

LAMPIRAN

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

PERTEMUAN I

Sekolah	: SD Negeri Mangunsari I
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: V/Dua
Standar Kompetensi	: 9. Mempraktikan kombinasi berbagai gerak dasar dalam gerak berirama dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya
Kompetensi Dasar	: 9.1 Mempraktikan Satu Pola Gerak Berirama terstruktur dengan konsisten dan lancar serta nilai kerjasama, percaya diri dan disiplin.
Indikator	: 1. Dapat melakukan gerakan kaki ke arah depan/belakang dalam senam ritmik 2. Dapat melakukan gerakan kaki ke arah kanan/kiri dalam senam ritmik 3. Dapat melakukan gerakan ayunan lengan dalam senam ritmik 4. Dapat melakukan gerakan kombinasi antara kaki dan ayunan lengan 5. Dapat melakukan rangkaian gerakan senam ritmik secara sederhana
Alokasi Waktu	: 2 x 35 menit (1x pertemuan)

I. Tujuan Pembelajaran

- 1) Siswa dapat melakukan gerak dasar aktivitas ritmik
- 2) Siswa dapat melakukan rangkaian gerak sederhana aktivitas ritmik

II. Materi Pembelajaran

- 1) Latihan gerak dasar

- 2) Gerakan kaki (ke depan, belakang, kanan, kiri)
- 3) Ayunan tangan
- 4) Kombinasi gerakan kaki dan ayunan lengan.

III. Metode Pembelajaran

- 1) Ceramah
- 2) Demonstrasi
- 3) Latihan
- 4) Pemberian Tugas
- 5) Tanya jawab

IV. Langkah-langkah Pembelajaran

- 1) Pemanasan
 - Siswa dibariskan menjadi 3 bersaf
 - Berhitung, presensi dan berdoa
 - Guru menjelaskan materi pembelajaran yang akan dilakukan dan tujuannya secara singkat
 - Siswa melakukan pemanasan dengan gerak dan lagu serta gerak dasar aktivitas ritmik

(1)



Anak dibariskan membentuk lingkaran kemudian anak disuruh berjalan searah jarum jam sambil bertepuk tangan dan menyanyikan lagu “Pada Hari Minggu” dengan sikap awal tegak langkah kaki kanan.

(2)



Masih dalam bentuk lingkaran. Sikap awal tangan dipinggang, tegak anjur kaki kiri, kemudian berjingkat sambil mengangkat kaki kiri ke depan, berganti berjingkat kaki kanan sambil kaki kanan di angkat ke depan, begitu seterusnya sampai lagu selesai.

(3)



Tangan di pinggang, langkahkan kaki kanan ke depan disusul kaki kiri merapat disamping kaki kanan (lakukan 4 x hitungan)

Kemudian langkahkan kaki kiri ke depan disusul kaki kanan merapat di samping kaki kiri (lakukan 4 x hitungan)

(4)



Tangan di pinggang, langkahkan kaki ke kanan ke belakang disusul kaki kiri merapat di samping kaki kanan. Kemudian langkahkan kaki kiri ke belakang, disusul kaki kanan merapat di samping kaki kiri, begitu seterusnya bergantian antara kaki kanan dan kaki kiri

(5)



Tangan di pinggang, langkahkan kaki kanan ke samping kanan, kemudian rapatkan kaki kiri

Langkahkan kaki kiri ke samping kiri, kemudian rapatkan kaki kanan.

(6)



Tangan di pinggang, melangkahkan kaki kanan serong ke kanan, kaki kiri rapatkan. Langkahkan kaki kiri serong ke kiri, rapatkan kaki kanan (ulangi beberapa kali)

2) Kegiatan Inti

- Dengan bimbingan guru, siswa melakukan rangkaian gerakan sederhana aktivitas ritmik tanpa musik

(1) Gerakan Pertama



- 1.a. Gerakan kaki 4 langkah ke depan tangan ditekuk disamping badan lalu mengayun



- 1.b. Gerakan kaki 4 langkah ke belakang sambil bertepuk tangan

(2) Gerakan Kedua



- 2.a. Gerakan kaki 4 langkah ke depan, kedua tangan mendorong ke depan



- 2.b. Gerakan kaki 4 langkah ke belakang sambil bertepuk tangan

(3) Gerakan Ketiga



3.a. Gerakan kaki 4 langkah ke samping kanan tangan menekuk disamping badan, kemudian bergerak membuka dan menutup

3.b. Gerakan kaki 4 langkah ke samping kiri. Tangan menekuk disamping badan, kemudian bergerak membuka dan menutup.

(4) Gerakan Keempat



4.a. Gerakan kaki zig-zag 4 langkah ke depan. Tangan menekuk di samping badan, kemudian bergerak menyilang di depan dada.

4.b. Gerakan kaki zigzag 4 langkah ke belakang. Kedua tangan mengayun ke samping kanan kemudian ke samping kiri di depan dada.

3) Penutup (gerakan pendinginan)

- Siswa melakukan gerakan penutup

(1) Gerakan Pertama



1.a. Membuka kaki ke kanan dan ke kiri satu langkah dengan menekukkan sedikit lutut, sambil membuka salah satu tangan sesuai dengan langkah kaki



- 1.b. Merapatkan ke dua kaki dan menekuk kedua lutut sambil membuka tangan dengan cara memutar. Pada saat membuka tangan diikuti dengan mengambil dan membuang nafas.

(2) Gerakan Kedua



- 2.a. Pada hitungan 1 membuka kaki kanan kemudian menekuk lutut dan kedua tangan ditekuk dengan mengepak di depan dada

- Pada hitungan 2 menekuk kaki kiri sambil mencondongkan badan ke samping kanan dengan tangan direntangkan diagonal, telapak tangan menghadap ke bawah
- Pada hitungan ke 3 kembali ke hitungan pertama
- Pada hitungan ke 4 kaki merapat kembali ke sikap awal
- Pada hitungan ke 5 sampai 8 mengulang gerakan ke sisi kiri diawali dengan membuka kaki kiri.



- 2.b. Pada hitungan 1-4 membuka kaki kanan dan menekuk lutut, kemudian mencondongkan badannya ke kanan dan tangan kanan ditekuk di depan dada dalam keadaan mengepal, sedangkan tangan kiri lurus diagonal ke atas.



- Pada hitungan 5-8 masih dalam posisi semula kemudian berganti menekuk kaki kiri sambil mengangkat ujung kaki kanan. Lengan kiri ditekuk disamping telinga kiri dengan telapak tangan menghadap ke bawah. Posisi tangan kanan dalam keadaan lurus diagonal ke bawah dan pandangan ke ujung kaki kanan.

(3) Gerakan Ketiga



- 3.a. Mendorong kaki kanan ke belakang dalam posisi menapak dan meluruskan ke dua lengan ke atas dalam keadaan mengait dan menahannya sampai delapan hitungan.



- 3.b. Mendorong kaki kiri ke belakang dalam keadaan menapak dan menarik kedua lengan lurus ke belakang dalam posisi mengait.

(4) Gerakan Keempat



- 4.a. Posisi kedua kaki rapat. Tangan kiri memegang pinggang sebelah kanan: Tangan kanan lurus ke atas dan menahannya sampai dengan hitungan.



- 4.b. Posisi kedua kaki rapat dan jinjit kedua tangan di dorong ke atas dengan jari jari saling mengait, menahannya sampai delapan hitungan.

(5) Gerakan Kelima

- Gerakan mengambil nafas dan membuang nafas.

V. Sarana Prasarana

- Lapangan
- Tape Recorder
- Casette

VI. Sumber belajar

- Buku Penjas Orkes kls V karangan Farida Mulyaningsih, dkk. halaman 83 s/d 96
- Pengembangan guru

VII. Penilaian

- Teknik Penilaian
 - Menggunakan tes unjuk kerja
 - Sistem skala pengamatan pada saat anak melakukan gerakan senam

▪ Rubrik Penilaian

No	Nama Anak	Aspek Yang Dinilai		
		Koordinasi Gerakan	Kesesuaian Gerak dengan Irama	Kesungguhan atau Semangat

Mengetahui
Kepala SDN Mangunsari I

Magelang, 1 Maret 2012

Mahasiswa

SRI HENDRATMO DMY.
NIP. 19570212 197701 1 004

CICI SUPRIHARTINI
NIM. 10601247028

**POBSERVASI KELAS TERHADAP GURU DALAM
PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK**

Sekolah : SDN Mangunsari I Pertemuan : I
Kelas/Semester : V / II Hari/Tanggal : Senin, 5 Maret 2012
Materi : Aktivitas Ritmik Pengamat : Neries Yulia L., S.Pd.

No	Aspek	Ya	Tidak
I	PENDAHULUAN		
1.	Memeriksa kesiapan siswa	√	
2.	Melakukan kegiatan apersepsi	√	
3.	Menyampaikan tujuan pembelajaran	√	
II	PEMANASAN		
1.	Memberikan pemanasan dalam bentuk gerak dan lagu	√	
2.	Memberikan gerak dasar senam ritmik	√	
III	KEGIATAN INTI		
1.	Memberikan penjelasan tentang rangkaian gerakan senam ritmik sederhana	√	
2.	Memberikan kesempatan kepada siswa untuk aktif melakukan gerakan senam ritmik	√	
3.	Memberikan koreksi terhadap gerakan siswa		√
4.	Memberikan kesempatan siswa untuk bertanya		√
5.	Memberikan kesempatan yang sama kepada siswa untuk melakukan gerakan aktivitas ritmik	√	
6.	Memberikan materi gerakan dari yang mudah ke yang sulit	√	
7.	Menyuruh beberapa siswa yang gerakannya mendekati sempurna, untuk mendemonstrasikan gerakan aktivitas ritmik di hadapan teman-temannya	√	
IV	PENDINGINAN		
1.	Memberikan dalam bentuk gerakan pelepasan	√	
2.	Memberikan dalam bentuk gerakan pelemasan	√	
3.	Memberikan evaluasi secara keseluruhan	√	
4.	Melakukan do'a penutup	√	
Jumlah		14	2
Skor		87.5%	

Keterangan : Ya : 1 Tidak : 0

Penentuan Nilai :

Skor Yang Diperoleh 14
----- x 100 = ----- X 100 = 87.5%
Skor Maksimal 16

Kolaborator



Neries Yulia L., S.Pd.

NIP. 19630219 198508 1 00

OBSERVASI KELAS TERHADAP GURU DALAM PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK

Sekolah : SDN Mangunsari I Pertemuan : I
 Kelas/Semester : V / II Hari/Tanggal : Senin, 5 Maret 2012
 Materi : Aktivitas Ritmik Pengamat : Endang Dwi A., A.Ma.Pd.

No	Aspek	Ya	Tidak
I	PENDAHULUAN		
1.	Memeriksa kesiapan siswa	√	
2.	Melakukan kegiatan apersepsi	√	
3.	Menyampaikan tujuan pembelajaran	√	
II	PEMANASAN		
1.	Memberikan pemanasan dalam bentuk gerak dan lagu	√	
2.	Memberikan gerak dasar senam ritmik	√	
III	KEGIATAN INTI		
1.	Memberikan penjelasan tentang rangkaian gerakan senam ritmik sederhana	√	
2.	Memberikan kesempatan kepada siswa untuk aktif melakukan gerakan senam ritmik	√	
3.	Memberikan koreksi terhadap gerakan siswa		√
4.	Memberikan kesempatan siswa untuk bertanya	√	
5.	Memberikan kesempatan yang sama kepada siswa untuk melakukan gerakan aktivitas ritmik	√	
6.	Memberikan materi gerakan dari yang mudah ke yang sulit	√	
7.	Menyuruh beberapa siswa yang gerakannya mendekati sempurna, untuk mendemonstrasikan gerakan aktivitas ritmik di hadapan teman-temannya	√	
IV	PENDINGINAN		
1.	Memberikan dalam bentuk gerakan pelepasan	√	
2.	Memberikan dalam bentuk gerakan pelemasan	√	
3.	Memberikan evaluasi secara keseluruhan	√	
4.	Melakukan do'a penutup	√	
Jumlah		15	1
Skor		93.7%	

Keterangan : Ya : 1 Tidak : 0

Penentuan Nilai :

Skor Yang Diperoleh 15
 ----- x 100 = ----- X 100 = 93.7%
 Skor Maksimal 16

Kolaborator



Endang Dwi A., A.Ma.Pd.
 NIP. 19600102 198405 2 002

**CATATAN KOLABORATOR TERHADAP GURU
DALAM OBSERVASI PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK
PERTEMUAN I**

Sekolah : SDN Mangunsari I Pertemuan : I
Kelas/Semester : V / II Hari/Tanggal : Senin, 5 Maret 2012
Materi : Aktivitas Ritmik Pengamat : Neries Yulia L., S.Pd.

I. PENDAHULUAN

Pada kegiatan pendahuluan guru sudah melaksanakan urutan pembelajaran seperti pada Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang sudah disiapkan.

II. PEMANASAN

- Guru memberikan pemanasan dengan gerak dan lagu yang menggembirakan
- Guru memberikan gerak dasar aktivitas ritmik yaitu gerakan kaki

III. KEGIATAN INTI

- Pada kegiatan inti guru memberikan materi pembelajaran seperti pada RPP yang sudah disiapkan tetapi guru belum memberikan koreksi terhadap kesalahan gerakan
- Guru belum memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya tentang kesulitan yang dihadapinya

IV. PENUTUP

Guru melaksanakan gerakan penutup sesuai dengan urutan pembelajaran yang sudah disiapkan.

Kolaborator



Neries Yulia L., S.Pd.

NIP: 19630219 198508 1 001

**CATATAN KOLABORATOR TERHADAP GURU
DALAM OBSERVASI PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK
PERTEMUAN I**

Sekolah : SDN Mangunsari I Pertemuan : I
Kelas/Semester : V / II Hari/Tanggal : Senin, 5 Maret 2012
Materi : Aktivitas Ritmik Pengamat : Endang Dwi A., A.Ma.Pd.

I. PENDAHULUAN

Kegiatan pendahuluan dilaksanakan sesuai dengan rencana pembelajaran..

II. PEMANASAN

Kegiatan pemanasan dengan memberikan gerak dan lagu serta gerak dasar aktivitas ritmik.

III. KEGIATAN INTI

- Guru memberikan rangkaian gerak sederhana aktivitas ritmik tanpa musik
- Guru belum mengoreksi terhadap kesalahan gerakan yang dilakukan siswa

IV. PENUTUP

Gerakan penutup sudah sesuai dengan urutan pembelajaran yang disiapkan..

Kolaborator



Endang Dwi A., A.Ma.Pd.
NIP: 19600102 198405 2 002

INSTRUMEN PENILAIAN SENAM RITMIK

SEKOLAH : SD N MANGUNSARI 1
 KELAS / SMT : V/2
 PERTEMUAN : 1-3
 HARI / TANGGAL : SENIN 5 MARET 2012
 PENGAMAT : PENELITI DAN KOLABORATOR

Aspek Yang Dinilai	Kriteria Penilaian	Rentang Skor	Skor
1. Koordinasi Gerakan	a. Siswa dapat melakukan gerakan kaki b. Siswa dapat melakukan gerakan kaki dan ayunan tangan c. Siswa dapat melakukan gerakan variasi langkah kaki dan ayunan tangan Penentuan Skor : 1. Jika 3 Kriteria Terpenuhi 2. Jika 2 kreitera Terpenuhi 3. Jika 1 Kriteria terpenuhi atau tidak terpenuhi sama sekali	1-3	3 2 1
2. Kesesuaian gerak dengan irama	a. Siswa dapat melakukan gerakan kaki sesuai dengan irama musik b. Siswa dapat melakukan gerakan kaki dan ayunan tangan sesuai dengan irama musik. c. Siswa dapat melakukan koordinasi gerakan antara langkah kaki, ayunan tangan dan irama musik. Penentuan Skor : 1. Jika 3 Kriteria Terpenuhi 2. Jika 2 kreitera Terpenuhi 3. Jika 1 Kriteria terpenuhi atau tidak terpenuhi sama sekali	1-3	3 2 1

3. Kesungguhan atau semangat	a. Siswa melakukan gerakan sesuai dengan irama musik b. Siswa melakukan gerakan dengan sikap disiplin dan percaya diri c. Siswa melakukan gerakan dengan sikap percaya diri, disiplin dan nilai estetika. Penentuan Skor 1. Jika 3 Kriteria Terpenuhi 2. Jika 2 kriteria Terpenuhi 3. Jika 1 Kriteria terpenuhi atau tidak terpenuhi sama sekali	I-3	3 2 1
------------------------------	---	-----	----------------------------

Keterangan :

- Skor 3-4 berarti kemampuan senam ritmik siswa masih rendah atau kurang
- Skor 5-7 berarti kemampuan senam ritmik siswa sedang atau cukup baik
- Skor 8-9 berarti kemampuan senam ritmik siswa tinggi atau baik.

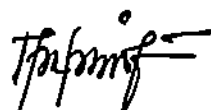
HASIL PENILAIAN AKTIVITAS RITMIK PERTEMUAN I

Sekolah : SD Negeri Mangunsari I
Kelas/Semester : V / 2
Pertemuan : I

Hari/Tanggal : Senin, 5 Maret 2012
Pengamat : Cici Suprihartini

No.	Nama	Aspek yang Dinilai			Jumlah
		Koordinasi Gerakan	Kesesuaian Gerak dengan Irama	Kesungguhan atau Semangat	
1	Alma Maitasara	3	2	2	7
2	Rahmad Nur Rokhim	2	3	2	7
3	Muhamad Arifin	2	3	2	7
4	Ahmad Ashari	3	3	2	8
5	Dimas Saputra	3	2	2	7
6	Gerry Pamungkas	3	3	2	8
7	Aan Risky R	3	2	2	7
8	Agil Nugroho	2	1	2	5
9	Anjas Dewi Perwita	3	2	2	7
10	Dimas Risky	3	2	2	7
11	Dwi Assyifa Milawati	3	2	2	7
12	Ferby Risky	3	3	2	8
13	Leni Felinda Putri	3	2	2	7
14	Muh. Alif Fienza	2	1	2	5
15	Putri Winly Apriliana	2	2	2	6
16	Ratna Ramasari	3	2	2	7
17	Renata Septi Puspita	3	2	2	7
18	Sadam Bin Umar	3	3	2	8
19	Sulistianto	2	2	1	5
20	Widya Rahmaniar	3	3	2	8
21	Yusup Putra	2	2	2	6
22	Zaenal Arifin	3	2	2	7
23	Yini Rahmawan	3	3	2	8
24	Eni Kurnia Fitriana	3	3	1	7
25	Ika Priharyani	3	3	2	8
26	Nina Kurnianingsih	3	3	2	8
27	Alfian Dwi Prasetya	3	2	2	7
28	Ananda Rizal	3	3	1	7
29	Siti Magfirotun	2	2	2	6
30	Taufik Hana	2	2	2	6
31	Yuliana	2	3	2	7
32	Fitria Dewi	2	2	2	6
				Jumlah	221
				Rata-rata	6.9

Peneliti



Cici Suprihartini
NIM. 10601247028

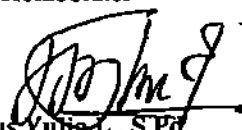
HASIL PENILAIAN AKTIVITAS RITMIK PERTEMUAN I

Sekolah : SD Negeri Mangunsari I
Kelas/Semester : V / 2
Pertemuan : I

Hari/Tanggal : Senin, 5 Maret 2012
Pengamat : Nerijs Yulia L., S.Pd.

No.	Nama	Aspek yang Dinilai			Jumlah
		Koordinasi Gerakan	Kesesuaian Gerak dengan Irama	Kesungguhan atau Semangat	
1	Alma Maitasara	3	2	2	7
2	Rahmad Nur Rokhim	2	2	2	6
3	Muhamad Arifin	2	2	2	6
4	Ahmad Ashari	3	3	2	8
5	Dimas Saputra	3	3	1	7
6	Gerry Pamungkas	3	3	2	8
7	Aan Risky R	3	3	1	7
8	Agil Nugroho	2	2	2	6
9	Anjas Dewi Perwita	3	2	2	7
10	Dimas Risky	3	2	2	7
11	Dwi Assyifa Milawati	3	2	2	7
12	Ferby Risky	3	3	2	8
13	Leni Felinda Putri	2	2	3	7
14	Muh. Alif Frientza	2	2	2	6
15	Putri Winly Apriliana	3	3	1	7
16	Ratna Ramasari	3	2	2	7
17	Renata Septi Puspita	3	2	2	7
18	Sadam Bin Umar	3	3	2	8
19	Sulistianto	2	2	2	6
20	Widya Rahmaniar	3	3	2	8
21	Yusup Putra	2	2	2	6
22	Zaenal Arifin	2	2	2	6
23	Yini Rahmawan	3	3	2	8
24	Eni Kurnia Fitriana	2	2	1	5
25	Ika Priharyani	3	3	2	8
26	Nina Kumianingsih	3	3	2	8
27	Alfian Dwi Prasetya	3	2	2	7
28	Ananda Rizal	3	2	2	7
29	Siti Magfirotun	2	2	2	6
30	Taufik Hana	2	2	2	6
31	Yuliana	3	2	2	7
32	Fitria Dewi	2	2	2	6
				Jumlah	223
				Rata-rata	6.9

Kolaborator



Nerijs Yulia L., S.Pd.

NIP. 19630219 198508 1 001

HASIL PENILAIAN AKTIVITAS RITMIK PERTEMUAN I

Sekolah : SD Negeri Mangunsari I
Kelas/Semester : V / 2
Pertemuan : I

Hari/Tanggal : Senin, 5 Maret 2012
Pengamat : Endang Dwi A., A.Ma.Pd.

No.	Nama	Aspek yang Dinilai			Jumlah
		Koordinasi Gerakan	Kesesuaian Gerak dengan Irama	Kesungguhan atau Semangat	
1	Alma Maitasara	3	2	2	7
2	Rahmad Nur Rokhim	3	2	2	7
3	Muhamad Arifin	3	2	2	7
4	Ahmad Ashari	3	3	2	8
5	Dimas Saputra	3	2	2	7
6	Gerry Pamungkas	3	3	2	8
7	Aan Risky R	2	3	2	7
8	Agil Nugroho	2	2	2	6
9	Anjas Dewi Perwita	3	2	2	7
10	Dimas Risky	3	2	2	7
11	Dwi Assyifa Milawati	3	2	2	7
12	Ferby Risky	3	3	2	8
13	Leni Felinda Putri	3	3	1	7
14	Muh. Alif Fienza	2	2	2	6
15	Putri Winly Apriliana	3	2	2	7
16	Ratna Ramasari	3	2	2	7
17	Renata Septi Puspita	3	2	2	7
18	Sadam Bin Umar	3	3	2	8
19	Sulistianto	2	2	2	6
20	Widya Rahmانيar	3	3	2	8
21	Yusup Putra	2	2	2	6
22	Zaenal Arifin	2	2	2	6
23	Yini Rahmawan	3	3	2	8
24	Eni Kurnia Fitriana	3	2	2	7
25	Ika Priharyani	3	3	2	8
26	Nina Kurnianingsih	3	3	2	8
27	Alfian Dwi Prasetya	3	2	2	7
28	Ananda Rizal	3	2	2	7
29	Siti Magfirotun	2	2	2	6
30	Taufik Hana	2	2	2	6
31	Yuliana	3	2	2	7
32	Fitria Dewi	3	2	2	7
				Jumlah	225
				Rata-rata	7.0

Kolaborator

Endang Dwi A., A.Ma.Pd.
NIP. 19600102 198405 2 002

REKAP HASIL PENILAIAN AKTIVITAS RITMIK PERTEMUAN I

Sekolah : SD Negeri Mangunsari I
Kelas/Semester : V / 2
Pertemuan : I

No.	Nama	Peneliti	Kolaborator I	Kolaborator II	Rata-rata
1	Alma Maitasara	7	7	7	7
2	Rahmad Nur Rokhim	7	6	7	6.6
3	Muhamad Arifin	7	6	7	7
4	Ahmad Ashari	8	8	8	8
5	Dimas Saputra	7	7	7	7
6	Gerry Pamungkas	8	8	8	8
7	Aan Risky R	7	7	7	7
8	Agil Nugroho	5	6	6	5.6
9	Anjas Dewi Perwita	7	7	7	7
10	Dimas Risky	7	7	7	7
11	Dwi Assyifa Milawati	7	7	7	7
12	Ferby Risky	8	8	8	8
13	Leni Felinda Putri	7	7	7	7
14	Muh. Alif Frientza	5	6	6	5.6
15	Putri Winly Apriliana	6	7	7	6.6
16	Ratna Ramasari	7	7	7	7
17	Renata Septi Puspita	7	7	7	7
18	Sadam Bin Umar	8	8	8	8
19	Sulistianto	5	6	6	5.6
20	Widya Rahmaniar	8	8	8	8
21	Yusup Putra	6	6	6	6
22	Zaenal Arifin	7	6	6	6
23	Yini Rahmawan	8	8	8	8
24	Eni Kurnia Fitriana	7	5	7	6.3
25	Ika Priharyani	8	8	8	8
26	Nina Kurnianingsih	8	8	8	8
27	Alfian Dwi Prasetya	7	7	7	7
28	Ananda Rizal	7	7	7	7
29	Siti Magfirotun	6	6	6	6
30	Taufik Hana	6	6	6	6
31	Yuliana	7	7	7	7
32	Fitria Dewi	6	6	7	6.3
				Jumlah	222.6
				Rata-rata	6.9

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

PERTEMUAN II

Sekolah	: SD Negeri Mangunsari I
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: V/Dua
Standar Kompetensi	: 9. Mempraktikan kombinasi berbagai gerak dasar dalam gerak berirama dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya
Kompetensi Dasar	: 9.1 Mempraktikan Satu Pola Gerak Berirama terstruktur dengan konsisten dan lancar serta nilai kerjasama, percaya diri dan disiplin.
Indikator	: 1. Dapat melakukan gerakan kaki ke arah depan/belakang dalam senam ritmik 2. Dapat melakukan gerakan kaki ke arah kanan/kiri dalam senam ritmik 3. Dapat melakukan gerakan ayunan lengan dalam senam ritmik 4. Dapat melakukan gerakan kombinasi antara kaki dan ayunan lengan 5. Dapat melakukan rangkaian gerakan senam ritmik secara sederhana
Alokasi Waktu	: 2 x 35 menit (1x pertemuan)

I. Tujuan Pembelajaran

- 1) Siswa dapat melakukan gerak dasar aktivitas ritmik
- 2) Siswa dapat melakukan rangkaian gerak sederhana aktivitas ritmik

II. Materi Pembelajaran

- 1) Latihan gerak dasar

- 2) Gerakan kaki (ke depan, belakang, kanan, kiri)
- 3) Ayunan tangan
- 4) Kombinasi gerakan kaki dan ayunan lengan.

III. Metode Pembelajaran

- 1) Ceramah
- 2) Demonstrasi
- 3) Latihan
- 4) Pemberian Tugas
- 5) Tanya jawab

IV. Langkah-langkah Pembelajaran

- 1) Pemanasan
 - Siswa dibariskan menjadi 3 bersaf
 - Berhitung, presensi dan berdoa
 - Guru menjelaskan materi pembelajaran yang akan dilakukan dan tujuannya secara singkat
 - Siswa melakukan pemanasan dengan gerak dan lagu serta gerak dasar aktivitas ritmik

(1)



Anak dibariskan membentuk lingkaran kemudian anak disuruh berjalan searah jarum jam sambil bertepuk tangan dan menyanyikan lagu “Pada Hari Minggu” dengan sikap awal tegak langkah kaki kanan.

(2)



. Masih dalam bentuk lingkaran. Sikap awa! tangan dipinggang, tegak anjur kaki kiri, kemudian berjingkat sambil mengangkat kaki kiri ke depan, berganti berjingkat kaki kanan sambil kaki kanan di angkat ke depan, begitu seterusnya sampai lagu selesai.

(3)



Tangan di pinggang, langkahkan kaki kanan ke depan disusul kaki kiri merapat disamping kaki kanan (lakukan 4 x hitungan)
Kemudian langkahkan kaki kiri ke depan disusul kaki kanan merapat di samping kaki kiri (lakukan 4 x hitungan)

(4)



Tangan di pinggang, langkahkan kaki ke kanan ke belakang disusul kaki kiri merapat di samping kaki kanan. Kemudian langkahkan kaki kiri ke belakang, disusul kaki kanan merapat di samping kaki kiri, begitu seterusnya bergantian antara kaki kanan dan kaki kiri

(5)



Tangan di pinggang, langkahkan kaki kanan ke samping kanan, kemudian rapatkan kaki kiri
Langkahkan kaki kiri ke samping kiri, kemudian rapatkan kaki kanan.

(6)



Tangan di pinggang, melangkahkan kaki kanan serong ke kanan, kaki kiri rapatkan. Langkahkan kaki kiri serong ke kiri, rapatkan kaki kanan (ulangi beberapa kali)

(7)



2) Kegiatan Inti

- Dengan bimbingan guru, siswa melakukan rangkaian gerakan sederhana aktivitas ritmik dengan diiringi musik

1. Gerakan Pertama



- 1.a. Gerakan kaki 4 langkah ke depan tangan ditekuk disamping badan lalu mengayun



- 1.b. Gerakan kaki 4 langkah ke belakang sambil bertepuk tangan

2. Gerakan Kedua



- 2.a. Gerakan kaki 4 langkah ke depan, kedua tangan mendorong ke depan



- 2.b. Gerakan kaki 4 langkah ke belakang sambil bertepuk tangan

3. Gerakan Ketiga



3.a. Gerakan kaki 4 langkah ke samping kanan tangan menekuk disamping badan, kemudian bergerak membuka dan menutup

3.b. Gerakan kaki 4 langkah ke samping kiri. Tangan menekuk disamping badan, kemudian bergerak membuka dan menutup.

4. Gerakan Keempat



4.a. Gerakan kaki zig-zag 4 langkah ke depan. Tangan menekuk di samping badan, kemudian bergerak menyilang di depan dada.

4.b. Gerakan kaki zigzag 4 langkah ke belakang. Kedua tangan mengayun ke samping kanan kemudian ke samping kiri di depan dada.

5. Gerakan Kelima



5.a. Gerakan kaki 4 langkah ke depan, tangan ditekuk mengepal di depan dada, lalu kedua tangan mendorong ke depan

5.b. Gerakan kaki 4 langkah ke belakang, kedua tangan lurus ke bawah melakukan gerakan mendorong ke belakang

6. Gerakan Keenam



- 6.a. Gerakan kaki 4 langkah ke samping kanan, kedua siku menekuk di depan dada, kemudian bergerak membuka dan menutup
- 6.b. Gerakan kaki 4 langkah ke samping kiri, kedua siku menekuk di depan dada, kemudian bergerak membuka dan menutup

7. Gerakan



- 7.a. Gerakan kaki zig zag 4 langkah ke depan, tangan kanan dan kiri bergantian melakukan gerakan menangkis ke samping dengan siku ditekuk
- 7.b. Gerakan kaki zig zag 4 langkah ke belakang, kedua lengan lurus ke samping, bergerak membuka dan menutup

3) Penutup (gerakan pendinginan)

- Siswa melakukan gerakan penutup

1. Gerakan Pertama



- 1.a. Membuka kaki ke kanan dan ke kiri satu langkah dengan menekukkan sedikit lutut, sambil membuka salah satu tangan sesuai dengan langkah kaki



- 1.b. Merapatkan ke dua kaki dan menekuk kedua lutut sambil membuka tangan dengan cara memutar. Pada saat membuka tangan diikuti dengan mengambil dan membuang nafas.

2. Gerakan Kedua



- 2.a. Pada hitungan 1 membuka kaki kanan kemudian menekuk lutut dan kedua tangan ditekuk dengan mengepak di depan dada

- Pada hitungan 2 menekuk kaki kiri sambil mencondongkan badan ke samping kanan dengan tangan direntangkan diagonal, telapak tangan menghadap ke bawah
- Pada hitungan ke 3 kembali ke hitungan pertama
- Pada hitungan ke 4 kaki merapat kembali ke sikap awal
- Pada hitungan ke 5 sampai 8 mengulang gerakan ke sisi kiri diawali dengan membuka kaki kiri.



- 2.b. Pada hitungan 1-4 membuka kaki kanan dan menekuk lutut, kemudian mencondongkan badannya ke kanan dan tangan kanan ditekuk di depan dada dalam keadaan mengepal, sedangkan tangan kiri lurus diagonal ke atas.



- Pada hitungan 5-8 masih dalam posisi semula kemudian berganti menekuk kaki kiri sambil mengangkat ujung kaki kanan. Lengan kiri ditekuk disamping telinga kiri dengan telapak tangan menghadap ke bawah. Posisi tangan kanan dalam keadaan lurus diagonal ke bawah dan pandangan ke ujung kaki kanan.

3. Gerakan Ketiga



- 3.a. Mendorong kaki kanan ke belakang dalam posisi menapak dan meluruskan ke dua lengan ke atas dalam keadaan mengait dan menahannya sampai delapan hitungan.



- 3.b. Mendorong kaki kin ke belakang dalam keadaan menapak dan menarik kedua lengan lurus ke belakang dalam posisi mengait.

4. Gerakan Keempat



- 4.a. Posisi kedua kaki rapat. Tangan kiri memegang pinggang sebelah kanan: Tangan kanan lurus ke atas dan menahannya sampai dengan hitungan.



- 4.b. Posisi kedua kaki rapat dan jinjit kedua tangan di dorong ke atas dengan jari jari saling mengait, menahannya sampai delapan hitungan.

5. Gerakan Kelima

- a. Gerakan mengambil nafas dan membuang nafas.

V. Sarana Prasarana

- Lapangan
- Tape Recorder
- Casette

VI. Sumber belajar

- Buku Penjas Orkes kls V karangan Farida Mulyaningsih, dkk. halaman 83 s/d 96

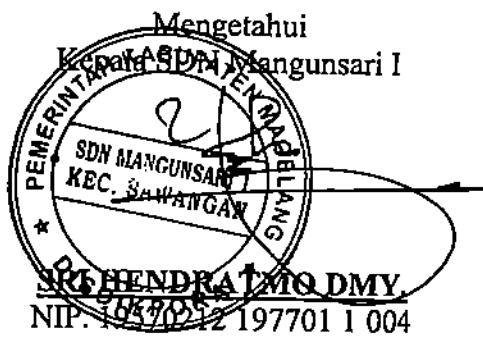
VII. Penilaian

- Teknik Penilaian
 - Menggunakan tes unjuk kerja
 - Sistem skala pengamatan pada saat anak melakukan gerakan senam

▪ Rubrik Penilaian

No	Nama Anak	Aspek Yang Dinilai		
		Koordinasi Gerakan	Kesesuaian Gerak dengan Irama	Kesungguhan atau Semangat

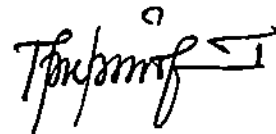
Mengetahui
Kepala SDN Mangunsari I



SRI HENDRA MO DMY.
NIP. 19830212 197701 1 004

Magelang, 6 Maret 2012

Mahasiswa



CICI SUPRIHARTINI
NIM. 10601247028

OBSERVASI KELAS TERHADAP GURU DALAM PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK

Sekolah : SDN Mangunsari I Pertemuan : II
 Kelas/Semester : V / II Hari/Tanggal : Kamis, 8 Maret 2012
 Materi : Aktivitas Ritmik Pengamat : Nerius Yulia L., S.Pd.

No	Aspek	Ya	Tidak
I	PENDAHULUAN		
1.	Memeriksa kesiapan siswa	√	
2.	Melakukan kegiatan apersepsi	√	
3.	Menyampaikan tujuan pembelajaran	√	
II	PEMANASAN		
1.	Memberikan pemanasan dalam bentuk gerak dan lagu	√	
2.	Memberikan gerak dasar senam ritmik	√	
III	KEGIATAN INTI		
1.	Memberikan penjelasan tentang rangkaian gerakan senam ritmik sederhana	√	
2.	Memberikan kesempatan kepada siswa untuk aktif melakukan gerakan senam ritmik	√	
3.	Memberikan koreksi terhadap gerakan siswa	√	
4.	Memberikan kesempatan siswa untuk bertanya	√	
5.	Memberikan kesempatan yang sama kepada siswa untuk melakukan gerakan aktivitas ritmik	√	
6.	Memberikan materi gerakan dari yang mudah ke yang sulit	√	
7.	Menyuruh beberapa siswa yang gerakannya mendekati sempurna, untuk mendemonstrasikan gerakan aktivitas ritmik di hadapan teman-temannya	√	
IV	PENDINGINAN		
1.	Memberikan dalam bentuk gerakan pelepasan	√	
2.	Memberikan dalam bentuk gerakan pelemasan	√	
3.	Memberikan evaluasi secara keseluruhan	√	
4.	Melakukan do'a penutup	√	
Jumlah		16	0
Skor		100%	

Keterangan : Ya : 1 Tidak : 0

Penentuan Skor :

$$\frac{\text{Skor Yang Diperoleh}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100 = \frac{16}{16} \times 100 = 100\%$$

Kolaborasi


Nerius Yulia L., S.Pd.
 NIP. 19630219 198508 1 00

OBSERVASI KELAS TERHADAP GURU DALAM PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK

Sekolah : SDN Mangunsari I Pertemuan : II
 Kelas/Semester : V / II Hari/Tanggal : Kamis, 8 Maret 2012
 Materi : Aktivitas Ritmik Pengamat : Endang Dwi A., A.Ma.Pd.

No	Aspek	Ya	Tidak
I	PENDAHULUAN		
1.	Memeriksa kesiapan siswa	√	
2.	Melakukan kegiatan apersepsi	√	
3.	Menyampaikan tujuan pembelajaran	√	
II	PEMANASAN		
1.	Memberikan pemanasan dalam bentuk gerak dan lagu	√	
2.	Memberikan gerak dasar senam ritmik	√	
III	KEGIATAN INTI		
1.	Memberikan penjelasan tentang rangkaian gerakan senam ritmik sederhana	√	
2.	Memberikan kesempatan kepada siswa untuk aktif melakukan gerakan senam ritmik	√	
3.	Memberikan koreksi terhadap gerakan siswa	√	
4.	Memberikan kesempatan siswa untuk bertanya	√	
5.	Memberikan kesempatan yang sama kepada siswa untuk melakukan gerakan aktivitas ritmik	√	
6.	Memberikan materi gerakan dari yang mudah ke yang sulit	√	
7.	Menyuruh beberapa siswa yang gerakannya mendekati sempurna, untuk mendemonstrasikan gerakan aktivitas ritmik di hadapan teman-temannya	√	
IV	PENDINGINAN		
1.	Memberikan dalam bentuk gerakan pelepasan	√	
2.	Memberikan dalam bentuk gerakan pelemasan	√	
3.	Memberikan evaluasi secara keseluruhan	√	
4.	Melakukan do'a penutup	√	
Jumlah		16	0
Skor		100%	

Keterangan : Ya : 1 Tidak : 0

Penentuan Skor :

$$\begin{aligned}
 &\text{Skor Yang Diperoleh} \quad 16 \\
 &\text{-----} \times 100 = \text{-----} \times 100 = 100\% \\
 &\text{Skor Maksimal} \quad 16
 \end{aligned}$$

Kolaborator

Endang Dwi A.

Endang Dwi A., A.Ma.Pd.
 NIP. 19600102 198405 2 002

**CATATAN KOLABORATOR TERHADAP GURU
DALAM OBSERVASI PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK
PERTEMUAN II**

Sekolah	: SDN Mangunsari I	Pertemuan	: II
Kelas/Semester	: V / II	Hari/Tanggal	: Kamis, 8 Maret 2012
Materi	: Aktivitas Ritmik	Pengamat	: Nerius Yulia L., S.Pd.

I. PENDAHULUAN

Pada kegiatan pendahuluan guru mengkondisikan siswa ke dalam suasana pembelajaran aktivitas ritmik yang akan dilaksanakan..

II. PEMANASAN

Guru kembali memberikan gerakan pemanasan seperti pada pertemuan I

III. KEGIATAN INTI

- Guru mengulang gerakan seperti pada pertemuan I secara keseluruhan, kemudian diulang dengan menggunakan musik
- Guru menambahkan 3 rangkaian gerakan aktivitas ritmik

IV. PENUTUP

Kegiatan penutup sudah sesuai dengan pembelajaran yang disiapkan.

Kolaborator



Nerius Yulia L., S.Pd.
NIP: 19630219 198508 1 001

**CATATAN KOLABORATOR TERHADAP GURU
DALAM OBSERVASI PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK
PERTEMUAN II**

Sekolah : SDN Mangunsari I Pertemuan : II
Kelas/Semester : V / II Hari/Tanggal : Kamis, 8 Maret 2012
Materi : Aktivitas Ritmik Pengamat : Endang Dwi A., A.Ma.Pd.

I. PENDAHULUAN

Kegiatan pendahuluan dilaksanakan sesuai dengan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran yang disiapkan guru.

II. PEMANASAN

Kegiatan pemanasan diberikan dalam bentuk gerak dan lagu dan mengulang gerak dasar aktivitas ritmik.

III. KEGIATAN INTI

- Pada kegiatan inti guru menambahkan materi gerak rangkaian aktivitas ritmik sederhana
- Metode yang diberikan keseluruhan dan bagian
- Gerakan aktivitas ritmik diiringi dengan musik sehingga suasana pembelajaran menyenangkan

IV. PENUTUP

Gerakan penutup diberikan secara urut seperti pada rencana pembelajaran, sayangnya guru tidak memberikan evaluasi secara keseluruhan terhadap siswa.

Kolaborator



Endang Dwi A., A.Ma.Pd.
NIP: 19600102 198405 2 002

HASIL PENILAIAN AKTIVITAS RITMIK

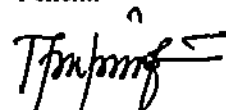
PERTEMUAN II

Sekolah : SD Negeri Mangunsari I
Kelas/Semester : V / 2
Pertemuan : II

Hari/Tanggal : Kamis, 8 Maret 2012
Pengamat : Cici Suprihartini

No.	Nama	Aspek yang Dinilai			Jumlah
		Koordinasi Gerakan	Kesesuaian Gerak dengan Irama	Kesungguhan atau Semangat	
1	Alma Maitasara	3	3	2	8
2	Rahmad Nur Rokhim	2	3	2	7
3	Muhamad Arifin	3	3	2	8
4	Ahmad Ashari	3	3	3	9
5	Dimas Saputra	3	2	2	8
6	Gerry Pamungkas	3	3	3	9
7	Aan Risky R	3	3	2	8
8	Agil Nugroho	2	2	2	6
9	Anjas Dewi Perwita	3	3	2	8
10	Dimas Risky	3	3	2	8
11	Dwi Assyifa Milawati	3	3	2	8
12	Ferby Risky	3	3	3	9
13	Leni Felinda Putri	3	2	2	7
14	Muh. Alif Frientza	3	2	2	7
15	Putri Winly Apriliana	3	2	2	7
16	Ratna Ramasari	3	3	2	8
17	Renata Septi Puspita	3	3	2	8
18	Sadam Bin Umar	3	3	3	9
19	Sulistianto	3	2	2	7
20	Widya Rahmانيar	3	3	3	9
21	Yusup Putra	3	2	2	7
22	Zaenal Arifin	3	2	2	7
23	Yini Rahmawan	3	3	3	9
24	Eni Kurnia Fitriana	3	3	2	8
25	Ika Priharyani	3	3	3	9
26	Nina Kurnianingsih	3	3	3	9
27	Alfian Dwi Prasetya	3	3	2	8
28	Ananda Rizal	3	3	2	8
29	Siti Magfirotun	3	2	2	7
30	Taufik Hana	3	2	2	7
31	Yuliana	3	2	2	7
32	Fitria Dewi	3	2	2	7
				Jumlah	251
				Rata-rata	7.8

Peneliti



Cici Suprihartini
NIM. 10601247028

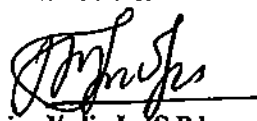
HASIL PENILAIAN AKTIVITAS RITMIK PERTEMUAN II

Sekolah : SD Negeri Mangunsari I
Kelas/Semester : V / 2
Pertemuan : II

Hari/Tanggal : Kamis, 8 Maret 2012
Pengamat : Neries Yulia L., S.Pd.

No.	Nama	Aspek yang Dinilai			Jumlah
		Koordinasi Gerakan	Kesesuaian Gerak dengan Irama	Kesungguhan atau Semangat	
1	Alma Maitasara	3	3	2	8
2	Rahmad Nur Rokhim	3	2	2	7
3	Muhamad Arifin	3	2	2	7
4	Ahmad Ashari	3	3	3	9
5	Dimas Saputra	3	3	2	8
6	Gerry Pamungkas	3	3	3	9
7	Aan Risky R	3	3	2	8
8	Agil Nugroho	3	2	2	7
9	Anjas Dewi Perwita	3	3	2	8
10	Dimas Risky	3	2	2	8
11	Dwi Assyifa Milawati	3	3	2	8
12	Ferby Risky	3	3	3	9
13	Leni Felinda Putri	3	3	2	8
14	Muh. Alif Frientza	3	2	2	7
15	Putri Winly Apriliana	3	2	2	7
16	Ratna Ramasari	3	3	2	8
17	Renata Septi Puspita	3	3	2	8
18	Sadam Bin Umar	3	3	3	9
19	Sulistianto	3	2	2	7
20	Widya Rahmaniar	3	3	3	9
21	Yusup Putra	3	2	2	7
22	Zaenal Arifin	3	3	2	8
23	Yini Rahmawan	3	3	2	8
24	Eni Kurnia Fitriana	3	3	2	8
25	Ika Priharyani	3	3	2	8
26	Nina Kurnianingsih	3	3	2	8
27	Alfian Dwi Prasetya	3	3	2	8
28	Ananda Rizal	3	2	2	7
29	Siti Magfirotun	3	2	2	7
30	Taufik Hana	3	2	2	7
31	Yuliana	3	2	2	7
32	Fitria Dewi	3	2	2	7
				Jumlah	249
				Rata-rata	7.7

Kolaborator



Neries Yulia L., S.Pd.

NIP. 19630219 198508 1 001

HASIL PENILAIAN AKTIVITAS RITMIK PERTEMUAN II

Sekolah : SD Negeri Mangunsari I
Kelas/Semester : V / 2
Pertemuan : II

Hari/Tanggal : Kamis, 8 Maret 2012
Pengamat : Endang Dwi A., A.Ma.Pd.

No.	Nama	Aspek yang Dinilai			Jumlah
		Koordinasi Gerakan	Kesesuaian Gerak dengan Irama	Kesungguhan atau Semangat	
1	Alma Maitasara	3	3	2	8
2	Rahmad Nur Rokhim	3	3	2	8
3	Muhamad Arifin	3	2	2	7
4	Ahmad Ashari	3	3	2	8
5	Dimas Saputra	3	3	2	8
6	Gerry Pamungkas	3	3	2	8
7	Aan Risky R	3	3	2	8
8	Agil Nugroho	3	2	2	7
9	Anjas Dewi Perwita	3	3	2	8
10	Dimas Risky	3	3	2	8
11	Dwi Assyifa Milawati	3	2	2	7
12	Ferby Risky	3	3	3	9
13	Leni Felinda Putri	3	2	2	7
14	Muh. Alif Frienza	3	2	2	7
15	Putri Wingly Apriliana	3	3	2	8
16	Ratna Ramasari	3	3	2	8
17	Renata Septi Puspita	3	3	3	9
18	Sadam Bin Umar	3	3	2	8
19	Sulistianto	3	2	2	7
20	Widya Rahmaniar	3	2	2	7
21	Yusup Putra	3	2	2	7
22	Zaenal Arifin	3	3	2	8
23	Yini Rahmawan	3	3	2	8
24	Eni Kurnia Fitriana	3	3	2	8
25	Ika Priharyani	3	3	2	8
26	Nina Kurnianingsih	3	3	2	8
27	Alfian Dwi Prasetya	3	3	2	8
28	Ananda Rizal	3	3	2	8
29	Siti Magfirotun	3	2	2	7
30	Taufik Hana	3	2	2	7
31	Yuliana	3	2	2	7
32	Fitria Dewi	3	2	2	7
				Jumlah	246
				Rata-rata	7.6

Kolaborator

Endang Dwi A., A.Ma.Pd.
NIP. 19600102 198405 2 002

REKAP HASIL PENILAIAN AKTIVITAS RITMIK PERTEMUAN II

Sekolah : SD Negeri Mangunsari I
Kelas/Semester : V / 2
Pertemuan : II

No.	Nama	Peneliti	Kolaborator I	Kolaborator II	Rata-rata
1	Alma Maitasara	8	8	8	8
2	Rahmad Nur Rokhim	7	7	8	7.3
3	Muhamad Arifin	8	7	7	7.3
4	Ahmad Ashari	9	9	8	8.6
5	Dimas Saputra	8	8	8	8
6	Gerry Pamungkas	9	9	8	8.6
7	Aan Risky R	8	8	8	8
8	Agil Nugroho	6	7	7	6.6
9	Anjas Dewi Perwita	8	8	8	8
10	Dimas Risky	8	8	8	8
11	Dwi Assyifa Milawati	8	8	7	7.6
12	Ferby Risky	9	9	9	9
13	Leni Felinda Putri	7	8	7	7.3
14	Muh. Alif Fienza	7	7	7	7
15	Putri Winly Apriliana	7	7	8	7.3
16	Ratna Ramasari	8	8	8	8
17	Renata Septi Puspita	8	8	9	8.3
18	Sadam Bin Umar	9	9	8	8.3
19	Sulistianto	7	7	7	7
20	Widya Rahmaniar	9	9	7	8.3
21	Yusup Putra	7	7	7	7
22	Zaenal Arifin	7	8	8	7.6
23	Yini Rahmawan	9	8	8	8.3
24	Eni Kurnia Fitriana	8	8	8	8
25	Ika Priharyani	9	8	8	8.3
26	Nina Kurnianingsih	9	8	8	8.3
27	Alfian Dwi Prasetya	8	8	8	8
28	Ananda Rizal	8	7	8	7.6
29	Siti Magfirotun	7	7	7	7
30	Taufik Hana	7	7	7	7
31	Yuliana	7	7	7	7
32	Fitria Dewi	7	7	7	7
				Jumlah	247,6
				Rata-rata	7.7

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

PERTEMUAN III

Sekolah	: SD Negeri Mangunsari I
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: V/Dua
Standar Kompetensi	: 9. Mempraktikan kombinasi berbagai gerak dasar dalam gerak berirama dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya
Kompetensi Dasar	: 9.1 Mempraktikan Satu Pola Gerak Berirama terstruktur dengan konsisten dan lancar serta nilai kerjasama, percaya diri dan disiplin.
Indikator	: 1. Dapat melakukan gerakan kaki ke arah depan/belakang dalam senam ritmik 2. Dapat melakukan gerakan kaki ke arah kanan/kiri dalam senam ritmik 3. Dapat melakukan gerakan ayunan lengan dalam senam ritmik 4. Dapat melakukan gerakan kombinasi antara kaki dan ayunan lengan 5. Dapat melakukan rangkaian gerakan senam ritmik secara sederhana
Alokasi Waktu	: 2 x 35 menit (1x pertemuan)

I. Tujuan Pembelajaran

- 1) Siswa dapat melakukan gerak dasar aktivitas ritmik
- 2) Siswa dapat melakukan rangkaian gerak sederhana aktivitas ritmik

II. Materi Pembelajaran

- 1) Latihan gerak dasar

- 2) Gerakan kaki (ke depan, belakang, kanan, kiri)
- 3) Ayunan tangan
- 4) Kombinasi gerakan kaki dan ayunan lengan.

III. Metode Pembelajaran

- 1) Ceramah
- 2) Demonstrasi
- 3) Latihan
- 4) Pemberian Tugas
- 5) Tanya jawab

IV. Langkah-langkah Pembelajaran

- 1) Pemanasan
 - Siswa dibariskan menjadi 3 bersaf
 - Berhitung, presensi dan berdoa
 - Guru menjelaskan materi pembelajaran yang akan dilakukan dan tujuannya secara singkat
 - Siswa melakukan pemanasan dengan gerak dan lagu serta gerak dasar aktivitas ritmik

(1)



Anak dibariskan membentuk lingkaran kemudian anak disuruh berjalan searah jarum jam sambil bertepuk tangan dan menyanyikan lagu “Pada Hari Minggu” dengan sikap awal tegak langkah kaki kanan.

(2)



Masih dalam bentuk lingkaran. Sikap awal! tangan dipinggang, tegak anjur kaki kiri, kemudian berjingkat sambil mengangkat kaki kiri ke depan, berganti berjingkat kaki kanan sambil kaki kanan di angkat ke depan, begitu seterusnya sampai lagu selesai.

(3)



Tangan di pinggang, langkahkan kaki kanan ke depan disusul kaki kiri merapat disamping kaki kanan (lakukan 4 x hitungan)

Kemudian langkahkan kaki kiri ke depan disusul kaki kanan merapat di samping kaki kiri (lakukan 4 x hitungan)

(4)



Tangan di pinggang, langkahkan kaki ke kanan ke belakang disusul kaki kiri merapat di samping kaki kanan. Kemudian langkahkan kaki kiri ke belakang, disusul kaki kanan merapat di samping kaki kiri, begitu seterusnya bergantian antara kaki kanan dan kaki kiri

(5)



Tangan di pinggang, langkahkan kaki kanan ke samping kanan, kemudian rapatkan kaki kiri. Langkahkan kaki kiri ke samping kiri, kemudian rapatkan kaki kanan.

(6)



Tangan di pinggang, melangkahkan kaki kanan serong ke kanan, kaki kiri rapatkan. Langkahkan kaki kiri serong ke kiri, rapatkan kaki kanan (ulangi beberapa kali)

2) Kegiatan Inti

- Dengan bimbingan guru, siswa kembali mengulang rangkaian gerakan aktivitas ritmik dengan iringan musik
- Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok dan setiap kelompok diberikan kesempatan untuk tampil dihadapan teman-temannya

1. Gerakan Pertama



- 1.a. Gerakan kaki 4 langkah ke depan tangan ditekuk disamping badan lalu mengayun



- 1.b. Gerakan kaki 4 langkah ke belakang sambil bertepuk tangan

2. Gerakan Kedua

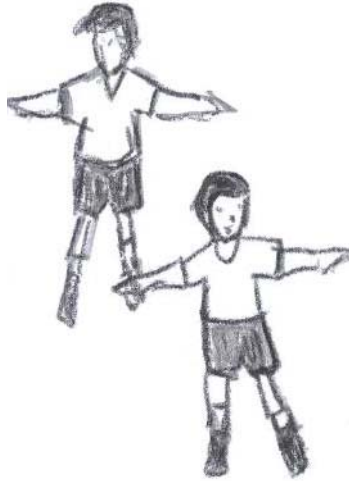


- 2.a. Gerakan kaki 4 langkah ke depan, kedua tangan mendorong ke depan



- 2.b. Gerakan kaki 4 langkah ke belakang sambil bertepuk tangan

3. Gerakan Ketiga



3.a. Gerakan kaki 4 langkah ke samping kanan tangan menekuk disamping badan, kemudian bergerak membuka dan menutup

3.b. Gerakan kaki 4 langkah ke samping kiri. Tangan menekuk disamping badan, kemudian bergerak membuka dan menutup.

4. Gerakan Keempat



4.a. Gerakan kaki zig-zag 4 langkah ke depan. Tangan menekuk di samping badan, kemudian bergerak menyilang di depan dada.

4.b. Gerakan kaki zigzag 4 langkah ke belakang. Kedua tangan mengayun ke samping kanan kemudian ke samping kiri di depan dada.

5. Gerakan Kelima



5.a. Gerakan kaki 4 langkah ke depan, tangan ditekuk mengepal di depan dada, lalu kedua tangan mendorong ke depan

5.b. Gerakan kaki 4 langkah ke belakang, kedua tangan lurus ke bawah melakukan gerakan mendorong ke belakang

6. Gerakan Keenam



6.a. Gerakan kaki 4langkah ke samping kanan, kedua siku menekuk di depan dada, kemudian bergerak membuka dan menutup

6.b. Gerakan kaki 4 langkah ke samping kiri, kedua siku menekuk di depan dada, kemudian bergerak membuka dan menutup

7. Gerakan Ketujuh



7.a. Gerakan kaki zig zag 4langkah ke depan, tangan kanan dan kiri bergantian melakukan gerakan menangkis ke samping dengan siku ditekuk

7.b. Gerakan kaki zig zag 4 langkah ke belakang, kedua lengan lurus ke samping, bergerak membuka dan menutup

3) Penutup (gerakan pendinginan)

- Siswa melakukan gerakan penutup

1. Gerakan Pertama



1.a. Membuka kaki ke kanan dan ke kiri satu langkah dengan menekukkan sedikit lutut, sambil membuka salah satu tangan sesuai dengan langkah kaki



- 1.b. Merapatkan ke dua kaki dan menekuk kedua lutut sambil membuka tangan dengan cara memutar. Pada saat membuka tangan diikuti dengan mengambil dan membuang nafas.

2. Gerakan Kedua



- 2.a. Pada hitungan 1 membuka kaki kanan kemudian menekuk lutut dan kedua tangan ditekuk dengan mengepak di depan dada

- Pada hitungan 2 menekuk kaki kiri sambil mencondongkan badan ke samping kanan dengan tangan direntangkan diagonal, telapak tangan menghadap ke bawah
- Pada hitungan ke 3 kembali ke hitungan pertama
- Pada hitungan ke 4 kaki merapat kembali ke sikap awal
- Pada hitungan ke 5 sampai 8 mengulang gerakan ke sisi kiri diawali dengan membuka kaki kiri.



- 2.b. Pada hitungan 1-4 membuka kaki kanan dan menekuk lutut, kemudian mencondongkan badannya ke kanan dan tangan kanan ditekuk di depan dada dalam keadaan mengepal, sedangkan tangan kiri lurus diagonal ke atas.



- Pada hitungan 5-8 masih dalam posisi semula kemudian berganti menekuk kaki kiri sambil mengangkat ujung kaki kanan. Lengan kiri ditekuk disamping telinga kiri dengan telapak tangan menghadap ke bawah. Posisi tangan kanan dalam keadaan lurus diagonal ke bawah dan pandangan ke ujung kaki kanan.

3. Gerakan Ketiga



- 3.a. Mendorong kaki kanan ke belakang dalam posisi menapak dan meluruskan ke dua lengan ke atas dalam keadaan mengait dan menahannya sampai delapan hitungan.



- 3.b. Mendorong kaki kin ke belakang dalam keadaan menapak dan menarik kedua lengan lurus ke belakang dalam posisi mengait.

4. Gerakan Keempat



- 4.a. Posisi kedua kaki rapat. Tangan kiri memegang pinggang sebelah kanan: Tangan kanan lurus ke atas dan menahannya sampai dengan hitungan.



- 4.b. Posisi kedua kaki rapat dan jinjit kedua tangan di dorong ke atas dengan jari jari saling mengait, menahannya sampai delapan hitungan.

5. Gerakan Kelima

- a. Gerakan mengambil nafas dan membuang nafas.

V. Sarana Prasarana

- Lapangan
- Tape Recorder
- Casette

VI. Sumber belajar

- Buku Penjas Orkes kls V karangan Farida Mulyaningsih, dkk. halaman 83 s/d 96

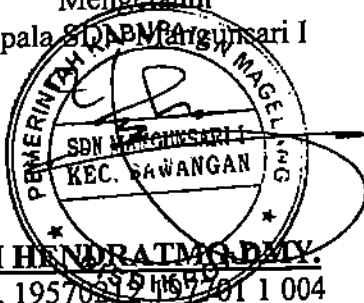
VII. Penilaian

- Teknik Penilaian
 - Menggunakan tes unjuk kerja
 - Sistem skala pengamatan pada saat anak melakukan gerakan senam

▪ Rubrik Penilaian

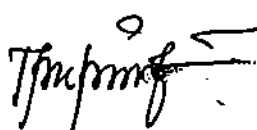
No	Nama Anak	Aspek Yang Dinilai		
		Koordinasi Gerakan	Kesesuaian Gerak dengan Irama	Kesungguhan atau Semangat

Mengetahui
Kepala SDN Panggunasari I


SRI HENDRATMADMY.
NIP. 195702211965011004

Magelang, 8 Maret 2012

Mahasiswa


CICI SUPRIHARTINI
NIM. 10601247028

OBSERVASI KELAS TERHADAP GURU DALAM PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK

Sekolah : SDN Mangunsari I Pertemuan : III
Kelas/Semester : V / II Hari/Tanggal : Senin, 12 Maret 2012
Materi : Aktivitas Ritmik Pengamat : Nerius Yulia L., S.Pd.

No	Aspek	Ya	Tidak
I	PENDAHULUAN		
1.	Memeriksa kesiapan siswa	√	
2.	Melakukan kegiatan apersepsi	√	
3.	Menyampaikan tujuan pembelajaran	√	
II	PEMANASAN		
1.	Memberikan pemanasan dalam bentuk gerak dan lagu	√	
2.	Memberikan gerak dasar senam ritmik	√	
III	KEGIATAN INTI		
1.	Memberikan penjelasan tentang rangkaian gerakan senam ritmik sederhana	√	
2.	Memberikan kesempatan kepada siswa untuk aktif melakukan gerakan senam ritmik	√	
3.	Memberikan koreksi terhadap gerakan siswa	√	
4.	Memberikan kesempatan siswa untuk bertanya	√	
5.	Memberikan kesempatan yang sama kepada siswa untuk melakukan gerakan aktivitas ritmik	√	
6.	Memberikan materi gerakan dari yang mudah ke yang sulit	√	
7.	Menyuruh beberapa siswa yang gerakannya mendekati sempurna, untuk mendemonstrasikan gerakan aktivitas ritmik di hadapan teman-temannya	√	
IV	PENDINGINAN		
1.	Memberikan dalam bentuk gerakan pelepasan	√	
2.	Memberikan dalam bentuk gerakan pelepasan	√	
3.	Memberikan evaluasi secara keseluruhan	√	
4.	Melakukan do'a penutup	√	
Jumlah		16	0
Skor		100%	

Keterangan : Ya : 1 Tidak : 0

Penentuan Skor :

Skor Yang Dinilai 16
_____ x 100 = _____ X 100 = 100%
Skor Maksimal 16

Kolaborasi



Nerius Yulia L., S.Pd.
NIP. 19630219 198508 1 00

OBSERVASI KELAS TERHADAP GURU DALAM PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK

Sekolah : SDN Mangunsari I Pertemuan : III
Kelas/Semester : V / II Hari/Tanggal : Senin, 12 Maret 2012
Materi : Aktivitas Ritmik Pengamat : Endang Dwi A., A.Ma.Pd.

No	Aspek	Ya	Tidak
I	PENDAHULUAN		
1.	Memeriksa kesiapan siswa	√	
2.	Melakukan kegiatan apersepsi	√	
3.	Menyampaikan tujuan pembelajaran	√	
II	PEMANASAN		
1.	Memberikan pemanasan dalam bentuk gerak dan lagu	√	
2.	Memberikan gerak dasar senam ritmik	√	
III	KEGIATAN INTI		
1.	Memberikan penjelasan tentang rangkaian gerakan senam ritmik sederhana	√	
2.	Memberikan kesempatan kepada siswa untuk aktif melakukan gerakan senam ritmik	√	
3.	Memberikan koreksi terhadap gerakan siswa	√	
4.	Memberikan kesempatan siswa untuk bertanya	√	
5.	Memberikan kesempatan yang sama kepada siswa untuk melakukan gerakan aktivitas ritmik	√	
6.	Memberikan materi gerakan dari yang mudah ke yang sulit	√	
7.	Menyuruh beberapa siswa yang gerakannya mendekati sempurna, untuk mendemonstrasikan gerakan aktivitas ritmik di hadapan teman-temannya	√	
IV	PENDINGINAN		
1.	Memberikan dalam bentuk gerakan pelepasan	√	
2.	Memberikan dalam bentuk gerakan pelemasan	√	
3.	Memberikan evaluasi secara keseluruhan	√	
4.	Melakukan do'a penutup	√	
Jumlah		16	0
Skor		100%	

Keterangan : Ya : 1 Tidak : 0

Penentuan Skor :

Skor Yang Dinilai 16
----- x 100 = ----- X 100 = 100%
Skor Maksimal 16

Kolaborator

Endang Dwi A., A.Ma.Pd.
NIP. 19600102 198405 2 002

**CATATAN KOLABORATOR TERHADAP GURU
DALAM OBSERVASI PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK
PERTEMUAN III**

Sekolah : SDN Mangunsari I Pertemuan : III
Kelas/Semester : V / II Hari/Tanggal : Senin, 12 Maret 2012
Materi : Aktivitas Ritmik Pengamat : Nerius Yulia L., S.Pd.

I. PENDAHULUAN

Guru melakukan kegiatan pendahuluan untuk menyiapkan dalam pembelajaran yang akan dilaksanakan..

II. PEMANASAN

Kegiatan pemanasan ditambahkan variasi gerakan yang menggembirakan.

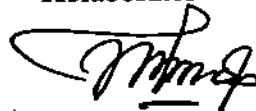
III. KEGIATAN INTI

- Siswa kembali mengulang gerakan inti yang sudah diberikan pada pertemuan kedua secara keseluruhan dengan iringan musik
- Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok dan setiap kelompok diberikan kesempatan untuk tampil di hadapan teman-temannya

IV. PENUTUP

Kegiatan penutup dilaksanakan oleh guru sesuai dengan rencana pembelajaran yang sudah disiapkan.

Kolaborator



Nerius Yulia L., S.Pd.

NIP: 19630219 198508 1 001

**CATATAN KOLABORATOR TERHADAP GURU
DALAM OBSERVASI PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK
PERTEMUAN III**

Sekolah : SDN Mangunsari I Pertemuan : III
Kelas/Semester : V / II Hari/Tanggal : Senin, 12 Maret 2012
Materi : Aktivitas Ritmik Pengamat : Endang Dwi A., A.Ma.Pd.

I. PENDAHULUAN

Guru menyiapkan kondisi mendidik pada siswa dan memberikan apersepsi terhadap pembelajaran yang akan dilaksanakan..

II. PEMANASAN

Pada kegiatan pemanasan siswa diberikan gerak dan lagu serta mengulang gerak dasar aktivitas ritmik.

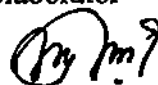
III. KEGIATAN INTI

Pada kegiatan inti suasana pembelajaran terasa lebih menyenangkan, karena siswa setelah mengulang semua gerakan inti dengan iringan musik, diberikan kesempatan untuk tampil per kelompok di hadapan teman-temannya

IV. PENUTUP

Kegiatan di pertemuan III ditutup dengan gerakan pelepasan dan pelemasan serta evaluasi secara keseluruhan terhadap pembelajaran aktivitas ritmik yang baru saja dilaksanakan oleh siswa.

Kolaborator



Endang Dwi A., A.Ma.Pd.
NIP: 19600102 198405 2 002

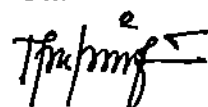
HASIL PENILAIAN AKTIVITAS RITMIK PERTEMUAN III

Sekolah : SD Negeri Mangunsari I
Kelas/Semester : V / 2
Pertemuan : III

Hari/Tanggal : Senin, 12 Maret 2012
Pengamat : Cici Suprihartini

No.	Nama	Aspek yang Dinilai			Jumlah
		Koordinasi Gerakan	Kesesuaian Gerak dengan Irama	Kesungguhan atau Semangat	
1	Alma Maitasara	3	3	2	8
2	Rahmad Nur Rokhim	3	3	2	8
3	Muhamad Arifin	3	3	2	8
4	Ahmad Ashari	3	3	3	9
5	Dimas Saputra	3	3	3	9
6	Gerry Pamungkas	3	3	3	9
7	Aan Risky R	3	3	2	8
8	Agil Nugroho	3	2	2	7
9	Anjas Dewi Perwita	3	3	2	8
10	Dimas Risky	3	3	2	8
11	Dwi Assyifa Milawati	3	3	2	8
12	Ferby Risky	3	3	3	9
13	Leni Felinda Putri	3	3	2	8
14	Muh. Alif Frientza	3	2	2	7
15	Putri Winly Apriliana	3	3	2	8
16	Ratna Ramasari	3	3	3	9
17	Renata Septi Puspita	3	3	2	8
18	Sadam Bin Umar	3	3	3	9
19	Sulistianto	3	3	2	8
20	Widya Rahmaniar	3	3	3	9
21	Yusup Putra	3	2	2	7
22	Zaenal Arifin	3	3	2	8
23	Yini Rahmawan	3	3	3	9
24	Eni Kurnia Fitriana	3	3	2	8
25	Ika Priharyani	3	3	3	9
26	Nina Kurnianingsih	3	3	3	9
27	Alfian Dwi Prasetya	3	3	2	8
28	Ananda Rizal	3	3	2	8
29	Siti Magfirotun	3	3	2	8
30	Taufik Hana	3	3	2	8
31	Yuliana	3	3	2	8
32	Fitria Dewi	3	3	2	8
				Jumlah	263
				Rata-rata	8.2

Peneliti



Cici Suprihartini
NIM. 10601247028

HASIL PENILAIAN AKTIVITAS RITMIK PERTEMUAN III

Sekolah : SD Negeri Mangunsari I
Kelas/Semester : V / 2
Pertemuan : III

Hari/Tanggal : Senin, 12 Maret 2012
Pengamat : Neries Yulia L., S.Pd.

No.	Nama	Aspek yang Dinilai			Jumlah
		Koordinasi Gerakan	Kesesuaian Gerak dengan Irama	Kesungguhan atau Semangat	
1	Alma Maitasara	3	3	2	8
2	Rahmad Nur Rokhim	3	3	2	8
3	Muhamad Arifin	3	3	2	8
4	Ahmad Ashari	3	3	3	9
5	Dimas Saputra	3	3	2	8
6	Gerry Pamungkas	3	3	2	8
7	Aan Risky R	3	3	2	8
8	Agil Nugroho	3	2	2	7
9	Anjas Dewi Perwita	3	3	2	8
10	Dimas Risky	3	3	2	8
11	Dwi Assyifa Milawati	3	3	2	8
12	Ferby Risky	3	3	3	9
13	Leni Felinda Putri	3	3	2	8
14	Muh. Alif Fienza	3	2	2	7
15	Putri Winy Apriliana	3	3	2	8
16	Ratna Ramasari	3	3	2	8
17	Renata Septi Puspita	3	3	2	8
18	Sadam Bin Umar	3	3	2	8
19	Sulistianto	3	3	3	9
20	Widya Rahmaniar	3	3	3	9
21	Yusup Putra	3	2	2	7
22	Zaenal Arifin	3	2	3	8
23	Yini Rahmawan	3	3	2	8
24	Eni Kurnia Fitriana	3	3	2	8
25	Ika Priharyani	3	3	3	9
26	Nina Kurnianingsih	3	3	2	8
27	Alfian Dwi Prasetya	3	3	2	8
28	Ananda Rizal	3	3	2	8
29	Siti Magfirotun	3	3	2	8
30	Taufik Hana	3	2	3	8
31	Yuliana	3	3	2	8
32	Fitria Dewi	3	3	2	8
Jumlah					258
Rata-rata					8.0

Kolaborator

Neries Yulia L., S.Pd.

NIP. 19630219 198508 1 001

HASIL PENILAIAN AKTIVITAS RITMIK PERTEMUAN III

Sekolah : SD Negeri Mangunsari I
Kelas/Semester : V / 2
Pertemuan : III

Hari/Tanggal : Senin, 12 Maret 2012
Pengamat : Endang Dwi A., A.Ma.Pd.

No.	Nama	Aspek yang Dinilai			Jumlah
		Koordinasi Gerakan	Kesesuaian Gerak dengan Irama	Kesungguhan atau Semangat	
1	Alma Maitasara	3	3	2	8
2	Rahmad Nur Rokhim	3	2	3	8
3	Muhamad Arifin	3	3	2	8
4	Ahmad Ashari	3	3	3	9
5	Dimas Saputra	3	3	2	8
6	Gerry Pamungkas	3	3	3	9
7	Aan Risky R	3	3	2	8
8	Agil Nugroho	3	2	2	7
9	Anjas Dewi Perwita	3	3	2	8
10	Dimas Risky	3	3	2	8
11	Dwi Assyifa Milawati	3	3	2	8
12	Ferby Risky	3	3	3	9
13	Leni Felinda Putri	3	3	2	8
14	Muh. Alif Fienza	3	2	2	7
15	Putri Winly Apriliana	3	3	2	8
16	Ratna Ramasari	3	3	2	8
17	Renata Septi Puspita	3	3	2	8
18	Sadam Bin Umar	3	3	3	9
19	Sulistianto	3	3	2	8
20	Widya Rahmانيar	3	3	3	9
21	Yusup Putra	3	2	2	7
22	Zaenal Arifin	3	3	2	8
23	Yini Rahmawan	3	3	2	8
24	Eni Kurnia Fitriana	3	3	2	8
25	Ika Priharyani	3	3	3	9
26	Nina Kurnianingsih	3	3	3	9
27	Alfian Dwi Prasetya	3	3	2	8
28	Ananda Rizal	3	3	2	8
29	Siti Magfirotun	3	3	2	8
30	Taufik Hana	3	2	3	8
31	Yuliana	3	3	2	8
32	Fitria Dewi	3	2	3	8
				Jumlah	260
				Rata-rata	8.1

Kolaborator

Endang Dwi A., A.Ma.Pd.
NIP. 19600102 198405 2 002

REKAP HASIL PENILAIAN AKTIVITAS RITMIK PERTEMUAN III

Sekolah : SD Negeri Mangunsari I
Kelas/Semester : V / 2
Pertemuan : III

No.	Nama	Peneliti	Kolaborator I	Kolaborator II	Rata-rata
1	Alma Maitasara	8	8	8	8
2	Rahmad Nur Rokhim	8	8	8	8
3	Muhamad Arifin	8	8	8	8
4	Ahmad Ashari	9	9	9	9
5	Dimas Saputra	9	8	8	8.3
6	Gerry Pamungkas	9	8	9	8.6
7	Aan Risky R	8	8	8	8
8	Agil Nugroho	7	7	7	7
9	Anjas Dewi Perwita	8	8	8	8
10	Dimas Risky	8	8	8	8
11	Dwi Assyifa Milawati	8	8	8	8
12	Ferby Risky	9	9	9	9
13	Leni Felinda Putri	8	8	8	8
14	Muh. Alif Frientza	7	7	7	7
15	Putri Winly Apriliana	8	8	8	8
16	Ratna Ramasari	9	8	8	8.3
17	Renata Septi Puspita	8	8	8	8
18	Sadam Bin Umar	9	8	9	8.6
19	Sulistianto	8	9	8	8.3
20	Widya Rahmانيar	9	9	9	9
21	Yusup Putra	7	7	7	7
22	Zaenal Arifin	7	8	8	8
23	Yini Rahmawan	9	8	8	8.3
24	Eni Kurnia Fitriana	7	8	8	8
25	Ika Priharyani	9	9	9	9
26	Nina Kurnianingsih	9	8	9	8.6
27	Alfian Dwi Prasetya	8	8	8	8
28	Ananda Rizal	8	8	8	8
29	Siti Magfirotun	8	8	8	8
30	Taufik Hana	8	8	8	8
31	Yuliana	8	8	8	8
32	Fitria Dewi	8	8	8	8
				Jumlah	200
				Rata-rata	8.0

**HASIL REKAPITULASI PENILAIAN PEMBELAJARAN
AKTIVITAS RITMIK SISWA KELAS V
SD NEGERI MANGUNSARI I**

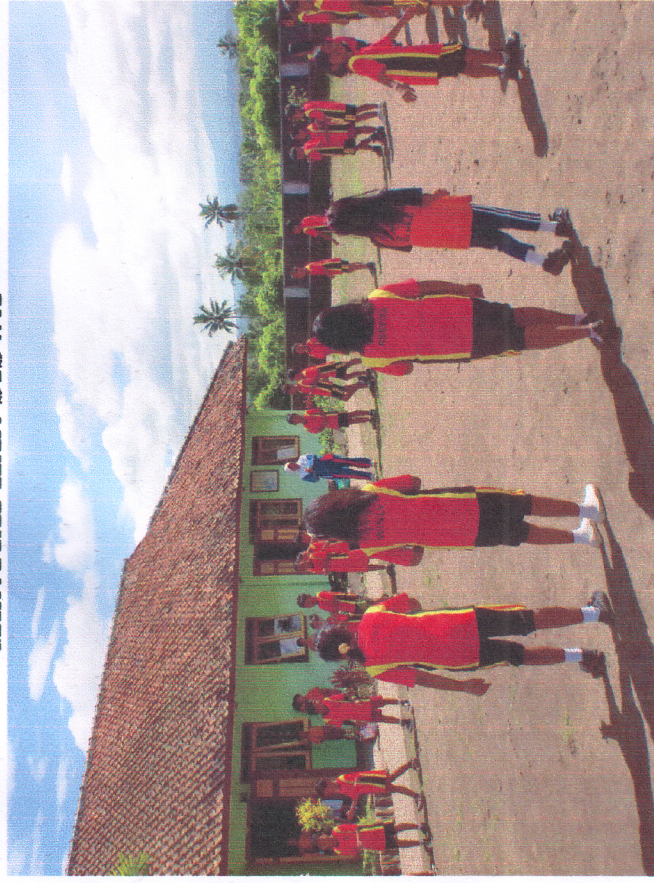
No.	Nama	PERTEMUAN I				PERTEMUAN II				PERTEMUAN III			
		P	K 1	K 2	Rata	P	K 1	K 2	Rata	P	K 1	K 2	Rata
1	Alma Maitasara	7	7	7	7	8	8	8	8	8	8	8	8
2	Rahmad Nur Rokhim	7	6	7	6.6	7	7	8	7.3	8	8	8	8
3	Muhamad Arifin	7	6	7	7	8	7	7	7.3	8	8	8	8
4	Ahmad Ashari	8	8	8	8	9	9	8	8.6	9	9	9	9
5	Dimas Saputra	7	7	7	7	8	8	8	8	9	8	8	8.3
6	Gerry Pamungkas	8	8	8	8	9	9	8	8.6	9	8	9	8.6
7	Aan Risky R	7	7	7	7	8	8	8	8	8	8	8	8
8	Agil Nugroho	5	6	6	5.6	6	7	7	6.6	7	7	7	7
9	Anjas Dewi Perwita	7	7	7	7	8	8	8	8	8	8	8	8
10	Dimas Risky	7	7	7	7	8	8	8	8	8	8	8	8
11	Dwi Assyifa Milawati	7	7	7	7	8	8	7	7.6	8	8	8	8
12	Ferby Risky	8	8	8	8	9	9	9	9	9	9	9	9
13	Leni Felinda Putri	7	7	7	7	7	8	7	7.3	8	8	8	8
14	Muh. Alif Frientza	5	6	6	5.6	7	7	7	7	7	7	7	7
15	Putri Winly Apriliana	6	7	7	6.6	7	7	8	7.3	8	8	8	8
16	Ratna Ramasari	7	7	7	7	8	8	8	8	9	8	8	8.3
17	Renata Septi Puspita	7	7	7	7	8	8	9	8.3	8	8	8	8
18	Sadam Bin Umar	8	8	8	8	9	9	8	8.3	9	8	9	8.6
19	Sulistianto	5	6	6	5.6	7	7	7	7	8	9	8	8.3
20	Widya Rahmaniar	8	8	8	8	9	9	7	8.3	9	9	9	9
21	Yusup Putra	6	6	6	6	7	7	7	7	7	7	7	7
22	Zaenal Arifin	7	6	6	6	7	8	8	7.6	7	8	8	8
23	Yini Rahmawan	8	8	8	8	9	8	8	8.3	9	8	8	8.3
24	Eni Kurnia Fitriana	7	5	7	6.3	8	8	8	8	7	8	8	8
25	Ika Priharyani	8	8	8	8	9	8	8	8.3	9	9	9	9
26	Nina Kurnianingsih	8	8	8	8	9	8	8	8.3	9	8	9	8.6
27	Alfian Dwi Prasetya	7	7	7	7	8	8	8	8	8	8	8	8
28	Ananda Rizal	7	7	7	7	8	7	8	7.6	8	8	8	8
29	Siti Magfirotn	6	6	6	6	7	7	7	7	8	8	8	8
30	Taufik Hana	6	6	6	6	7	7	7	7	8	8	8	8
31	Yuliana	7	7	7	7	7	7	7	7	8	8	8	8
32	Fitria Dewi	6	6	7	6.3	7	7	7	7	8	8	8	8
Jumlah		221	225	223	221.6	251	246	249	247.6	263	260	258	260
Rata-rata		6,9	6,9	6,9	6,9	15,2	7,6	7,7	7,7	8,2	8,1	8,0	8,1



MENYIAPKAN SISWA



KEGIATAN APERSEPSI



PEMANASAN DENGAN GERAK DAN LAGU



GERAK DASAR



GERAKAN DASAR



GERAKAN PERTAMA



GERAKAN KEDUA



GERAKAN KETIGA



GERAKAN KEENAM



GERAKAN PENUTUP



GERAKAN KETUJUH



KELompok 1



KELOMPOK 2



KELOMPOK 3



KELOMPOK 4



KOLABORATOR



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jl. Kolombo No. 1 Yogyakarta, Telp. (0274) 513092 psw 255

26 Januari 2012

Nomor : 130/H.34.16/PP/2012
Lamp. : 1 Eksp
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada :
Yth : Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta
Cq. Kepala Biro Administrasi Pembangunan
Setda Provinsi DIY

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan pengambilan data dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kamimohon berkenan Bapak/ Ibu/Saudara untuk memberikan ijin Penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama Mahasiswa : Cici Suprihartini
Nomor mahasiswa : 10601247028
Program Studi : S-1 PJKR (PPKHB)

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Januari s/d Maret 2012
Tempat / Objek : SD Negeri Mangunsari I Kabupaten Magelang / Siswa Kelas V
Judul Skripsi : "PENINGKATAN PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK MELALUI
PENDEKATAN PAKEM PADA SISWA KELAS V SD NEGERI MANGUNSARI I
KECAMATAN SAWANGAN MAGELANG ,"

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya .


Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 19860 1 001.

Tembusan Yth :

1. Kepala SD Negeri Mangunsari I Kab. Magelang
2. Dinas Dikpora Kabupaten Magelang
3. Kaprodi PJKR FIK UNY
4. Pembimbing Tas
5. Mahasiswa Ybs.



PEMERINTAH PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
SEKRETARIAT DAERAH

Kompleks Kepatihan, Danurejan, Telepon (0274) 562811 - 562814 (Hunting)
YOGYAKARTA 55213

Yogyakarta, 30 Januari 2012

Nomor : 070/690/V/01/2012

Perihal : Ijin Penelitian

Kepada Yth.
Gubernur Provinsi Jawa Tengah
Cq. BakesbangPol dan Linmas
di -

Tempat

Menunjuk Surat :

Dari : Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY
Nomor : 130/H.34.16/PP/2012
Tanggal : 26 Januari 2012
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

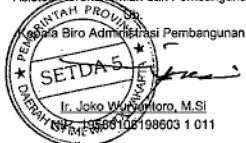
Setelah mempelajari proposal/desain riset/usulan penelitian yang diajukan, maka dapat diberikan surat keterangan untuk melaksanakan penelitian kepada

Nama : CICI SUPRIHARTINI
NIM / NIP : 10601247028
Alamat : Jl. Kolombo No 1 Yogyakarta
Judul : PENINGKATAN PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK MELALUI PENDEKATAN PAKEM PADA SISWA KELAS V SD NEGERI MANGUNSARI I KECAMATAN SAWANGAN MAGELANG
Lokasi : SD Negeri Mangunsari I Kec. SAWANGAN, Kota/Kab. MAGELANG Prov. JAWA TENGAH
Waktu : Mulai Tanggal 30 Januari 2012 s/d 30 April 2012

Peneliti berkewajiban menghormati dan menaati peraturan dan tata tertib yang berlaku di wilayah penelitian.

Kemudian harap menjadi maklum

A.n Sekretaris Daerah
Asisten Administrasi dan Pembangunan



Tembusan :

1. Yth. Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta (sebagai laporan);
2. Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY
3. Yang Bersangkutan



PEMERINTAH KABUPATEN MAGELANG
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
UPT KECAMATAN SAWANGAN
SEKOLAH DASAR NEGERI MANGUNSARI 1
Alamat : Glagahombo, Mangunsari, Sawangan, Magelang 56481

Nomor : 421:/87/20.7.16.SD/2012
Lamp : 1 Lembar
Hal : Surat Keterangan Penelitian

Yang bertanda tangan di bawah ini, kepada sekolah SD Negeri Mangunsari 1 sawangan menerangkan bahwa :

Nama : Cici Suprihartini
NIM : 10601247028
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Instansi : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data untuk bahan skripsinya yang berjudul “ Peningkatan Pembelajaran Aktivitas Ritmik Melalui Pendekatan PAKEM pada Siswa Kelas V SD Negeri Mangunsari I Kecamatan Sawangan”, yang dilaksanakan pada :

Tanggal : 27 Februari 2012 s.d 27 April 2012
Tempat : SD NEGERI MANGUNSARI 1 SAWANGAN

Demikian surat keterangan in dibuat untuk dapat digunakan sebagai mana mestinya.

