas sesuai yang ditugaskan

**Santun**

- 1) Berinteraksi dengan teman secara ramah
- 2) Berkomunikasi dengan bahasa yang tidak menyinggung perasaan
- 3) Menggunakan bahasa tubuh yang bersahabat
- 4) Berperilaku sopan

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 4 = \underline{\hspace{2cm}}$$

Jumlah skor maksimal

b. Penilaian Pengetahuan

Tabel Kisi-Kisi dan Soal bulu tangkis

Kompetensi Dasar	Indikator	Indikator Soal	Jenis Soal	Soal
3.2. Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu permainan bola kecil serta menyusun	3.2.2. Menganalisis kategori keterampilan gerak dalam permainan bulu tangkis.	1. Menyebutkan cara memegang raket dalam permainan bulu tangkis. 2. Menjelaskan teknik dasar servis forehand panjang dalam permainan	Tes tertulis	1. Sebutkan 2 jenis cara memegang raket da lam permainan bulutangkis ! 2. Jelaskan teknik pelaksanaan servis forehand panjang dalam permainan bulu tankis ! 3. Jelaskan teknik

Kompetensi Dasar	Indikator	Indikator Soal	Jenis Soal	Soal
rencana perbaikan.		bulutangkis 3. Menjelaskan teknik dasar pukulan lob dalam permainan bulu tangkis		pelaksanaan pukulan lob dalam permainan bulutangkis !

Rubrik pengetahuan permainan bola besar bola basket

Keterangan:

Indikator penilaian pengetahuan

1. Jenis pegangan raket dalam permainan bulu tangkis :

- Pegangan inggris
- Pegangan gebuk kasur
- Pegangan backhand

Jika menjawab 2 dengan benar skor 2

Jika menjawab 1 dengan benar skor 1

2. Teknik melakukan servis forehand panjang dalam permainan bulutangkis

- Berdiri kedua kaki dibuka salah satu di depan keadaan rileks.
- Tangan kiri memegang *shuttlecock*, tangan kanan memegang raket.
- Ayunkan raket dari belakang bawah atas dan lepaskan *shuttlecock* hingga terjadi persentuhan.
- *shuttlecock* harus melambung tinggi.

Jika menjawab 4 dengan benar skor 4

Jika menjawab 3 dengan benar skor 3

Jika menjawab 2 dengan benar skor 2

Jika menjawab 1 dengan benar skor 1

3. Teknik melakukan pukulan lob dalam permainan bulu tangkis

- Posisi siap dengan kaki kiri di depan kaki kanan dibelakang.
- Pandangan ke arah datangnya kok.
- Raket di belakang kepala dimana siku dan bahu harus diatas.
- Persentuhan terjadi di depan atas kepala.
- Sasaran adalah garis belakang.

- Gerak lanjut (*follow through*) sangat diperlukan agar siap untuk melakukan pukulan berikutnya.

Jika menjawab 5 penyebab dengan benar skor 4

Jika menjawab 4 penyebab dengan benar skor 3

Jika menjawab 3 penyebab dengan benar skor 2

Jika menjawab 2 perbedaan dengan benar skor 1

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100 = \underline{\hspace{2cm}}$$

c. Penilaian Keterampilan

Tabel Keterampilan Permainan bulu tangkis

No	Nama Siswa	Penilaian keterampilan gerak pukulan lob												Skor akhir	Ket.
		Penilaian proses													
		Sikap awal				Sikap pelaksanaan				Sikap akhir					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		

Indikator penilaian keterampilan

Sikap awal

- Berdiri kedua kaki dibuka salah satu di depan keadaan rileks.
- Tangan kiri memegang *shuttlecock*,
- Tangan kanan memegang raket.
- Berat badan dikaki belakang

Sikap pelaksanaan

- Lepaskan *shuttlecock* dari tangan
- Ayunkan raket dari belakang bawah atas
- Pindahkan berat badan ke kaki depan
- Pukul *shuttlecock* melambung tinggi

Sikap akhir

- Langkahkan kaki belakang ke depan
- Raket siap berada di depan kepala
- Pandangan ke arah bola
- Berdiri siap melakukan pukulan selanjutnya

Keterangan:

4 = jika empat indikator terlihat.

3 = jika tiga indikator terlihat.

2 = jika dua indikator terlihat.

1 = jika satu indikator terlihat.

Rumus Konversi Nilai:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang di peroleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100 = \underline{\hspace{2cm}}$$

### 3. Pelaksanaan Remedial dan Pengayaan

Pelaksanaan remedial dilakukan apabila terdapat siswa mendapatkan nilai kurang dari KKM atau pada kategori kurang (60-74) dan kurang sekali (< 60).

Sedangkan, pengayaan dapat dilakukan pada siswa yang telah mendapatkan nilai baik (85-94) dan sangat baik (95-100). Remedial dan pengayaan dapat dilakukan pada aspek pengetahuan, sikap, dan keterampilan. berikut contoh format remedial dan pengayaan.

#### 1) Remedial

No	Nama	Target kompetensi		Aspek	Materi	Indikator	KKM	Bentuk remedial	Nilai		Ket.
		KI	KD						Awal	akhir	
		4.1	4.1.2								

#### 2) Pengayaan

No	Nama	Target kompetensi		Aspek	Materi	Indikator	KKM	Bentuk pengayaan	Nilai		Ket.
		KI	KD						Awal	akhir	
		4.1	4.1.2								

### I. Media, Alat dan bahan, Sumber Belajar

#### 1. Media

- Gambar : teknik dasar bulu tangkis
- Elektro : LCD, Vidio, TV
- Model : peragaan oleh guru atau peserta didik yang sudah memiliki kemampuan permainan Bulu tangkis

#### 2. Alat dan Bahan

- Ruang terbuka dan tertutup yang datar dan aman / lapangan bulu tangkis

b. Raket,shuttlecock,net,cone/corong,stopwatch,peluit

3. Sumber Belajar

Buku Penjasorkes SMA/MA/SMK/MAK Kelas XI ,Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan,Jakarta

Klaten, 17 Oktober 2017

Mengetahui

Guru Pembimbing

Mahasiswwa PLT

Setiawan Hardiyanto, S.Pd

NIP. 19611209 198601 1 002

Adiatma Ikhsan Y. P

NIM. 14601244012



**PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**SMA NEGERI 1 JOGONALAN**

Alamat: Jalan Raya Klaten-Jogja Km 7/23, Prawatan, Jogonalan, Klaten Telepon (0272)324365

Http://www.smunjogsakltn.sch.id, Email: info@smunjogsakltn.sch.id

**DAFTAR HADIR SISWA**

Nama Sekolah : SMA NEGERI 1 JOGONALAN

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/Semester : XI IPA 1/1

Tahun Pelajaran : 2017/2018

Wali Kelas : Dra. Sri Hastuti, M.Pd.

No	Nama	L/ P	Bulan: 9,10,11				S	I	A	Jumlah
			25	9	23	30				
1	Adhellia Therry Tio	P	√	√	√	√				
2	Akmal Ibrahim	L	√	√	√	√				
3	Anindita Ari Sukma	P	√	√	√	√				
4	Annisa Rohmah Zulyana	P	√	√	√	√				
5	Anong Prastyo	L	√	√	√	√				
6	Az'Zahra Reysita Wangi	P	√	√	√	√				
7	Cahromah Sri Setianing Rahayu	P	√	√	√	√				
8	Dania Astri Utami	P	√	√	√	√				
9	Dinda Royana	P	√	√	√	√				
10	Ema Kusumawati	P	√	√	√	√				
11	Endang Werdiningsih	P	√	√	√	√				
12	Erna Febriana	P	S	√	√	√	1			
13	Fatimah Az Zahra	P	√	√	√	√				
14	Febry Dita Anggraini	P	√	√	√	√				
15	Fia Rosalinda	P	√	√	√	√				
16	Fillah Nur Akbar	L	√	√	√	√				
17	Firly Assma'Ussyifa	P	√	√	√	√				
18	Gustya Anindya Subagyo	P	√	√	√	√				
19	Ignas Fawwaz Tantri	P	√	√	√	√				
20	Ihsan Tri Hadi	L	√	√	√	√				
21	Ikhsan Zul Fahmi	L	√	√	√	√				
22	Kevin Chaerolis Yulianto	L	√	√	√	√				
23	Maulana Lutfi Febriansyah	L	√	√	√	√				
24	Muh Ihsanul Fajri	L	√	√	√	√				
25	Nafiatun Khasanah	P	√	√	√	√				
26	Nur Ria Wati Saputri	P	√	√	√	√				
27	Nur Halimah	P	√	√	√	I		1		
28	Pradita Siwi Ramadhani	P	√	√	√	√				
29	Rhiris Coryah Shanjaya	P	√	√	√	√				
30	Rika Fajar Nur Khayati	P	√	√	√	√				
31	Rosa Damayanti	P	√	√	√	√				
32	Taravia Purbosari	P	√	√	√	√				
33	Tassa Rizki Aryani	P	√	√	√	√				
34	Ulfi Ariyani	P	√	√	√	√				

35	Wahyu Nur Rohman	L	√	√	√	√				
36	Wira Andi Pamungkas	L	√	√	√	√				
37	Zuhriyya Fisabilla	P	√	√	√	√				

## DAFTAR HADIR SISWA

Nama Sekolah : SMA NEGERI 1 JOGONALAN

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/Semester : XI IPA 2/1

Tahun Pelajaran : 2017/2018

Wali Kelas : Maringan Siahaan, S.Pd.

No	Nama	L/ P	Bulan: 9,10,11				S	I	A	Jumlah
			25	9	23	30				
1	Alsya Puteri Zalris	P	√	√	√	√				
2	Andika Syah Putra Pratama	L	√	√	√	√				
3	Anisa Wahyu Ningrum	P	√	√	√	√				
4	Bella Gunta Agesang Mukti	P	√	√	√	√				
5	Bena Avisia	P	√	√	√	√				
6	Dilla Deviana	P	√	√	√	√				
7	Dita Anggraini Puspita Sari	P	√	√	√	√				
8	Dyah Rivalda Arifiana	P	√	√	√	√				
9	Ernanda Galuh Pratiwi	P	√	√	√	√				
10	Faradisa Rachmandhani Nurviana	P	√	√	√	√				
11	Fia Nursanti	P	√	√	√	√				
12	Hanang Prabowo	L	√	√	√	√				
13	Ilham Cahyo Raharjo	L	√	√	√	√				
14	Kijaq Dwi Arfian	L	√	√	√	√				
15	Lisa Dwi Subekti	P	√	√	√	√				
16	Meilita Endah Rahayu	L	√	√	√	√				
17	Muhamad Audi	L	√	√	√	√				
18	Muhammad Isnanda Nurman Sanjaya	L	√	√	√	√				
19	Muhammad Syidiq Susanto	L	√	√	√	√				
20	Nabila Salwa Azzahra	P	√	√	√	√				
21	Nanda Puspitaningtyas	P	√	√	√	√				
22	Novan Avif Ardiansyah	L	√	√	√	√				
23	Padma Cahyaning Pertiwi	P	√	√	√	√				
24	Pradana Aldi Musthofa	L	√	√	√	√				
25	Rama S Bareta	L	√	√	√	√				
26	Ririn Zulail	P	√	√	√	√				
27	Salma Rosita	P	√	√	√	√				
28	Selly Adelia Putri	P	√	√	√	√				
29	Septia Catur Anggraeni	P	√	√	√	√				
30	Septiana Tanti Dwi Rahayu	P	√	√	√	√				
31	Shelomita Zayndafa Firdauscha	P	√	√	√	√				
32	Soya Karerra	P	√	√	√	√				
33	Umroatun Latifah Rachmawati	P	√	√	√	√				
34	Witantri	P	√	√	√	√				
35	Yosan Permana Putra	L	√	√	√	√				
36	Yuli Antika	P	√	√	√	√				
37	Zahra Fauziyah	P	√	√	√	√				

## DAFTAR HADIR SISWA

Nama Sekolah : SMA NEGERI 1 JOGONALAN

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/Semester : XI IPA 4/1

Tahun Pelajaran : 2017/2018

Wali Kelas : Setyawan Hadiyanto, S.Pd.

No	Nama	L/ P	Bulan: 9,10,11				S	I	A	Jumlah
			26	10	24	31				
1	Adelia Febriana	P	√	√	√	√				
2	Adhe Cahyaningtyas	P	√	√	√	√				
3	Albert Andhika Endratama	L	√	√	√	√				
4	Amanda Septia Pratiwi	P	√	√	√	√				
5	Anastasya Jessica Indratno	P	√	√	√	√				
6	Andromedha	L	√	√	√	√				
7	Athalia Tri Prananingtyas	P	√	√	√	√				
8	Bagas Widya Purnama Putra	L	√	√	√	√				
9	Bhargo Hare Nanda Gopala	L	√	√	√	S	1			
10	Bhitania Diana Putri	P	√	√	√	√				
11	Catur Handanu	L	√	√	√	√				
12	Cindy Kurnia Saputri	P	√	√	√	√				
13	Destian Prasanto	L	√	√	√	√				
14	Enjelika S	P	√	√	√	√				
15	Eryna Perwita Sari	P	√	I	√	√		1		
16	Ganis Aisyiah Purwaningsih	P	√	√	√	√				
17	Ikhsan Wahyu Wiraputra	L	√	√	√	√				
18	Illa Syahrin	P	√	√	√	√				
19	Irham Danandjaya	L	√	√	√	√				
20	Irvan Hakim D	L	√	√	√	√				
21	Latifah Cahyaningrum	P	√	√	√	√				
22	Ma' ruf Islamudin	L	√	√	√	√				
23	Meita Kusumastuti	P	√	√	√	√				
24	Qorina Vivianty Fajrin	P	√	√	√	√				
25	Rafika Yunianti	P	√	√	√	S	1			
26	Rangga Prasetyoadi	L	√	√	√	√				
27	Rani Damayanti	P	√	√	√	√				
28	Rossana Fanny Jessica	P	√	√	√	√				
29	Salsabila Meriska Putri	P	√	√	√	√				
30	Septi Tri Wulandari	P	√	√	√	√				
31	Susi Puryani	P	√	√	√	√				
32	Theresia Sinta Kusumawati	P	√	√	√	√				
33	Thomas Wisnubrata	L	√	A	√	√			1	
34	Vincencia Setyaningtyas Ari Fardani	P	√	√	√	√				
35	Wahyu Jati Mukti Abadi	L	√	√	√	√				
36	Wari Kusuma Dewi	P	√	√	√	√				
37	Winda Nur Aisyah	P	√	√	√	√				

## DAFTAR HADIR SISWA

Nama Sekolah : SMA NEGERI 1 JOGONALAN

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/Semester : XI IPS 3/1

Tahun Pelajaran : 2017/2018

Wali Kelas : Erfak Udin, S.Pd.

No	Nama	L/ P	Bulan: 9,10,11					S	I	A	Jumlah
			29	13	20	27	3				
1	Adisa Sofia Nuraini	P	√	√	√	√	√				
2	Andre Parana Surya	L	√	√	√	√	√				
3	Anis Al Enung Nurjanah	P	√	√	√	√	√				
4	Ari Kartika Dwi Jayanti	P	√	√	√	√	√				
5	Aulia Naura Fitriyana	L	√	√	√	√	√				
6	Azizah Fauziyyah Muninggar	P	√	√	√	√	√				
7	Azka Salma Kamila	P	√	√	√	√	√				
8	Dewi Astriani	P	√	√	√	√	√				
9	Dewi Khofifah	P	√	√	√	√	√				
10	Diana Rahmawati Indrarista	P	√	√	√	√	√				
11	Difa Zalsabella Putrianto	P	√	√	√	√	√				
12	Ela Isnaya Devi	P	√	√	√	√	√				
13	Elda Harits Fauzan	L	√	√	√	√	√				
14	Fatmawati	P	√	√	√	√	√				
15	Ferri Tri Anggoro	L	√	√	√	√	√				
16	Hasfah Irlin Zuchria	P	√	√	√	√	√				
17	Ika Marlina	P	√	√	√	√	√				
18	Illa Tanza Azhari	P	√	√	√	√	√				
19	Indy Damayanti Utami	P	√	√	√	√	√				
20	Ludfita Amalia Putri	P	√	√	√	√	√				
21	Meylia Safira	P	√	√	√	√	√				
22	Metha Januarizka	P	√	√	√	√	√				
23	Muhammad Chaerul Ichsan	L	√	√	√	√	√				
24	Rafifa Ilmi Muhana	P	√	√	√	√	√				
25	Rifqi Alauddin	L	√	√	√	√	√				
26	Salma Nur Nabillah	P	√	√	√	√	√				
27	Sekar Ayu Islami	P	√	√	√	√	√				
28	Siti Nur Azizah	P	√	√	√	√	√				
29	Tri Marya Fidiyaningrum	P	√	√	√	√	√				
30	Wildan Hidayat	L	√	√	√	√	√				
31	Wisnu Yoga Pratama	L	√	√	√	√	√				
32	Arfan Nur Irmawan	L	√	√	√	√	√				
33	Fitri Padmawati Suyono	P	√	√	√	√	√				
34	Cindy Fajri Islamy Putri	P	√	√	√	√	√				



**PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**SMA NEGERI 1 JOGONALAN**

Alamat: Jalan Raya Klaten-Jogja Km 7/23, Prawatan, Jogonalan, Klaten Telepon (0272)324365

Http://www.smunjogsakltn.sch.id, Email: info@smunjogsakltn.sch.id

---

**DAFTAR NILAI SISWA**

Nama Sekolah : SMA NEGERI 1 JOGONALAN

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/Semester : XI IPA 1/1

Tahun Pelajaran : 2017/2018

Materi : Sepak Bola

No	Nama	Aspek Yang Dinilai		
		Kognitif	Afektif	Psikomotor
1	Adhellia Therry Tio	88	4	80
2	Akmal Ibrahim	86	4	80
3	Anindita Ari Sukma	88	4	82
4	Annisa Rohmah Zulyana	90	4	82
5	Anong Prastyo	94	4	88
6	Az'Zahra Reysita Wangi	94	4	82
7	Cahromah Sri Setianing Rahayu	90	4	80
8	Dania Astri Utami	88	4	82
9	Dinda Royana	90	4	82
10	Ema Kusumawati	96	4	86
11	Endang Werdiningsih	90	4	80
12	Erna Febriana	90	4	80
13	Fatimah Az Zahra	90	4	86
14	Febry Dita Anggraini	92	4	82
15	Fia Rosalinda	92	4	80
16	Fillah Nur Akbar	86	4	86
17	Firly Assma'Ussyifa	88	4	80
18	Gustya Anindya Subagyo	92	4	80
19	Ignas Fawwaz Tantri	90	4	80
20	Ihsan Tri Hadi	92	4	82

21	Ikhsan Zul Fahmi	92	4	88
22	Kevin Chaerolis Yulianto	94	4	86
23	Maulana Lutfi Febriansyah	90	4	82
24	Muh Ihsanul Fajri	90	4	82
25	Nafiatun Khasanah	92	4	80
26	Nur Ria Wati Saputri	92	4	80
27	Nur Halimah	88	4	86
28	Pradita Siwi Ramadhani	94	4	84
29	Rhiris Coryah Shanjaya	92	4	82
30	Rika Fajar Nur Khayati	90	4	82
31	Rosa Damayanti	90	4	80
32	Taravia Purbosari	92	4	88
33	Tassa Rizki Aryani	94	4	80
34	Ulfi Ariyani	92	4	80
35	Wahyu Nur Rohman	90	4	80
36	Wira Andi Pamungkas	92	4	82
37	Zuhriyya Fisabilla	88	4	80

## DAFTAR NILAI SISWA

Nama Sekolah : SMA NEGERI 1 JOGONALAN

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/Semester : XI IPA 1/1

Tahun Pelajaran : 2017/2018

Materi : Senam Aerobik

No	Nama	Aspek Yang Dinilai		
		Kognitif	Afektif	Psikomotor
1	Adhellia Therry Tio	88	4	80
2	Akmal Ibrahim	86	4	80
3	Anindita Ari Sukma	88	4	82
4	Annisa Rohmah Zulyana	90	4	82
5	Anong Prastyo	94	4	88
6	Az'Zahra Reysita Wangi	94	4	82
7	Cahromah Sri Setianing Rahayu	90	4	80
8	Dania Astri Utami	88	4	82
9	Dinda Royana	90	4	82
10	Ema Kusumawati	96	4	86
11	Endang Werdiningsih	90	4	80
12	Erna Febriana	90	4	80
13	Fatimah Az Zahra	90	4	86
14	Febry Dita Anggraini	92	4	82
15	Fia Rosalinda	92	4	80
16	Fillah Nur Akbar	86	4	86
17	Firly Assma'Ussyifa	88	4	80
18	Gustya Anindya Subagyo	92	4	80
19	Ignas Fawwaz Tantri	90	4	80
20	Ihsan Tri Hadi	92	4	82
21	Ikhsan Zul Fahmi	92	4	88
22	Kevin Chaerolis Yulianto	94	4	86
23	Maulana Lutfi Febriansyah	90	4	82
24	Muh Ihsanul Fajri	90	4	82
25	Nafiatun Khasanah	92	4	80

26	Nur Ria Wati Saputri	92	4	80
27	Nur Halimah	88	4	86
28	Pradita Siwi Ramadhani	94	4	84
29	Rhiris Coryah Shanjaya	92	4	82
30	Rika Fajar Nur Khayati	90	4	82
31	Rosa Damayanti	90	4	80
32	Taravia Purbosari	92	4	88
33	Tassa Rizki Aryani	94	4	80
34	Ulfi Ariyani	92	4	80
35	Wahyu Nur Rohman	90	4	80
36	Wira Andi Pamungkas	92	4	82
37	Zuhriyya Fisabilla	88	4	80

## DAFTAR NILAI SISWA

Nama Sekolah : SMA NEGERI 1 JOGONALAN

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/Semester : XI IPA 2/1

Tahun Pelajaran : 2017/2018

Materi : Sepak Bola

No	Nama	Aspek Yang Dinilai		
		Kognitif	Afektif	Psikomotor
1	Alsya Puteri Zalris	98	4	88
2	Andika Syah Putra Pratama	98	4	88
3	Anisa Wahyu Ningrum	86	4	80
4	Bella Gunta Agesang Mukti	82	4	80
5	Bena Avisia	82	4	82
6	Dilla Deviana	96	4	88
7	Dita Anggraini Puspita Sari	98	4	86
8	Dyah Rivalda Arifiana	88	4	80
9	Ernanda Galuh Pratiwi	88	4	88
10	Faradisa Rachmandhani Nurviana	86	4	86
11	Fia Nursanti	82	4	82
12	Hanang Prabowo	82	4	80
13	Ilham Cahyo Raharjo	82	4	82
14	Kijaq Dwi Arfian	84	4	80
15	Lisa Dwi Subekti	86	4	80
16	Meilita Endah Rahayu	86	4	82
17	Muhamad Audi	98	4	88
18	Muhammad Isnanda Nurman Sanjaya	88	4	82
19	Muhammad Syidiq Susanto	86	4	84
20	Nabila Salwa Azzahra	98	4	82
21	Nanda Puspitaningtyas	88	4	88
22	Novan Avif Ardiansyah	82	4	88
23	Padma Cahyaning Pertiwi	96	4	80
24	Pradana Aldi Musthofa	96	4	80
25	Rama S Bareta	96	4	80

26	Ririn Zulail	98	4	82
27	Salma Rosita	84	4	82
28	Selly Adelia Putri	84	4	80
29	Septia Catur Anggraeni	96	4	82
30	Septiana Tanti Dwi Rahayu	88	4	88
31	Shelomita Zayndafa Firdauscha	96	4	80
32	Soya Karerra	90	4	88
33	Umroatun Latifah Rachmawati	88	4	80
34	Witantri	86	4	82
35	Yosan Permana Putra	86	4	80
36	Yuli Antika	86	4	82
37	Zahra Fauziyah	86	4	80

## DAFTAR NILAI SISWA

Nama Sekolah : SMA NEGERI 1 JOGONALAN

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/Semester : XI IPA 2/1

Tahun Pelajaran : 2017/2018

Materi : Senam Aerobik

No	Nama	Aspek Yang Dinilai		
		Kognitif	Afektif	Psikomotor
1	Alsya Puteri Zalris	98	4	88
2	Andika Syah Putra Pratama	98	4	88
3	Anisa Wahyu Ningrum	86	4	80
4	Bella Gunta Agesang Mukti	82	4	80
5	Bena Avisia	82	4	82
6	Dilla Deviana	96	4	88
7	Dita Anggraini Puspita Sari	98	4	86
8	Dyah Rivalda Arifiana	88	4	80
9	Ernanda Galuh Pratiwi	88	4	88
10	Faradisa Rachmandhani Nurviana	86	4	86
11	Fia Nursanti	82	4	82
12	Hanang Prabowo	82	4	80
13	Ilham Cahyo Raharjo	82	4	82
14	Kijaq Dwi Arfian	84	4	80
15	Lisa Dwi Subekti	86	4	80
16	Meilita Endah Rahayu	86	4	82
17	Muhamad Audi	98	4	88
18	Muhammad Isnanda Nurman Sanjaya	88	4	82
19	Muhammad Syidiq Susanto	86	4	84
20	Nabila Salwa Azzahra	98	4	82
21	Nanda Puspitaningtyas	88	4	88
22	Novan Avif Ardiansyah	82	4	88
23	Padma Cahyaning Pertiwi	96	4	80
24	Pradana Aldi Musthofa	96	4	80
25	Rama S Bareta	96	4	80

26	Ririn Zulail	98	4	82
27	Salma Rosita	84	4	82
28	Selly Adelia Putri	84	4	80
29	Septia Catur Anggraeni	96	4	82
30	Septiana Tanti Dwi Rahayu	88	4	88
31	Shelomita Zayndafa Firdauscha	96	4	80
32	Soya Karerra	90	4	88
33	Umroatun Latifah Rachmawati	88	4	80
34	Witantri	86	4	82
35	Yosan Permana Putra	86	4	80
36	Yuli Antika	86	4	82
37	Zahra Fauziyah	86	4	80

## DAFTAR NILAI SISWA

Nama Sekolah : SMA NEGERI 1 JOGONALAN

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/Semester : XI IPA 4/1

Tahun Pelajaran : 2017/2018

Materi : Sepak Bola

No	Nama	Aspek Yang Dinilai		
		Kognitif	Afektif	Psikomotor
1	Adelia Febriana	92	4	88
2	Adhe Cahyaningtyas	92	4	88
3	Albert Andhika Endratama	86	4	80
4	Amanda Septia Pratiwi	88	4	82
5	Anastasya Jessica Indratno	90	4	80
6	Andromedha	92	4	86
7	Athalia Tri Prananingtyas	90	4	88
8	Bagas Widya Purnama Putra	98	4	80
9	Bhargo Hare Nanda Gopala	90	4	80
10	Bhitania Diana Putri	90	4	84
11	Catur Handanu	98	4	80
12	Cindy Kurnia Saputri	90	4	82
13	Destian Prasanto	98	4	82
14	Enjelika S	86	4	86
15	Eryna Perwita Sari	86	4	80
16	Ganis Aisyiah Purwaningsih	90	4	80
17	Ikhsan Wahyu Wiraputra	92	4	88
18	Illa Syahrin	90	4	82
19	Irham Danandjaya	90	4	84
20	Irvan Hakim D	98	4	88
21	Latifah Cahyaningrum	98	4	86
22	Ma'ruf Islamudin	90	4	80
23	Meita Kusumastuti	88	4	88
24	Qorina Vivianty Fajrin	90	4	88
25	Rafika Yunianti	92	4	86

26	Rangga Prasetyoadi	92	4	88
27	Rani Damayanti	94	4	80
28	Rossana Fanny Jessica	90	4	80
29	Salsabila Meriska Putri	90	4	86
30	Septi Tri Wulandari	90	4	82
31	Susi Puryani	90	4	88
32	Theresia Sinta Kusumawati	98	4	86
33	Thomas Wisnubrata	90	4	80
34	Vincencia Setyaningtyas Ari Fardani	92	4	80
35	Wahyu Jati Mukti Abadi	88	4	80
36	Wari Kusuma Dewi	90	4	84
37	Winda Nur Aisyah	88	4	82

## DAFTAR NILAI SISWA

Nama Sekolah : SMA NEGERI 1 JOGONALAN

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/Semester : XI IPA 4/1

Tahun Pelajaran : 2017/2018

Materi : Senam Aerobik

No	Nama	Aspek Yang Dinilai		
		Kognitif	Afektif	Psikomotor
1	Adelia Febriana	92	4	88
2	Adhe Cahyaningtyas	92	4	88
3	Albert Andhika Endratama	86	4	80
4	Amanda Septia Pratiwi	88	4	82
5	Anastasya Jessica Indratno	90	4	80
6	Andromedha	92	4	86
7	Athalia Tri Prananingtyas	90	4	88
8	Bagas Widya Purnama Putra	98	4	80
9	Bhargo Hare Nanda Gopala	90	4	80
10	Bhitania Diana Putri	90	4	84
11	Catur Handanu	98	4	80
12	Cindy Kurnia Saputri	90	4	82
13	Destian Prasanto	98	4	82
14	Enjelika S	86	4	86
15	Eryna Perwita Sari	86	4	80
16	Ganis Aisyiah Purwaningsih	90	4	80
17	Ikhsan Wahyu Wiraputra	92	4	88
18	Illa Syahrin	90	4	82
19	Irham Danandjaya	90	4	84
20	Irvan Hakim D	98	4	88
21	Latifah Cahyaningrum	98	4	86
22	Ma'ruf Islamudin	90	4	80
23	Meita Kusumastuti	88	4	88
24	Qorina Vivianty Fajrin	90	4	88
25	Rafika Yunianti	92	4	86

26	Rangga Prasetyoadi	92	4	88
27	Rani Damayanti	94	4	80
28	Rossana Fanny Jessica	90	4	80
29	Salsabila Meriska Putri	90	4	86
30	Septi Tri Wulandari	90	4	82
31	Susi Puryani	90	4	88
32	Theresia Sinta Kusumawati	98	4	86
33	Thomas Wisnubrata	90	4	80
34	Vincencia Setyaningtyas Ari Fardani	92	4	80
35	Wahyu Jati Mukti Abadi	88	4	80
36	Wari Kusuma Dewi	90	4	84
37	Winda Nur Aisyah	88	4	82

## DAFTAR NILAI SISWA

Nama Sekolah : SMA NEGERI 1 JOGONALAN

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/Semester : XI IPS 3/1

Tahun Pelajaran : 2017/2018

Materi : Sepak Bola

No	Nama	Aspek Yang Dinilai		
		Kognitif	Afektif	Psikomotor
1	Adisa Sofia Nuraini	86	4	88
2	Andre Parana Surya	86	4	88
3	Anis Al Enung Nurjanah	88	4	80
4	Ari Kartika Dwi Jayanti	82	4	80
5	Aulia Naura Fitriyana	80	4	82
6	Azizah Fauziyyah Muninggar	90	4	88
7	Azka Salma Kamila	90	4	86
8	Dewi Astriani	88	4	82
9	Dewi Khofifah	82	4	80
10	Diana Rahmawati Indrarista	88	4	80
11	Difa Zalsabella Putrianto	90	4	80
12	Ela Isnaya Devi	86	4	80
13	Elda Harits Fauzan	88	4	80
14	Fatmawati	80	4	82
15	Ferri Tri Anggoro	80	4	82
16	Hasfah Irlin Zuchria	88	4	82
17	Ika Marlina	90	4	88
18	Illa Tanza Azhari	82	4	86
19	Indy Damayanti Utami	88	4	82
20	Ludfita Amalia Putri	90	4	88
21	Meylia Safira	82	4	80
22	Metha Januarizka	80	4	80
23	Muhammad Chaerul Ichsan	92	4	88
24	Rafifa Ilmi Muhana	90	4	88
25	Rifqi Alauddin	88	4	86

26	Salma Nur Nabillah	90	4	86
27	Sekar Ayu Islami	86	4	80
28	Siti Nur Azizah	80	4	80
29	Tri Marya Fidiyaningrum	88	4	82
30	Wildan Hidayat	86	4	80
31	Wisnu Yoga Pratama	90	4	88
32	Arfan Nur Irmawan	90	4	88
33	Fitri Padmawati Suyono	88	4	80
34	Cindy Fajri Islamy Putri	88	4	80

## DAFTAR NILAI SISWA

Nama Sekolah : SMA NEGERI 1 JOGONALAN

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/Semester : XI IPS 3/1

Tahun Pelajaran : 2017/2018

Materi : Senam Aerobik

No	Nama	Aspek Yang Dinilai		
		Kognitif	Afektif	Psikomotor
1	Adisa Sofia Nuraini	86	4	88
2	Andre Parana Surya	86	4	88
3	Anis Al Enung Nurjanah	88	4	80
4	Ari Kartika Dwi Jayanti	82	4	80
5	Aulia Naura Fitriyana	80	4	82
6	Azizah Fauziyyah Muninggar	90	4	88
7	Azka Salma Kamila	90	4	86
8	Dewi Astriani	88	4	82
9	Dewi Khofifah	82	4	80
10	Diana Rahmawati Indrarista	88	4	80
11	Difa Zalsabella Putrianto	90	4	80
12	Ela Isnaya Devi	86	4	80
13	Elda Harits Fauzan	88	4	80
14	Fatmawati	80	4	82
15	Ferri Tri Anggoro	80	4	82
16	Hasfah Irlin Zuchria	88	4	82
17	Ika Marlina	90	4	88
18	Illa Tanza Azhari	82	4	86
19	Indy Damayanti Utami	88	4	82
20	Ludfita Amalia Putri	90	4	88
21	Meylia Safira	82	4	80
22	Metha Januarizka	80	4	80
23	Muhammad Chaerul Ichsan	92	4	88
24	Rafifa Ilmi Muhana	90	4	88
25	Rifqi Alauddin	88	4	86

26	Salma Nur Nabillah	90	4	86
27	Sekar Ayu Islami	86	4	80
28	Siti Nur Azizah	80	4	80
29	Tri Marya Fidiyaningrum	88	4	82
30	Wildan Hidayat	86	4	80
31	Wisnu Yoga Pratama	90	4	88
32	Arfan Nur Irmawan	90	4	88
33	Fitri Padmawati Suyono	88	4	80
34	Cindy Fajri Islamy Putri	88	4	80



**PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**SMA NEGERI 1 JOGONALAN**

Alamat: Jalan Raya Klaten-Jogja Km 7/23, Prawatan, Jogonalan, Klaten Telepon (0272)324365

Http://www.smunjogsakltn.sch.id, Email: info@smunjogsakltn.sch.id

**JADWAL PIKET HARIAN**

No	SENIN	SELASA	RABU	KAMIS	JUMAT
1	Destian	Agus	Adiatma	Indiana	Atrelia
2	Fajar	Dhony	Faizal	Ridha	Indah
3	Stefanus		Ferry		

NB:

1. Bagi yang terjadwal diharapkan datang lebih awal maksimal pukul 06.30
2. Melakukan piket harian (absensi kelas dan menjaga di piket guru)

**JADWAL STKS**

TEMPAT	SENIN	SELASA	RABU	KAMIS	JUMAT
Pintu gerbang depan	Atrelia	Destian	Agus	Faizal	Adiatma
	Indah	Ferry	Dhony	Ridha	Indiana
Pintu gerbang belakang	Destian	Atrelia	Fajar	Agus	Ferry
	Fajar	Indah	Stefanus	Dhony	Stefanus

NB:

1. Bagi yang terjadwal diharapkan datang lebih awal maksimal pukul 06.30



**PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SMA NEGERI 1 JOGONALAN**

Alamat: Jalan Raya Klaten-Jogja Km 7/23, Prawatan, Jogonalan, Klaten Telepon (0272)324365

Http://www.smunjogsakltn.sch.id, Email: info@smunjogsakltn.sch.id

**KARTU BIMBINGAN**



**KARTU BIMBINGAN PLT  
PUSAT PENGEMBANGAN PPL DAN PKL  
LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN (LPPMP) UNY  
TAHUN.....2017**

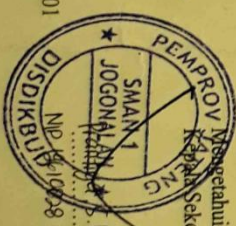
**F04**  
UNTUK MAHASISWA

Nama Sekolah / Lembaga : SMA Negeri 1 Jogonalan  
 Alamat Sekolah : Jalan Raya Jogja - Solo Km 7/23, Jogonalan, Klaten Fax / Telp. Sekolah : (0272) 324365  
 Nama DPL PLT : M. Rizki S. Pd. Jas. M. Pd.  
 Prodi / Fakultas DPL PLT : Pjke / Pjk  
 Jumlah Mahasiswa PLT : 2

No	Tgl. Kehadiran	Jml Mhs	Materi Bimbingan	Keterangan	Tanda Tangan DPL/PLT
28	September 2017	2	Monitoring Praktek Mengajar		<i>[Signature]</i>
17	Oktober 2017	2	Konsultasi Pelat san aan Pembelajaran		<i>[Signature]</i>
30	Oktober 2017	2	Konsultasi Pelat san aan Pembelajaran		<i>[Signature]</i>
9	November 2017	2	Konsultasi Pembuatan Laporan		<i>[Signature]</i>

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

Mengetahui,  
 Kepala PP PPL DAN PKL,  
 Dr. Sulis Triyono, M.Pd  
 NIP. 19580506 198601 1 001



Mengetahui,  
 Ketua Kelompok PLT  
 Klaten.....15 Noverber 2017  
 Faisol Falaq, P



PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SMA NEGERI 1 JOGONALAN

Alamat: Jalan Raya Klaten-Jogja Km 7/23, Prawatan, Jogonalan, Klaten Telepon (0272)324365

Http://www.smunjogsakltn.sch.id, Email: info@smunjogsakltn.sch.id

---

### LAPORAN DANA PLT 2017

NAMA SEKOLAH : SMA NEGERI 1 JOGONALAN NAMA MHS : Adiatma Ikhsan Yusrizal P

ALAMAT SEKOLAH : Prawatan, Jogonalan, Klaten NOMOR MHS : 14601244012

FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

No	Nama Kegiatan	Hasil Kuantitatif/ Kualitatif	Serapan Dana				Jumlah
			Swadaya/ Sekolah	Mahasiswa	Pemda Kabupaten	Sponsor/ Lembaga Lainnya	
1	Print RPP	Tersedianya RPP untuk persiapan dan syarat pelaksanaan pembelajaran sebanyak 6 RPP		Rp 50.000,00			

2	Pembuatan Kotak Absensi Kelas	Membuat 24 buah kotak absensi untuk diberikan pada masing-masing kelas		Rp 25.000,00			
3	Pendataan Ulang Guru & Karyawan	Mendata ulang ... guru dan ... karyawan berupa: Nama, NIP,	Rp 24.000,00				
4	Kenang-kenangan	Memberikan ucapan terimakasih berupa 1 buah plakat		Rp 120.000,00			
5	Print Laporan PLT	Laporan PLT		Rp 86.000,00			



**PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SMA NEGERI 1 JOGONALAN**

Alamat: Jalan Raya Klaten-Jogja Km 7/23, Prawatan, Jogonalan, Klaten Telepon (0272)324365

Http://www.smunjogsakltn.sch.id, Email: [info@smunjogsakltn.sch.id](mailto:info@smunjogsakltn.sch.id)

---

**DOKUMENTASI KEGIATAN**



**Pelepasan Mahasiswa PLT**



**Upacara Bendera**



**Rapat Pembinaan**



**Kegiatan Mengajar**



**Pendampingan Nonton Film G 30 SPKI**



**Piket Guru**



**STKS**



**Pendampingan Kelas**



**Pendampingan Futsal**



**Pembuatan Kotak Absensi Kelas**

DAFTAR PENDAFTARAN GURU SMUS			
NO	NAMA	TEMPAT TOL LAHIR	NO. HP
1	...	...	...
2	...	...	...
3	...	...	...
4	...	...	...
5	...	...	...
6	...	...	...
7	...	...	...
8	...	...	...
9	...	...	...
10	...	...	...
11	...	...	...
12	...	...	...
13	...	...	...
14	...	...	...
15	...	...	...
16	...	...	...
17	...	...	...
18	...	...	...
19	...	...	...
20	...	...	...
21	...	...	...
22	...	...	...
23	...	...	...
24	...	...	...
25	...	...	...
26	...	...	...
27	...	...	...
28	...	...	...
29	...	...	...
30	...	...	...
31	...	...	...
32	...	...	...
33	...	...	...
34	...	...	...
35	...	...	...
36	...	...	...
37	...	...	...
38	...	...	...
39	...	...	...
40	...	...	...
41	...	...	...
42	...	...	...
43	...	...	...
44	...	...	...
45	...	...	...
46	...	...	...
47	...	...	...
48	...	...	...
49	...	...	...
50	...	...	...
51	...	...	...
52	...	...	...
53	...	...	...
54	...	...	...
55	...	...	...
56	...	...	...
57	...	...	...
58	...	...	...
59	...	...	...
60	...	...	...
61	...	...	...
62	...	...	...
63	...	...	...
64	...	...	...
65	...	...	...
66	...	...	...
67	...	...	...
68	...	...	...
69	...	...	...
70	...	...	...
71	...	...	...
72	...	...	...
73	...	...	...
74	...	...	...
75	...	...	...
76	...	...	...
77	...	...	...
78	...	...	...
79	...	...	...
80	...	...	...
81	...	...	...
82	...	...	...
83	...	...	...
84	...	...	...
85	...	...	...
86	...	...	...
87	...	...	...
88	...	...	...
89	...	...	...
90	...	...	...
91	...	...	...
92	...	...	...
93	...	...	...
94	...	...	...
95	...	...	...
96	...	...	...
97	...	...	...
98	...	...	...
99	...	...	...
100	...	...	...

**Pendaftaran Ulang Guru & Karyawan**



**Persiapan HUT SMA N 1 Jogonalan**



**HUT SMA N 1 Jogonalan**