

# 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 <small>Total skor x 100 Skor maks</small>	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			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 membukapelajaran		
	a. Membariskan, menghitung, presensi, dan memimpin doa	√	4
	b. Melakukan apersepsi	√	
	c. Menyampaikan tujuanpembelajaran 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		2
	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
	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		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 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 : Yanuar Arif iansyah  
 Nama Guru : **Hastomo Eko Waluyo**  
 Siklus/ pertemuan: I/ 2

No	Penampilan Guru	Cek	Skor
1.	Keterampilan membukapelajaran		
	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		
	a. Menggunakan teknik bertanya		3
	b. Memberikan motivasi	√	
	c. Membantu siswa yang kesulitan	√	
	d. Mendorong siswa berpikir kritis	√	
4.	Keterampilan penguasaan materi		
	a. Menyampaikan materi sesuai konsep		3
	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	√	3
	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	√	4
	b. Intonasi tidak monoton	√	
	c. Vokal jelas	√	
	d. Bahasa benar dan baik	√	
7.	Keterampilan menggunakan waktu		
	a. Menentukan alokasi waktu dengan tepat	√	3
	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 membukapelajaran		
	a. Membariskan, menghitung, presensi, dan memimpin doa	√	4
	b. Melakukan apersepsi	√	
	c. Menyampaikan tujuanpembelajaran 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		
	a. Menggunakan teknik bertanya		3
	b. Memberikan motivasi	√	
	c. Membantu siswa yang kesulitan	√	
	d. 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	√	3
	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		2
	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
	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		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 membukapelajaran		
	a. Membariskan, menghitung, presensi, dan memimpin doa	√	4
	b. Melakukan apersepsi	√	
	c. Menyampaikan tujuanpembelajaran 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		
	a. Menggunakan teknik bertanya		3
	b. Memberikan motivasi	√	
	c. Membantu siswa yang kesulitan	√	
	d. Mendorong siswa berpikir kritis	√	
4.	Keterampilan penguasaan materi		
	a. Menyampaikan materi sesuai konsep		3
	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	√	3
	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	√	4
	b. Intonasi tidak monoton	√	
	c. Vokal jelas	√	
	d. Bahasa benar dan baik	√	
7.	Keterampilan menggunakan waktu		
	a. Menentukan alokasi waktu dengan tepat	√	3
	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
	b. Luwes	√	
	c. Pandangan menyeluruh	√	
	d. Efektif (tidak melakukan gerak yang tidak perlu)		
9.	Menutup pelajaran		
	a. Memberikan pendinginan secukupnya	√	4
	b. Membuat kesimpulan	√	
	c. Mengadakan evaluasi	√	
	d. 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 membukapelajaran		
	e. Membariskan, menghitung, presensi, dan memimpin doa	√	4
	f. Melakukan apersepsi	√	
	g. Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan diberikan	√	
	h. Memberikan pemanasan sesuai dengan materi ajar	√	
2.	Keterampilan menyampaikan materi		
	e. Penggunaan media	√	4
	f. Pemilihan metode yang sesuai dengan materi ajar	√	
	g. Menggunakan bahan belajar secara tepat	√	
	h. Menggunakan bahasa yang mudah dipahami/komunikatif	√	
3.	Keterampilan berinteraksi		
	e. Menggunakan teknik bertanya		3
	f. Memberikan motivasi	√	
	g. Membantu siswa yang kesulitan	√	
	h. Mendorong siswa berpikir kritis	√	
4.	Keterampilan penguasaan materi		
	e. Menyampaikan materi sesuai konsep		3
	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	√	3
	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	√	4
	f. Intonasi tidak monoton	√	
	g. Vokal jelas	√	
	h. Bahasa benar dan baik	√	
7.	Keterampilan menggunakan waktu		
	e. Menentukan alokasi waktu dengan tepat	√	3
	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 membukapelajaran		
	i. Membariskan, menghitung, presensi, dan memimpin doa	√	4
	j. Melakukan apersepsi	√	
	k. Menyampaikan tujuanpembelajaran yang akan diberikan	√	
	l. Memberikan pemanasan sesuai dengan materi ajar	√	
2.	Keterampilan menyampaikan materi		
	i. Penggunaan media	√	4
	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		3
	j. Memberikan motivasi	√	
	k. Membantu siswa yang kesulitan	√	
	l. Mendorong siswa berpikir kritis	√	
4.	Keterampilan penguasaan materi		
	i. Menyampaikan materi sesuai konsep		3
	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	√	4
	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	√	4
	j. Intonasi tidak monoton	√	
	k. Vokal jelas	√	
	l. Bahasa benar dan baik	√	
7.	Keterampilan menggunakan waktu		
	i. Menentukan alokasi waktu dengan tepat	√	3
	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 membukapelajaran		
	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		
	a. Menggunakan teknik bertanya	√	4
	b. Memberikan motivasi	√	
	c. Membantu siswa yang kesulitan	√	
	d. Mendorong siswa berpikir kritis	√	
4.	Keterampilan penguasaan materi		
	a. Menyampaikan materi sesuai konsep	√	3
	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	√	4
	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	√	3
	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	√	4
	b. Membuat kesimpulan	√	
	c. Mengadakan evaluasi	√	
	d. 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 membukapelajaran		
	e. Membariskan, menghitung, presensi, dan memimpin doa	√	4
	f. Melakukan apersepsi	√	
	g. Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan diberikan	√	
	h. Memberikan pemanasan sesuai dengan materi ajar	√	
2.	Keterampilan menyampaikan materi		
	e. Penggunaan media	√	4
	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		3
	6) Memberikan motivasi	√	
	7) Membantu siswa yang kesulitan	√	
	8) Mendorong siswa berpikir kritis	√	
4.	Keterampilan penguasaan materi		
	e. Menyampaikan materi sesuai konsep	√	3
	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	√	4
	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	√	4
	f. Intonasi tidak monoton	√	
	g. Vokal jelas	√	
	h. Bahasa benar dan baik	√	
7.	Keterampilan menggunakan waktu		
	e. Menentukan alokasi waktu dengan tepat	√	3
	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 <small>Total skor x 100 Skor maks</small>	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 <small>Total skor x 100 Skor maks</small>	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 Jeparu 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 <small>Total skor x 100 Skor maks</small>	Ket
		1	2	1	2	3	4	5	6	1	2			
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 <small>Total skor x 100 Skor maks</small>	Ket
		1	2	1	2	3	4	5	6	1	2			
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 Jeparu 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 <small>Total skor x 100 Skor maks</small>	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							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 <small>Total skor x 100 Skor maks</small>	Ket
		1	2	1	2	3	4	5	6	1	2			
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 Jeparu 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 <small>Total skor x 100 Skor maks</small>	Ket
		1	2	1	2	3	4	5	6	1	2			
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 Jeparu 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 <small>Total skor x 100 Skor maks</small>	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.		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					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      Sekolah : SD N Jeparu Wetan 02  
Kelas/Smt : IV/II      Waktu : 5 April 2012

NO	PERTANYAAN	JUMLAH 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	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	-
<b>JUMLAH</b>		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

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

$$\begin{aligned} \text{Prosentase} &= \frac{92}{98} \times 100 \\ &= 93,87 \end{aligned}$$

**% 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
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	
<b>JUMLAH</b>		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 Jebara Wetan 02

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

NO	PERTANYAAN	JUMLAH 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	
<b>JUMLAH</b>		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
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	
<b>JUMLAH</b>		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

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

$$\begin{aligned} \text{Prosentase} &= \frac{98}{98} \times 100 \\ &= 100 \end{aligned}$$