

LAMPIRAN

Lampiran 5. Daftar nilai lari kelas III SD Negeri Jepara Wetan 02 Kabupaten Cilacap.

LEMBAR PENILAIAN UNJUK KERJA SISWA

Sekolah : SD N Jepara Wetan 02

Kelas/ Smt : III/II

Materi : Lari

Tahun Pelajaran : 2010/ 2011

No	Nama	Sikap awal		Sikap lari						Sikap menca pai finish	Total skor	Nilai	Ket
		1	2	1	2	3	4	5	6				
1	1.		2				4			2	8	80	T
2	2.		2				4			2	8	80	T
3	3.	1					4			1	6	60	TT
4	4.	1						5	1		7	70	TT
5	5.	1					4			1	6	60	TT
6	6.	1					4			2	7	70	TT
7	7.		2				4			1	7	70	TT
8	8.	1					4			2	7	70	TT
9	9.		2				4			1	7	70	TT
10	10.	1					4			1	6	60	TT
11	11.		2				4			1	7	70	TT
12	12.	1						5	1		7	70	TT
13	13.		2				4			2	8	80	T
14	14.		2				4			2	8	80	T
Jumlah												990	
Rata-rata												70,71	

Keterangan : Nilai/Skor antara 0-100

LEMBAR PENGAMATAN TERHADAP GURU DALAM PEMBELAJARAN LARI

Sekolah : SD N Jepara Wetan 02
 Kelas/ Smt : IV/II Hari,tanggal : Kamis, 5 April 2012
 Materi : Lari Observer : Yanuar Arif iansyah
 Nama Guru : **Hastomo Eko Waluyo**
 Siklus/ pertemuan: I/ 1

No	Penampilan Guru	Cek	Skor
1.	Keterampilan membuka pelajaran		
	a. Membariskan, menghitung, presensi, dan memimpin doa	✓	4
	b. Melakukan apersepsi	✓	
	c. Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan diberikan	✓	
	d. Memberikan pemanasan sesuai dengan materi ajar	✓	
2.	Keterampilan menyampaikan materi		
	a. Penggunaan media	✓	4
	b. Pemilihan metode yang sesuai dengan materi ajar	✓	
	c. Menggunakan bahan belajar secara tepat	✓	
	d. Menggunakan bahasa yang mudah dipahami/komunikatif	✓	
3.	Keterampilan berinteraksi		
	1) Menggunakan teknik bertanya		3
	2) Memberikan motivasi	✓	
	3) Membantu siswa yang kesulitan	✓	
	4) Mendorong siswa berpikir kritis	✓	
4.	Keterampilan penguasaan materi		
	a. Menyampaikan materi sesuai konsep		2
	b. Memberikan contoh yang relevan	✓	
	c. Menjawab pertanyaan secara tepat	✓	
	d. Materi sesuai KTSP		
5.	Keterampilan pengelolaan kelas		
	a. Mengorganisasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik	✓	2
	b. Membuat formasi sesuai dengan materi dan tujuan		
	c. Menempatkan diri pada posisi yang strategis		
	d. Menguasai kelas dengan baik	✓	
6.	Keterampilan menggunakan bahasa		
	a. Volume suara memadai	✓	3
	b. Intonasi tidak monoton	✓	
	c. Vokal jelas	✓	
	d. Bahasa benar dan baik		
7.	Keterampilan menggunakan waktu		

	a. Menentukan alokasi waktu dengan tepat b. Memulai dan mengakhiri pelajaran dengan tepat c. Menggunakan waktu selang d. Menggunakan waktu secara efektif	√ √ √	2
8.	Keterampilan gerak dan perilaku		
	a. Tidak terpaku di satu tempat b. Luwes c. Pandangan menyeluruh d. Efektif (tidak melakukan gerak yang tidak perlu)	√ √ √	3
9.	Menutup pelajaran		
	a. Memberikan pendinginan secukupnya b. Membuat kesimpulan c. Mengadakan evaluasi d. Memberikan tugas / pengayaan	√ √ √	
	JUMLAH		26

Binangun, 5 April 2012

Observer

Yanuar Arifiansyah, S.Pd.

Keterangan :

$$\text{Nilai akhir} = \frac{\text{Jumlah skor perolehan}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

$$\begin{aligned}\text{Nilai akhir} &= \frac{26}{36} \times 100 \\ &= 72,22\end{aligned}$$

Kriteria Penilaian Pembelajaran oleh Guru

No	Kualifikasi	Skor	Kriteria penilaian proses pembelajaran
1.	A	81 – 100	Sangat Baik
2.	B	61 – 80	Baik
3.	C	41 – 60	Cukup
4.	D	21 – 40	Kurang
5.	E	0 – 20	Sangat Kurang

Kualifikasi hasil kerja = B (Hasil observasi kelas terhadap guru dalam pembelajaran dari hasilnya Baik)

LEMBAR PENGAMATAN TERHADAP GURU DALAM PEMBELAJARAN LARI

Sekolah : SD N Jepara Wetan 02
 Kelas/ Smt : IV/II Hari,tanggal : Kamis, 12 April 2012
 Materi : Lari Observer : Yanuar Arif iansyah
 Nama Guru : **Hastomo Eko Waluyo**
 Siklus/ pertemuan: I / 2

No	Penampilan Guru	Cek	Skor
1.	Keterampilan membuka pelajaran		4
	a. Membariskan, menghitung, presensi, dan memimpin doa	✓	
	b. Melakukan apersepsi	✓	
	c. Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan diberikan	✓	
	d. Memberikan pemanasan sesuai dengan materi ajar	✓	
2.	Keterampilan menyampaikan materi		4
	a. Penggunaan media	✓	
	b. Pemilihan metode yang sesuai dengan materi ajar	✓	
	c. Menggunakan bahan belajar secara tepat	✓	
	d. Menggunakan bahasa yang mudah dipahami/komunikatif	✓	
3.	Keterampilan berinteraksi		3
	a. Menggunakan teknik bertanya		
	b. Memberikan motivasi	✓	
	c. Membantu siswa yang kesulitan	✓	
	d. Mendorong siswa berpikir kritis	✓	
4.	Keterampilan penguasaan materi		3
	a. Menyampaikan materi sesuai konsep		
	b. Memberikan contoh yang relevan	✓	
	c. Menjawab pertanyaan secara tepat	✓	
	d. Materi sesuai KTSP	✓	
5.	Keterampilan pengelolaan kelas		3
	a. Mengorganisasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik	✓	
	b. Membuat formasi sesuai dengan materi dan tujuan	✓	
	c. Menempatkan diri pada posisi yang strategis		
	d. Menguasai kelas dengan baik	✓	
6.	Keterampilan menggunakan bahasa		4
	a. Volume suara memadai	✓	
	b. Intonasi tidak monoton	✓	
	c. Vokal jelas	✓	
	d. Bahasa benar dan baik	✓	
7.	Keterampilan menggunakan waktu		3
	a. Menentukan alokasi waktu dengan tepat	✓	
	b. Memulai dan mengakhiri pelajaran dengan tepat	✓	
	c. Menggunakan waktu selang		

	d. Menggunakan waktu secara efektif	√	
8.	Keterampilan gerak dan perilaku		
	a. Tidak terpaku di satu tempat	√	4
	b. Luwes	√	
	c. Pandangan menyeluruh	√	
	d. Efektif (tidak melakukan gerak yang tidak perlu)	√	
9.	Menutup pelajaran		
	a. Memberikan pendinginan secukupnya	√	3
	b. Membuat kesimpulan	√	
	c. Mengadakan evaluasi	√	
	d. Memberikan tugas / pengayaan		
	JUMLAH		31

Binangun, 12 April 2012

Observer

Yanuar Arifiansyah, S.Pd.

Keterangan :

$$\text{Nilai akhir} = \frac{\text{Jumlah skor perolehan}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

$$\begin{aligned}\text{Nilai akhir} &= \frac{31}{36} \times 100 \\ &= 86,11\end{aligned}$$

Kriteria Penilaian Pembelajaran oleh Guru

No	Kualifikasi	Skor	Kriteria penilaian proses pembelajaran
1.	A	81 – 100	Sangat Baik
2.	B	61 – 80	Baik
3.	C	41 – 60	Cukup
4.	D	21 – 40	Kurang
5.	E	0 – 20	Sangat Kurang

Kualifikasi hasil kerja = A (Hasil observasi kelas terhadap guru dalam pembelajaran

lari hasilnya Sangat Baik)

LEMBAR PENGAMATAN TERHADAP GURU DALAM PEMBELAJARAN LARI

Sekolah : SD N Jepara Wetan 02
 Kelas/ Smt : IV/II Hari,tanggal : Kamis, 5 April 2012
 Materi : Lari Observer : **Dedi Kuswoyo**
 Nama Guru : **Hastomo Eko Waluyo**
 Siklus/ pertemuan: I / 1

No	Penampilan Guru	Cek	Skor
1.	Keterampilan membuka pelajaran		
	a. Membariskan, menghitung, presensi, dan memimpin doa	✓	
	b. Melakukan apersepsi	✓	
	c. Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan diberikan	✓	
	d. Memberikan pemanasan sesuai dengan materi ajar	✓	
2.	Keterampilan menyampaikan materi		
	a. Penggunaan media	✓	
	b. Pemilihan metode yang sesuai dengan materi ajar	✓	
	c. Menggunakan bahan belajar secara tepat	✓	
	d. Menggunakan bahasa yang mudah dipahami/komunikatif	✓	
3.	Keterampilan berinteraksi		
	a. Menggunakan teknik bertanya		
	b. Memberikan motivasi	✓	
	c. Membantu siswa yang kesulitan	✓	
	d. Mendorong siswa berpikir kritis	✓	
4.	Keterampilan penguasaan materi		
	a. Menyampaikan materi sesuai konsep		
	b. Memberikan contoh yang relevan	✓	
	c. Menjawab pertanyaan secara tepat	✓	
	d. Materi sesuai KTSP		
5.	Keterampilan pengelolaan kelas		
	a. Mengorganisasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik	✓	
	b. Membuat formasi sesuai dengan materi dan tujuan	✓	
	c. Menempatkan diri pada posisi yang strategis		
	d. Menguasai kelas dengan baik	✓	
6.	Keterampilan menggunakan bahasa		
	a. Volume suara memadai	✓	
	b. Intonasi tidak monoton	✓	
	c. Vokal jelas	✓	
	d. Bahasa benar dan baik		
7.	Keterampilan menggunakan waktu		
	a. Menentukan alokasi waktu dengan tepat		
	b. Memulai dan mengakhiri pelajaran dengan tepat	✓	
	c. Menggunakan waktu selang		
	d. Menggunakan waktu secara efektif	✓	

8.	Keterampilan gerak dan perilaku		
a.	Tidak terpaku di satu tempat	√	3
	Luwes	√	
	Pandangan menyeluruh	√	
	Efektif (tidak melakukan gerak yang tidak perlu)		
9.	Menutup pelajaran		
a.	Memberikan pendinginan secukupnya	√	3
	Membuat kesimpulan	√	
	Mengadakan evaluasi	√	
	Memberikan tugas / pengayaan		
	JUMLAH		27

Binangun, 5 April 2012

Observer

Dedi Kuswoyo, S.Pd.

Keterangan :

$$\text{Nilai akhir} = \frac{\text{Jumlah skor perolehan}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

$$\begin{aligned}\text{Nilai akhir} &= \frac{27}{36} \times 100 \\ &= 75\end{aligned}$$

Kriteria Penilaian Pembelajaran oleh Guru

No	Kualifikasi	Skor	Kriteria penilaian proses pembelajaran
1.	A	81 – 100	Sangat Baik
2.	B	61 – 80	Baik
3.	C	41 – 60	Cukup
4.	D	21 – 40	Kurang
5.	E	0 – 20	Sangat Kurang

Kualifikasi hasil kerja = B (Hasil observasi kelas terhadap guru dalam pembelajaran

lari hasilnya Baik)

LEMBAR PENGAMATAN TERHADAP GURU DALAM PEMBELAJARAN LARI

Sekolah : SD N Jepara Wetan 02
 Kelas/ Smt : IV/II Hari,tanggal : Kamis, 12 April 2012
 Materi : Lari Observer : **Dedi Kuswoyo**
 Nama Guru : **Hastomo Eko Waluyo**
 Siklus/ pertemuan: I / 2

No	Penampilan Guru	Cek	Skor
1.	Keterampilan membuka pelajaran		
	a. Membariskan, menghitung, presensi, dan memimpin doa	✓	
	b. Melakukan apersepsi	✓	
	c. Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan diberikan	✓	
	d. Memberikan pemanasan sesuai dengan materi ajar	✓	
2.	Keterampilan menyampaikan materi		
	a. Penggunaan media	✓	
	b. Pemilihan metode yang sesuai dengan materi ajar	✓	
	c. Menggunakan bahan belajar secara tepat	✓	
	d. Menggunakan bahasa yang mudah dipahami/komunikatif	✓	
3.	Keterampilan berinteraksi		
	a. Menggunakan teknik bertanya		
	b. Memberikan motivasi	✓	
	c. Membantu siswa yang kesulitan	✓	
	d. Mendorong siswa berpikir kritis	✓	
4.	Keterampilan penguasaan materi		
	a. Menyampaikan materi sesuai konsep		
	b. Memberikan contoh yang relevan	✓	
	c. Menjawab pertanyaan secara tepat	✓	
	d. Materi sesuai KTSP	✓	
5.	Keterampilan pengelolaan kelas		
	a. Mengorganisasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik	✓	
	b. Membuat formasi sesuai dengan materi dan tujuan	✓	
	c. Menempatkan diri pada posisi yang strategis		
	d. Menguasai kelas dengan baik	✓	
6.	Keterampilan menggunakan bahasa		
	a. Volume suara memadai	✓	
	b. Intonasi tidak monoton	✓	
	c. Vokal jelas	✓	
	d. Bahasa benar dan baik	✓	
7.	Keterampilan menggunakan waktu		
	a. Menentukan alokasi waktu dengan tepat	✓	
	b. Memulai dan mengakhiri pelajaran dengan tepat	✓	
	c. Menggunakan waktu selang		
	d. Menggunakan waktu secara efektif	✓	

8.	Keterampilan gerak dan perilaku		
a.	Tidak terpaku di satu tempat	√	3
	Luwes	√	
	Pandangan menyeluruh	√	
	Efektif (tidak melakukan gerak yang tidak perlu)		
9.	Menutup pelajaran		
a.	Memberikan pendinginan secukupnya	√	4
	Membuat kesimpulan	√	
	Mengadakan evaluasi	√	
	Memberikan tugas / pengayaan	√	
	JUMLAH		31

Binangun, 12 April 2012

Observer

Dedi Kuswoyo, S.Pd.

Keterangan :

$$\text{Nilai akhir} = \frac{\text{Jumlah skor perolehan}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

$$\begin{aligned}\text{Nilai akhir} &= \frac{31}{36} \times 100 \\ &= 86,11\end{aligned}$$

Kriteria Penilaian Pembelajaran oleh Guru

No	Kualifikasi	Skor	Kriteria penilaian proses pembelajaran
1.	A	81 – 100	Sangat Baik
2.	B	61 – 80	Baik
3.	C	41 – 60	Cukup
4.	D	21 – 40	Kurang
5.	E	0 – 20	Sangat Kurang

Kualifikasi hasil kerja = A (Hasil observasi kelas terhadap guru dalam pembelajaran

lari hasilnya Sangat Baik)

LEMBAR PENGAMATAN TERHADAP GURU DALAM PEMBELAJARAN LARI

Sekolah : SD N Jepara Wetan 02
 Kelas/ Smt : IV/II Hari,tanggal : Kamis, 19 April 2012
 Materi : Lari Observer : Yanuar Arif iansyah
 Nama Guru : **Hastomo Eko Waluyo**
 Siklus/ pertemuan: II/ 1

No	Penampilan Guru	Cek	Skor
1.	Keterampilan membuka pelajaran		4
	e. Membariskan, menghitung, presensi, dan memimpin doa	✓	
	f. Melakukan apersepsi	✓	
	g. Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan diberikan	✓	
	h. Memberikan pemanasan sesuai dengan materi ajar	✓	
2.	Keterampilan menyampaikan materi		4
	e. Penggunaan media	✓	
	f. Pemilihan metode yang sesuai dengan materi ajar	✓	
	g. Menggunakan bahan belajar secara tepat	✓	
	h. Menggunakan bahasa yang mudah dipahami/komunikatif	✓	
3.	Keterampilan berinteraksi		3
	e. Menggunakan teknik bertanya		
	f. Memberikan motivasi	✓	
	g. Membantu siswa yang kesulitan	✓	
	h. Mendorong siswa berpikir kritis	✓	
4.	Keterampilan penguasaan materi		3
	e. Menyampaikan materi sesuai konsep		
	f. Memberikan contoh yang relevan	✓	
	g. Menjawab pertanyaan secara tepat	✓	
	h. Materi sesuai KTSP	✓	
5.	Keterampilan pengelolaan kelas		3
	e. Mengorganisasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik	✓	
	f. Membuat formasi sesuai dengan materi dan tujuan	✓	
	g. Menempatkan diri pada posisi yang strategis		
	h. Menguasai kelas dengan baik	✓	
6.	Keterampilan menggunakan bahasa		4
	e. Volume suara memadai	✓	
	f. Intonasi tidak monoton	✓	
	g. Vokal jelas	✓	
	h. Bahasa benar dan baik	✓	
7.	Keterampilan menggunakan waktu		3
	e. Menentukan alokasi waktu dengan tepat	✓	
	f. Memulai dan mengakhiri pelajaran dengan tepat	✓	
	g. Menggunakan waktu selang		
	h. Menggunakan waktu secara efektif	✓	

8.	Keterampilan gerak dan perilaku		
	e. Tidak terpaku di satu tempat	√	4
	f. Luwes	√	
	g. Pandangan menyeluruh	√	
	h. Efektif (tidak melakukan gerak yang tidak perlu)	√	
9.	Menutup pelajaran		
	e. Memberikan pendinginan secukupnya	√	4
	f. Membuat kesimpulan	√	
	g. Mengadakan evaluasi	√	
	h. Memberikan tugas / pengayaan	√	
	JUMLAH		32

Binangun, 19 April 2012

Observer

Yanuar Arifiansyah, S.Pd.

Keterangan :

$$\text{Nilai akhir} = \frac{\text{Jumlah skor perolehan}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

$$\begin{aligned}\text{Nilai akhir} &= \frac{32}{36} \times 100 \\ &= 88,89\end{aligned}$$

Kriteria Penilaian Pembelajaran oleh Guru

No	Kualifikasi	Skor	Kriteria penilaian proses pembelajaran
1.	A	81 – 100	Sangat Baik
2.	B	61 – 80	Baik
3.	C	41 – 60	Cukup
4.	D	21 – 40	Kurang
5.	E	0 – 20	Sangat Kurang

Kualifikasi hasil kerja = A (Hasil observasi kelas terhadap guru dalam pembelajaran

lari hasilnya Sangat Baik)

LEMBAR PENGAMATAN TERHADAP GURU DALAM PEMBELAJARAN LARI

Sekolah : SD N Jepara Wetan 02
 Kelas/ Smt : IV/II Hari,tanggal : Kamis, 3 Mei 2012
 Materi : Lari Observer : Yanuar Arif iansyah
 Nama Guru : **Hastomo Eko Waluyo**
 Siklus/ pertemuan: II/ 2

No	Penampilan Guru	Cek	Skor
1.	Keterampilan membuka pelajaran		
	i. Membariskan, menghitung, presensi, dan memimpin doa	✓	
	j. Melakukan apersepsi	✓	
	k. Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan diberikan	✓	
	l. Memberikan pemanasan sesuai dengan materi ajar	✓	
2.	Keterampilan menyampaikan materi		
	i. Penggunaan media	✓	
	j. Pemilihan metode yang sesuai dengan materi ajar	✓	
	k. Menggunakan bahan belajar secara tepat	✓	
	l. Menggunakan bahasa yang mudah dipahami/komunikatif	✓	
3.	Keterampilan berinteraksi		
	i. Menggunakan teknik bertanya		
	j. Memberikan motivasi	✓	
	k. Membantu siswa yang kesulitan	✓	
	l. Mendorong siswa berpikir kritis	✓	
4.	Keterampilan penguasaan materi		
	i. Menyampaikan materi sesuai konsep		
	j. Memberikan contoh yang relevan	✓	
	k. Menjawab pertanyaan secara tepat	✓	
	l. Materi sesuai KTSP	✓	
5.	Keterampilan pengelolaan kelas		
	i. Mengorganisasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik	✓	
	j. Membuat formasi sesuai dengan materi dan tujuan	✓	
	k. Menempatkan diri pada posisi yang strategis	✓	
	l. Menguasai kelas dengan baik	✓	
6.	Keterampilan menggunakan bahasa		
	i. Volume suara memadai	✓	
	j. Intonasi tidak monoton	✓	
	k. Vokal jelas	✓	
	l. Bahasa benar dan baik	✓	
7.	Keterampilan menggunakan waktu		
	i. Menentukan alokasi waktu dengan tepat	✓	
	j. Memulai dan mengakhiri pelajaran dengan tepat	✓	
	k. Menggunakan waktu selang		
	l. Menggunakan waktu secara efektif	✓	

8.	Keterampilan gerak dan perilaku		
i.	Tidak terpaku di satu tempat	√	4
	j. Luwes	√	
	k. Pandangan menyeluruh	√	
	l. Efektif (tidak melakukan gerak yang tidak perlu)	√	
9.	Menutup pelajaran		
i.	Memberikan pendinginan secukupnya	√	4
	j. Membuat kesimpulan	√	
	k. Mengadakan evaluasi	√	
	l. Memberikan tugas / pengayaan	√	
	JUMLAH		33

Binangun, 3 Mei 2012

Observer

Yanuar Arifiansyah, S.Pd.

Keterangan :

$$\text{Nilai akhir} = \frac{\text{Jumlah skor perolehan}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

$$\begin{aligned}\text{Nilai akhir} &= \frac{33}{36} \times 100 \\ &= 91,67\end{aligned}$$

Kriteria Penilaian Pembelajaran oleh Guru

No	Kualifikasi	Skor	Kriteria penilaian proses pembelajaran
1.	A	81 – 100	Sangat Baik
2.	B	61 – 80	Baik
3.	C	41 – 60	Cukup
4.	D	21 – 40	Kurang
5.	E	0 – 20	Sangat Kurang

Kualifikasi hasil kerja = A (Hasil observasi kelas terhadap guru dalam pembelajaran
lari hasilnya Sangat Baik)

LEMBAR PENGAMATAN TERHADAP GURU DALAM PEMBELAJARAN LARI

Sekolah : SD N Jepara Wetan 02
 Kelas/ Smt : IV/II Hari,tanggal : Kamis, 19 April 2012
 Materi : Lari Observer : **Dedi Kuswoyo**
 Nama Guru : **Hastomo Eko Waluyo**
 Siklus/ pertemuan: II/ 1

No	Penampilan Guru	Cek	Skor
1.	Keterampilan membuka pelajaran		
	a. Membariskan, menghitung, presensi, dan memimpin doa	✓	
	b. Melakukan apersepsi	✓	
	c. Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan diberikan	✓	
	d. Memberikan pemanasan sesuai dengan materi ajar	✓	
2.	Keterampilan menyampaikan materi		
	a. Penggunaan media	✓	
	b. Pemilihan metode yang sesuai dengan materi ajar	✓	
	c. Menggunakan bahan belajar secara tepat	✓	
	d. Menggunakan bahasa yang mudah dipahami/komunikatif	✓	
3.	Keterampilan berinteraksi		
	a. Menggunakan teknik bertanya	✓	
	b. Memberikan motivasi	✓	
	c. Membantu siswa yang kesulitan	✓	
	d. Mendorong siswa berpikir kritis	✓	
4.	Keterampilan penguasaan materi		
	a. Menyampaikan materi sesuai konsep	✓	
	b. Memberikan contoh yang relevan	✓	
	c. Menjawab pertanyaan secara tepat	✓	
	d. Materi sesuai KTSP		
5.	Keterampilan pengelolaan kelas		
	a. Mengorganisasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik	✓	
	b. Membuat formasi sesuai dengan materi dan tujuan	✓	
	c. Menempatkan diri pada posisi yang strategis	✓	
	d. Menguasai kelas dengan baik	✓	
6.	Keterampilan menggunakan bahasa		
	a. Volume suara memadai	✓	
	b. Intonasi tidak monoton	✓	
	c. Vokal jelas	✓	
	d. Bahasa benar dan baik		
7.	Keterampilan menggunakan waktu		
	a. Menentukan alokasi waktu dengan tepat	✓	
	b. Memulai dan mengakhiri pelajaran dengan tepat	✓	
	c. Menggunakan waktu selang		
	d. Menggunakan waktu secara efektif	✓	

8.	Keterampilan gerak dan perilaku		
a.	Tidak terpaku di satu tempat	√	4
	Luwes	√	
	Pandangan menyeluruh	√	
	Efektif (tidak melakukan gerak yang tidak perlu)	√	
9.	Menutup pelajaran		
a.	Memberikan pendinginan secukupnya	√	4
	Membuat kesimpulan	√	
	Mengadakan evaluasi	√	
	Memberikan tugas / pengayaan	√	
	JUMLAH		33

Binangun, 19 April 2012

Observer

Dedi Kuswoyo, S.Pd.

Keterangan :

$$\text{Nilai akhir} = \frac{\text{Jumlah skor perolehan}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

$$\begin{aligned}\text{Nilai akhir} &= \frac{33}{36} \times 100 \\ &= 91,67\end{aligned}$$

Kriteria Penilaian Pembelajaran oleh Guru

No	Kualifikasi	Skor	Kriteria penilaian proses pembelajaran
1.	A	81 – 100	Sangat Baik
2.	B	61 – 80	Baik
3.	C	41 – 60	Cukup
4.	D	21 – 40	Kurang
5.	E	0 – 20	Sangat Kurang

Kualifikasi hasil kerja = A (Hasil observasi kelas terhadap guru dalam pembelajaran lari hasilnya Sangat Baik)

LEMBAR PENGAMATAN TERHADAP GURU DALAM PEMBELAJARAN LARI

Sekolah : SD N Jepara Wetan 02

Kelas/ Smt : IV/II

Hari,tanggal : Kamis, 3 Mei 2012

Materi : Lari

Observer : **Dedi Kuswoyo**

Nama Guru : **Hastomo Eko Waluyo**

Siklus/ pertemuan: II/ 2

No	Penampilan Guru	Cek	Skor
1.	Keterampilan membuka pelajaran		
	e. Membariskan, menghitung, presensi, dan memimpin doa	✓	
	f. Melakukan apersepsi	✓	
	g. Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan diberikan	✓	
	h. Memberikan pemanasan sesuai dengan materi ajar	✓	
2.	Keterampilan menyampaikan materi		
	e. Penggunaan media	✓	
	f. Pemilihan metode yang sesuai dengan materi ajar	✓	
	g. Menggunakan bahan belajar secara tepat	✓	
	h. Menggunakan bahasa yang mudah dipahami/komunikatif	✓	
3.	Keterampilan berinteraksi		
	5) Menggunakan teknik bertanya		
	6) Memberikan motivasi	✓	
	7) Membantu siswa yang kesulitan	✓	
	8) Mendorong siswa berpikir kritis	✓	
4.	Keterampilan penguasaan materi		
	e. Menyampaikan materi sesuai konsep	✓	
	f. Memberikan contoh yang relevan	✓	
	g. Menjawab pertanyaan secara tepat	✓	
	h. Materi sesuai KTSP		
5.	Keterampilan pengelolaan kelas		
	e. Mengorganisasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik	✓	
	f. Membuat formasi sesuai dengan materi dan tujuan	✓	
	g. Menempatkan diri pada posisi yang strategis	✓	
	h. Menguasai kelas dengan baik	✓	
6.	Keterampilan menggunakan bahasa		
	e. Volume suara memadai	✓	
	f. Intonasi tidak monoton	✓	
	g. Vokal jelas	✓	
	h. Bahasa benar dan baik	✓	
7.	Keterampilan menggunakan waktu		
	e. Menentukan alokasi waktu dengan tepat	✓	
	f. Memulai dan mengakhiri pelajaran dengan tepat	✓	
	g. Menggunakan waktu selang		
	h. Menggunakan waktu secara efektif	✓	

8.	Keterampilan gerak dan perilaku		
	e. Tidak terpaku di satu tempat	✓	4
	f. Luwes	✓	
	g. Pandangan menyeluruh	✓	
	h. Efektif (tidak melakukan gerak yang tidak perlu)	✓	
9.	Menutup pelajaran		
	e. Memberikan pendinginan secukupnya	✓	4
	f. Membuat kesimpulan	✓	
	g. Mengadakan evaluasi	✓	
	h. Memberikan tugas / pengayaan	✓	
	JUMLAH		33

Binangun, 3 Mei 2012

Observer

Dedi Kuswoyo, S.Pd.

Keterangan :

$$\text{Nilai akhir} = \frac{\text{Jumlah skor perolehan}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

$$\begin{aligned}\text{Nilai akhir} &= \frac{33}{36} \times 100 \\ &= 91,67\end{aligned}$$

Kriteria Penilaian Pembelajaran oleh Guru

No	Kualifikasi	Skor	Kriteria penilaian proses pembelajaran
1.	A	81 – 100	Sangat Baik
2.	B	61 – 80	Baik
3.	C	41 – 60	Cukup
4.	D	21 – 40	Kurang
5.	E	0 – 20	Sangat Kurang

Kualifikasi hasil kerja = A (Hasil observasi kelas terhadap guru dalam pembelajaran

lari hasilnya Sangat Baik)

LEMBAR PENILAIAN UNJUK KERJA SISWA

Sekolah : SD N Jepara Wetan 02
 Kelas/ Smt : IV/II Hari,tanggal : Kamis, 5 April 2012
 Materi : Lari Observer : Yanuar Arifiansyah
 Siklus/ pertemuan: I / 1

No	Nama	Sikap awal		Sikap lari						Sikap menca pai finish	Total skor	Nilai	Ket	
		1	2	1	2	3	4	5	6	1	2			
1	1.		2				4				2	8	80	T
2	2.		2				4				2	8	80	T
3	3.		1				4				2	7	70	TT
4	4.		1					5		1		7	70	TT
5	5.		1					5		1		7	70	TT
6	6.		1					5		2		8	80	T
7	7.		2				4				2	8	80	T
8	8.		1				4				2	7	70	TT
9	9.		2					5		1		8	80	T
10	10.		1				4				2	7	70	TT
11	11.		2					5		1		8	80	T
12	12.		1					5		1		7	70	TT
13	13.		2				4				2	8	80	T
14	14.		2				4				2	8	80	T
Jumlah													1060	
Rata-rata													75,71	

Keterangan : Nilai/Skor antara 0-100

Binangun, 5 April 2012

Observer

Yanuar Arifiansyah, S.Pd.

1. Sikap awal
 - a. Aba – aba “Siap”
 - b. Aba – aba “Yak”

Penentuan Skor:

- Skor maksimal sikap awal = 2
 - Skor maksimal per item = 1
 - Jika tidak dilaksanakan per item = 0
2. Berlari
- a. lari dengan ujung kaki,
 - b. menumpu dengan kuat agar mendapat dorongan ke depan kuat pula,
 - c. lutut dan paha diangkat,
 - d. badan condong ke depan kurang lebih 60 derajat sehingga dapat bergerak lebih cepat ke depan,
 - e. ayunan lengan kuat-kuat dan cepat dari belakang ke depan, siku dilipat, tangan menggenggam lemas agar gerakan langkah kaki juga cepat dan kuat,
 - f. setelah kurang lebih 20 meter dari garis *start*, langkah diperlebar, tetapi condong badan harus tetap dipertahankan, ayunan lengan dan gerakan langkah kaki juga dipertahankan kecepatannya dan kekuatannya, bahkan kalau mungkin ditingkatkan.

Penentuan Skor:

- Skor maksimal berlari = 6
 - Skor maksimal per item = 1
 - Jika tidak dilaksanakan per item = 0
3. Finish
- a. menjatuhkan dada ke depan, seperti orang akan jatuh tersungkur tanpa mengurangi kecepatan,
 - b. memutar bahu kanan atau kiri tanpa mengurangi kecepatan.

Penentuan Skor:

- Skor maksimal sikap awal = 2
- Skor maksimal per item = 1
- Jika tidak dilaksanakan per item = 0

Nilai = (skor x 100) : nilai maksimum

Atau
$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor} \times 100}{\text{Nilai Maksimum}}$$

LEMBAR PENILAIAN UNJUK KERJA SISWA

Sekolah : SD N Jepara Wetan 02
 Kelas/ Smt : IV/II Hari,tanggal : Kamis, 12 April 2012
 Materi : Lari Observer : Yanuar Arifiansyah
 Siklus/ pertemuan : I/ 2

No	Nama	Sikap awal		Sikap lari					Sikap menca pai finish	Total skor	Nilai	Ket	
		1	2	1	2	3	4	5	6	1	2		
1	1.		2				4			2	8	80	T
2	2.		2				4			2	8	80	T
3	3.	1				4				2	7	70	TT
4	4.	1						6	1		8	80	T
5	5.	1					5		1		7	70	TT
6	6.	1				5			2		8	80	T
7	7.		2			4				2	8	80	T
8	8.	1			4				2		7	70	TT
9	9.		2				5		1		8	80	T
10	10.	1				4			2		7	70	TT
11	11.		2				5		1		8	80	T
12	12.		2			5		1			7	80	T
13	13.		2			4			2		8	80	T
14	14.		2			4			2		8	80	T
Jumlah												1080	
Rata-rata												77,14	

Keterangan : Nilai/Skor antara 0-100

Binangun, 12 April 2012

Observer

Yanuar Arifiansyah, S.Pd.

1. Sikap awal
 - a. Aba – aba “Siap”
 - b. Aba – aba “Yak”

Penentuan Skor:

- Skor maksimal sikap awal = 2
 - Skor maksimal per item = 1
 - Jika tidak dilaksanakan per item = 0
2. Berlari
- a. lari dengan ujung kaki,
 - b. menumpu dengan kuat agar mendapat dorongan ke depan kuat pula,
 - c. lutut dan paha diangkat,
 - d. badan condong ke depan kurang lebih 60 derajat sehingga dapat bergerak lebih cepat ke depan,
 - e. ayunan lengan kuat-kuat dan cepat dari belakang ke depan, siku dilipat, tangan menggenggam lemas agar gerakan langkah kaki juga cepat dan kuat,
 - f. setelah kurang lebih 20 meter dari garis *start*, langkah diperlebar, tetapi condong badan harus tetap dipertahankan, ayunan lengan dan gerakan langkah kaki juga dipertahankan kecepatannya dan kekuatannya, bahkan kalau mungkin ditingkatkan.

Penentuan Skor:

- Skor maksimal berlari = 6
 - Skor maksimal per item = 1
 - Jika tidak dilaksanakan per item = 0
3. Finish
- a. menjatuhkan dada ke depan, seperti orang akan jatuh tersungkur tanpa mengurangi kecepatan,
 - b. memutar bahu kanan atau kiri tanpa mengurangi kecepatan.

Penentuan Skor:

- Skor maksimal sikap awal = 2
- Skor maksimal per item = 1
- Jika tidak dilaksanakan per item = 0

Nilai = (skor x 100) : nilai maksimum

Atau
$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor} \times 100}{\text{Nilai Maksimum}}$$

LEMBAR PENILAIAN UNJUK KERJA SISWA

Sekolah : SD N Jepara Wetan 02
 Kelas/ Smt : IV/II Hari,tanggal : Kamis, 5 April 2012
 Materi : Lari Observer : **Dedi Kuswoyo**
 Siklus/ pertemuan: I/ 1

No	Nama	Sikap awal		Sikap lari						Sikap menca pai finish	Total skor	Nilai	Ket	
		1	2	1	2	3	4	5	6					
1	1.		2					5		2	8	90	T	
2	2.		1					5		2	8	80	T	
3	3.		1				4			2	7	70	TT	
4	4.		1					5		1	7	70	TT	
5	5.		1					5		1	7	70	TT	
6	6.		1					5		2	8	80	T	
7	7.		2				4			2	8	80	T	
8	8.		1				4			2	7	70	TT	
9	9.		2					5		1	8	80	T	
10	10.		1				4			2	7	70	TT	
11	11.		2					5		1	8	80	T	
12	12.		1					5		1	7	70	TT	
13	13.		2				4			2	8	80	T	
14	14.		2				4			2	8	80	T	
Jumlah												1070		
Rata-rata												76,42		

Keterangan : Nilai/Skor antara 0-100

Binangun, 5 April 2012
Observer

Dedi Kuswoyo, S.Pd.

1. Sikap awal
 - a. Aba – aba “Siap”
 - b. Aba – aba “Yak”

Penentuan Skor:

- Skor maksimal sikap awal = 2
 - Skor maksimal per item = 1
 - Jika tidak dilaksanakan per item = 0
2. Berlari
- a. lari dengan ujung kaki,
 - b. menumpu dengan kuat agar mendapat dorongan ke depan kuat pula,
 - c. lutut dan paha diangkat,
 - d. badan condong ke depan kurang lebih 60 derajat sehingga dapat bergerak lebih cepat ke depan,
 - e. ayunan lengan kuat-kuat dan cepat dari belakang ke depan, siku dilipat, tangan menggenggam lemas agar gerakan langkah kaki juga cepat dan kuat,
 - f. setelah kurang lebih 20 meter dari garis *start*, langkah diperlebar, tetapi condong badan harus tetap dipertahankan, ayunan lengan dan gerakan langkah kaki juga dipertahankan kecepatannya dan kekuatannya, bahkan kalau mungkin ditingkatkan.

Penentuan Skor:

- Skor maksimal berlari = 6
 - Skor maksimal per item = 1
 - Jika tidak dilaksanakan per item = 0
3. Finish
- a. menjatuhkan dada ke depan, seperti orang akan jatuh tersungkur tanpa mengurangi kecepatan,
 - b. memutar bahu kanan atau kiri tanpa mengurangi kecepatan.

Penentuan Skor:

- Skor maksimal sikap awal = 2
- Skor maksimal per item = 1
- Jika tidak dilaksanakan per item = 0

Nilai = (skor x 100) : nilai maksimum

Atau
$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor} \times 100}{\text{Nilai Maksimum}}$$

LEMBAR PENILAIAN UNJUK KERJA SISWA

Sekolah : SD N Jepara Wetan 02
 Kelas/ Smt : IV/II Hari,tanggal : Kamis, 12 April 2012
 Materi : Lari Observer : **Dedi Kuswoyo**
 Siklus/ pertemuan: I/ 2

No	Nama	Sikap awal		Sikap lari						Sikap menca pai finish	Total skor	Nilai	Ket	
		1	2	1	2	3	4	5	6					
1	1.		2					5		2	9	90	T	
2	2.		2				4			2	8	80	T	
3	3.	1				4				2	7	70	TT	
4	4.	1						6	1		8	80	T	
5	5.	1					5		1		7	70	TT	
6	6.	1					5			2	8	80	T	
7	7.		2			4				2	8	80	T	
8	8.	1				4				2	7	70	TT	
9	9.		2				5		1		8	80	T	
10	10.	1				4				2	7	70	TT	
11	11.		2				5		1		8	80	T	
12	12.		2				5		1		7	80	T	
13	13.		2			4				2	8	80	T	
14	14.		2				5			2	9	90	T	
Jumlah												1100		
Rata-rata												78,57		

Keterangan : Nilai/Skor antara 0-100

Binangun, 12 April 2012
Observer

Dedi Kuswoyo, S.Pd.

1. Sikap awal
 - a. Aba – aba “Siap”
 - b. Aba – aba “Yak”

Penentuan Skor:

- Skor maksimal sikap awal = 2
- Skor maksimal per item = 1
- Jika tidak dilaksanakan per item = 0

2. Berlari

- a. lari dengan ujung kaki,
- b. menumpu dengan kuat agar mendapat dorongan ke depan kuat pula,
- c. lutut dan paha diangkat,
- d. badan condong ke depan kurang lebih 60 derajat sehingga dapat bergerak lebih cepat ke depan,
- e. ayunan lengan kuat-kuat dan cepat dari belakang ke depan, siku dilipat, tangan menggenggam lemas agar gerakan langkah kaki juga cepat dan kuat,
- f. setelah kurang lebih 20 meter dari garis *start*, langkah diperlebar, tetapi condong badan harus tetap dipertahankan, ayunan lengan dan gerakan langkah kaki juga dipertahankan kecepatannya dan kekuatannya, bahkan kalau mungkin ditingkatkan.

Penentuan Skor:

- Skor maksimal berlari = 6
- Skor maksimal per item = 1
- Jika tidak dilaksanakan per item = 0

3. Finish

- a. menjatuhkan dada ke depan, seperti orang akan jatuh tersungkur tanpa mengurangi kecepatan,
- b. memutar bahu kanan atau kiri tanpa mengurangi kecepatan.

Penentuan Skor:

- Skor maksimal sikap awal = 2
- Skor maksimal per item = 1
- Jika tidak dilaksanakan per item = 0

Nilai = (skor x 100) : nilai maksimum

Atau
$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor} \times 100}{\text{Nilai Maksimum}}$$

LEMBAR PENILAIAN UNJUK KERJA SISWA

Sekolah : SD N Jepara Wetan 02
 Kelas/ Smt : IV/II Hari,tanggal : Kamis, 19 April 2012
 Materi : Lari Observer : Yanuar Arifiansyah
 Siklus/ pertemuan : II/ 1

No	Nama	Sikap awal		Sikap lari						Sikap menca pai finish	Total skor	Nilai	Ket
		1	2	1	2	3	4	5	6				
1	1.		2				4			2	8	80	T
2	2.		2				4			2	8	80	T
3	3.	1					4			2	7	70	TT
4	4.	1							6	1	8	80	T
5	5.	1							6	1	7	80	T
6	6.	1					5			2	8	80	T
7	7.		2				4			2	8	80	T
8	8.	1					4			2	7	70	TT
9	9.		2					5		1	8	80	T
10	10.	1					5			2	7	80	T
11	11.		2				5		1		8	80	T
12	12.		2				5		1		7	80	T
13	13.		2				4			2	8	80	T
14	14.		2				4			2	8	80	T
Jumlah												1100	
Rata-rata												78,57	

Keterangan : Nilai/Skor antara 0-100

Binangun, 19 April 2012
Observer

Yanuar Arifiansyah, S.Pd.

1. Sikap awal
 - a. Aba – aba “Siap”
 - b. Aba – aba “Yak”

Penentuan Skor:

- Skor maksimal sikap awal = 2
 - Skor maksimal per item = 1
 - Jika tidak dilaksanakan per item = 0
2. Berlari
- a. lari dengan ujung kaki,
 - b. menumpu dengan kuat agar mendapat dorongan ke depan kuat pula,
 - c. lutut dan paha diangkat,
 - d. badan condong ke depan kurang lebih 60 derajat sehingga dapat bergerak lebih cepat ke depan,
 - e. ayunan lengan kuat-kuat dan cepat dari belakang ke depan, siku dilipat, tangan menggenggam lemas agar gerakan langkah kaki juga cepat dan kuat,
 - f. setelah kurang lebih 20 meter dari garis *start*, langkah diperlebar, tetapi condong badan harus tetap dipertahankan, ayunan lengan dan gerakan langkah kaki juga dipertahankan kecepatannya dan kekuatannya, bahkan kalau mungkin ditingkatkan.

Penentuan Skor:

- Skor maksimal berlari = 6
 - Skor maksimal per item = 1
 - Jika tidak dilaksanakan per item = 0
3. Finish
- a. menjatuhkan dada ke depan, seperti orang akan jatuh tersungkur tanpa mengurangi kecepatan,
 - b. memutar bahu kanan atau kiri tanpa mengurangi kecepatan.

Penentuan Skor:

- Skor maksimal sikap awal = 2
- Skor maksimal per item = 1
- Jika tidak dilaksanakan per item = 0

Nilai = (skor x 100) : nilai maksimum

Atau
$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor} \times 100}{\text{Nilai Maksimum}}$$

LEMBAR PENILAIAN UNJUK KERJA SISWA

Sekolah : SD N Jepara Wetan 02
 Kelas/ Smt : IV/II Hari,tanggal : Kamis, 3 Mei 2012
 Materi : Lari Observer : Yanuar Arifiansyah
 Siklus/ pertemuan : II/ 2

No	Nama	Sikap awal		Sikap lari						Sikap menca pai finish	Total skor	Nilai	Ket	
		1	2	1	2	3	4	5	6					
1	1.		2					5			2	9	90	T
2	2.		2				4				2	8	80	T
3	3.		2				4				2	8	80	T
4	4.	1							6	1		8	80	T
5	5.	1							6	1		7	80	T
6	6.	1						5			2	8	80	T
7	7.		2				4				2	8	80	T
8	8.	1					4				2	7	70	TT
9	9.		2					5		1		8	80	T
10	10.	1						5			2	7	80	T
11	11.		2					5		1		8	80	T
12	12.		2					5		1		7	80	T
13	13.		2				4				2	8	80	T
14	14.		2				4				2	8	80	T
Jumlah													1120	
Rata-rata													78,57	

Keterangan : Nilai/Skor antara 0-100

Binangun, 3 Mei 2012
Observer

Yanuar Arifiansyah, S.Pd.

1. Sikap awal
 - a. Aba – aba “Siap”
 - b. Aba – aba “Yak”

Penentuan Skor:

- Skor maksimal sikap awal = 2
 - Skor maksimal per item = 1
 - Jika tidak dilaksanakan per item = 0
2. Berlari
- a. lari dengan ujung kaki,
 - b. menumpu dengan kuat agar mendapat dorongan ke depan kuat pula,
 - c. lutut dan paha diangkat,
 - d. badan condong ke depan kurang lebih 60 derajat sehingga dapat bergerak lebih cepat ke depan,
 - e. ayunan lengan kuat-kuat dan cepat dari belakang ke depan, siku dilipat, tangan menggenggam lemas agar gerakan langkah kaki juga cepat dan kuat,
 - f. setelah kurang lebih 20 meter dari garis *start*, langkah diperlebar, tetapi condong badan harus tetap dipertahankan, ayunan lengan dan gerakan langkah kaki juga dipertahankan kecepatannya dan kekuatannya, bahkan kalau mungkin ditingkatkan.

Penentuan Skor:

- Skor maksimal berlari = 6
 - Skor maksimal per item = 1
 - Jika tidak dilaksanakan per item = 0
3. Finish
- a. menjatuhkan dada ke depan, seperti orang akan jatuh tersungkur tanpa mengurangi kecepatan,
 - b. memutar bahu kanan atau kiri tanpa mengurangi kecepatan.

Penentuan Skor:

- Skor maksimal sikap awal = 2
- Skor maksimal per item = 1
- Jika tidak dilaksanakan per item = 0

Nilai = (skor x 100) : nilai maksimum

Atau
$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor} \times 100}{\text{Nilai Maksimum}}$$

LEMBAR PENILAIAN UNJUK KERJA SISWA

Sekolah : SD N Jepara Wetan 02
 Kelas/ Smt : IV/II Hari,tanggal : Kamis, 19 April 2012
 Materi : Lari Observer : **Dedi Kuswoyo**
 Siklus/ pertemuan: II/ 1

No	Nama	Sikap awal		Sikap lari						Sikap menca pai finish	Total skor	Nilai	Ket	
		1	2	1	2	3	4	5	6					
1	1.		2					5		2	9	90	T	
2	2.		2				4			2	8	80	T	
3	3.	1				4				2	7	70	TT	
4	4.	1						6	1		8	80	T	
5	5.	1						6	1		7	80	T	
6	6.	1					5			2	8	80	T	
7	7.		2			4				2	8	80	T	
8	8.	1				4				2	7	70	TT	
9	9.		2				5		1		8	80	T	
10	10.	1					5			2	7	80	T	
11	11.		2				5		1		8	80	T	
12	12.		2				5		1		7	80	T	
13	13.		2			4				2	8	80	T	
14	14.		2			4				2	8	80	T	
Jumlah												1110		
Rata-rata												79,28		

Keterangan : Nilai/Skor antara 0-100

Binangun, 19 April 2012
Observer

Dedi Kuswoyo, S.Pd.

1. Sikap awal
 - a. Aba – aba “Siap”
 - b. Aba – aba “Yak”

Penentuan Skor:

- Skor maksimal sikap awal = 2
- Skor maksimal per item = 1
- Jika tidak dilaksanakan per item = 0

2. Berlari

- a. lari dengan ujung kaki,
- b. menumpu dengan kuat agar mendapat dorongan ke depan kuat pula,
- c. lutut dan paha diangkat,
- d. badan condong ke depan kurang lebih 60 derajat sehingga dapat bergerak lebih cepat ke depan,
- e. ayunan lengan kuat-kuat dan cepat dari belakang ke depan, siku dilipat, tangan menggenggam lemas agar gerakan langkah kaki juga cepat dan kuat,
- f. setelah kurang lebih 20 meter dari garis *start*, langkah diperlebar, tetapi condong badan harus tetap dipertahankan, ayunan lengan dan gerakan langkah kaki juga dipertahankan kecepatannya dan kekuatannya, bahkan kalau mungkin ditingkatkan.

Penentuan Skor:

- Skor maksimal berlari = 6
- Skor maksimal per item = 1
- Jika tidak dilaksanakan per item = 0

3. Finish

- a. menjatuhkan dada ke depan, seperti orang akan jatuh tersungkur tanpa mengurangi kecepatan,
- b. memutar bahu kanan atau kiri tanpa mengurangi kecepatan.

Penentuan Skor:

- Skor maksimal sikap awal = 2
- Skor maksimal per item = 1
- Jika tidak dilaksanakan per item = 0

Nilai = (skor x 100) : nilai maksimum

Atau
$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor} \times 100}{\text{Nilai Maksimum}}$$

LEMBAR PENILAIAN UNJUK KERJA SISWA

Sekolah : SD N Jepara Wetan 02

Kelas/ Smt : IV/II

Hari,tanggal : Kamis, 3 Mei 2012

Materi : Lari

Observer : **Dedi Kuswoyo**

Siklus/ pertemuan: II/ 2

No	Nama	Sikap awal		Sikap lari					Sikap menca pai finish	Total skor	Nilai	Ket	
		1	2	1	2	3	4	5	6				
1	1.		2				4			2	8	80	T
2	2.		2				4			2	8	80	T
3	3.		2				4			2	8	80	T
4	4.	1						6	1		8	80	T
5	5.	1						6	1		7	80	T
6	6.	1					5			2	8	80	T
7	7.		2				4			2	8	80	T
8	8.	1					4			2	7	70	TT
9	9.		2					5		1		8	80
10	10.	1					5			2	7	80	T
11	11.		2				5		1		8	80	T
12	12.		2				5		1		7	80	T
13	13.		2				4			2	8	80	T
14	14.		2				5			2	9	90	T
Jumlah												1120	
Rata-rata												80	

Keterangan : Nilai/Skor antara 0-100

Binangun, 3 Mei 2012
Observer

Dedi Kuswoyo, S.Pd.

1. Sikap awal
 - c. Aba – aba “Siap”
 - d. Aba – aba “Yak”

Penentuan Skor:

- Skor maksimal sikap awal = 2
 - Skor maksimal per item = 1
 - Jika tidak dilaksanakan per item = 0
2. Berlari
- a. lari dengan ujung kaki,
 - b. menumpu dengan kuat agar mendapat dorongan ke depan kuat pula,
 - c. lutut dan paha diangkat,
 - d. badan condong ke depan kurang lebih 60 derajat sehingga dapat bergerak lebih cepat ke depan,
 - e. ayunan lengan kuat-kuat dan cepat dari belakang ke depan, siku dilipat, tangan menggenggam lemas agar gerakan langkah kaki juga cepat dan kuat,
 - f. setelah kurang lebih 20 meter dari garis *start*, langkah diperlebar, tetapi condong badan harus tetap dipertahankan, ayunan lengan dan gerakan langkah kaki juga dipertahankan kecepatannya dan kekuatannya, bahkan kalau mungkin ditingkatkan.

Penentuan Skor:

- Skor maksimal berlari = 6
 - Skor maksimal per item = 1
 - Jika tidak dilaksanakan per item = 0
3. Finish
- a. menjatuhkan dada ke depan, seperti orang akan jatuh tersungkur tanpa mengurangi kecepatan,
 - b. memutar bahu kanan atau kiri tanpa mengurangi kecepatan.

Penentuan Skor:

- Skor maksimal sikap awal = 2
- Skor maksimal per item = 1
- Jika tidak dilaksanakan per item = 0

Nilai = (skor x 100) : nilai maksimum

Atau
$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor} \times 100}{\text{Nilai Maksimum}}$$

% HASIL KUISIONER TANGGAPAN SISWA TERHADAP PEMBELAJARAN LARI DENGAN PENDEKATAN BERMAIN

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani
Kelas/Smt : IV/II

Sekolah : SD N Jepara Wetan 02
Waktu : 5 April 2012

NO	PERTANYAAN	JUMLAH SISWA		% Y T Y T	
		Y	T	Y	T
1	Banyak hal-hal baru dalam pembelajaran	14	-	100	-
2	Guru penjas menjelaskan dengan baik	14	-	100	-
3	Pembelajaran penjas bentuknya menyenangkan	14	-	100	-
4	Suasana pembelajaran menyenangkan	10	2	72	28
5	Waktu pembelajaran penjas terasa pendek	8	4	53	47
6	Anak banyak kesempatan melakukan	14	-	100	-
7	Tugas di lakukan dengan baik	14	-	100	-
JUMLAH		92	-		

Keterangan :

- ❖ jawaban (ya) skor : 1
 - ❖ jawaban (tidak) skor : 0

Kriteria Penilaian :

Skor	Kriteria
0 – 24	Siswa kurang senang melakukan pembelajaran lari dengan pendekatan bermain
25 – 49	Siswa cukup senang melakukan pembelajaran lari dengan pendekatan bermain
50 – 74	Siswa senang melakukan pembelajaran lari dengan pendekatan bermain
75 – 98	Siswa sangat senang melakukan pembelajaran lari dengan pendekatan bermain

Prosentase

$$\text{Prosentase} = \frac{\text{Jumlah skor perolehan}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

$$\text{Prosentase} = \frac{92}{98} \times 100 \\ = 93,87$$

% HASIL KUISIONER TANGGAPAN SISWA TERHADAP PEMBELAJARAN LARI DENGAN PENDEKATAN BERMAIN

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Sekolah : SD N Jepara Wetan 02
Kelas/Smt : IV/II Waktu : 12 April 2012

NO	PERTANYAAN	JUMLAH SISWA		% Y T	
		Y	T	Y	T
1	Banyak hal-hal baru dalam pembelajaran	14	-	100	
2	Guru penjas menjelaskan dengan baik	14	-	100	
3	Pembelajaran penjas bentuknya menyenangkan	14	-	100	
4	Suasana pembelajaran menyenangkan	14	-	100	
5	Waktu pembelajaran penjas terasa pendek	14	-	100	
6	Anak banyak kesempatan melakukan	14	-	100	
7	Tugas di lakukan dengan baik	14	-	100	
JUMLAH		98	-		

Keterangan :

- ❖ jawaban (ya) skor : 1
 - ❖ jawaban (tidak) skor : 0

Kriteria Penilaian :

Skor	Kriteria
0 – 24	Siswa kurang senang melakukan pembelajaran lari dengan pendekatan bermain
25 – 49	Siswa cukup senang melakukan pembelajaran lari dengan pendekatan bermain
50 – 74	Siswa senang melakukan pembelajaran lari dengan pendekatan bermain
75 – 98	Siswa sangat senang melakukan pembelajaran lari dengan pendekatan bermain

Prosentase

$$\text{Prosentase} = \frac{\text{Jumlah skor perolehan}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

$$\text{Prosentase} = \frac{98}{98} \times 100 \\ \equiv 100$$

**% HASIL KUISIONER TANGGAPAN SISWA TERHADAP
PEMBELAJARAN LARI DENGAN PENDEKATAN BERMAIN**

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Sekolah : SD N Jepara Wetan 02

Kelas/Smt : IV/II Waktu : 19 April 2012

NO	PERTANYAAN	JUMLAH SISWA		% SISWA	
		Y	T	Y	T
1	Banyak hal-hal baru dalam pembelajaran	14	-	100	
2	Guru penjas menjelaskan dengan baik	14	-	100	
3	Pembelajaran penjas bentuknya menyenangkan	14	-	100	
4	Suasana pembelajaran menyenangkan	14	-	100	
5	Waktu pembelajaran penjas terasa pendek	14	-	100	
6	Anak banyak kesempatan melakukan	14	-	100	
7	Tugas di lakukan dengan baik	14	-	100	
JUMLAH		98	-		

Keterangan :

- ❖ jawaban (ya) skor : 1
- ❖ jawaban (tidak) skor : 0

Kriteria Penilaian :

Skor	Kriteria
0 – 24	Siswa kurang senang melakukan pembelajaran lari dengan pendekatan bermain
25 – 49	Siswa cukup senang melakukan pembelajaran lari dengan pendekatan bermain
50 – 74	Siswa senang melakukan pembelajaran lari dengan pendekatan bermain
75 – 98	Siswa sangat senang melakukan pembelajaran lari dengan pendekatan bermain

Prosentase

$$\text{Prosentase} = \frac{\text{Jumlah skor perolehan}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

$$\text{Prosentase} = \frac{98}{98} \times 100$$

$$= 100$$

% HASIL KUISIONER TANGGAPAN SISWA TERHADAP PEMBELAJARAN LARI DENGAN PENDEKATAN BERMAIN

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Sekolah : SD N Jepara Wetan 02
Kelas/Smt : IV/II Waktu : 3 Mei 2012

NO	PERTANYAAN	JUMLAH SISWA		% Y T Y T	
		Y	T	Y	T
1	Banyak hal-hal baru dalam pembelajaran	14	-	100	
2	Guru penjas menjelaskan dengan baik	14	-	100	
3	Pembelajaran penjas bentuknya menyenangkan	14	-	100	
4	Suasana pembelajaran menyenangkan	14	-	100	
5	Waktu pembelajaran penjas terasa pendek	14	-	100	
6	Anak banyak kesempatan melakukan	14	-	100	
7	Tugas di lakukan dengan baik	14	-	100	
JUMLAH		98	-		

Keterangan :

- ❖ jawaban (ya) skor : 1
 - ❖ jawaban (tidak) skor : 0

Kriteria Penilaian :

Skor	Kriteria
0 – 24	Siswa kurang senang melakukan pembelajaran lari dengan pendekatan bermain
25 – 49	Siswa cukup senang melakukan pembelajaran lari dengan pendekatan bermain
50 – 74	Siswa senang melakukan pembelajaran lari dengan pendekatan bermain
75 – 98	Siswa sangat senang melakukan pembelajaran lari dengan pendekatan bermain

Prosentase

$$\text{Prosentase} = \frac{\text{Jumlah skor perolehan}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

$$\text{Prosentase} = \frac{98}{98} \times 100 \\ = 100$$