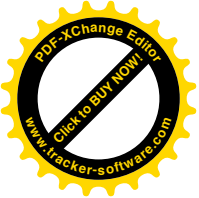




LAMPIRAN



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
PROGRAM PASCASARJANA

Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 550836 pesawat 229, Fax (0274) 520326
Laman: pps.uny.ac.id E-mail: pps@uny.ac.id

Nomor : 11201 /UN34.17/LT/2017 21 Oktober 2017
Hal : Izin Validasi

Yth. Bapak/Ibu Prof. Dr. Suharjana
Dosen Universitas Negeri Yogyakarta

Kami mohon dengan hormat, Bapak/Ibu bersedia menjadi validator instrumen penelitian bagi mahasiswa:

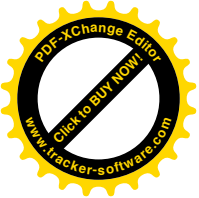
Nama : Bernaditya Listiono
No. Mahasiswa : 13711251068
Prodi : Ilmu Keolahragaan
Pembimbing : Dr. Sri Winarni
Judul : Pengembangan Perangkat Pembelajaran Lompat Jauh gaya
Menggantung di SMK dengan Pendekatan Pembelajaran Problem -
Based Learning

Kami sangat mengharapkan Bapak/Ibu dapat mengembalikan hasil validasi paling lama 2 (dua) minggu. Atas kerjasama yang baik dari Bapak kami ucapkan terima kasih.



Asisten Direktur I,

Dr. Sugito, M.A.
NIP 19600410 198503 1 002



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

PROGRAM PASCASARJANA
Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 550836 pesawat 229, Fax (0274) 520326
Laman: pps.uny.ac.id E-mail: pps@uny.ac.id

SURAT KETERANGAN VALIDASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Prof Dr. Fuhanjan
Jabatan/Pekerjaan : Kepradi S2 IK PPs UNY
Instansi Asal : UNY

Menyatakan bahwa instrumen penelitian dengan judul:

Pengembangan Perangkat Pembelajaran Lompat Jauh gaya Menggantong di SMK dengan Pendekatan Pembelajaran Problem Based Learning dari mahasiswa:

Nama : Bernaditya Listiono
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
NIM : 13711251068

(sudah siap/~~belum siap~~)* dipergunakan untuk penelitian dengan menambahkan beberapa saran sebagai berikut:

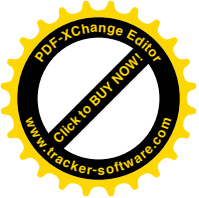
1. Ada pengalasan PBL bagi guru
2. Alternatif jawaban ya/tidak atau skor 1-5
pilih satu ya skor 1-5

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 13 NOV 2017

Validator,

Prof. Dr. Fuhanjan



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
PROGRAM PASCASARJANA

Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 550836 pesawat 229, Fax (0274) 520326
Laman: pps.uny.ac.id E-mail: pps@uny.ac.id

Nomor : 1204 /UN34.17/LT/2017 31 Oktober 2017
Hal : Izin Validasi

Yth. Bapak/Ibu Dr. Widiyanto
Dosen Universitas Negeri Yogyakarta

Kami mohon dengan hormat, Bapak/Ibu bersedia menjadi validator instrumen penelitian bagi mahasiswa:

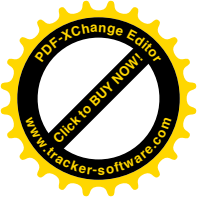
Nama : Bernaditya Listiono
No. Mahasiswa : 13711251068
Prodi : Ilmu Keolahragaan
Pembimbing : Dr. Sri Winarni
Judul, : Pengembangan Perangkat Pembelajaran Lompat Jauh gaya
Menggantung di SMK dengan Pendekatan Pembelajaran Problem
Based Learning

Kami sangat mengharapkan Bapak/Ibu dapat mengembalikan hasil validasi paling lama 2 (dua) minggu. Atas kerjasama yang baik dari Bapak kami ucapkan terima kasih.



Asisten Direktur I,

Dr. Sigitto, M.A.
NIP 19600410 198503 1 002



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
 UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
 PROGRAM PASCASARJANA
 Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
 Telepon (0274) 550836 pesawat 229, Fax (0274) 520326
 Laman: pps.uny.ac.id E-mail: pps@uny.ac.id

SURAT KETERANGAN VALIDASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dr. Widyanoto, M. Kes
 Jabatan/Pekerjaan : Dosen
 Instansi Asal : Fik UNY

Menyatakan bahwa instrumen penelitian dengan judul:

Pengembangan Perangkat Pembelajaran Lompat Jauh gaya Menggantang di SMK dengan Pendekatan Pembelajaran Problem Based Learning dari mahasiswa:

Nama : Bernaditya Listiono
 Program Studi : Ilmu Keolahragaan
 NIM : 13711251068

(sudah siap/belum siap)* dipergunakan untuk penelitian dengan menambatkan beberapa saran sebagai berikut:

1. Jumlahnya dapat digunakan untuk proses
berikutnya dengan menaruh beberapa materi
2.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 10 November 2017

Validasi

Dr. Widyanoto, M. Kes

*1 ciret yang tidak perlu

LEMBAR PENILAIAN KETERBACAAN GURU

Nama Guru : Getaranus Cahyanto Astru, S.Pd Kbr.
Pendidikan Terakhir Guru : S-1
Nama Sekolah : SMAK Negeri Cangkayangan
Kelas / Semester : X ARIP I / I

A. Tujuan

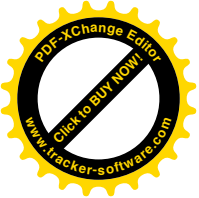
Lembar penilaian ini bertujuan untuk mengetahui penilaian guru terhadap perangkat pembelajaran penjasorkes pada materi lompat jauh gaya menggantung menggunakan pendekatan *problem-based learning* sebelum diterapkan untuk kegiatan pembelajaran.

B. Petunjuk

1. Objek penilaian adalah Silabus, Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), dan Lembar Kegiatan Siswa (LKS).
2. Bapak/Ibu dimohon memberikan penilaian dengan cara memberi tanda *checklist* (✓) pada kolom yang tersedia di bawah ini.
3. Makna skala penilaian adalah sebagai berikut.
1 : tidak baik 4 : baik
2 : kurang baik 5 : sangat baik
3 : cukup baik
4. Bapak/Ibu dimohon memberikan saran/masukan terhadap perangkat yang akan diterapkan dalam kegiatan pembelajaran pada tempat yang telah disediakan.

C. Penilaian

No	Aspek yang Dinilai	Poin Penilaian				
		1	2	3	4	5
A. Silabus						
1	Kejelasan Komponen Silabus					✓
2	Ketepatan bahasa yang digunakan dengan kaidah Bahasa Indonesia					✓
3	Kemudahan memahami bahasa yang digunakan			✓		✓
4	Kejelasan bahasa yang digunakan sehingga tidak menimbulkan penafsiran ganda				✓	✓
5	Kesesuaian waktu yang disediakan			✓		
B. RPP						
1	Kejelasan komponen RPP					✓
2	Ketepatan bahasa yang digunakan dengan kaidah bahasa Indonesia					✓



No	Aspek yang Dinilai	Poin Penilaian				
		1	2	3	4	5
3.	Kemudahan memahami bahasa yang digunakan					✓
4.	Kejelasan bahasa yang digunakan sehingga tidak menimbulkan penafsiran ganda					✓
5.	Kesesuaian/kecukupan waktu yang disediakan untuk setiap tahapan pembelajaran					✓
6.	Kejelasan setiap tahapan pembelajaran					✓
C. LKS						
1.	Keserasian pengaturan ruang atau tata letak					✓
2.	Kesesuaian penggunaan ilustrasi/gambar-gambar dengan materi					✓
3.	Bahasa yang digunakan sesuai dengan kaidah bahasa Indonesia					✓
4.	Kemudahan memahami bahasa yang digunakan					✓
5.	Kejelasan bahasa yang digunakan sehingga tidak menimbulkan penafsiran ganda					✓
6.	Ketepatan urutan/struktur model					✓
7.	Kejelasan langkah-langkah penyelesaian					✓
D. Ulangan Harian						
1.	Kejelasan petunjuk mengerjakan soal					✓
2.	Kesesuaian soal dengan indikator pencapaian hasil belajar					✓
3.	Tujuan soal dirumuskan dengan singkat dan jelas					✓
4.	Bahasa yang digunakan sesuai dengan kaidah Bahasa Indonesia					✓
5.	Kemudahan memahami bahasa yang digunakan					✓
6.	Kejelasan bahasa yang digunakan sehingga tidak menimbulkan penafsiran ganda					✓

D. Saran/Masukan

.....

.....

.....

.....

Steman, 2017
 Guru SMP

 OC. Astri, S.Pd. Ker.

Nama Guru : Danu Azuhantono
 Pendidikan Terakhir Guru : S1
 Nama Sekolah : SMU N 1 Cangkringan
 Kelas / Semester : X APL I

A. Tujuan

Lembar penilaian ini bertujuan untuk mengetahui penilaian guru terhadap perangkat pembelajaran penjasorkes pada materi lompat jauh gaya menggantung menggunakan pendekatan *problem-based learning* sebelum diterapkan untuk kegiatan pembelajaran.

B. Petunjuk

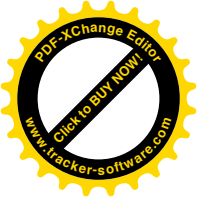
1. Objek penilaian adalah Silabus, Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), dan Lembar Kegiatan Siswa (LKS).
2. Bapak/Ibu dimohon memberikan penilaian dengan cara memberi tanda *checklist* (✓) pada kolom yang tersedia di bawah ini.
3. Makna skala penilaian adalah sebagai berikut.
 1 : tidak baik 4 : baik
 2 : kurang baik 5 : sangat baik
 3 : cukup baik
4. Bapak/Ibu dimohon memberikan saran/masukan terhadap perangkat yang akan diterapkan dalam kegiatan pembelajaran pada tempat yang telah disediakan.

C. Penilaian

No	Aspek yang Dinilai	Poin Penilaian				
		1	2	3	4	5
A. Silabus						
1	Kejelasan Komponen Silabus					✓
2	Ketepatan bahasa yang digunakan dengan kaidah Bahasa Indonesia				✓	
3	Kemudahan memahami bahasa yang digunakan				✓	
4	Kejelasan bahasa yang digunakan sehingga tidak menimbulkan penafsiran ganda				✓	
5	Kesesuaian waktu yang disediakan				✓	
B. RPP						
1.	Kejelasan komponen RPP					✓
2.	Ketepatan bahasa yang digunakan dengan kaidah bahasa Indonesia					✓

21

26



No	Aspek yang Dinilai	Poin Penilaian				
		1	2	3	4	5
3.	Kemudahan memahami bahasa yang digunakan				✓	
4.	Kejelasan bahasa yang digunakan, sehingga tidak menimbulkan penafsiran ganda				✓	
5.	Kesesuaian/kecukupan waktu yang disediakan untuk setiap tahapan pembelajaran				✓	
6.	Kejelasan setiap tahapan pembelajaran				✓	
C. LKS						
1.	Keserasian pengaturan ruang atau tata letak				✓	
2.	Kesesuaian penggunaan ilustrasi/gambar-gambar dengan materi					✓
3.	Bahasa yang digunakan sesuai dengan kaidah bahasa Indonesia				✓	
4.	Kemudahan memahami bahasa yang digunakan				✓	
5.	Kejelasan bahasa yang digunakan sehingga tidak menimbulkan penafsiran ganda				✓	
6.	Ketepatan urutan/struktur model					✓
7.	Kejelasan langkah-langkah penyelesaian					✓
D. Ulangan Harian						
1.	Kejelasan petunjuk mengerjakan soal					✓
2.	Kesesuaian soal dengan indikator pencapaian hasil belajar					✓
3.	Tujuan soal dirumuskan dengan singkat dan jelas				✓	
4.	Bahasa yang digunakan sesuai dengan kaidah Bahasa Indonesia				✓	
5.	Kemudahan memahami bahasa yang digunakan				✓	
6.	Kejelasan bahasa yang digunakan sehingga tidak menimbulkan penafsiran ganda				✓	

31

26

D. Saran/Masukan

.....

.....

.....

.....

.....

Sleman, 2017
Guru SMK

Dw

LEMBAR PENILAIAN KETERBACAAN PESERTA DIDIK

Nama : Albar Ramadhan Kelas / tanggal : XI KAL / 17 11 2017

A. Tujuan

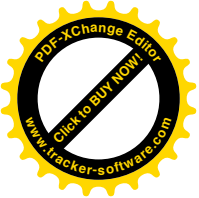
Tujuan penggunaan angket ini adalah untuk mengetahui pendapat peserta didik terhadap perangkat yang dikembangkan khususnya Lembar Kegiatan Siswa (LKS) yang dikembangkan dengan pendekatan *problem-based learning* sebelum digunakan dalam pembelajaran.

B. Petunjuk

1. Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut dengan memberi tanda checklist (✓) pada kolom yang sesuai dengan pendapatmu
2. Jawablah menurut pendapatmu sendiri, tanpa terpengaruh oleh siapapun. Jawabanmu tidak mempengaruhi nilai mata pelajaran matematika.

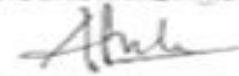
C. Penilaian

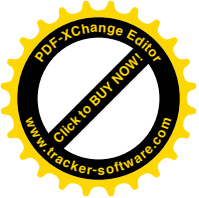
No	Aspek Yang dinilai	Penilaian Siswa				
		Sangat Jelas	Jelas	Netral	Tidak Jelas	Sangat Tidak Jelas
1.	Bagaimana pendapatmu mengenai: Bahasa yang digunakan dalam LKS		✓			
2.	Petunjuk yang disajikan dalam LKS		✓			
3.	Kalimat-kalimat yang ada di dalam LKS	✓				
4.	Pernmasalahan-permasalahan yang disajikan dalam lembar masalah		✓			
5.	Langkah-langkah kegiatan yang disajikan dalam LKS	✓				
6.	Ilustrasi gambar/diagram yang ada dalam LKS	✓				
7.	Maksud/tujuan dari setiap soal/masalah yang disajikan dalam lembar masalah		✓			



		Sangat menarik	Menarik	Netral	Tidak Menarik	Sangat tidak Menarik
8.	Tampilan (tulisan, ilustrasi, gambar, dan letak gambar) yang terdapat dalam LKS	✓				
		Sangat Membantu	Membantu	netral	Tidak Membantu	Sangat Tidak Membantu
9.	Keberadaan ilustrasi atau gambar pada LKS dalam memahami konsep lempar jauh gaya menggantung	✓				
		Sangat Cukup	Cukup	Netral	Tidak Cukup	Sangat Tidak Cukup
10.	Kecukupan tempat yang disediakan untuk menuliskan jawaban pada LKS		✓			

Sleman, 24 November 2014
Siswa SMK N1 Candi


Akbar Ramadani



LEMBAR PENILAIAN KEPRAKTISAN DARI GURU

Nama Guru : cc Adnan, S.Pd. Bero.
 Pendidikan Terakhir Guru : S-1
 Nama Sekolah : Smpk NIT Canggurung
 Kelas / Semester : X AMP I IE

A. Tujuan

Lembar penilaian ini bertujuan untuk mengukur kepraktisan perangkat pembelajaran penjasorkes pada materi lompat jauh gaya menggantung menggunakan pendekatan *problem-based learning* untuk itu berilah penilaian yang menurut Bapak/Ibu alami.

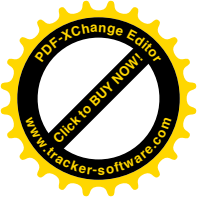
B. Petunjuk

- Objek penilaian adalah Silabus, Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), dan Lembar Kegiatan Siswa (LKS).
- Bapak/Ibu dapat memberikan penilaian dengan cara memberi tanda *checklist* (✓) pada kolom yang tersedia di bawah ini.
- Makna skala penilaian adalah sebagai berikut.

1 : tidak baik	4 : baik
2 : kurang baik	5 : sangat baik
3 : cukup baik	

C. Penilaian

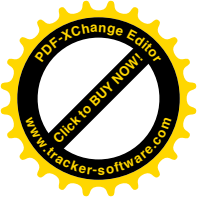
No	Aspek yang Dinilai	Poin Penilaian				
		1	2	3	4	5
A. Silabus						
1	Kejelasan Komponen Silabus					✓
2	Kepraktisan komponen silabus dalam pembelajaran					✓
3	Ketepatan bahasa yang digunakan dengan kaidah Bahasa Indonesia					✓
4	Kemudahan memahami bahasa yang digunakan			✓	✓	
5	Kejelasan bahasa yang digunakan sehingga tidak menimbulkan penafsiran ganda				✓	
6	Kesesuaian/kecukupan waktu yang disediakan				✓	



No	Aspek yang Dinilai	Poin Penilaian				
		1	2	3	4	5
B. RPP						
1	Kejelasan komponen RPP					✓
2	Kepraktisan komponen RPP dalam pembelajaran					✓
3	Ketepatan bahasa yang digunakan dengan kaidah bahasa Indonesia					✓
4	Kemudahan memahami bahasa yang digunakan					✓
5	Kejelasan bahasa yang digunakan, sehingga tidak menimbulkan penafsiran ganda					✓
6	Kesesuaian/kecukupan waktu yang disediakan untuk setiap tahapan pembelajaran					✓
7	Kejelasan setiap tahapan pembelajaran					✓
C. LKS						
1	Keserasian pengaturan ruang atau tata letak					✓
2	Kesesuaian penggunaan ilustrasi/gambar-gambar dengan materi					✓
3	Bahasa yang digunakan sesuai dengan kaidah bahasa Indonesia					✓
4	Kemudahan memahami bahasa yang digunakan					✓
5	Kejelasan bahasa yang digunakan sehingga tidak menimbulkan penafsiran ganda					✓
6	Ketepatan urutan/struktur model					✓
7	Kejelasan langkah-langkah penyelesaian					✓
D. Ulangan Harian						
1.	Kejelasan petunjuk mengerjakan soal					✓
2.	Kesesuaian soal dengan indikator pencapaian hasil belajar					✓
3.	Tujuan soal dirumuskan dengan singkat dan jelas					✓
4.	Bahasa yang digunakan sesuai dengan kaidah Bahasa Indonesia					✓
5.	Kemudahan memahami bahasa yang digunakan					✓
6.	Kejelasan bahasa yang digunakan sehingga tidak menimbulkan penafsiran ganda					✓

Yogyakarta, 2017
Guru SMK

[Handwritten Signature]
oc. Aphia S. Palen



LEMBAR PENILAIAN KEPRAKTISAN DARI GURU

Nama Guru : *Danu Agutiantono*
 Pendidikan Terakhir Guru : *SI*
 Nama Sekolah : *SMK N 1 Gungkingan*
 Kelas / Semester : *X APL I*

A. Tujuan

Lembar penilaian ini bertujuan untuk mengukur kepraktisan perangkat pembelajaran penjasorkes pada materi lompat jauh gaya menggantung menggunakan pendekatan *problem-based learning* untuk itu berilah penilaian yang menurut Bapak/Ibu alami.

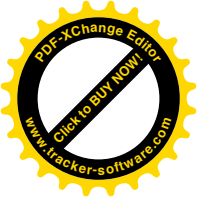
B. Petunjuk

1. Objek penilaian adalah Silabus, Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), dan Lembar Kegiatan Siswa (LKS).
2. Bapak/Ibu dapat memberikan penilaian dengan cara memberi tanda *checklist* (✓) pada kolom yang tersedia di bawah ini.
3. Makna skala penilaian adalah sebagai berikut.

1 : tidak baik	4 : baik
2 : kurang baik	5 : sangat baik
3 : cukup baik	

C. Penilaian

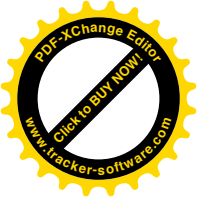
No	Aspek yang Dinilai	Poin Penilaian				
		1	2	3	4	5
A. Silabus						25
1	Kejelasan Komponen Silabus					✓
2	Kepraktisan komponen silabus dalam pembelajaran				✓	
3	Ketepatan bahasa yang digunakan dengan kaidah Bahasa Indonesia				✓	
4	Kemudahan memahami bahasa yang digunakan				✓	
5	Kejelasan bahasa yang digunakan sehingga tidak menimbulkan penafsiran ganda				✓	
6	Kesesuaian/kecukupan waktu yang disediakan				✓	



No	Aspek yang Dinilai	Poin Penilaian				
		1	2	3	4	5
B. RPP						
1	Kejelasan komponen RPP					✓
2	Kepraktisan komponen RPP dalam pembelajaran					✓
3	Ketepatan bahasa yang digunakan dengan kaidah bahasa Indonesia				✓	
4	Kemudahan memahami bahasa yang digunakan				✓	
5	Kejelasan bahasa yang digunakan, sehingga tidak menimbulkan penafsiran ganda				✓	
6	Kesesuaian/kecukupan waktu yang disediakan untuk setiap tahapan pembelajaran				✓	
7	Kejelasan setiap tahapan pembelajaran				✓	
C. LKS						
1	Keserasian pengaturan ruang atau tata letak				✓	
2	Kesesuaian penggunaan ilustrasi/gambar-gambar dengan materi					✓
3	Bahasa yang digunakan sesuai dengan kaidah bahasa Indonesia				✓	
4	Kemudahan memahami bahasa yang digunakan				✓	
5	Kejelasan bahasa yang digunakan sehingga tidak menimbulkan penafsiran ganda				✓	
6	Ketepatan urutan/struktur model				✓	
7	Kejelasan langkah-langkah penyelesaian				✓	
D. Ulangan Harian						
1.	Kejelasan petunjuk mengerjakan soal				✓	
2.	Kesesuaian soal dengan indikator pencapaian hasil belajar					✓
3.	Tujuan soal dirumuskan dengan singkat dan jelas				✓	
4.	Bahasa yang digunakan sesuai dengan kaidah Bahasa Indonesia				✓	
5.	Kemudahan memahami bahasa yang digunakan				✓	
6.	Kejelasan bahasa yang digunakan sehingga tidak menimbulkan penafsiran ganda				✓	

Yogyakarta, 2017
Guru SMK

Duc



57

LEMBAR PENILAIAN KEPRAKTISAN SISWA

Nama : *diwi Purwanto*
 Kelas / Sekolah : *X Arip 1 / Smk NI Congklung*
 Tanggal : *27 november 2017*

A. Petunjuk

1. Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut dengan memberi tanda checklist (✓) pada kolom yang sesuai dengan pendapatmu
2. Jawablah menurut pendapatmu sendiri, tanpa terpengaruh oleh siapapun. Jawabanmu tidak mempengaruhi nilai mata pelajaran matematika.

B. Penilaian

No	Pertanyaan	Penilaian Siswa				
		Sangat menyenangkan	Menyenangkan	Netral	Tidak menyenangkan	Sangat tidak menyenangkan
1.	Materi pelajaran		✓			
2.	Suasana pembelajaran di kelas		✓			
3.	Cara guru mengajar		✓			
4.	Cara belajar dengan menyelesaikan masalah			✓		
5.	Kegiatan diskusi dalam kelompok		✓			
		Sangat berminat	Berminat	Netral	Tidak berminat	Sangat tidak berminat
6.	Pembelajaran selanjutnya menggunakan cara yang serupa			✓		
		Sangat jelas	Jelas	Netral	Tidak jelas	Sangat tidak jelas
7.	Bahasa yang digunakan dalam LKS		✓			

		Sangat jelas	Jelas	Netral	Tidak jelas	Sangat tidak jelas
8.	Petunjuk mengerjakan yang ada dalam LKS		✓			
9.	Kalimat-kalimat yang ada dalam LKS		✓			
10.	Permasalahan-permasalahan yang ada dalam LKS		✓			
11.	Langkah-langkah kegiatan yang ada dalam LKS			✓		
12.	Ilustrasi gambar yang ada dalam LKS		✓			
		Sangat menarik	Menarik	Netral	Tidak menarik	Sangat tidak menarik
13.	Tampilan (tulisan, ilustrasi, dan letak gambar) yang terdapat dalam LKS	✓				
		Sangat membantu	Membantu	Netral	Tidak membantu	Sangat tidak membantu
14.	Keberadaan ilustrasi atau gambar pada LKS dalam memahami lompat jauh gaya menggantung		✓			
		Sangat cukup	Cukup	Netral	Tidak cukup	Sangat tidak cukup
15.	Kecukupan tempat yang disediakan untuk menuliskan pendapat/jawaban pada LKS			✓		

LEMBAR PENILAIAN KEPRAKTISAN SISWA

Nama : *Indah Cahayatri*
 Kelas / Sekolah : *X-APL 1*
 Tanggal : *30-11-17*

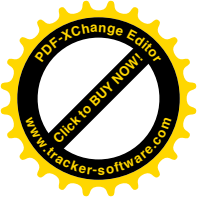
A. Petunjuk

1. Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut dengan memberi tanda checklist (✓) pada kolom yang sesuai dengan pendapatmu
2. Jawablah menurut pendapatmu sendiri, tanpa terpengaruh oleh siapapun. Jawabanmu tidak mempengaruhi nilai mata pelajaran matematika.

B. Penilaian

No	Pertanyaan	Penilaian Siswa				
		Sangat menyenangkan	Menyenangkan	Netral	Tidak menyenangkan	Sangat tidak menyenangkan
1.	Materi pelajaran	✓				
2.	Suasana pembelajaran di kelas	✓				
3.	Cara guru mengajar	✓				
4.	Cara belajar dengan menyelesaikan masalah		✓			
5.	Kegiatan diskusi dalam kelompok	✓				
		Sangat berminat	Berminat	Netral	Tidak berminat	Sangat tidak berminat
6.	Pembelajaran selanjutnya menggunakan cara yang serupa	✓				
		Sangat jelas	Jelas	Netral	Tidak jelas	Sangat tidak jelas
7.	Bahasa yang digunakan dalam LKS	✓				

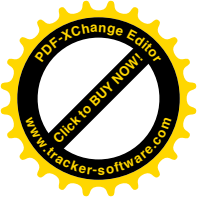
		Sangat jelas	Jelas	Netral	Tidak jelas	Sangat tidak jelas
8.	Petunjuk mengerjakan yang ada dalam LKS	✓				
9.	Kalimat-kalimat yang ada dalam LKS	✓				
10.	Permasalahan-permasalahan yang ada dalam LKS		✓			
11.	Langkah-langkah kegiatan yang ada dalam LKS	✓				
12.	Ilustrasi gambar yang ada dalam LKS		✓			
		Sangat menarik	Menarik	Netral	Tidak menarik	Sangat tidak menarik
13.	Tampilan (tulisan, ilustrasi, dan letak gambar) yang terdapat dalam LKS	✓				
		Sangat membantu	Membantu	Netral	Tidak membantu	Sangat tidak membantu
14.	Keberadaan ilustrasi atau gambar pada LKS dalam memahami lompat jauh gaya menggantung	✓				
		Sangat cukup	Cukup	Netral	Tidak cukup	Sangat tidak cukup
15.	Kecukupan tempat yang disediakan untuk menuliskan pendapat/jawaban pada LKS	✓				



HASIL ANALISIS KETERBACAAN PESERTA DIDIK

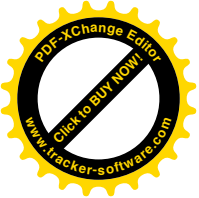
A. Uji Keterbacaan Lompat Jauh Gaya Menggantung

No.Res	Kemampuan	Nomor Pernyataan										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	Tinggi	5	5	4	4	5	4	5	5	4	4	45
2	Tinggi	4	4	2	5	3	2	4	4	2	4	34
3	Sedang	4	3	4	2	4	4	3	5	4	4	37
4	Sedang	4	5	5	5	4	4	5	5	4	5	46
5	Rendah	4	4	5	4	5	5	4	5	5	4	45
6	Rendah	4	4	4	3	4	4	2	5	4	4	38
Jumlah											245	
Kategori											Cukup Baik	



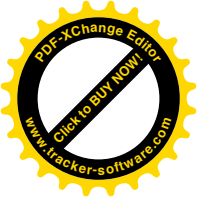
HASIL ANALISIS KEPRAKTISAN PESERTA DIDIK
KELAS X APHP 1 SMK N 1 CANGKRINGAN

No. Res	No. Pernyataan															Jumlah	Kategori
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
1	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	53	Baik
2	3	3	5	0	4	2	3	4	3	2	3	4	5	5	2	48	Baik
3	3	4	4	4	5	3	4	4	4	4	4	5	4	3	4	59	Sangat Baik
4	5	3	4	5	5	4	4	5	4	4	5	5	5	5	2	65	Sangat Baik
5	3	3	5	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	5	4	58	Sangat Baik
6	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	5	5	4	4	4	64	Sangat Baik
7	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	5	4	3	56	Baik
8	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	5	4	3	57	Baik
9	4	3	4	4	5	4	4	4	4	4	4	3	4	5	3	59	Sangat Baik
10	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	54	Baik
11	4	4	4	4	5	4	5	4	4	3	3	4	4	5	4	61	Sangat Baik
12	4	4	4	4	5	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	59	Sangat Baik
13	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	52	Baik
14	4	5	3	5	5	4	4	4	4	5	4	4	5	5	5	66	Sangat Baik
15	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	5	4	4	58	Sangat Baik
16	3	4	4	5	3	3	4	4	3	4	4	5	5	5	4	60	Sangat Baik
17	4	3	4	4	4	3	3	5	4	4	4	5	3	2	5	57	Baik
18	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	54	Baik
19	3	4	4	4	5	4	4	4	4	3	4	4	5	3	4	59	Sangat Baik
20	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	56	Baik
21	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	55	Baik
22	4	4	3	3	5	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	56	Baik
23	4	4	5	4	5	3	4	5	5	4	5	4	4	5	4	65	Sangat Baik
24	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	61	Sangat Baik
25	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	57	Baik
26	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	64	Sangat Baik
27	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	58	Sangat Baik
28	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	56	Baik
29	3	4	3	3	5	4	3	3	3	3	4	4	4	4	2	52	Baik
30	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	5	2	50	Baik
31	3	5	3	5	4	4	4	4	5	4	4	5	5	5	4	64	Sangat Baik
32	3	3	3	4	3	4	4	5	5	4	4	4	4	4	2	56	Baik



**HASIL ANALISIS KEPRAKTISAN PESERTA DIDIK
KELAS X APL 1 SMK N 1 CANGKRINGAN**

No. Res	No. Pernyataan															Jumlah	Kategori
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
1	4	3	4	3	3	5	4	4	4	4	4	5	4	5	4	60	Sangat Baik
2	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	54	Baik
3	4	3	4	3	2	2	4	4	3	3	4	3	4	5	2	50	Baik
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57	Baik
5	4	4	3	4	4	4	5	4	4	5	4	5	4	5	3	62	Sangat Baik
6	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	61	Sangat Baik
7	3	4	3	2	2	3	4	3	3	2	3	5	5	5	3	50	Baik
8	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	2	58	Sangat Baik
9	3	2	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	52	Baik
10	4	5	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	57	Baik
11	4	5	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	57	Baik
12	5	4	5	5	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	5	62	Sangat Baik
13	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	52	Baik
14	4	3	5	5	4	5	5	4	5	4	5		5	5	2	61	Sangat Baik
15	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	46	Cukup Baik
16	4	3	4	5	5	4	5	4	4	5	4	5	4	4	5	65	Sangat Baik
17	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	50	Baik
18	5	3	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	63	Sangat Baik
19	4	5	4	5	5	5	3	4	5	5	5	5	5	5	4	69	Sangat Baik
20	4	2	3	5	5	5	4	4	4	5	4	5	4	5	2	61	Sangat Baik
21	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	60	Sangat Baik
22	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	5	4	54	Baik
23	3	3	4	4	4	2	3	4	3	2	4	4	2	4	3	49	Baik
24	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	59	Sangat Baik
25	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	2	52	Baik
26	4	2	4	5	4	4	4	3	4	4	4	3	4	5	5	59	Sangat Baik
27	5	3	4	4	2	5	4	4	4	4	4	5	4	5	4	61	Sangat Baik
28	5	4	4	3	2	2	3	4	3	3	3	5	4	5	2	52	Baik
29	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	4	4	52	Baik
30	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	50	Baik
31	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	72	Sangat Baik



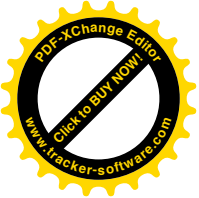
Hasil Observasi Keterlaksanaan Pembelajaran

Data Hasil Observasi di kelas X APHP 1

Pertemuan ke-	Hari/Tanggal	Skor Total	Persentase	Kategori
1	Senin/20 Nov	14	91,33	Sangat Baik
2	Senin/27 Nov	14	91,33	Sangat Baik

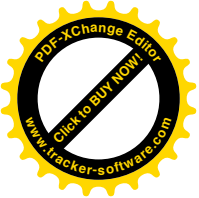
Data Hasil Observasi di kelas X APL 1

Pertemuan ke-	Hari/Tanggal	Skor Total	Persentase	Kategori
1	Kamis/24 Nov	12	80	Baik
2	Kamis/30 Nov	11	73,33	Baik



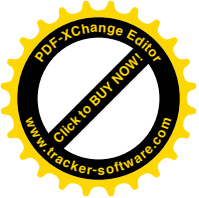
Hasil Tes Pencapaian KD dan Sikap terhadap Penjasorkes Kelas X APHP 1

Responden	Nilai Pencapaian KD	Sikap terhadap Penjasorkes	
		Skor	Kategori
1	83,33333	120	Tinggi
2	88,88889	119	Tinggi
3	88,88889	115	Tinggi
4	88,88889	139	Sangat Tinggi
5	94,44444	114	Tinggi
6	88,88889	109	Tinggi
7	83,33333	131	Sangat Tinggi
8	83,33333	144	Sangat Tinggi
9	88,88889	128	Sangat Tinggi
10	88,88889	126	Sangat Tinggi
11	77,77778	131	Sangat Tinggi
12	83,33333	120	Tinggi
13	83,33333	109	Tinggi
14	72,22222	120	Tinggi
15	77,77778	131	Sangat Tinggi
16	72,22222	107	Tinggi
17	88,88889	112	Tinggi
18	94,44444	116	Tinggi
19	72,22222	121	Sangat Tinggi
20	88,88889	119	Tinggi
21	83,33333	123	Sangat Tinggi
22	88,88889	109	Tinggi
23	72,22222	143	Sangat Tinggi
24	88,88889	102	Tinggi
25	83,33333	132	Sangat Tinggi
26	83,33333	139	Sangat Tinggi
27	88,88889	135	Sangat Tinggi
28	94,44444	114	Tinggi
29	88,88889	119	Tinggi
30	94,44444	114	Tinggi
31	77,77778	115	Tinggi
32	94,44444	120	Tinggi



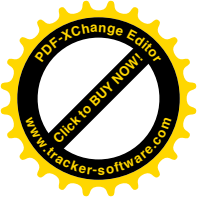
Hasil Tes Pencapaian KD dan Sikap terhadap Penjasorkes Kelas X APL 1

Responden	Nilai Pencapaian KD	Sikap terhadap Penjasorkes	
		Skor	Kategori
1	77,77778	144	Sangat Tinggi
2	77,77778	121	Sangat Tinggi
3	66,66667	97	Cukup
4	77,77778	80	Rendah
5	94,44444	127	Sangat Tinggi
6	88,88889	110	Tinggi
7	72,22222	80	Rendah
8	77,77778	127	Sangat Tinggi
9	83,33333	120	Tinggi
10	61,11111	114	Tinggi
11	77,77778	103	Tinggi
12	94,44444	122	Sangat Tinggi
13	66,66667	113	Tinggi
14	88,88889	144	Sangat Tinggi
15	77,77778	123	Sangat Tinggi
16	72,22222	102	Tinggi
17	72,22222	130	Sangat Tinggi
18	77,77778	144	Sangat Tinggi
19	83,33333	126	Sangat Tinggi
20	83,33333	141	Sangat Tinggi
21	88,88889	104	Tinggi
22	94,44444	111	Tinggi
23	83,33333	116	Tinggi
24	50	106	Tinggi
25	83,33333	121	Sangat Tinggi
26	55,55556	128	Sangat Tinggi
27	88,88889	117	Tinggi
28	61,11111	122	Sangat Tinggi
29	72,22222	106	Tinggi
30	72,22222	120	Tinggi
31	83,33333	123	Sangat Tinggi



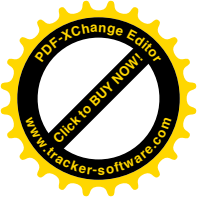
Hasil Tes Pencapaian Kompetensi Dasar Kelas X APHP 1

No. Res	Tes		
	Total	Niai	Ket.
1	15	83,33	Lulus
2	16	88,89	Lulus
3	16	88,89	Lulus
4	16	88,89	Lulus
5	17	94,44	Lulus
6	16	88,89	Lulus
7	15	83,33	Lulus
8	15	83,33	Lulus
9	16	88,89	Lulus
10	16	88,89	Lulus
11	14	77,78	Lulus
12	15	83,33	Lulus
13	15	83,33	Lulus
14	13	72,22	Lulus
15	14	77,78	Lulus
16	13	72,22	Lulus
17	16	88,89	Lulus
18	17	94,44	Lulus
19	13	72,22	Lulus
20	16	88,89	Lulus
21	15	83,33	Lulus
22	16	88,89	Lulus
23	13	72,22	Lulus
24	16	88,89	Lulus
25	15	83,33	Lulus
26	15	83,33	Lulus
27	16	88,89	Lulus
28	17	94,44	Lulus
29	16	88,89	Lulus
30	17	94,44	Lulus
31	14	77,78	Lulus
32	17	94,44	Lulus
Rata-rata Nilai Klasikal		85,24	
Presentase Kelulusan		100%	



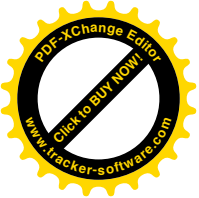
Hasil Angket Sikap terhadap Penjasorkes Kelas X APHP 1

Nomor Responden	Angket	
	Total	Kategori
1	120	Tinggi
2	119	Tinggi
3	115	Tinggi
4	139	Sangat Tinggi
5	114	Tinggi
6	109	Tinggi
7	131	Sangat Tinggi
8	144	Sangat Tinggi
9	128	Sangat Tinggi
10	126	Sangat Tinggi
11	131	Sangat Tinggi
12	120	Tinggi
13	109	Tinggi
14	120	Tinggi
15	131	Sangat Tinggi
16	107	Tinggi
17	112	Tinggi
18	116	Tinggi
19	121	Sangat Tinggi
20	119	Tinggi
21	123	Sangat Tinggi
22	109	Tinggi
23	143	Sangat Tinggi
24	102	Tinggi
25	132	Sangat Tinggi
26	139	Sangat Tinggi
27	135	Sangat Tinggi
28	114	Tinggi
29	119	Tinggi
30	114	Tinggi
31	115	Tinggi
32	120	Tinggi
Rata-rata Skor	121,75	
Presen. Ketuntasan	100%	



Hasil Tes Pencapaian Kompetensi Dasar Kelas X APL 1

No. Res	Test		
	Total	Niai	Ket.
1	14	77,78	Lulus
2	14	77,78	Lulus
3	12	66,67	Tidak Lulus
4	14	77,78	Lulus
5	17	94,44	Lulus
6	16	88,89	Lulus
7	13	72,22	Lulus
8	14	77,78	Lulus
9	15	83,33	Lulus
10	11	61,11	Tidak Lulus
11	14	77,78	Lulus
12	17	94,44	Lulus
13	12	66,67	Tidak Lulus
14	16	88,89	Lulus
15	14	77,78	Lulus
16	13	72,22	Lulus
17	13	72,22	Lulus
18	14	77,78	Lulus
19	15	83,33	Lulus
20	15	83,33	Lulus
21	16	88,89	Lulus
22	17	94,44	Lulus
23	15	83,33	Lulus
24	9	50	Tidak Lulus
25	15	83,33	Lulus
26	10	55,56	Tidak Lulus
27	16	88,89	Lulus
28	11	61,11	Tidak Lulus
29	13	72,22	Lulus
30	13	72,22	Lulus
31	15	83,33	Lulus
Rata-rata Nilai Klasikal		77,60	
Presentase Kelulusan		80,645%	



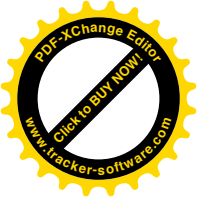
Hasil Angket Sikap terhadap Penjasorkes Kelas X APL 1

Nomor Responden	Angket	
	Skor Total	Kategori
1	144	Tinggi
2	121	Tinggi
3	97	Tinggi
4	80	Sangat Tinggi
5	127	Tinggi
6	110	Tinggi
7	80	Sangat Tinggi
8	127	Sangat Tinggi
9	120	Sangat Tinggi
10	114	Sangat Tinggi
11	103	Sangat Tinggi
12	122	Tinggi
13	113	Tinggi
14	144	Tinggi
15	123	Sangat Tinggi
16	102	Tinggi
17	130	Tinggi
18	144	Tinggi
19	126	Sangat Tinggi
20	141	Tinggi
21	104	Sangat Tinggi
22	111	Tinggi
23	116	Sangat Tinggi
24	106	Tinggi
25	121	Sangat Tinggi
26	128	Sangat Tinggi
27	117	Sangat Tinggi
28	122	Tinggi
29	106	Tinggi
30	120	Tinggi
31	123	Tinggi
Rata-rata Skor		117,48
Presen Ketuntasan		96,77%









KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
PROGRAM PASCASARJANA

Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telp. Direktur (0274) 550835, Asdir/TU (0274) 550836 Fax. (0274)520326
Laman: pps.uny.ac.id Email: pps@uny.ac.id, kerjasama_pasca@yahoo.com

Nomor : //SD4/UN34.17/LI/2017

6 November 2017

Hal : Izin Penelitian

Yth. Kepala SMK Negeri 1 Cangkringan
Sintokan, Wukirsari, Cangkringan, Sleman

Bersama ini kami mohon dengan hormat, kiranya Bapak/Ibu/Saudara berkenan memberikan izin kepada mahasiswa jenjang S-2 Program Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta:

Nama : BERNADITYA LISTIONO, S.PD.
NIM : 13711251068
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Konsentrasi : Pendidikan Olahraga

untuk melaksanakan kegiatan penelitian dalam rangka penulisan tesis yang dilaksanakan pada:

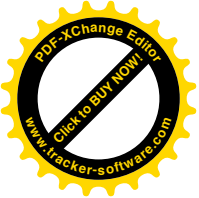
Waktu : November s.d Januari 2018
Lokasi/Objek : SMK Negeri 1 Cangkringan
Judul Penelitian : Pengembangan Perangkat Pembelajaran Lompat Jauh Gaya Menggantung di SMK Dengan Pendekatan Pembelajaran Problem-Based Learning
Pembimbing : Dr. Sri Winarni, M.Pd.

Demikian atas perhatian, bantuan dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih

Asisten Direktur I,

Dr. Sugito, MA.

Tembusan:
Mahasiswa Yhs



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA, DAN OLAHRAGA

SMK NEGERI 1 CANGKRINGAN

Sintakan, Wukirsari, Cangkringan, Sleman, Yogyakarta 55583 Telepon 085102135000
Website : smkncangkringan.sch.id email : smkncangkringan@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 070 / 0482

Yang berdatangan di bawah ini Kepala SMK Negeri 1 Cangkringan Sleman, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :


Nama : Bernaditya Listiono, S Pd
NIM : 13711251068
Prodi/ Konsentrasi : S-2 Ilmu Keolahragaan/ Pendidikan Olahraga
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

telah melaksanakan penelitian pada bulan Januari dengan judul "*Pengembangan Perangkat Pembelajaran Lompat Jauh Gaya Menggantung di SMK Dengan Pendekatan Pembelajaran Problem-Based Learning*"

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.



Cangkringan, 3 Desember 2018
Kepala sekolah,


Dra. Nurlatifah Hidayati, M.Hum.
NIP 19690513 199303 2 007



PRODUK AKHIR



PERANGKAT PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH GAYA MENGGANTUNG DI SMK DENGAN PENDEKATAN *PROBLEM-BASED LEARNING*

PRODUK AKHIR

**Bernaditya Listiono, S.Pd
NIM. 13711251068**



Bernaditya Listiono, S.Pd

**Program Pascasarjana
Universitas Negeri Yogyakarta
2019**



2019



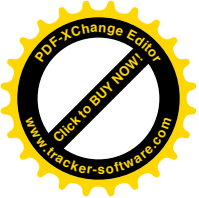


PERANGKAT PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH GAYA MENGGANTUNG DI SMK DENGAN PENDEKATAN PROBLEM-BASED LEARNING

Penulis : Bernaditya Listiono, S.Pd.
Pembimbing : Dr. Sri Winarni, M.Pd.
Validator : Prof. Dr. Suharjana, M.Kes.
Dr. Widiyanto, M.Kes.

Cetakan Pertama, Juli 2019





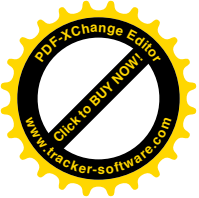
KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan kasih, rahmat, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan produk penelitian pengembangan berupa perangkat pembelajaran lompat jauh gaya menggantung di SMK dengan pendekatan *problem-based learning*.

Produk yang berupa perangkat pembelajaran penjasorkes ini merupakan suatu upaya melaksanakan PP Nomor 19 tahun 2005 dan Permendiknas Nomor 41 Tahun 2007 mengenai Standar Proses yang mengatur bahwa pendidik dapat mengembangkan perencanaan pembelajaran. Di samping meningkatkan kualitas pembelajaran penjasorkes, tujuan utama pengadaan perangkat ini adalah untuk meningkatkan kemampuan peserta didik jenjang SMK itu sendiri khususnya kelas X dan kelas XI dalam memahami konsep lompat jauh gaya menggantung.

Penulis menyadari, terselesaikannya produk penelitian pengembangan ini tidak terlepas dari bantuan banyak pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta dan Direktur Program Pascasarjana beserta staf yang telah banyak membantu penulis sehingga produk ini terwujud.
2. Kaprodi Ilmu Keolahragaan serta para dosen yang telah memberikan bekal ilmu.
3. Dr. Sri Winarni, M.Pd. selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan dan dorongan sehingga produk ini terwujud.

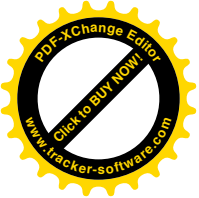


4. Prof. Dr. Suharjana, M.Kes. dan Dr. Widiyanto, M.Kes. selaku validator yang telah memberikan penilaian, saran dan masukan demi perbaikan instrument dan produk.
5. Dr.Ria Lumintuarso selaku reviewer yang telah memberikan masukan sehingga terselesaikannya produk ini.
6. Kepala sekolah, pendidik penjas, para staf, serta peserta didik SMK N 1 Cangkringan, sleman atas izin, kesempatan, bantuan, serta kerjasamanya yang baik sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan lancar.
7. Seluruh keluargaku tercinta yang senantiasa memberikan kasih sayang, dukungan, motivasi dan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan studi dengan lancar.
8. Teman-teman mahasiswa Program Pascasarjana khususnya Program Studi Ilmu Keolahragaan ka angkatan tahun 2013 Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan motivasi pada penulis untuk selalu berusaha sebaik-baiknya dalam penyelesaian penulisan tesis ini.
9. Pihak-pihak lain yang telah membantu penyelesaian tesis ini yang tidak dapat dituliskan satu persatu.

Penulis berharap emoga produk ini bermanfaat untuk digunakan sebagaimana mestinya. Amin.

Yogyakarta, Juli 2019

Bernaditya Listiono



PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

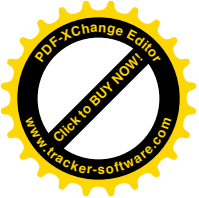
Tantangan pendidikan di Indonesia saat ini adalah mewujudkan peran pendidikan tidak hanya sebagai pembentuk pengetahuan namun juga membentuk pola pikir dan sikap peserta didik. Peran pendidikan tersebut tertuang dalam Sistem Pendidikan Nasional Tahun 2003 dan sekaligus merupakan tuntutan pendidikan abad XXI di mana berpikir kritis merupakan salah satu kompetensi yang menjadi prioritas.

Pembelajaran di Indonesia khususnya pembelajaran penjasorkes mengalami kendala belum dilibatkannya peserta didik dalam pembelajaran. Paradigma yang menjadi ciri praktek pembelajaran adalah pembelajaran yang berpusat pada guru (Kemdikbud, 2012: 14).

Rendahnya kemampuan peserta didik dapat menjadi cermin masih perlu ditingkatkannya kualitas pendidikan penjasorkes. Salah satu hal yang dapat meningkatkan kualitas pembelajaran adalah penyediaan perangkat pendukung seperti silabus, RPP, LKS, dan instrument penilaian yang berkualitas. PP nomor 19 tahun 2005 pasal 19 ayat 3 dengan tegas mengemukakan bahwa setiap satuan pendidikan melakukan proses perencanaan pembelajaran, pelaksanaan proses pembelajaran, penilaian hasil pembelajaran, dan pengawasan proses pembelajaran untuk terlaksananya proses pembelajaran yang efektif dan efisien.

Problem-based learning (PBL) merupakan salah satu alternatif yang disarankan dalam kurikulum 2013 di mana pada pembelajaran tersebut memfasilitasi peserta didik melalui kegiatan investigasi dan diskusi untuk menentukan dan memutuskan penyelesaian mana yang dianggap paling baik (Fogarty, 1997: 8). Dalam proses ini Sunggur & Tekaya (2006: 308) menyatakan bahwa peserta dituntut untuk berpikir kritis, kreatif, dan memonitor pemahaman mereka. Dalam PBL guru membangun sikap positif terhadap pembelajaran khususnya penjasorkes (Arends, 2008: 56).

Untuk itulah, dikembangkan perangkat pembelajaran lompat jauh gaya menggantung di SMK menggunakan pendekatan *problem-based learning* (PBL) sebagai suatu terobosan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran penjasorkes



dan kemampuan peserta didik terutama mengenai sikap terhadap sikap dan hasil belajar khususnya lompat jauh gaya menggantung serta sebagai upaya mewujudkan peran pendidikan sebagai pola pikir dan pembentuk sikap peserta didik. Sebagai gambaran untuk mempermudah penerapan perangkat dalam pembelajaran, berikut gambaran mengenai *problem-based learning*.

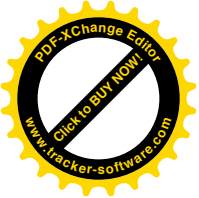
2. Pendekatan Pembelajaran *Problem-Based Learning (PBL)*

Problem-based learning (PBL) atau di Indonesia lebih populer dengan istilah pembelajaran berbasis masalah merupakan salah satu inovasi model pembelajaran dan menjadi model yang dianjurkan dalam pembelajaran abad XXI yang menghadapkan peserta didik pada permasalahan-permasalahan praktis yang tidak terstruktur, *open-ended*, atau ambigu (Fogarty, 1997: 2). *Problem-based learning (PBL)* memperkenalkan peserta didik dengan masalah autentik sehingga membantu peserta didik dalam melakukan kegiatan investigasi. Proses investigasi yang melibatkan peserta didik secara langsung memungkinkan peserta didik untuk mengidentifikasi masalah, memahaminya, dan menyelesaikan masalah tersebut sehingga pada akhirnya memperoleh pengetahuan baru.

Dalam model *problem-based learning*, kemampuan berpikir peserta didik benar-benar dioptimisasikan melalui kerja kelompok atau tim yang sistematis, sehingga peserta didik dapat mengembangkan kemampuan berpikirnya secara berkesinambungan. Margetson (Rusman, 2001:230) mengemukakan bahwa *problem-based learning (PBL)* membantu untuk meningkatkan keterampilan belajar sepanjang hayat dalam pola pikir yang terbuka, reflektif, kritis, dan belajar aktif.

Dalam PBL, peserta didik dihadapkan pada suatu permasalahan yang merangsang peserta didik untuk menganalisis masalah, memperkirakan jawaban-jawabannya, mencari data, menganalisis data dan menyimpulkan jawaban terhadap masalah. Dengan demikian, pembelajaran yang berorientasi pada masalah dengan sendirinya akan melatih peserta didik berpikir kritis. Hal ini sesuai dengan pendapat Halpern (1989 melalui Lai, 2011), berpikir kritis adalah "cara berpikir yang terlibat dalam memecahkan masalah".

Herman (2007:52) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa dalam kegiatan PBL, aktivitas peserta didik belajar tampak lebih mengemuka daripada



kegiatan guru mengajar. Umumnya peserta didik menunjukkan semangat dan ketekunan yang cukup tinggi dalam menyelesaikan masalah, aktif berdiskusi dan saling membantu dalam kelompok, dan tidak canggung bertanya atau minta petunjuk kepada guru.

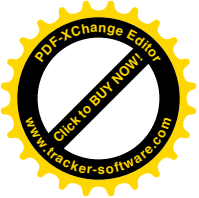
Arends (2008:45) menguraikan lima fase utama dalam *problem-based learning* (PBL) yang secara rinci disajikan pada tabel berikut.

Tabel 1.
Fase Pembelajaran Berbasis Masalah menurut Arends

Fase	Tingkah Laku Guru
Fase-1 Memberikan orientasi tentang permasalahan pada peserta didik	Guru membahas tujuan pembelajaran, mendeskripsikan berbagai kebutuhan logistik penting, dan memotivasi peserta didik untuk terlibat dalam kegiatan mengatasi masalah.
Fase-2 Mengorganisasikan peserta didik untuk meneliti	Guru membantu peserta didik untuk mendefinisikan dan mengorganisasikan tugas belajar yang berhubungan dengan masalah tersebut.
Fase-3 Membantu investigasi mandiri dan kelompok	Guru mendorong peserta didik untuk mendapatkan informasi yang tepat, melaksanakan eksperimen, dan mencari penjelasan dan solusi.
Fase-4 Mengembangkan dan Mempresentasikan artefak dan <i>exhibit</i>	Guru membantu peserta didik dalam merencanakan dan menyiapkan artefak-artefak yang tepat seperti laporan, rekaman video, dan model-model yang membantu mereka untuk menyampaikan pada orang lain.
Fase-5 Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah	Guru membantu peserta didik untuk melakukan refleksi terhadap investigasinya dan proses-proses yang mereka gunakan.

Dalam tahapan pembelajaran berbasis masalah guru memusatkan perhatiannya pada: 1) memfasilitasi proses PBL, mengubah cara berpikir, mengembangkan keterampilan inquiry, menggunakan pembelajaran kooperatif; 2) melatih peserta didik tentang strategi pemecahan masalah, pemberian alasan yang mendalam, metakognisi, berpikir kritis, dan berpikir secara sistem; dan 3) menjadi perantara proses penugasan informasi (Rusman, 2011:234).

Melihat karakteristik dan tahapan yang ada, *problem-based learning* sangat sesuai dengan pembelajaran penjasorkes. Permasalahan yang diberikan pada awal pembelajaran akan sangat merangsang peserta didik dan membantu peserta didik untuk lebih siap dalam membentuk konsep penjasorkes yang akan dipelajari.



DAFTAR ISI

Kata Pengantar	ii
Pendahuluan	iv
Daftar Isi	vii

PRODUK PENGEMBANGAN

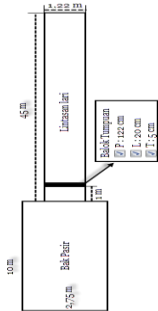
Lompat Jauh Gaya Menggantong

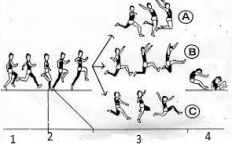
1. Silabus	1
2. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran	5
RPP 1	5
3. LKS	13
4. Instrumen Evaluasi	17
Soal	17
Kunci Jawaban dan pensekoran.....	19
Instrumen Evaluasi Psikomotor.....	20

Daftar Pustaka	22
-----------------------------	-----------

SILABUS PEMBELAJARAN

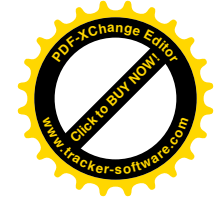
Sekolah : Sekolah Menengah Kejuruan
 Kelas : X
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Semester : I (Satu)
 Kompetensi Inti : KI 3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, 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, 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	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pokok/Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian			Alokasi Waktu	Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
3.3. Menganalisis keterampilan jalan cepat, lari, lompat dan lempar untuk menghasilkan gerak yang efektif*.	1.1.1 Menyebutkan dan membedakan gaya dalam lompat jauh 1.1.2 Menjelaskan pengertian lompat jauh dan teknik dasar dalam lompat jauh gaya menggantung.	Lompat jauh gaya menggantung.	Orientasi pada pendekatan saintifik dengan model <i>PBL</i> . a. Peserta didik diberi apersepsi dengan cara diingatkan kembali mengenai lompat jauh yang pernah dipelajari di SMP. b. Peserta didik diberi motivasi untuk lebih bersemangat mengikuti pembelajaran Peserta	Tes	Unjuk Kerja, Observasi, Kuis.	gambar 1.  Perhatikan gambar 2.	4x45 menit	<ul style="list-style-type: none"> Andang Suherman dkk. (2001). <i>Pembelajaran atletik pendekatan permainan & kompetisi untuk siswa SMU/SMK</i>. Jakarta: Depdiknas. Muhajir. (2007).

<p>3.4. Mempraktikkan hasil analisis keterampilan jalan cepat, lari, lompat dan lempar untuk menghasilkan gerak yang efektif*.</p>	<p>1.1.3 Menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi lompat jauh. 1.1.4 mempraktikkan teknik dasar lompat jauh gaya menggantung. 1.1.5 Perlombaan atletik lompat jauh gaya menggantung dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan semangat, dan percaya diri.</p>		<p>didik menyimak informasi mengenai tujuan pembelajaran</p> <p>c. Peserta didik mengamati media gambar, mendengarkan dan menyimak informasi mengenai penjelasan pembelajaran pada aktivitas penyelesaian masalah.</p> <p>d. Peserta didik mendapat permasalahan dalam lembar masalah mengenai gaya-gaya dan faktor yang mempengaruhi dalam lompat jauh dan tahapan dalam lompat jauh gaya menggantung untuk dikerjakan dalam LKS.</p> <p>Mengorganisasikan Peserta didik untuk Belajar</p> <p>e. Peserta didik menempatkan diri untuk berkelompok</p>			 <ol style="list-style-type: none"> 1. Dari ketiga gaya (A, B, C) manakah lompat jauh gaya menggantung? 2. Dari gambar di atas, jelaskan pengertian lompat jauh! 3. Jelaskan teknik dasar dalam lompat jauh yang terdiri dari empat tahapan (1, 2, 3, 4) dari gambar tersebut! 4. Jelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi lompat jauh! 5. Praktikkanlah lompat jauh gaya 	<p><i>Pendidikan jasmani teori dan praktek SMA.</i> Jakarta: Erlangga</p> <ul style="list-style-type: none"> • Edi purnomo.(2007).Pedoman Mengajar Dasar Gerak Atletik.Yogyakarta:FIKUNY • Lembar masalah dan LKS • Media video.
--	--	--	--	--	--	---	---

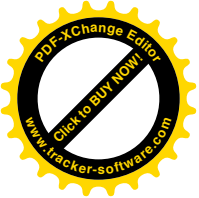


			<p>dalam kelompok 3-5 orang.</p> <p>f. Peserta didik mencermati petunjuk mengerjakan yang ada dalam LKS, dan apabila ada yang belum jelas, peserta didik bertanya pada guru.</p> <p>Membantu penyelidikan mandiri dan kelompok</p> <p>g. Sebagai pengantar untuk memperoleh gambaran awal dalam menyelesaikan permasalahan, peserta didik mendefinisikan permasalahan dengan dipandu guru.</p> <p>h. Peserta didik melakukan diskusi untuk menyelesaikan LKS.</p> <p>i. Peserta didik bertanya pada guru jika mengalami kesulitan.</p> <p>Mengembangkan dan mempresentasikan karya</p> <p>j. Beberapa peserta didik membacakan/mempres</p>			menggantung.		
--	--	--	--	--	--	--------------	--	--



			<p>entasikan hasil diskusi.</p> <p>k. Peserta didik yang tidak maju memberikan apresiasi berupa tepuk tangan pada teman yang maju.</p> <p>l. Peserta didik mempraktikkan lompat jauh gaya menggantung</p> <p>Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah</p> <p>m. Peserta didik dengan dipandu oleh guru, membahas dan mengevaluasi hasil diskusi. Apabila terdapat kesalahan dalam penyelesaian masalah, peserta didik memperhatikan pembenaran yang dilakukan teman lain ataupun guru.</p>					
--	--	--	--	--	--	--	--	--

Yogyakarta, Oktober 2017
Peneliti,
Bernaditya Listiono, S.Pd
NIM. 13711251068



RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : SMK

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : X / 1

Pertemuan : 2 kali pertemuan

Alokasi Waktu : 4 X 45 menit

A. Kompetensi Inti

- KI3 Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural 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.
- KI4 Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

B. Kompetensi Dasar

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

C. Indikator

1. Menyebutkan dan membedakan macam-macam gaya dalam lompat jauh
1. Menjelaskan pengertian lompat jauh dan teknik dasar dalam lompat jauh gaya menggantung.
2. Menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi lompat jauh gaya menggantung.
3. Mempraktikkan teknik dasar lompat jauh gaya menggantung.
4. Perlombaan lompat jauh gaya menggantung dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan semangat, dan percaya diri.

D. Tujuan Pembelajaran

Tujuan yang akan dicapai selama proses pembelajaran menggunakan pendekatan pembelajaran berbasis masalah adalah sebagai berikut.

Pertemuan pertama :

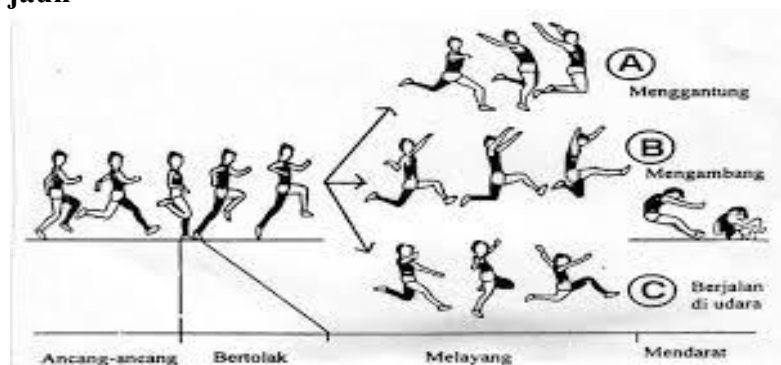
1. Peserta didik mampu menyebutkan dan membedakan tiga gaya dalam lompat jauh
2. Peserta didik mampu menjelaskan pengertian lompat jauh dan teknik dasar lompat jauh gaya menggantung yang terdiri dari empat tahapan.
3. Peserta didik mampu Menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi lompat jauh gaya menggantung.
4. Peserta didik mampu Mempraktikkan teknik dasar lompat jauh gaya menggantung.

Pertemuan kedua :

1. Peserta didik mampu Mempraktikkan lompat jauh gaya menggantung dengan awalan 25 M.
2. Peserta didik mampu melakukan Perlombaan lompat jauh gaya menggantung dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan semangat, dan percaya diri.

E. Materi Pembelajaran

Lompat jauh

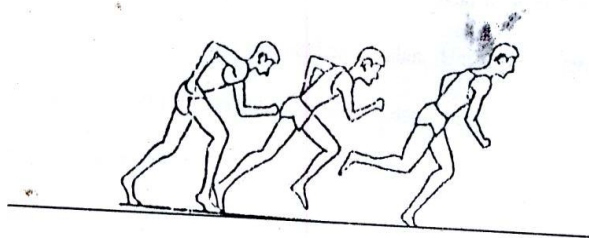


Lompat jauh adalah hasil dari kecepatan horisontal yang dibuat sewaktu awalan dengan daya vertikal yang dihasilkan dari kekuatan kaki menolak. Lompat jauh mempunyai teknik dasar yang terdiri dari empat tahapan yaitu awalan, tolakan, melayang (saat diudara) dan mendarat. Pada saat diudara (melayang) inilah yang membedakan gaya-gaya dalam lompat jauh. Adapun macam gaya dalam lompat jauh ada tiga yaitu gaya jongkok, gaya menggantung, dan gaya berjalan diudara.

Lompat jauh gaya menggantung merupakan gaya pada saat melayang diudara anggota tubuh bagian bawah menggantung di bawah badan, kedua lutut membentuk sudut siku-siku, dan kedua lengan berada di atas kepala sehingga posisi tersebut kelihatannya sedang menggantung. Tahapan-tahapan dalam lompat jauh gaya menggantung :

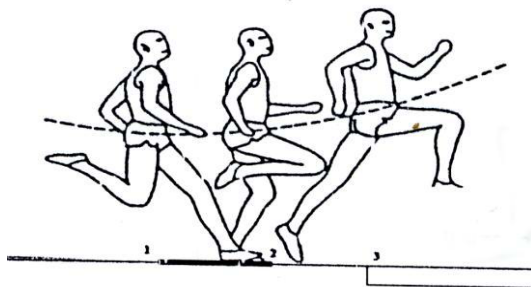
1. Awalan

Awalan dalam lompat jauh gaya menggantung adalah suatu gerakan yang dilakukan dengan cara berlari secepat-cepatnya dengan jarak 25-50 meter agar dapat menghasilkan kecepatan yang setinggi-tingginya sebagai awalan sebelum melakukan tolakan.



2. Tolakan

Tolakan dalam lompat jauh adalah suatu gerakan tolakan kaki dengan menggunakan kaki terkuat untuk menjadikan tumpuan pada saat melakukan tolakan dalam lompatan jauh gaya menggantung.



3. Sikap badan di udara

Gerakan lutut kaki bebas diturunkan tepat setelah menumpu dan lutut ditekuk membentuk sudut siku-siku. Pada saat kaki tumpu bergabung dengan kaki bebas, kedua lutut juga ditekuk. Kedua lengan harus diangkat sampai ke posisi atas kepala.



4. Mendarat

Mendarat dalam lompat jauh gaya menggantung adalah jatuhnya kedua kaki secara bersamaan saat menyentuh pasir di bak pendaratan. Tahapan dalam pendaratan dengan membengkokkan ke depan tubuh bagian atas, pelurusan ke depan dari kedua lengan dan pengangkatan dari tungkai bawah. Pada saat melakukan pendaratan diusahakan badan jatuh kedepan, karena hasil lompatan diukur dari bekas lepas tapak sampai bekas posisi badan pada saat mendarat.



Setiap unsur-unsur gerak dasar dalam lompat jauh gaya menggantung, yaitu awalan, tolakan, gerakan melayang, dan mendarat harus dilakukan dengan penuh perhitungan dan konsentrasi.

Faktor yang mempengaruhi lompat jauh adalah:

1. Kecepatan (speed) adalah kemampuan untuk memindahkan sebagian tubuh atau seluruhnya dari awalan sampai dengan pendaratan. Atau bertumpu pada papan / balok sewaktu melakukan lompatan, kecepatan banyak ditentukan kekuatan dan fleksibilitas
2. Kekuatan (Strenght) adalah jumlah tenaga yang dapat dihasilkan oleh kelompok otot pada kontraksi maksimal pada saat melakukan pekerjaan atau latihan dalam melakukan lompatan
3. Daya ledak adalah kemampuan otot dalam melakukan tolakan tubuh melayang di udara saat lepas dari balok tumpu
4. Keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan suatu sikap tubuh tertentu secara benar dari awal melakukan lompatan sampai selesai melakukan lompatan
5. Keterampilan adalah kemampuan untuk melakukan suatu gerakan motorik secara benar
6. Koordinasi adalah hal yang harus dimiliki oleh seorang atlet untuk dapat mengkoordinasikan gerakan maju dengan kebutuhan naik.

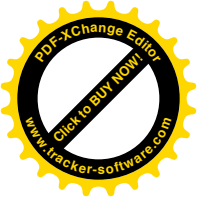
Hal-hal yang harus dihindari dan dilakukan dalam lompat jauh adalah:

a. Hal-hal yang harus dihindari :

- 1) Memperpendek atau memperpanjang langkah terakhir sebelum melakukan tumpuan.
- 2) Bertumpu dalam tumit dan dengan kecepatan yang tidak memadai.
- 3) Badan condong jauh ke depan atau ke belakang.
- 4) Fase melayang yang tidak seimbang.
- 5) Tak cukup mengangkat kaki pada waktu pendaratan.
- 6) Pada pendaratan, kaki yang satu mendahului yang lain.

b. Hal-hal yang harus dilakukan:

- 1) Pelihara kecepatan sampai saat bertumpu.



- 2) Lakukan tolakan yang cepat dan dinamis dari balok tumpuan.
- 3) Rubahlah sedikit lari untuk mencapai posisi lebih baik.
- 4) Gunakan gerakan tangan untuk keseimbangan yang baik.
- 5) Lakukan arah gerakan yang baik.
- 6) Gunakan tenaga dan kekuatan pada saat tolakan.
- 7) Latihlah sikap pendaratan.
- 8) Kuasai gerakan meluruskan dan membengkokkan tangan dan kaki.

F. Metode Pembelajaran

Pembelajaran dengan pendekatan saintifik model Pembelajaran Berbasis Masalah

G. Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan Pertama

Pendahuluan (20 menit)

1. Berbaris, berhitung, salam, berdoa, presensi.
Tahap 1: Orientasi pada masalah
2. Peserta didik diberi apersepsi dan motivasi
 - a. Apersepsi
Peserta didik ditanya apa pernah melompati selokan, Saat melompat bagian anggota tubuh apa yang digunakan, sebelum melompat awalan lari diperlukan tidak. Peserta didik ditanya macam-macam gaya lompat jauh yang sudah dipelajari di SMP.
 - b. Motivasi
Peserta didik diberi motivasi manfaat melakukan lompat jauh.
3. Peserta didik menyimak informasi mengenai tujuan pembelajaran.
4. Peserta didik melakukan pemanasan dengan berlari mengelilingi lapangan 1 kali, peregangan statis dan dinamis, pemanasan khusus dalam bentuk permainan.

Kegiatan Inti (60 menit)

No.	Aktivitas	Waktu
1.	Peserta didik mendengarkan dan menyimak informasi mengenai pembelajaran pada aktivitas penyelesaian masalah.	1'
2.	Peserta didik mendapat permasalahan dalam lembar masalah kemudian membaca permasalahan menentukan dan membedakan gaya dalam lompat jauh, pengertian lompat jauh, tahapan lompat jauh gaya menggantung, faktor yang mempengaruhi dalam lompat jauh gaya menggantung yang terdapat dalam lembar masalah.	2'
	<u>Tahap II: Mengorganisasikan Peserta didik untuk belajar</u>	
3.	Peserta didik menempatkan diri untuk berkelompok dalam	1'



	kelompok beranggotakan 3-5 orang.	
4.	Peserta didik mencermati petunjuk mengerjakan yang ada dalam LKS, dan apabila ada yang belum jelas, peserta didik bertanya pada guru.	2'
	<u>Tahap III: Membantu penyelidikan mandiri dan kelompok</u>	
5.	Sebagai pengantar untuk memperoleh gambaran awal dalam menyelesaikan permasalahan, peserta didik merumuskan permasalahan dengan dipandu guru.	3'
6.	Peserta didik melakukan diskusi untuk mencari solusi terkait permasalahan dalam LKS, kemudian menuliskan di dalam LKS. Peserta didik dapat bertanya pada guru bila mengalami kesulitan dalam mengerjakan LKS.	15'
	<u>Tahap IV: Mengembangkan dan mempresentasikan artefak dan exhibit.</u>	
7.	Beberapa peserta didik maju membacakan/ menuliskan hasil diskusi di depan kelas dan peserta didik yang lain mencermati hasil diskusi perwakilan kelompok yang maju.	10'
8.	Peserta didik yang tidak maju memberikan apresiasi berupa tepuk tangan pada teman yang maju.	
	<u>Tahap V: Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah</u>	
9.	Peserta didik dengan dipandu oleh guru, membahas dan mengevaluasi hasil diskusi. Apabila terdapat kesalahan dalam penyelesaian masalah, peserta didik menyimak dan memperhatikan pembenaran yang dilakukan teman lain ataupun guru.	6'
10.	Peserta didik mempraktikkan teknik dasar lompat jauh gaya menggantung dengan awalan 3 langkah, 7 langkah dan 10 meter.	20'

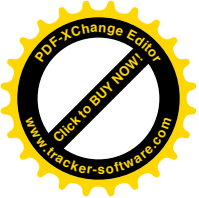
Penutup (10 menit)

1. Pendinginan.
2. Dengan dibimbing guru, peserta didik melakukan generalisasi untuk memperoleh kesimpulan dari kegiatan menyelesaikan masalah yang telah dilakukan.
3. Guru memberikan penugasan untuk mempelajari materi selanjutnya yaitu cara menentukan panjang awalan, teknik tumpuan, saat melakukan gaya menggantung di udara, dan teknik mendarat.
4. Guru menutup kegiatan pembelajaran (berdoa dan salam)

Pertemuan Kedua

Pendahuluan (20 menit)

1. Berbaris, berhitung, salam, berdoa, presensi.
2. Peserta didik diberi apersepsi dan motivasi.



3. Peserta didik melakukan pemanasan dengan berlari mengelilingi lapangan 1 kali, peregangan statis dan dinamis, pemanasan khusus dalam bentuk permainan.

Kegiatan Inti (60 menit)

No.	Aktivitas	Waktu
1.	Peserta didik mengamati video teknik lompat jauh gaya menggantung (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat).	5'
2.	Peserta didik menempatkan diri untuk berkelompok dalam kelompok beranggotakan 3-5 orang.	1'
3.	Peserta didik saling bertanya dalam kelompok mengenai video yang sudah diamati. Apabila ada pertanyaan yang sulit dijawab dalam kelompok akan dijawab oleh guru.	5'
4.	Peserta didik memperagakan teknik gerakan awalan, teknik gerakan tumpuan, teknik gerakan saat melayang di udara dan teknik gerakan mendarat secara individu dalam kelompok.	8'
5.	Peserta didik mendiskusikan dan memperagakan kombinasi teknik lompat jauh gaya menggantung secara individu dalam kelompok.	6'
6.	Peserta didik mendiskusikan kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan kombinasi teknik gerakan lompat jauh gaya menggantung (awalan/ anchang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dan mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan tersebut.	5'
7.	Peserta didik menemukan dan menetapkan pola yang sesuai untuk kebutuhan individual peserta didik dalam mempraktikkan kombinasi teknik lompat jauh gaya menggantung (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat).	10'
8.	Peserta didik melakukan perlombaan lompat jauh menggunakan gaya menggantung dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.	20'

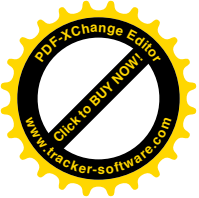
Penutup (10 menit)

1. Pendinginan.
2. Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari
3. Guru menutup kegiatan pembelajaran (berdoa dan salam)

H. Alat dan Sumber Belajar

Alat Pembelajaran:

1. Lintasan lompat jauh
2. Bak lompat jauh



3. Kapur
4. Bendera
5. Peluit

Sumber Belajar:

1. Andang Suherman dkk.(2001). *Pembelajaran atletik pendekatan permainan & kompetisi untuk siswa SMU/SMK*. Jakarta: Depdiknas.
2. Muhajir. (2007). *Pendidikan jasmani teori dan praktek SMA*. Jakarta: Erlangga
3. Edi Purnomo.(2007).*Pedoman Mengajar Dasar Gerak Atletik*. Yogyakarta: FIKUNY
4. Lembar masalah dan LKS
5. Video teknik dasar dan perlombaan lompat jauh gaya menggantung.

I. Penilaian

1. Teknik : Tes
2. Bentuk Instrumen : Unjuk kerja, observasi, uraian.
3. Instrumen yang digunakan : Terlampir

Yogyakarta, Oktober 2017
Peneliti,

Bernaditya Listiono
NIM.13711251068

LEMBAR MASALAH

Indikator :

1. Menyebutkan dan membedakan macam-macam gaya dalam lompat jauh.
2. Menjelaskan pengertian lompat jauh dan teknik dasar dalam lompat jauh gaya menggantung.
3. Menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi lompat jauh gaya menggantung.
4. Mempraktikkan teknik dasar lompat jauh gaya menggantung.



MASALAH

Perhatikan gambar berikut.



Gambar di atas merupakan teknik dasar lompat jauh yang terdiri dalam empat tahapan. Dikita mendapat tugas untuk menentukan teknik dasar lompat jauh, menyebutkan dan membedakan gaya dalam lompat jauh, pengertian lompat jauh, dan menganalisis faktor yang mempengaruhi lompat jauh gaya menggantung dengan melihat gambar di atas gambar apakah itu? Jka gambar tersebut disketsakan, apakah nampak seperti pada LKS? Jawablah pertanyaan tersebut dengan mengikuti petunjuk pada LKS

Selesaikan dengan mengikuti petunjuk pada LKS

LEMBAR KEGIATAN SISWA



Kelas : _____
Anggota:

Indikator:

1. Menyebutkan dan membedakan macam-macam gaya dalam lompat jauh.
2. Menjelaskan pengertian lompat jauh dan teknik dasar dalam lompat jauh gaya menggantung.
3. Menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi lompat jauh gaya menggantung.
4. mempraktikkan teknik dasar lompat jauh gaya menggantung.

Alokasi Waktu: 20 menit

ALat dan Bahan: Alat Tulis

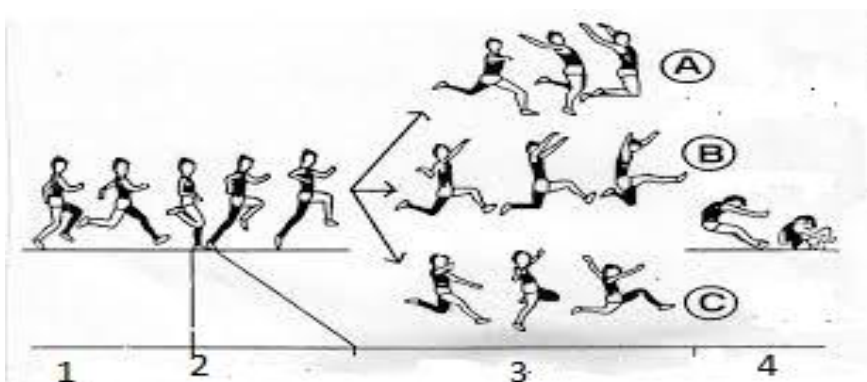
A. Petunjuk Mengerjakan



1. Cermati dan pahami masalah yang ada dalam lembar masalah.
2. Selesaikan masalah-masalah tersebut dengan mengikuti langkah-langkah berikut.

B. Langkah-langkah Penyelesaian

MASALAH

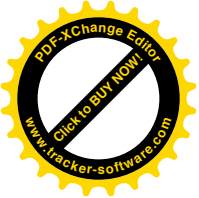


Perhatikan gambar.

1. Sebutkan dan jelaskan empat tahapan teknik dasar lompat jauh!

- a. _____
- b. _____
- c. _____
- d. _____





2. Jelaskan apa yang dimaksud gaya dalam lompat jauh dan sebutkan 3 macam gaya dalam lompat jauh.

Gaya adalah

Gaya dalam lompat jauh:

a.

b.

c.

3. Dari gambar diatas, jelaskan pengertian lompat jauh.

a. Lompat jauh adalah

4. Jelaskan teknik gerakan gaya menggantung dalam lompat jauh.

5. Sebutkan dan jelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi lompat jauh gaya menggantung.

a.

b.

c.

d.

e.

f.



slam at Mengerjakan

Perhatikan gambar berikut.



Gambar 1. Latihan lompat jauh gaya menggantung tanpa awalan



Gambar 1. Latihan lompat jauh gaya menggantung dengan satu langkah awalan

1. Praktikkanlah dengan teman satu kelompok gerakan seperti gambar satu sebanyak tiga kali percobaan.
2. Praktikkanlah dengan teman satu kelompok gerakan seperti gambar dua sebanyak tiga kali percobaan.
3. Praktikkanlah teknik dasar lompat jauh dengan awalan tiga dan lima langkah sebanyak dua kali percobaan.

slam at Mencoba



SOAL

Satuan Pendidikan : SMK

Materi : Lompat Jauh Gaya Menggantung

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Banyak Soal : 13

Kelas/Semester : X/1

Alokasi Waktu : 15 menit

I. Petunjuk

1. Tulis nama, no.absen, dan kelas di pojok kanan atas pada lembar jawab yang telah disediakan.
2. Jawablah soal pilihan ganda dengan menyilang (X) pada salah satu pilihan jawaban yang telah disediakan.
3. Untuk soal uraian, jawablah secara rinci dan jelas pada lembar jawab yang telah disediakan sesuai perintah yang diminta.

A. Pilihan Ganda



1. Perhatikan gambar diatas, rangkaian gerak tersebut merupakan teknik dasar.....
 - a. Lompat jauh
 - b. Lompat tinggi
 - c. Lompat tinggi galah
 - d. Melompat
 - e. Lompat kangkang
2. Dari gambar di atas, ada berapa tahapan teknik dasar lompat jauh.....
 - a. 1
 - b. 2
 - c. 3
 - d. 4
 - e. 5
3. Salah satu nomor dalam atletik adalah lompat jauh. Pengertian lompat jauh adalah.....
 - a. Lompat sejauh-jauhnya
 - b. Lompat yang dilakukan dengan awalan dan diakhiri pendaratan
 - c. Hasil dari kecepatan horisontal yang dibuat sewaktu awalan dengan daya vertikal yang dihasilkan dari kekuatan kaki menolak
 - d. Lompat yang dilakukan dengan satu kaki
 - e. Lompat yang dilakukan dengan sejauh-jauhnya dan mendarat di bak pasir
4. Gambar disamping merupakan gaya dalam lompat jauh.
 - a. Jonggkok
 - b. Menggantung
 - c. Berjalan diudara
 - d. Gunting
 - e. *cross*

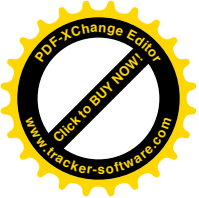




5. Tahapan dalam melakukan lompat jauh adalah.....
 - a. Lari, melangkah, melompat, mendarat
 - b. Jalan, lari, melompat, mendarat
 - c. Lari, melompat, mendarat
 - d. Awalan, lari, menolak, melayang diudara, mendarat
 - e. Awalan, tolakan, melayang di udara, mendarat
6. Ada berapa gaya yang digunakan dalam lompat jauh.....
 - a. 1
 - b. 2
 - c. 3
 - d. 4
 - e. 5
7. Pada saat tahap apakah gaya dilakukan dalam lompat jauh.....
 - a. Melayang diudara
 - b. Awalan
 - c. Tolakan
 - d. Mendarat
 - e. bertumpu
8. Faktor apa yang berpengaruh pada tahap awalan lompat jauh.....
 - a. Kekuatan
 - b. Kecepatan
 - c. Koordinasi
 - d. Keseimbangan
 - e. rasa
9. Pada tahap melayang diudara, faktor apa yang sangat berpengaruh.....
 - a. Kekuatan
 - b. Kecepatan
 - c. Koordinasi
 - d. Keseimbangan
 - e. rasa
10. Hal-hal yang perlu dihindari dalam melakukan lompat jauh gaya menggantung adalah.....
 - a. Latihan gerak pendaratan
 - b. Menguasai gerak langkah dan ayunan
 - c. Mencapai jangkauan gerak yang baik
 - d. Memelihara kecepatan sampai saat menolak
 - e. Memperpendek atau memperpanjang langkah terakhir sebelum bertolak

B. Uraian

1. Dari gambar soal nomor 4, jelaskan teknik gerakan gaya tersebut.
2. Sebutkan dan jelaskan tahapan teknik dasar lompat jauh gaya menggantung.
3. Sebutkan hal- hal yang harus dilakukan dalam lompat jauh gaya menggantung.



KUNCI JAWABAN TES PENCAPAIAN KOMPETENSI DASAR

Pilihan Ganda

1. A
2. D
3. C
4. B
5. E
6. C
7. A
8. B
9. D
10. E

Jika benar = 1

Jika salah = 0

$$Skor PG = \frac{Skor Benar}{Skor Maksimal} \times 100$$

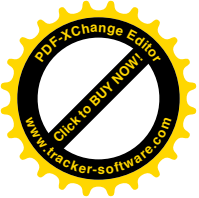
Uraian.

1. Gerakan lutut kaki bebas diturunkan tepat setelah menumpu dan lutut ditekuk membentuk sudut siku-siku. Pada saat kaki tumpu bergabung dengan kaki bebas, kedua lutut juga ditekuk. Kedua lengan harus diangkat sampai ke posisi atas kepala. 3
2. Awalan, tolakan, melayang diudara, mendarat.
 - Awalan: suatu gerakan yang dilakukan dengan cara berlari secepat-cepatnya dengan jarak 25-50 meter agar dapat menghasilkan kecepatan yang setinggi-tingginya.
 - Tolakan: suatu gerakan tolakan kaki dengan menggunakan kaki terkuat untuk menjadikan tumpuan.
 - Melayang di udara: suatu sikap gerakan tubuh diudara dengan cara membuat gaya.
 - Mendarat: jatuhnya kedua kaki secara bersamaan saat menyentuh pasir di bak pendaratan.4
3. Hal-hal yang harus dilakukan:
 - a. Pelihara kecepatan sampai saat bertumpu.
 - b. Lakukan tolakan yang cepat dan dinamis dari balok tumpuan.
 - c. Rubahlah sedikit lari untuk mencapai posisi lebih baik.
 - d. Gunakan gerakan tangan untuk keseimbangan yang baik.
 - e. Lakukan arah gerakan yang baik.
 - f. Gunakan tenaga dan kekuatan pada saat tolakan.
 - g. Latihlah sikap pendaratan.
 - h. Kuasai gerakan meluruskan dan membengkokkan tangan dan kaki.3

Skor Max: 10

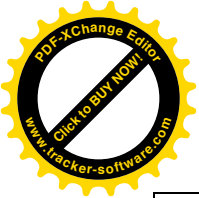
$$Skor Uraian = \frac{Skor Benar}{Skor Maksimal} \times 100$$

$$Nilai Akhir = \frac{Skor PG + Skor Uraian}{2}$$



LEMBAR PENILAIAN TES PSIKOMOTOR (Unjuk Kerja)

Aspek Yang Dinilai	Kriteria Penilaian	Ren tang skor	Skala / Bobot	Skor diper oleh
a. Awalan	1) Gerakan lari awalan dilakukan dengan percepatan optimal yang terkontrol, panjang lari awalan bervariasi antara 10 langkah (bagi pemula).	1 – 2,5		
	2) Teknik lari mirip dengan lari sprint.			
a. Awalan	3) Kecepatan meningkat terus menerus sampai mencapai balok tumpuan.			
	4) Pandangan ke arah depan.			
a. Awalan	a) jika kriteria-kriteria di atas dilakukan secara benar		2,5	
	b) jika kriteria-kriteria di atas hanya dilakukan tiga kriteria saja		2	
a. Awalan	c) jika kriteria-kriteria di atas hanya dilakukan dilakukan dua kriteria saja		1,5	
	d) jika kriteria diatas dilakukan satu saja atau tidak sama sekali		1	
b. Tolakan	1) Penancapan kaki adalah aktif dan cepat dengan suatu gerakan ke bawah dan ke belakang.	1 – 3		
	2) Waktu bertolak adalah dipersingkat, pembengkokan minimum dari kaki penumpu.			
b. Tolakan	3) Paha kaki bebas didorong ke posisi horisontal.			
	4) Sendi-sendi mata kaki, lutut dan pinggang adalah diluruskan sepenuhnya.			
b. Tolakan	5) Urutan tolakan kaki pada papan tumpu dimulai dari tumit, telapak kaki diteruskan pada ujung telapak kaki.			
	a) jika semua kriteria-kriteria di atas dilakukan		3	
b. Tolakan	b) jika hanya empat kriteria saja dilakukan		2,5	
	c) jika hanya tiga kriteria saja dilakukan		2	
b. Tolakan	d) jika hanya dua criteria saja dilakukan		1,5	
	e) jika hanya salah satu atau tidak sama sekali		1	



c. Saat di udara	1) Kaki bebas dipertahankan ada di posisi bertolak.	1 - 3		
	2) Badan tetap tegak ke atas dan vertikal.			
	3) Kaki penolak mengikuti selama waktu melayang.			
	4) Kaki tumpuan dibengkokkan dan ditarik ke depan dan ke atas mendekati akhir gerak melayang.			
	5) Baik kaki bebas maupun kaki tumpu diluruskan ke depan untuk mendarat.			
	a) jika semua kriteria di atas dilakukan		3	
	b) jika hanya empat kriteria dilakukan		2.5	
	c) jika hanya tiga kriteria dilakukan		2	
	d) jika hanya dua kriteria yang dilakukan		1.5	
	e) jika hanya salah satu atau tidak sama sekali		1	
d. Pendaratan	1) Kedua kaki adalah hampir sepenuhnya diluruskan.	0,5 – 1,5		
	2) Badan dibengkokkan ke depan, kedua lengan ditarik ke belakang			
	3) Pinggang didorong ke depan menuju ke titik sentuh tanah.			
	a) jika semua kriteria dilaksanakan			1,5
	b) jika hanya tiga kriteria saja dilaksanakan			1
	c) jika hanya dua kriteria saja dilaksanakan		0,5	

Penilaian proses lompat jauh gaya menggantung.

No	Nama Siswa	Awalan				Tolakan					Saat di udara					Pendaratan				Jml	N
		1	1 / 5	2 / 5	3	1	1 / 5	2 / 5	3	1	1 / 5	2 / 5	3	0 / 5	1	1 / 5	2				
1.	RENO B			X				X				X					X			7/5	75
2.																					
3.																					
4.																					

Prosentase nilai proses = (Jumlah dibagi skor maksimum) X 100%



DAFTAR PUSTAKA

- Arends, R.I. (2008). *Learning to teach: belajar untuk mengajar (7th ed, buku dua)*. (Terjemahan Helly Prajitno Soetjipto dan Sri Mulyantini Soetjipto). New York: McGraw Hill Companies Inc. (Buku asli diterbitkan tahun 2006).
- Fogarty, R.(1997). *Problem based learning & other curriculum models for the multiple intelligences classroom*. New York: Sky Light Professional Development.
- Herman, T. (2007). Pembelajaran berbasis masalah untuk meningkatkan kemampuan berpikir kritis matematis tingkat tinggi siswa Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Education*, 1,1.
- Kemdikbud. (2012, November). *Pengembangan kurikulum 2013*. Sosialisasi Kurikulum 2013.
- Lai, E.R. (2011). Critical thinking: a literature review. *Research Report*._: Pearson.
- Muijs, D., & Reynolds, D. (2011). *Effective teaching: evidence and practice(2nd ed)*. London: Sage Publications Ltd.
- Rusman. (2011). *Model-model pembelajaran mengembangkan profesionalisme*. Jakarta: Rajawali Pers.