

LAMPIRAN



KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 974 /H.34.16/PP/2012
Lamp. : 1 Eksp
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

10 Mei 2012

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, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin Penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Sutoat
NIM : 10604227025
Program Studi : S-1 PGSD Penjas (PKS)

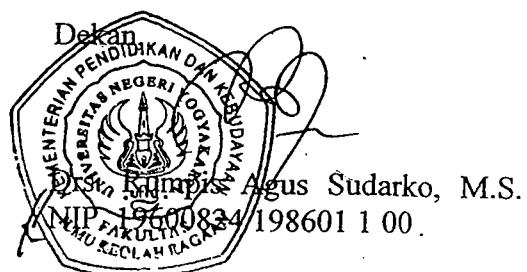
Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Mei 2012 s/d Juni 2012
Tempat/Obyek : SD N 2 Karanganyar / Siswa
Judul Skripsi : Upaya Peningkatan Pembelajaran Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Model Pendekatan Bermain Pada Peserta Didik Kelas IV SD N 2 Karanganyar, Wadaslintang, Wonosobo.

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

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SD N SD N 2 Karanganyar
2. Koordinator PGSD Penjas
3. Pembimbing TAS
4. Mahasiswa ybs.





**PEMERINTAH PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
SEKRETARIAT DAERAH**

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

Yogyakarta, 14 Mei 2012

Nomor : 070/4693/V/05/2012

Perihal : Ijin Penelitian

Kepada Yth.

Gubernur Provinsi Jawa Tengah
Cq. Bakesbangpol dan Linmas
di -

Tempat

Menunjuk Surat :

Dari : Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY
Nomor : 910/H34.16/PP/2012
Tanggal : 10 Mei 2012
Perihal : Ijin Penelitian

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

Nama : SUTOAT
NIM / NIP : 10604227025
Alamat : KARANGMALANG YOG
Judul : UPAYA PENINGKATKAN PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK MELALUI MODEL PENDEKATAN BERMAIN PADA PESERTA DIDIK KELAS IV SDN 2 KARANGANYAR WADASLINTANG WONOSOBO.
Lokasi : - Kota/Kab. WONOSOBO Prov. JAWA TENGAH
Waktu : Mulai Tanggal 14 Mei 2012 s/d 14 Agustus 2012

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

Kemudian harap menjadi maklum

A.n Sekretaris Daerah
Asisten Perekonomian dan Pembangunan
Ub.

Kepala Biro Administrasi Pembangunan

SETDA 5
Ir. Joko Wirayantoro, M.Si
NIP. 19580108 198603 1 011

Tembusan :

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



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
BADAN KESATUAN BANGSA, POLITIK DAN PERLINDUNGAN MASYARAKAT

JI. A. YANI NO. 160 TELP. (024) 8454990 FAX. (024) 8414205, 8313122
SEMARANG - 50136

SURAT REKOMENDASI SURVEY / RISET
Nomor : 070 / 1260 / 2012

- I. DASAR : 1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011. Tanggal 20 Desember 2011.
2. Surat Edaran Gubernur Jawa Tengah. Nomor 070 / 265 / 2004. Tanggal 20 Februari 2004.
- II. MEMBACA : Surat dari Gubernur DIY. Nomor 070 / 4693 / V / 05 / ,2012 . Tanggal 14 Mei 2012.
- III. Pada Prinsipnya kami TIDAK KEBERATAN / Dapat Menerima atas Pelaksanaan Penelitian / Survey di Kabupaten Wonosobo.
- IV. Yang dilaksanakan oleh :
1. Nama : SUTOAT.
 2. Kebangsaan : Indonesia.
 3. Alamat : Karangmalang Yogyakarta.
 4. Pekerjaan : Mahasiswa.
 5. Penanggung Jawab : Drs. Sriawan, M.Kes.
 6. Judul Penelitian : Upaya Peningkatan Pembelajaran Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Model Pendekatan Bermain Pada Peserta Didik Kelas IV SDN 2 Karanganyar Wadaslintang Wonosobo.
 7. Lokasi : Kabupaten Wonosobo.
- V. KETENTUAN SEBAGAI BERIKUT :
1. Sebelum melakukan kegiatan terlebih dahulu melaporkan kepada Pejabat Setempat / Lembaga Swasta yang akan dijadikan obyek lokasi untuk mendapatkan petunjuk seperlunya dengan menunjukkan Surat Pemberitahuan ini.
 2. Pelaksanaan survey / riset tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan pemerintahan. Untuk penelitian yang

mendapat dukungan dana dari sponsor baik dari dalam negeri maupun luar negeri, agar dijelaskan pada saat mengajukan perijinan. Tidak membahas masalah politik dan / atau agama yang dapat menimbulkan terganggunya stabilitas keamanan dan ketertiban.

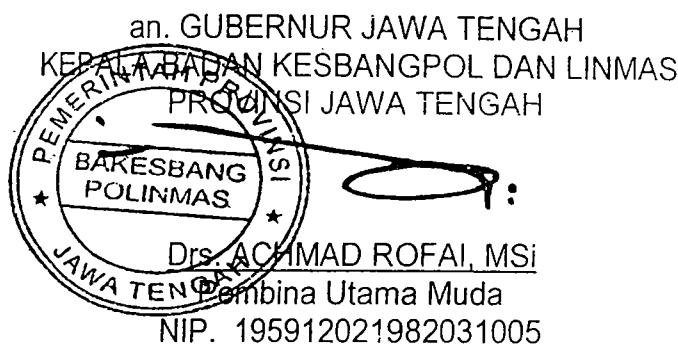
3. Surat Rekomendasi dapat dicabut dan dinyatakan tidak berlaku apabila pemegang Surat Rekomendasi ini tidak mentaati / Mengindahkan peraturan yang berlaku atau obyek penelitian menolak untuk menerima Peneliti.
4. Setelah survey / riset selesai, supaya menyerahkan hasilnya kepada Badan Kesbangpol Dan Linmas Provinsi Jawa Tengah.

VI. Surat Rekomendasi Penelitian / Riset ini berlaku dari :

Mei s.d September 2012

VII. Demikian harap menjadikan perhatian dan maklum.

Semarang, 16 Mei 2012





PEMERINTAH KABUPATEN WONOSOBO
KANTOR KESBANG POL DAN LINMAS

Jalan Pemuda Nomor 6 Telepon (0286) 321483
WONOSOBO

56311

SURAT REKOMENDASI SURVEY / RISET

Nomor : 070/ 109 /V/2012.

- I. DASAR : 1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia No. 64 Tahun 2011 Tanggal 20 Desember 2011.
2. Surat Edaran Gubernur Jawa Tengah Nomor : 0707/265/2004, tanggal 20 Februari 2004.
- II. MEMBACA : Surat Gubernur Jawa Tengah Nomor : 070/1260/2012, tanggal 16 Mei 2012.
- III. Pada prinsipnya kami **TIDAK KEBERATAN** / dapat menerima atas pelaksanaan penelitian/survei di wilayah Kabupaten Wonosobo.
- IV. Yang dilaksanakan oleh :
1. Nama : **SUTOAT.**
2. Kebangsaan : Indonesia.
3. Alamat : Dsn. Ngemplak RT. 012/RW. 005 Desa Karanganyar Kec. Wadaslintang Kabupaten Wonosobo.
4. Pekerjaan : PNS/Mahasiswa.
5. Penanggung Jawab : Drs. Sriawan, M.Kes.
6. Judul Penelitian : **UPAYA PENINGKATAN PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK MELALUI MODEL PENDEKATAN BERMAIN PADA PESERTA DIDIK KELAS IV SDN 2 KARANGANYAR KECAMATAN WADASLINTANG KABUPATEN WONOSOBO.**
7. Lokasi : SD Negeri 2 Karanganyar Kec. Wadaslintang Kab. Wonosobo.
- V. **KETENTUAN SEBAGAI BERIKUT :**
1. Sebelum melakukan kegiatan terlebih dahulu melaporkan kepada pejabat setempat/lembaga swasta yang akan dijadikan obyek lokasi untuk mendapatkan petunjuk seperlunya dengan menunjukkan Surat Pemberitahuan ini.
2. Pelaksanaan survey/riset tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan pemerintahan. Untuk penelitian yang mendapat dukungan dana dari sponsor baik dari dalam negeri maupun luar negeri, agar dijelaskan pada saat mengajukan perijinan. Tidak membahas masalah politik dan/atau agama yang dapat menimbulkan terganggunya stabilitas keamanan dan ketertiban.
3. Surat Rekomendasi dapat dicabut dan dinyatakan tidak berlaku apabila pemegang surat rekomendasi ini tidak mentaati/mengindahkan peraturan yang berlaku atau obyek penelitian menolak untuk menerima Peneliti.
4. Setelah survey/Riset selesai, agar menyerahkan hasilnya kepada Bupati Wonosobo Cq. Kakan Kesbangpol dan Linmas Kabupaten Wonosobo.
- VI. Surat Rekomendasi Penelitian/Riset ini berlaku dari : **Mei/d September 2012.**
- VII. Demikian harap menjadikan perhatian dan maklum.

Wonosobo, 21 Mei 2012.



TEMBUSAN : Kepada Yth :

1. Bupati Wonosobo (sebagai laporan) ;
2. Ka. Bappeda Kab. Wonosobo ;
3. Ka. Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga Kab. Wonosobo ;
4. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Univ. Negeri Yogyakarta di Yogyakarta ;
5. Yang Bersangkutan ;



PEMERINTAH KABUPATEN WONOSOBO
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA

Jalan S Parman 8 B Wonosobo Telepon (0286) 321078/324536
WONOSOBO - 56311

Nomor : 421.1/1347/2012

Lamp : -

Perihal: Ijin Penelitian

Wonosobo, 23 Mei 2012

Kepada Yth.

Kepala SDN 2 Karanganyar
di

WONOSOBO

Berdasarkan surat dari Kantor Kesbang Pol dan Linmas Wonosobo Nomor : 070/109/2012 tanggal 21 Mei 2012, perihal Permohonan Ijin Penelitian di SDN 2 Karanganyar, Kecamatan Wadaslintang Kab. Wonosobo guna penyusunan tugas akhir :

Nama : SUTOAT

NIM : 10604227025

Program Studi : Pendidikan Jasmani

Fakultas : Ilmu Keolahragaan/ UNY

Judul Penelitian : "Upaya Meningkatkan Pembelajaran Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Model Pendekatan Bermain Pada Peserta Didik Kelas IV SD N 2 Karanganyar, Kec. Wadaslintang, Kab. Wonosobo".

Pada prinsipnya kami Kepala Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga Kabupaten Wonosobo tidak keberatan, dengan catatan :

1. Sekolah/ lembaga yang bersangkutan tidak keberatan,
2. Tidak mengganggu kegiatan belajar mengajar,
3. Tidak ada unsur paksaan,
4. Tidak memungut biaya/ sumbangan berupa apapun,
5. Hasil penelitian tidak boleh disajikan di media massa,
6. Melaporkan hasil penelitian secara tertulis kepada Kepala Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga Kabupaten Wonosobo setelah selesai mengadakan penelitian/ riset,
7. Wajib mentaati peraturan, tata tertib dan norma-norma yang berlaku.

Demikian atas perhatian dan kerjasama yang baik, disampaikan terima kasih.

An. Kepala

Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga

Kabupaten Wonosobo

Sekretaris



Dra. SITI NURYANAH, M.Si.

NIP. 19631109 199003 2 002

Tembusan :

1. Kepala UPTD Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga Kab. Wadaslintang
2. Yang bersangkutan

Lampiran 6: Surat Keterangan Pelaksanaan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN WONOSOBO
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH DASAR NEGERI 2 KARANGANYAR KEC.
WADASLINTANG
JL. Raya Prembun KM 42 Karanganyar-Wadaslintang 50505

SURAT KETERANGAN PENELITIAN
Nomor: 421.1/ 21 /2012

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Basirun, S.Pd.
Jabatan : Kepala Sekolah SDN 2 Karanganyar

Menerangkan bahwa mahasiswa di bawah ini:

Nama : Sutoat
NIM : 10604227025
Fakultas : FIK
Prodi : S-1 PGSD Penjas (PKS)

Telah melakukan penelitian dari tanggal 7 Mei sampai dengan 7 Juni 2012 dengan judul " Upaya Meningkatkan Pembelajaran Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Model Pendekatan Bermain Pada Peserta Didik Kelas IV SD Negeri 2 Karanganyar Kecamatan Wadaslintang Kabupaten wonosobo".

Dernikian surat keterangan penelitian ini dibuat, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Karanganyar, 8 Juni 2012

Kepala Sekolah

BASIRUN, S.Pd.
NIP. 19630609 198608 1 003



Lampiran 7 Silabus Pembelajaran

SILABUS PEMBELAJARAN

Nama Sekolah : SD N 2 Karanganyar
 Bidang studi : Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
 Kelas : IV
 Semester/ tahun : II / 2011/2012.
 Standart Kompetensi : 6 mempraktikan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang di modifikasi dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

6.1 Mempraktikan teknik dasar atletik yang dimodifikasi serta nilai semangat, sportifitas, kerja sama,percaya diri dan kejujuran.	<ul style="list-style-type: none"> - melompat tanpa awalan - meraih bola yang digantung - melompat dengan awalan - lompat jauh gaya jongkok - lapangan lompat jauh 	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan lompat tanpa awalan • Melakukan melompat meraih bola yang digantung • Melakukan lompat jauh gaya jongkok • Melakukan lompat jauh gaya jongkok • Menggambar lapangan lompat jauh 	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan gerak lompat dengan dua kaki dan satu kaki dengan control dan gaya yang konsisten • Melakukan loncat mencapai sasaran tertentu dengan gaya yang konsisten • Melakukan gerakan loncat tanpa awalan • Melakukan gerakan loncat dengan awalan • Mengkombinasikan gerakan loncat dengan awalan berjalan/berlari tanpa /dengan alat • Melakukan gerakan loncat tinggi dengan awalan dan alat sederhana 	<ul style="list-style-type: none"> -Tes praktek ketram pilan 	<ul style="list-style-type: none"> - Tugas - Pengamatan 	<ul style="list-style-type: none"> • - Lakukan lompat tanpa awalan sesuai nomor urut ! • - Lakukan lompat dengan meraih benda yang digantung • secara urut absen ! • -Lakukan lompat jauh gaya jongkok bergantian ! 	4X 35 menit (2xPert)	<ul style="list-style-type: none"> • Buku Penjaskes/ cd • Diktat permainan bola kecil • Lapangan • Pemukul kipers • Bola kipers • Tiang hinggap • Scoring board/kes et • Pluit • Kapur line/tali
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Mengetahui,
Kepala SDN 2 Karanganyar

Karanganyar, 14 Mei 2012
Peneliti

BASIRUN, S.Pd
NIP. 19630609 198608 1 003

SUTOAT
NIM. 10604227025

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(Siklus 1 Pertemuan 1)**

Sekolah	: SD Negeri 2 Karanganyar
Mata Pelajaran	: Penjasorkes
Kelas/Semester	: IV/ Genap
Materi Pokok	: Lompat Jauh
Alokasi Waktu	: 2 x 35 menit (1 kali pertemuan)

A. Standar Kompetensi

6. Mempraktikan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

B. Kompetensi Dasar

- 6.1 Mempraktekkan teknik dasar atletik yang di-modifikasi serta nilai semangat, sportifitas, kerja-sama, percaya diri dan kejujuran

C. Indikator

- 6.1.1 Peserta didik dapat melakukan tahap awalan dengan benar dengan rasa senang, penuh semangat, percaya diri, dan mampu bekerjasama

D. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta didik dapat melakukan lompat tanpa awalan dengan tumpuan yang kuat
2. Peserta didik dapat melakukan pembelajaran dengan menggunakan permainan untuk latihan lari dan lompat sebagai bentuk awal gerakan lompat jauh.
3. Siswa dapat melakukan tahap lompat jauh dengan permainan dengan rasa senang, penuh semangat, percaya diri, dan mampu bekerjasama.

- ❖ **Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin (*Discipline*)
Tekun (*diligence*)
Tanggung jawab (*responsibility*)
Ketelitian (*carefulness*)
Kerja sama (*Cooperation*)
Toleransi (*Tolerance*)
Percaya diri (*Confidence*)
Keberanian (*Bravery*)
Religius (*Religiy*)

E. Materi Pembelajaran

1. Lompat Jauh

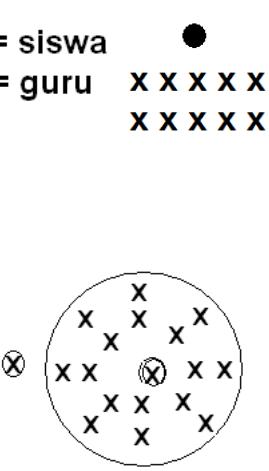
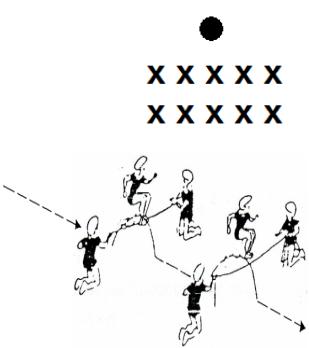
F. Pendekatan Pembelajaran

Pendekatan Bermain

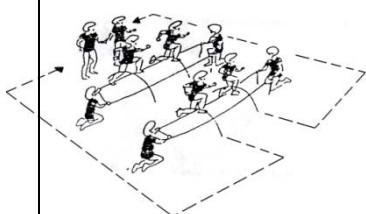
G. Metode Pembelajaran

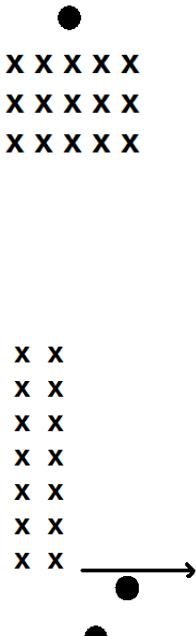
Ceramah, Demonstrasi, Komando, dan Tanya-Jawab

H. Langkah-langkah Pembelajaran

Gambar	Kegiatan	Metode	Unsur Karakter
<p>x = siswa ● = guru</p> <p>● = guru x x x x x x x x x x</p>  <p>⊗</p> <p>x x x x x x x x x x</p> 	<p>1. Pendahuluan (10 menit)</p> <ol style="list-style-type: none">Siswa ditarikkan menjadi dua bersarapBerdoaMemberi salam.Menyampaikan tujuan pembelajaran.Pemanasan berupa permainan bintang beralih, dengan cara sebagai berikut:<ol style="list-style-type: none">Siswa membuat barisan berbentuk lingkaran seperti gambar di samping, tiap siswa saling berpegangan punggung atau "berangkulan".Guru menunjuk salah satu menjadi pengejar dan salah satu menunjuk menjadi yang dikejar.Siswa yang mengejar harus mampu menerobos dan menangkap yang dikejar agar bergantian menjadi yang pengejar.<p>2. Inti (53 menit)</p><ol style="list-style-type: none">Guru mengajak peserta didik untuk bermain permainan yang telah dirancang guru.Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan cara bermain permainan kepada peserta didik (eksplorasi).	Komando Ceramah Ceramah Demonstrasi Bermain	Kedisiplinan Religius Kerjasama Ketelitian Tanggung Jawab Kerjasama Ketelitian Tanggung Jawab Kedisiplinan Percaya diri Kerjasama Keberanian

	<p>c. Permainan pertama dalam pertemuan pertama adalah permainan lompat 1 tali dengan tata cara sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Peserta didik dibagi menjadi beberapa kelompok dengan tiap kelompok terdiri dari 4 peserta didik. 2) Kelompok pertama dan kelompok kedua berlomba terlebih dan kelompok yang lain memegang tali. 3) Permainan dimulai setelah aba-aba dari guru, tata caranya seperti permainan lompat tali, dimulai dari tali setinggi tanah, apabila berhasil dilanjutkan setinggi lutut, dan setinggi pusar. 4) Permainan selesai jika dalam permainan tersebut ada yang dapat menyelesaikan lompatan paling tinggi dan kelompok lain belum dapat menyelesaikan dianggap kalah. 5) Tujuan untuk pembelajaran tolakan dengan menggunakan kaki yang paling kuat dalam pengenalan lompat jauh. <p>d. Pada pertemuan pertama, permainan kedua yang digunakan permainan lompat 2 tali dengan tata cara sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Peserta didik dibagi menjadi beberapa kelompok heterogen dengan tiap kelompok terdiri dari 4-5 orang peserta didik. 2) Setiap kelompok disuruh untuk berlari melompati tali yang dipegang oleh temannya. (Gambar 2), kemudian berlari kembali keposisi awal. 3) Anggota kelompok yang dapat menyelesaikan lebih cepat memperoleh nilai 1. 4) Kemudian bergantian dengan 	<p>Kerjasama Keberanian Percaya diri Tekun</p> <p>Bermain</p>
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------



	<p>kelompok lain untuk memegang tali.</p> <p>5) Setelah semua kelompok bertanding maka kelompok yang menang akan saling bertanding untuk mendapatkan juara dalam permainan.</p> <p>6) Permainan selesai jika dalam permainan tersebut ada kelompok yang lebih banyak mengumpulkan nilai.</p> <p>7) Tujuan untuk pembelajaran ini adalah latihan melompat dengan tumpuan kaki yang paling kuat dalam pengenalan lompat jauh.</p> <p>e. Tiap kelompok bekerja sama menyelesaikan permainan yang diberikan guru (elaborasi).</p> <p>f. Guru berperan sebagai fasilitator jalannya eksplorasi dan interaksi yang dilakukan peserta didik.</p> <p>g. Jika ada peserta didik yang mengalami kesulitan, guru memberikan bantuan terbatas.</p> <p>h. Guru menunjuk salah satu kelompok untuk menjelaskan mengenai tujuan dari permainan yang diberikan guru. Melalui diskusi kelas jawaban peserta didik dibahas atau dibandingkan (konfirmasi).</p> <p>i. Guru menegaskan kembali jawaban peserta didik yang benar dan memperbaiki jawaban peserta didik yang salah (konfirmasi).</p> <p>j. Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok kepada peserta didik.</p> <p>k. Peserta didik mencoba dan mempraktikkan gerakan yang diajarkan guru.</p> <p>3. Penutup (7 menit)</p> <p>a. Memberikan umpan balik terhadap kelompok yang anggotanya mampu mengumpulkan nilai terbanyak.</p>	Tanya-Jawab	Disiplin Toleransi
		Tanya-Jawab	
		Demonstrasi	Ketelitian Percaya diri
			Kedisiplinan
		Komando	
		Ceramah	Kedisiplinan

	<p>b. Memberikan masukan terhadap peserta didik yang belum mampu melakukan teknik dengan benar untuk latihan dirumah.</p> <p>c. Melakukan pendinginan.</p> <p>d. Menutup pelajaran dengan mengucapkan terima kasih dan berdoa.</p>		Religius
--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	----------

I. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat : Kardus dan Tali
2. Sumber : Slamet. (2010). Penjasorkes IV. Jakarta: Pusat Pembukuan Kemdiknas

J. Penilaian

1. Bentuk Instrumen : Unjuk Kerja (penilaian proses)
2. Jenis Tagihan : Tes Pelaksanaan
3. Butir Instrumen : Lompat Jauh Gaya Jongkok.

Wonosobo, 14 Mei 2012

Peneliti

Kepala Sekolah

BASIRUN, S.Pd

NIP.19630609 198608 1 003

SUTOAT

NIM. 10604227025

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(Siklus 1 Pertemuan 2)**

Sekolah	: SD Negeri 2 Karanganyar
Mata Pelajaran	: Penjasorkes
Kelas/Semester	: IV/ Genap
Materi Pokok	: Lompat Jauh
Alokasi Waktu	: 2 x 35 menit (1 kali pertemuan)

A. Standar Kompetensi

6. Mempraktikan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

B. Kompetensi Dasar

- 6.1 Mempraktekkan teknik dasar atletik yang di-modifikasi serta nilai semangat, sportifitas, kerja-sama, percaya diri dan kejujuran.

C. Indikator

- 6.1.1 Peserta didik dapat melakukan tahap lompat jauh dengan benar dengan rasa senang, penuh semangat, percaya diri, dan mampu bekerjasama.

D. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta didik dapat melakukan lompat tanpa awalan dengan tumpuan yang kuat
2. Peserta didik dapat melakukan pembelajaran dengan menggunakan permainan untuk latihan lari dan lompat sebagai bentuk awal gerakan lompat jauh.
3. Peserta didik dapat melakukan tahap lompat jauh dengan permainan dengan rasa senang, penuh semangat, percaya diri, dan mampu bekerjasama.

❖ **Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin (*Discipline*)
Tekun (*diligence*)
Tanggung jawab (*responsibility*)
Ketelitian (*carefulness*)
Kerja sama (*Cooperation*)
Toleransi (*Tolerance*)
Percaya diri (*Confidence*)
Keberanian (*Bravery*)
Religius (*Religiy*)

E. Materi Pembelajaran

1. Lompat jauh gaya jongkok

F. Model Pembelajaran

Pendekatan Bermain

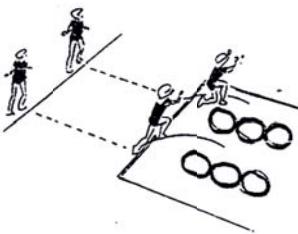
G. Metode Pembelajaran

Ceramah, Demontrasi, Komando, dan Tanya-Jawab.

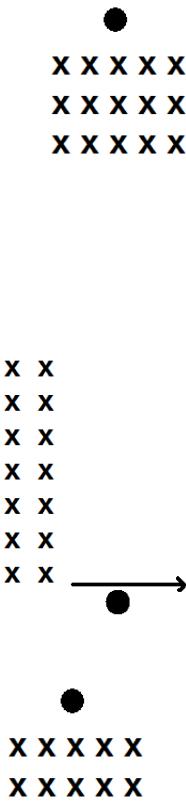
H. Langkah-langkah Pembelajaran

Gambar	Kegiatan	Metode	Unsur Karakter
<p>x = siswa ● ● = guru x x x x x x x x x x</p> <p>X x x x x x x x x x x x x x x x x ⊗</p> <p>X = kucing ⊗ = tikus</p>	<ol style="list-style-type: none"> Pendahuluan (10 menit) <ol style="list-style-type: none"> Siswa ditarikkan menjadi dua bersap Berdoa Memberi salam. Menyampaikan tujuan pembelajaran Guru bersama peserta didik melakukan pemanasan berupa permainan kucing dan tikus dalam lorong, dengan cara sebagai berikut; <ol style="list-style-type: none"> Siswa ditarikkan dalam 4 bersap saling berpegangan tangan, kemudian guru menunjuk dua orang siswa berperan menjadi tikus dan kucing. Kucing harus mampu mengejar tikus, di dalam sap. Siswa yang berpegangan saat mendengar peluit yang ditutup guru menghadap kekanan dan melepaskan pegangan tangan. Setiap guru meniupkan peluit siswa mulai berputar menghadap kanan Inti (53 menit) <ol style="list-style-type: none"> Guru mengajak peserta didik untuk bermain permainan yang telah dirancang guru. Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan cara bermain permainan kepada peserta didik (eksplorasi). Pada pertemuan kedua permainan 	<p>Komando Ceramah Bermain</p>	<p>Kedisiplinan Religius Kerjasama</p>
	<ol style="list-style-type: none"> Pendahuluan (10 menit) <ol style="list-style-type: none"> Siswa ditarikkan menjadi dua bersap Berdoa Memberi salam. Menyampaikan tujuan pembelajaran Guru bersama peserta didik melakukan pemanasan berupa permainan kucing dan tikus dalam lorong, dengan cara sebagai berikut; <ol style="list-style-type: none"> Siswa ditarikkan dalam 4 bersap saling berpegangan tangan, kemudian guru menunjuk dua orang siswa berperan menjadi tikus dan kucing. Kucing harus mampu mengejar tikus, di dalam sap. Siswa yang berpegangan saat mendengar peluit yang ditutup guru menghadap kekanan dan melepaskan pegangan tangan. Setiap guru meniupkan peluit siswa mulai berputar menghadap kanan Inti (53 menit) <ol style="list-style-type: none"> Guru mengajak peserta didik untuk bermain permainan yang telah dirancang guru. Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan cara bermain permainan kepada peserta didik (eksplorasi). Pada pertemuan kedua permainan 	<p>Ceramah Demonstrasi Bermain</p>	<p>Kedisiplinan Percaya diri Kerjasama Keberanian</p>

	<p>pertama yang digunakan permainan melompati kardus dengan tata cara sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Peserta didik dibagi menjadi beberapa kelompok heterogen dengan tiap kelompok terdiri dari 4-5 orang peserta didik. 2) Setiap kelompok disuruh untuk berlari menuju kardus yang terletak di tanah dan bertanding untuk melompati kardus yang ditata oleh guru., kemudian berlari kembali keposisi awal. 3) Anggota kelompok yang dapat menyelesaikan lebih cepat memperoleh nilai 1 . 4) Permainan selesai jika dalam permainan tersebut ada kelompok yang lebih banyak mengumpulkan nilai. 5) Tujuan untuk pembelajaran ini adalah latihan melompat dengan tumpuan kaki yang paling kuat dalam pengenalan lompat jauh. <p>d. Permainan kedua pada pertemuan kedua yang digunakan adalah permainan lompat jauh mencapai tiga target lompatan dengan cara sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Peserta didik dibagi menjadi beberapa kelompok heterogen dengan tiap kelompok terdiri dari 4-5 orang. 2) Setiap kelompok disuruh untuk berlari menuju target lompatan (simpai) yang terletak atau di bak pasir dan bertanding untuk dapat melompat pada target terjauh. 3) Anggota kelompok yang dapat menyelesaikan lompatan pada sasaran terjauh, maka dianggap sebagai pemenang. 4) Tujuan untuk pembelajaran ini adalah latihan melompat dengan tumpuan kaki yang paling kuat dalam pengenalan lompat jauh dan 		
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--



Bermain
Kerjasama
Tanggung
jawab
Disiplin

 • x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x → • • x x x x x x x x x x x x x x x	<p>membiasakan diri melakukan lompatan terjauh.</p> <p>e. Tiap kelompok bekerja sama menyelesaikan permainan yang diberikan guru (elaborasi).</p> <p>f. Guru berperan sebagai fasilitator jalannya eksplorasi dan interaksi yang dilakukan peserta didik.</p> <p>g. Jika ada peserta didik yang mengalami kesulitan, guru memberikan bantuan terbatas.</p> <p>h. Guru menunjuk salah satu kelompok untuk menjelaskan mengenai tujuan dari permainan yang diberikan guru. Melalui diskusi kelas jawaban peserta didik dibahas atau dibandingkan (konfirmasi).</p> <p>i. Guru menegaskan kembali jawaban peserta didik yang benar dan memperbaiki jawaban peserta didik yang salah (konfirmasi).</p> <p>j. Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok kepada peserta didik.</p> <p>k. Peserta didik mencoba dan mempraktikkan gerakan yang diajarkan guru.</p> <p>l. Guru mengevaluasi tiap peserta didik.</p> <p>Penutup (7 menit)</p> <p>a. Memberikan umpan balik terhadap kelompok yang anggotanya mampu mengumpulkan nilai terbanyak.</p> <p>b. Memberikan masukan terhadap peserta didik yang belum mampu melakukan teknik dengan benar untuk latihan dirumah.</p> <p>c. Melakukan pendinginan.</p> <p>d. Menutup pelajaran dengan mengucapkan terima kasih dan berdoa.</p>	Tanya-Jawab Tanya-Jawab Demonstrasi Komando Ceramah	Pemahaman Kedisiplinan Percaya diri Kedisiplinan Tekun Religius
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------

I. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat : Kardus dan Tali
2. Sumber : Slamet. (2010). Penjasorkes IV. Jakarta: Pusat Pembukuan Kemdiknas

J. Penilaian

- | | |
|---------------------|----------------------------------|
| 1. Bentuk Instrumen | : Unjuk Kerja (penilaian proses) |
| 2. Jenis Tagihan | : Tes Pelaksanaan |
| 3. Butir Instrumen | : Lompat Jauh Gaya Jongkok. |

Kepala Sekolah

Wonosobo, .21 Mei 2012
Peneliti

BASIRUN, S.Pd
NIP. 19630609 198608 1 003

SUTOAT
NIM. 10604227025

Lampiran 10: Lembar Pengamatan untuk Guru

LEMBAR PENGAMATAN UNTUK GURU

Sekolah : Hari,tanggal:
 Kelas/ Smt : Pengamat :
 Siklus :

Kriteria Penilaian

- 1) Skor 4, Sangat Baik (SB)
- 2) Skor 3, Baik (B)
- 3) Skor 2, Cukup Baik (CB)
- 4) Skor 1, Tidak Baik (TB)

No	ASPEK- ASPEK YANG DIAMATI	SKOR			
		4	3	2	1
1	Peralatan meliputi: jumlah peralatan yang digunakan, tingkat kesulitan menyiapkan dan membuat peralatan, pengadaan peralatan dalam pembelajaran.				
2	Membuka pelajaran meliputi:memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa), melakukan apersepsi, menyampaikan topic dan tujuan, memberikan pemanasan sesuai materi ajar				
3	Menyampaikan materi meliputi: penggunaan media, pemilihan metode sesuai materi ajar, menyampaikan materi secara sistematik dan logis, menggunakan bahasa yang mudah dipahami				
4	Indikasi dengan siswa meliputi: menggunakan teknik bertanya, memberi motivasi, menggunakan volume suara yang memadai, intonasi tidak monoton, vocal jelas				
5	Penguasaan materi meliputi: menyampaikan materi sesuai konsep, memberikan contoh yang relevan dan luwes, menjawab pertanyaan secara tepat, memberi sesuai kurikulum yang berlaku,				
6	Pengelolaan kelas meliputi: mengkoordinasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik, membuat formasi sesuai materi dan tujuan, menempatkan diri pada posisi yang strategis, menguasai kelas dengan baik.				
7	Penggunaan waktu meliputi: menentukan alokasi waktu dengan tepat, memulai dan mengakhiri pelajaran tepat waktu, menggunakan waktu selang, menggunakan waktu secara efektif.				
8	Mengevaluasi meliputi: melakukan evaluasi sesuai materi, melakukan evaluasi secara individual, melakukan dengan diagnosa, melakukan remidi				
9	Menutup pelajaran meliputi: memberikan pendinginan secukupnya, membuat kesimpulan, memberikan pesan dan tindak lanjut, memberi tugas/pengayaan				

Sumber: Nurkamid (2010). “Peningkatan Pembelajaran Lompat Jauh melalui Pendekatan Bermain pada Peserta didik Kelas V di SD Negeri Tamanagung 1 Kecamatan Muntilan Kabupaten Magelang”. *Skripsi*. UNY: FIK

Keterangan:

- 1) Skor 9 – 18 , Pelaksanaan pembelajaran berlangsung kurang baik
- 2) Skor 19 – 27 , Pelaksanaan pembelajaran berlangsung cukup baik
- 3) Skor 28 - 36 , Pelaksanaan pembelajaran berlangsung dengan baik

Lampiran 11: Pengamatan untuk Guru Siklus 1 Pertemuan 1

PENGAMATAN UNTUK GURU

Sekolah : SD 2 Karanganyar Hari,tanggal : Rabu, 16 Mei 2012
 Kelas/ Smt : IV/2 Pengamat : Supratno, S.Pd.Jas.
 Pertemuan : 1/I

No	ASPEK- ASPEK YANG DIAMATI	SKOR			
		4	3	2	1
1	Peralatan meliputi: jumlah peralatan yang digunakan, tingkat kesulitan menyiapkan dan membuat peralatan, pengadaan peralatan dalam pembelajaran.	✓			
2	Membuka pelajaran meliputi: memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa), melakukan apersepsi, menyampaikan topic dan tujuan, memberikan pemanasan sesuai materi ajar	✓			
3	Menyampaikan materi meliputi: penggunaan media, pemilihan metode sesuai materi ajar, menyampaikan materi secara sistematis dan logis, menggunakan bahasa yang mudah dipahami	✓			
4	Indikasi dengan siswa meliputi: menggunakan teknik bertanya, memberi motivasi, menggunakan volume suara yang memadai, intonasi tidak monoton, vocal jelas	✓			
5	Penguasaan materi meliputi: menyampaikan materi sesuai konsep, memberikan contoh yang relevan dan luwes, menjawab pertanyaan secara tepat, memberi sesuai kurikulum yang berlaku,	✓			
6	Pengelolaan kelas meliputi: mengkoordinasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik, membuat formasi sesuai materi dan tujuan, menempatkan diri pada posisi yang strategis, menguasai kelas dengan baik.	✓			
7	Penggunaan waktu meliputi: menentukan alokasi waktu dengan tepat, memulai dan mengakhiri pelajaran tepat waktu, menggunakan waktu selang, menggunakan waktu secara efektif.		✓		
8	Mengevaluasi meliputi: melakukan evaluasi sesuai materi, melakukan evaluasi secara individual, melakukan dengan diagnosa, melakukan remidi	✓			
9	Menutup pelajaran meliputi: memberikan pendinginan secukupnya, membuat kesimpulan, memberikan pesan dan tindak lanjut, memberi tugas/pengayaan	✓			
JUMLAH SKOR		33			

Pengamat,

Supratno, S.Pd.Jas.
 NIP.

PENGAMATAN UNTUK GURU

Sekolah : SD 2 Karanganyar Hari,tanggal : Rabu, 16 Mei 2012
 Kelas/ Smt : IV/2 Pengamat : Ani Purwati, A.Ma.Pd.OR
 Pertemuan : 1/I

No	ASPEK- ASPEK YANG DIAMATI	SKOR			
		4	3	2	1
1	Peralatan meliputi: jumlah peralatan yang digunakan, tingkat kesulitan menyiapkan dan membuat peralatan, pengadaan peralatan dalam pembelajaran.		✓		
2	Membuka pelajaran meliputi:memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa), melakukan apersepsi, menyampaikan topic dan tujuan, memberikan pemanasan sesuai materi ajar	✓			
3	Menyampaikan materi meliputi: penggunaan media, pemilihan metode sesuai materi ajar, menyampaikan materi secara sistematis dan logis, menggunakan bahasa yang mudah dipahami	✓			
4	Indikasi dengan siswa meliputi: menggunakan teknik bertanya, memberi motivasi, menggunakan volume suara yang memadai, intonasi tidak monoton, vocal jelas	✓			
5	Penguasaan materi meliputi: menyampaikan materi sesuai konsep, memberikan contoh yang relevan dan luwes, menjawab pertanyaan secara tepat, memberi sesuai kurikulum yang berlaku,	✓			
6	Pengelolaan kelas meliputi: mengkoordinasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik, membuat formasi sesuai materi dan tujuan, menempatkan diri pada posisi yang strategis, menguasai kelas dengan baik.	✓			
7	Penggunaan waktu meliputi: menentukan alokasi waktu dengan tepat, memulai dan mengakhiri pelajaran tepat waktu, menggunakan waktu selang, menggunakan waktu secara efektif.	✓			
8	Mengevaluasi meliputi: melakukan evaluasi sesuai materi, melakukan evaluasi secara individual, melakukan dengan diagnosa, melakukan remidi	✓			
9	Menutup pelajaran meliputi: memberikan pendinginan secukupnya, membuat kesimpulan, memberikan pesan dan tindak lanjut, memberi tugas/pengayaan	✓			
JUMLAH SKOR		34			

Pengamat,

Ani Purwati, A.Ma.Pd.OR
 NIP.

Lampiran 12: Pengamatan untuk Guru Siklus 1 Pertemuan 2

PENGAMATAN UNTUK GURU

Sekolah : SD 2 Karanganyar Hari,tanggal : Rabu, 23 Mei 2012
 Kelas/ Smt : IV/2 Pengamat : Supratno, S.Pd.Jas.
 Pertemuan : 2/I

No	ASPEK- ASPEK YANG DIAMATI	SKOR			
		4	3	2	1
1	Peralatan meliputi: jumlah peralatan yang digunakan, tingkat kesulitan menyiapkan dan membuat peralatan, pengadaan peralatan dalam pembelajaran.	✓			
2	Membuka pelajaran meliputi:memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa), melakukan apersepsi, menyampaikan topic dan tujuan, memberikan pemanasan sesuai materi ajar	✓			
3	Menyampaikan materi meliputi: penggunaan media, pemilihan metode sesuai materi ajar, menyampaikan materi secara sistematis dan logis, menggunakan bahasa yang mudah dipahami	✓			
4	Indikasi dengan siswa meliputi: menggunakan teknik bertanya, memberi motivasi, menggunakan volume suara yang memadai, intonasi tidak monoton, vocal jelas	✓			
5	Penguasaan materi meliputi: menyampaikan materi sesuai konsep, memberikan contoh yang relevan dan luwes, menjawab pertanyaan secara tepat, memberi sesuai kurikulum yang berlaku,	✓			
6	Pengelolaan kelas meliputi: mengkoordinasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik, membuat formasi sesuai materi dan tujuan, menempatkan diri pada posisi yang strategis, menguasai kelas dengan baik.	✓			
7	Penggunaan waktu meliputi: menentukan alokasi waktu dengan tepat, memulai dan mengakhiri pelajaran tepat waktu, menggunakan waktu selang, menggunakan waktu secara efektif.	✓			
8	Mengevaluasi meliputi: melakukan evaluasi sesuai materi, melakukan evaluasi secara individual, melakukan dengan diagnosa, melakukan remidi	✓			
9	Menutup pelajaran meliputi: memberikan pendinginan secukupnya, membuat kesimpulan, memberikan pesan dan tindak lanjut, memberi tugas/pengayaan	✓			
JUMLAH SKOR		34			

Pengamat,

Supratno, S.Pd.Jas.
 NIP.

PENGAMATAN UNTUK GURU

Sekolah : SD 2 Karanganyar Hari,tanggal : Rabu, 23 Mei 2012
 Kelas/ Smt : IV/2 Pengamat : Ani Purwati, A.Ma.Pd.OR
 Pertemuan : 2/I

No	ASPEK- ASPEK YANG DIAMATI	SKOR			
		4	3	2	1
1	Peralatan meliputi: jumlah peralatan yang digunakan, tingkat kesulitan menyiapkan dan membuat peralatan, pengadaan peralatan dalam pembelajaran.	√			
2	Membuka pelajaran meliputi:memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa), melakukan apersepsi, menyampaikan topic dan tujuan, memberikan pemanasan sesuai materi ajar	√			
3	Menyampaikan materi meliputi: penggunaan media, pemilihan metode sesuai materi ajar, menyampaikan materi secara sistematis dan logis, menggunakan bahasa yang mudah dipahami	√			
4	Indikasi dengan siswa meliputi: menggunakan teknik bertanya, memberi motivasi, menggunakan volume suara yang memadai, intonasi tidak monoton, vocal jelas	√			
5	Penguasaan materi meliputi: menyampaikan materi sesuai konsep, memberikan contoh yang relevan dan luwes, menjawab pertanyaan secara tepat, memberi sesuai kurikulum yang berlaku,	√			
6	Pengelolaan kelas meliputi: mengkoordinasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik, membuat formasi sesuai materi dan tujuan, menempatkan diri pada posisi yang strategis, menguasai kelas dengan baik.	√			
7	Penggunaan waktu meliputi: menentukan alokasi waktu dengan tepat, memulai dan mengakhiri pelajaran tepat waktu, menggunakan waktu selang, menggunakan waktu secara efektif.	√			
8	Mengevaluasi meliputi: melakukan evaluasi sesuai materi, melakukan evaluasi secara individual, melakukan dengan diagnosa, melakukan remidi	√			
9	Menutup pelajaran meliputi: memberikan pendinginan secukupnya, membuat kesimpulan, memberikan pesan dan tindak lanjut, memberi tugas/pengayaan	√			
JUMLAH SKOR		36			

Pengamat,

Ani Purwati, A.Ma.Pd.OR
 NIP.

Lampiran 13: Instrumen Penilaian Psikomotor Lompat Jauh

INSTRUMEN PENILAIAN PSIKOMOTOR LOMPAT JAUH

Sekolah :
Kelas/Smt : IV/ II
Pertemuan :

Hari/Tanggal:
Pengamat :

Aspek yang dinilai	Kriteria Penilaian	Rentang Skor
1. Awalan	a. Posisi badan siap lari. b. Lari kecil-kecil. c. Lari dengan kecepatan semaksimal mungkin d. Tempatkan posisi kaki yang terkuat	1 - 4
2. Tolakan	a. Menjatuhkan posisi kaki yang tepat. b. Tolakan kaki yang paling kuat. c. Badan condong ke depan. d. Melompat sejauh-jauhnya.	1 - 4
3. Melayang	a. Kaki tolakan dirapatkan dengan kaki yang satunya b. Sikap badan adalah jongkok. c. Tangan ayunkan ke atas kemudian di ayunkan kebelakang d. Sebelum mendarat kaki di luruskan ke depan	1 - 4
4. Pendaratan	a. Tumpuan kedua kaki kedepan b. Badan dibengkokkan ke depan c. Tangan menahan jatuhnya badan kedepan d. Dilanjutkan dengan berjalan kedepan	1 - 4

Suyono D. 2000. *Pedoman Mengajar Lari, Lompat, Lempar*. Jakarta: IAAF RDC

Keterangan :

1. Penentuan Skor.
 - a. Jika 4 kriteria terpenuhi
 - b. Jika 3 kriteria terpenuhi
 - c. Jika 2 kriteria terpenuhi
 - d. Jika 1 kriteria terpenuhi atau tidak terpenuhi sama sekali
2. Kualitatif
 - a. Skor 4 – 6 berarti kemampuan Lompat Jauh peserta didik masih rendah atau kurang
 - b. Skor 7 – 10 berarti kemampuan Lompat Jauh peserta didik sedang atau cukup baik
 - c. Skor 11 – 16 berarti kemampuan Lompat Jauh peserta didik tinggi atau baik
3. Kuantitatif

Nilai = (skor x 100) : nilai maksimum

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

Lampiran 14: Penilaian Psikomotor Lompat Jauh Siklus 1

PENILAIAN PSIKOMOTOR LOMPAT JAUH

Sekolah : SD 2 Karanganyar Hari,tanggal : Rabu, 23 Mei 2012
 Kelas/ Smt : IV/2 Pengamat : Supratno, S.Pd.Jas
 Siklus : 1 Ani Purwati, A.Ma.Pd.OR

No	Nama	Awalan				Tolakan				Melayang				Pendaratan				Jml	N
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1	Wwn			3				3				3			2			11	68.75
2	U A			3				3				3				3		12	75
3	Adm			4				4				4					4	16	100
4	Ags			4				4				3					4	15	93.75
5	And			3				3				3				3		12	75
6	Dni			4				3				2				2		11	68.75
7	Div			4				3				3				3		13	81.25
8	Efry			4				3				3				2		12	75
9	Eko			3				3				3				3		12	75
10	Ftr			3				3				3				3		12	75
11	M Tn			3				3				2				2		10	62.5
12	Nrh			4				3							4		15	93.75	
13	Prn			4				3								4	11	68.75	
14	Rhy			3				3				3				3		12	75
15	Sfr			3				3				3					4	13	81.25
16	Tri			3				3				2				2		10	62.5
17	Ita			3				3				3				3		12	75
		JUMLAH														209	1306.25		
		RATA-RATA															76.84		
		PERSENTASE KETUNTASAN															70.59		

Pengamat 1

Pengamat 2

Supratno, S.Pd.Jas..
NIP.

Ani Purwati, A.Ma.Pd.OR
NIP.

Lampiran 15: Angket Peserta Didik

ANGKET PESERTA DIDIK

Sekolah :

Nama :

Kelas :

Pertemuan :

Hari/Tanggal :

Petunjuk pengisian angket

- Bacalah pertanyaan-pertanyaan berikut ini, kemudian pilih jawaban yang telah disediakan sesuai dengan pendapat, situasi, dan keadaan yang sebenarnya.
- Berikan tanda silang (x) pada kolom sesuai dengan pilihan pendapatmu
- Setelah angket ini selesai diisi, dikumpulkan kepada guru.
- Kriteria Penilaian
 - 1) Skor 4, Sangat Senang (SS)
 - 2) Skor 3, Senang (S)
 - 3) Skor 2, Kurang Senang (KS)
 - 4) Skor 1, Tidak Senang (TS)

No	FAKTOR YANG DINILAI	ALTERNATIF JAWABAN			
		4	3	2	1
1	Saya merasa pembelajaran yang diberikan guru menyenangkan.				
2	Saya merasa tertarik untuk bisa lompat jauh.				
3	Saya kecewa seandainya pelajaran ini kosong.				
4	Saya selalu memperhatikan pembelajaran lompat jauh yang diberikan oleh guru.				
5	Saya suka dan senang olahraga lompat jauh, walaupun teman-teman tidak menyukainya.				
6	Saya suka pembelajaran lompat jauh, jika dalam pembelajarannya ada permainan.				
7	Saya selalu mengikuti aktivitas pembelajaran lompat jauh yang diadakan di sekolah.				
8	Saya selalu mengikuti aktivitas pembelajaran lompat jauh dengan sungguh-sungguh.				
9	Saya selalu mengawali aktivitas lompat jauh dengan				

	pemanasan terlebih dahulu.			
10	Saya selalu mengikuti aktivitas pembelajaran lompat jauh.			
11	Saya dapat memahami penjelasan dari guru			
12	Saya menemukan hal-hal baru yang menyenangkan selama pelajaran			
13	Saya selalu menyenangi lompat jauh dari pada pembelajaran pendidikan jasmani lainnya			
14	Saya dapat melakukan test evaluasi yang diberikan guru			
15	Saya dapat melihat nilai test evaluasi.			

Sumber: Nurkamid (2010). "Peningkatan Pembelajaran Lompat Jauh melalui Pendekatan Bermain pada Peserta didik Kelas V di SD Negeri Tamanagung 1 Kecamatan Muntilan Kabupaten Magelang". *Skripsi*. UNY: FIK

Keterangan Jumlah Skor:

- 1) Skor 15 – 30, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung tidak menyenangkan
- 2) Skor 31 – 45, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung menyenangkan
- 3) Skor 46 - 60 , Pelaksanaan pembelajaran berlangsung sangat menyenangkan

Lampiran 16: Hasil Jawaban Angket Peserta Didik Siklus 1

HASIL JAWABAN ANGKET SISWA SIKLUS 1

No	FAKTOR YANG DINILAI	ALTERNATIF JAWABAN			
		4	3	2	1
1	Saya merasa pembelajaran yang diberikan guru menyenangkan.	15	2	0	0
2	Saya merasa tertarik untuk bisa lompat jauh.	13	4	0	0
3	Saya kecewa seandainya pelajaran ini kosong.	17	0	0	0
4	Saya selalu memperhatikan pembelajaran lompat jauh yang diberikan oleh guru.	15	2	0	0
5	Saya suka dan senang olahraga lompat jauh, walaupun teman-teman tidak menyukainya.	10	5	2	0
6	Saya suka pembelajaran lompat jauh, jika dalam pembelajarannya ada permainan.	17	0	0	0
7	Saya selalu mengikuti aktivitas pembelajaran lompat jauh yang diadakan di sekolah.	13	4	0	0
8	Saya selalu mengikuti aktivitas pembelajaran lompat jauh dengan sungguh-sungguh.	15	2	0	0
9	Saya selalu mengawali aktivitas lompat jauh dengan pemanasan terlebih dahulu.	15	2	0	0
10	Saya selalu mengikuti aktivitas pembelajaran lompat jauh.	13	4	0	0
11	Saya dapat memahami penjelasan dari guru	16	1	0	0
12	Saya menemukan hal-hal baru yang menyenangkan selama pelajaran	11	6	0	0
13	Saya selalu menyenangi lompat jauh dari pada pembelajaran pendidikan jasmani lainnya	8	5	4	0
14	Saya dapat melakukan test evaluasi yang diberikan guru	15	2	0	0
15	Saya dapat melihat nilai test evaluasi.	17	0	0	0

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(Siklus 2 Pertemuan 1)**

Sekolah	: SD Negeri 2 Karanganyar
Mata Pelajaran	: Penjasorkes
Kelas/Semester	: IV/ Genap
Materi Pokok	: Lompat Jauh
Alokasi Waktu	: 2 x 35 menit (1 kali pertemuan)

A. Standar Kompetensi

6. Mempraktikan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

B. Kompetensi Dasar

- 6.1 Mempraktekkan teknik dasar atletik yang di-modifikasi serta nilai semangat, sportifitas, kerja-sama, percaya diri dan kejujuran

C. Indikator

- 6.1.2 Peserta didik dapat melakukan tahap awalan dengan benar dengan rasa senang, penuh semangat, percaya diri, dan mampu bekerjasama.

D. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta didik dapat melakukan lompat tanpa awalan dengan tumpuan yang kuat
2. Peserta didik dapat melakukan pembelajaran dengan menggunakan permainan untuk latihan lari dan lompat sebagai bentuk awal gerakan lompat jauh.
3. Siswa dapat melakukan tahap lompat jauh dengan permainan dengan rasa senang, penuh semangat, percaya diri, dan mampu bekerjasama.

- ❖ **Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin (*Discipline*)
Tekun (*diligence*)
Tanggung jawab (*responsibility*)
Ketelitian (*carefulness*)
Kerja sama (*Cooperation*)
Toleransi (*Tolerance*)
Percaya diri (*Confidence*)
Keberanian (*Bravery*)
Religius (*Religiy*)

E. Materi Pembelajaran

Lompat Jauh Gaya Jongkok

F. Pendekatan Pembelajaran

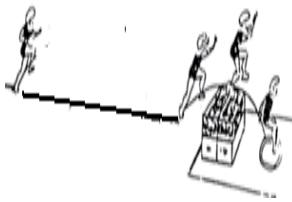
Pendekatan Bermain

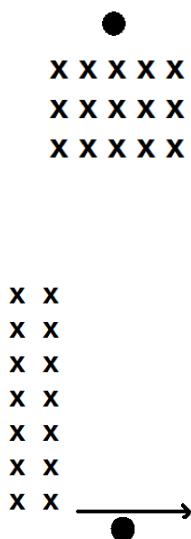
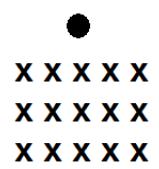
G. Metode Pembelajaran

Ceramah, Komando, dan Tanya-Jawab.

H. Langkah-langkah Pembelajaran

Gambar	Kegiatan	Metode	Unsur Karakter
<p>x = siswa ●</p> <p>● = guru x x x x x x x x x x</p> <p>x x x x x x x x x x x x x ⊗ x x ⊗</p> <p>⊗ = jala</p>	<p>Pendahuluan (10 Menit)</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Siswa ditarik menjadai dua bersarap b. Berdoa c. Memberi salam. d. Menyampaikan tujuan pembelajaran. e. Guru bersama peserta didik melakukan pemanasan berupa permainan menjala ikan dengan cara sebagai berikut: <ol style="list-style-type: none"> 1) Siswa dibagi menjadi ikan dan jala, dimana 2 orang siswa ditunjuk menjadi jala dan sisanya menjadi ikan 2) Arena permainan dibatasi seperti atau berbentuk persegi 3) Jika ada yang tertangkap maka akan bergandengan menjadi jala, hingga tertinggal 1 pemain. <p>Inti (53 menit)</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Guru mengajak peserta didik untuk bermain permainan yang telah dirancang guru. b. Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan cara bermain permainan kepada peserta didik (eksplorasi). c. Permainan pertama dalam pertemuan pertama adalah permainan lompat 2 tali dengan tata cara sebagai berikut: <ol style="list-style-type: none"> 1) Peserta didik dibagi menjadi beberapa kelompok heterogen dengan tiap kelompok terdiri dari 4-5 orang peserta didik. 	Komando Ceramah Bermain	Kedisiplinan Religius Kerjasama
		Ceramah	
		Demonstrasi	
		Bermain	Kerjasama

	<p>2) Setiap kelompok disuruh untuk berlari melompati tali yang dipegang oleh temannya, kemudian berlari kembali keposisi awal.</p> <p>3) Anggota kelompok yang dapat menyelesaikan lebih cepat memperoleh nilai 1.</p> <p>4) Kemudian bergantian dengan kelompok lain untuk memegang tali.</p> <p>5) Setelah semua kelompok bertanding maka kelompok yang menang akan saling bertanding untuk mendapatkan juara dalam permainan.</p> <p>6) Permainan selesai jika dalam permainan tersebut ada kelompok yang lebih banyak mengumpulkan nilai.</p> <p>7) Tujuan untuk pembelajaran ini adalah latihan melompat dengan tumpuan kaki yang paling kuat dalam pengenalan lompat jauh.</p> <p>d. Pada pertemuan pertama, permainan kedua yang digunakan permainan lompati kardus dengan tata cara sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok dengan tiap kelompok terdiri dari 4-5 orang siswa. 2) Guru menata kardus di arena dengan susunan 4 kardus, serta setelah kotak terakhir diberi sasaran untuk pendaratan. 3) Setiap kelompok disuruh untuk berlari menuju kardus yang terletak di tanah dan berlomba untuk melompati kardus yang ditata oleh guru. 4) Pada saatmendarat posisi tangan tidak bersandar di luar sasaran. 5) Pada kardus terakhir siswa harus lompat menggunakan gaya jongkok dan harus mendarat tepat sasaran. 6) Kemudian anggota kelompok yang dapat menyelesaikan dengan 	Bermain Kerjasama Tanggung jawab Disiplin
-------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------

 	<p>sempurna memperoleh nilai 1 .</p> <p>7) Tujuan untuk pembelajaran ini adalah untuk melatih posisi mendarat dengan benar.</p> <p>e. Tiap kelompok bekerja sama menyelesaikan permainan yang diberikan guru (elaborasi).</p> <p>f. Guru berperan sebagai fasilitator jalannya eksplorasi dan interaksi yang dilakukan peserta didik.</p> <p>g. Jika ada peserta didik yang mengalami kesulitan, guru memberikan bantuan terbatas.</p> <p>h. Guru menunjuk salah satu kelompok untuk menjelaskan mengenai tujuan dari permainan yang diberikan guru. Melalui diskusi kelas jawaban peserta didik dibahas atau dibandingkan (konfirmasi).</p> <p>i. Guru menegaskan kembali jawaban peserta didik yang benar dan memperbaiki jawaban peserta didik yang salah (konfirmasi).</p> <p>j. Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok kepada peserta didik.</p> <p>k. Peserta didik mencoba dan mempraktikkan gerakan yang diajarkan guru.</p> <p>Penutup (7 menit)</p> <p>a. Guru memberikan umpan balik terhadap kelompok yang anggotanya mampu mengumpulkan nilai terbanyak.</p> <p>b. Guru memberikan masukan terhadap peserta didik yang belum mampu melakukan teknik dengan benar untuk latihan dirumah.</p> <p>c. Guru dan peserta didik melakukan pendinginan.</p> <p>d. Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan terima kasih atas kesediaan peserta didik belajar bersama dan membantu teman dalam belajar.</p>	Tanya-Jawab	
		Tanya-Jawab	
		Tanya-Jawab	Pemahaman Percaya diri
		Demonstrasi	
		Komando	Kedisiplinan Tekun Religius
		Ceramah	

I. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat : Kardus dan Tali
2. Sumber : Slamet. (2010). Penjasorkes IV. Jakarta: Pusat Pembukuan Kemdiknas

J. Penilaian

1. Bentuk Instrumen : Unjuk Kerja (penilaian proses)
2. Jenis Tagihan : Tes Pelaksanaan
3. Butir Instrumen : Lompat Jauh Gaya Jongkok.

Wonosobo, 29 Mei 2012

Kepala Sekolah

Peneliti

BASIRUN, S.Pd
NIP.19630609 198608 1 003

SUTOAT
NIM. 10604227025

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(Siklus 2 Pertemuan 2)**

Sekolah	: SD Negeri 2 Karanganyar
Mata Pelajaran	: Penjasorkes
Kelas/Semester	: IV/ Genap
Materi Pokok	: Lompat Jauh
Alokasi Waktu	: 2 x 35 menit (1 kali pertemuan)

A. Standar Kompetensi

6. Mempraktikan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

B. Kompetensi Dasar

- 6.1 Mempraktekkan teknik dasar atletik yang di-modifikasi serta nilai semangat, sportifitas, kerjasama, percaya diri dan kejujuran.

C. Indikator

- 6.1.2 Peserta didik dapat melakukan tahapan lompat jauh dengan benar dengan rasa senang, penuh semangat, percaya diri, dan mampu bekerjasama.

D. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta didik dapat melakukan lompat tanpa awalan dengan tumpuan yang kuat.
2. Peserta didik dapat melakukan pembelajaran dengan menggunakan permainan untuk latihan lari dan lompat sebagai bentuk awal gerakan lompat jauh.
3. Peserta didik dapat melakukan tahap lompat jauh dengan permainan dengan rasa senang, penuh semangat, percaya diri, dan mampu bekerjasama.

❖ **Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin (*Discipline*)
Tekun (*diligence*)
Tanggung jawab (*responsibility*)
Ketelitian (*carefulness*)
Kerja sama (*Cooperation*)
Toleransi (*Tolerance*)
Percaya diri (*Confidence*)
Keberanian (*Bravery*)
Religius (*Religius*)

E. Materi Pembelajaran

Lompat jauh gaya jongkok

F. Model Pembelajaran

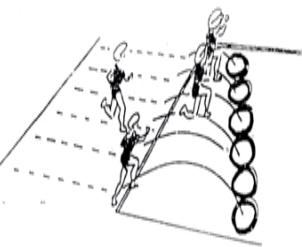
Pendekatan Bermain

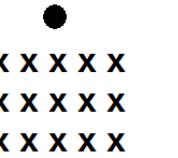
G. Metode Pembelajaran

Ceramah, komando, Tanya-jawab.

H. Langkah-langkah Pembelajaran

Gambar	Kegiatan	Metode	Unsur Karakter
 <p style="text-align: center;">$\otimes = \text{penembak}$</p>	<p>Pendahuluan (10 menit)</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Siswa ditarik menjadi dua bersama b. Berdoa c. Memberi salam. d. Menyampaikan tujuan pembelajaran. e. Guru bersama peserta didik melakukan pemanasan berupa permainan bola tembak dengan cara sebagai berikut; <ol style="list-style-type: none"> 1) Siswa berada dalam garis segiempat 2) Satu orang ditunjuk sebagai penembak, dengan membawa bola plastik. 3) Sasaran tembak adalah temannya yang ada di dalam arena berbentuk kotak, 4) Jika ada siswa yang terkena bola lemparan maka keluar dari arena dan menjadi penembak menggantikan penembak sebelumnya. <p>Inti (53 menit)</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Guru mengajak peserta didik untuk bermain permainan yang telah dirancang guru. b. Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan cara bermain permainan kepada peserta didik (eksplorasi). c. Pada pertemuan kedua permainan pertama yang digunakan permainan lompat jauh mencapai tiga target lompatan dengan cara sebagai berikut: <ol style="list-style-type: none"> 1) Peserta didik dibagi menjadi 	Komando Ceramah Bermain	Kedisiplinan Religius Kerjasama Tanggung jawab
		Ceramah Demontrasi	Kerjasama Percaya Diri Keberanian
		Bermain	

	<p>beberapa kelompok heterogen dengan tiap kelompok terdiri dari 4-5 orang.</p> <p>2) Setiap kelompok disuruh untuk berlari menuju target lompatan (simpai) yang terletak atau di bak pasir dan bertanding untuk dapat melompat pada target terjauh seperti pada Gambar 7.</p> <p>3) Anggota kelompok yang dapat menyelesaikan lompatan pada sasaran terjauh, maka dianggap sebagai pemenang.</p> <p>4) Tujuan untuk pembelajaran ini adalah latihan melompat dengan tumpuan kaki yang paling kuat dalam pengenalan lompat jauh dan membiasakan diri melakukan lompatan terjauh.</p> <p>d. Permainan kedua pada pertemuan kedua yang digunakan adalah permainan Lompat menuju Sasaran lompatan dengan cara sebagai berikut:</p> <p>1) Peserta didik dibagi menjadi beberapa kelompok heterogen dengan tiap kelompok terdiri dari 4-5 orang.</p> <p>2) Setiap kelompok disuruh untuk berlari menuju target lompatan (simpai) yang terletak atau di bak pasir dan bertanding untuk dapat melompat pada target terjauh seperti pada.</p> <p>3) Anggota kelompok yang dapat menyelesaikan lompatan pada sasaran terjauh, maka dianggap sebagai pemenang.</p> <p>4) Tujuan untuk pembelajaran ini adalah untuk mengatur tempo atau kecepatan pada lompatan dari siswa dan melatih posisi mendarat dengan benar.</p> <p>e. Tiap kelompok bekerja sama menyelesaikan permainan yang diberikan guru (elaborasi).</p> <p>f. Guru berperan sebagai fasilitator</p>	Bermain	Kerjasama Tanggung Jawab Percaya diri
------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------	---------------------------------------------

 	<p>jalannya eksplorasi dan interaksi yang dilakukan peserta didik.</p> <p>g. Jika ada peserta didik yang mengalami kesulitan, guru memberikan bantuan terbatas.</p> <p>h. Guru menunjuk salah satu kelompok untuk menjelaskan mengenai tujuan dari permainan yang diberikan guru. Melalui diskusi kelas jawaban peserta didik dibahas atau dibandingkan (konfirmasi).</p> <p>i. Guru menegaskan kembali jawaban peserta didik yang benar dan memperbaiki jawaban peserta didik yang salah (konfirmasi).</p> <p>j. Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok kepada peserta didik.</p> <p>k. Peserta didik mencoba dan mempraktikkan gerakan yang diajarkan guru.</p> <p>l. Guru mengevaluasi tiap peserta didik.</p> <p>Penutup (7 menit)</p> <p>a. Guru memberikan umpan balik terhadap kelompok yang anggotanya mampu mengumpulkan nilai terbanyak.</p> <p>b. Guru memberikan masukan terhadap peserta didik yang belum mampu melakukan teknik dengan benar untuk latihan dirumah.</p> <p>c. Guru dan peserta didik melakukan pendinginan.</p> <p>d. Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan terima kasih atas kesediaan peserta didik belajar bersama dan membantu teman dalam belajar.</p>	Tanya-Jawab Tanya-Jawab Tanya-Jawab Demonsrasi Komando Komando Ceramah Komando	Tanya-Jawab Tanya-Jawab Pemahaman Kedisiplinan Percaya diri Kedisiplinan Tekun Religius
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

I. Alat dan Sumber Belajar

- 3. Alat : Kardus dan Tali
- 4. Sumber : Slamet. (2010). Penjasorkes IV. Jakarta: Pusat Pembukuan Kemdiknas

J. Penilaian

- 4. Bentuk Instrumen : Unjuk Kerja (penilaian proses)

- | | |
|--------------------|-----------------------------|
| 5. Jenis Tagihan | : Tes Pelaksanaan |
| 6. Butir Instrumen | : Lompat Jauh Gaya Jongkok. |

Kepala Sekolah

Wonosobo, 5 Juni 2012
Peneliti

BASIRUN, S.Pd
NIP.19630609 198608 1 003

SUTOAT
NIM. 10604227025

Lampiran 19: Pengamatan untuk Guru Siklus 2 Pertemuan 1

PENGAMATAN UNTUK GURU

Sekolah : SD 2 Karanganyar Hari,tanggal : Rabu, 30 Mei 2012
 Kelas/ Smt : IV/2 Pengamat : Supratno, S.Pd.Jas.
 Pertemuan : 1/II

No	ASPEK- ASPEK YANG DIAMATI	SKOR			
		4	3	2	1
1	Peralatan meliputi: jumlah peralatan yang digunakan, tingkat kesulitan menyiapkan dan membuat peralatan, pengadaan peralatan dalam pembelajaran.	✓			
2	Membuka pelajaran meliputi: memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa), melakukan apersepsi, menyampaikan topic dan tujuan, memberikan pemanasan sesuai materi ajar	✓			
3	Menyampaikan materi meliputi: penggunaan media, pemilihan metode sesuai materi ajar, menyampaikan materi secara sistematis dan logis, menggunakan bahasa yang mudah dipahami	✓			
4	Indikasi dengan siswa meliputi: menggunakan teknik bertanya, memberi motivasi, menggunakan volume suara yang memadai, intonasi tidak monoton, vocal jelas	✓			
5	Penguasaan materi meliputi: menyampaikan materi sesuai konsep, memberikan contoh yang relevan dan luwes, menjawab pertanyaan secara tepat, memberi sesuai kurikulum yang berlaku,	✓			
6	Pengelolaan kelas meliputi: mengkoordinasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik, membuat formasi sesuai materi dan tujuan, menempatkan diri pada posisi yang strategis, menguasai kelas dengan baik.	✓			
7	Penggunaan waktu meliputi: menentukan alokasi waktu dengan tepat, memulai dan mengakhiri pelajaran tepat waktu, menggunakan waktu selang, menggunakan waktu secara efektif.	✓			
8	Mengevaluasi meliputi: melakukan evaluasi sesuai materi, melakukan evaluasi secara individual, melakukan dengan diagnosa, melakukan remidi	✓			
9	Menutup pelajaran meliputi: memberikan pendinginan secukupnya, membuat kesimpulan, memberikan pesan dan tindak lanjut, memberi tugas/pengayaan	✓			
JUMLAH SKOR		36			

Pengamat,

Supratno, S.Pd.Jas.
 NIP.

PENGAMATAN UNTUK GURU

Sekolah : SD 2 Karanganyar Hari,tanggal : Rabu, 30 Mei 2012
 Kelas/ Smt : IV/2 Pengamat : Ani Purwati, A.Ma.Pd.OR
 Pertemuan : 1/II

No	ASPEK- ASPEK YANG DIAMATI	SKOR			
		4	3	2	1
1	Peralatan meliputi: jumlah peralatan yang digunakan, tingkat kesulitan menyiapkan dan membuat peralatan, pengadaan peralatan dalam pembelajaran.	√			
2	Membuka pelajaran meliputi:memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa), melakukan apersepsi, menyampaikan topic dan tujuan, memberikan pemanasan sesuai materi ajar	√			
3	Menyampaikan materi meliputi: penggunaan media, pemilihan metode sesuai materi ajar, menyampaikan materi secara sistematis dan logis, menggunakan bahasa yang mudah dipahami	√			
4	Indikasi dengan siswa meliputi: menggunakan teknik bertanya, memberi motivasi, menggunakan volume suara yang memadai, intonasi tidak monoton, vocal jelas	√			
5	Penguasaan materi meliputi: menyampaikan materi sesuai konsep, memberikan contoh yang relevan dan luwes, menjawab pertanyaan secara tepat, memberi sesuai kurikulum yang berlaku,	√			
6	Pengelolaan kelas meliputi: mengkoordinasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik, membuat formasi sesuai materi dan tujuan, menempatkan diri pada posisi yang strategis, menguasai kelas dengan baik.	√			
7	Penggunaan waktu meliputi: menentukan alokasi waktu dengan tepat, memulai dan mengakhiri pelajaran tepat waktu, menggunakan waktu selang, menggunakan waktu secara efektif.	√			
8	Mengevaluasi meliputi: melakukan evaluasi sesuai materi, melakukan evaluasi secara individual, melakukan dengan diagnosa, melakukan remidi	√			
9	Menutup pelajaran meliputi: memberikan pendinginan secukupnya, membuat kesimpulan, memberikan pesan dan tindak lanjut, memberi tugas/pengayaan	√			
JUMLAH SKOR		36			

Pengamat,

Ani Purwati, A.Ma.Pd.OR
 NIP.

Lampiran 20: Pengamatan untuk Guru Siklus 2 Pertemuan 2

PENGAMATAN UNTUK GURU

Sekolah : SD 2 Karanganyar Hari,tanggal : Rabu, 6 Juni 2012
 Kelas/ Smt : IV/2 Pengamat : Supratno, S.Pd.Jas.
 Pertemuan : 2/II

No	ASPEK- ASPEK YANG DIAMATI	SKOR			
		4	3	2	1
1	Peralatan meliputi: jumlah peralatan yang digunakan, tingkat kesulitan menyiapkan dan membuat peralatan, pengadaan peralatan dalam pembelajaran.	✓			
2	Membuka pelajaran meliputi:memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa), melakukan apersepsi, menyampaikan topic dan tujuan, memberikan pemanasan sesuai materi ajar	✓			
3	Menyampaikan materi meliputi: penggunaan media, pemilihan metode sesuai materi ajar, menyampaikan materi secara sistematis dan logis, menggunakan bahasa yang mudah dipahami	✓			
4	Indikasi dengan siswa meliputi: menggunakan teknik bertanya, memberi motivasi, menggunakan volume suara yang memadai, intonasi tidak monoton, vocal jelas	✓			
5	Penguasaan materi meliputi: menyampaikan materi sesuai konsep, memberikan contoh yang relevan dan luwes, menjawab pertanyaan secara tepat, memberi sesuai kurikulum yang berlaku,	✓			
6	Pengelolaan kelas meliputi: mengkoordinasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik, membuat formasi sesuai materi dan tujuan, menempatkan diri pada posisi yang strategis, menguasai kelas dengan baik.	✓			
7	Penggunaan waktu meliputi: menentukan alokasi waktu dengan tepat, memulai dan mengakhiri pelajaran tepat waktu, menggunakan waktu selang, menggunakan waktu secara efektif.	✓			
8	Mengevaluasi meliputi: melakukan evaluasi sesuai materi, melakukan evaluasi secara individual, melakukan dengan diagnosa, melakukan remidi	✓			
9	Menutup pelajaran meliputi: memberikan pendinginan secukupnya, membuat kesimpulan, memberikan pesan dan tindak lanjut, memberi tugas/pengayaan	✓			
JUMLAH SKOR		36			

Pengamat,

Supratno, S.Pd.Jas.
 NIP.

PENGAMATAN UNTUK GURU

Sekolah : SD 2 Karanganyar Hari,tanggal : Rabu, 6 Juni 2012
 Kelas/ Smt : IV/2 Pengamat : Ani Purwati, A.Ma.Pd.OR
 Pertemuan : 2/II

No	ASPEK- ASPEK YANG DIAMATI	SKOR			
		4	3	2	1
1	Peralatan meliputi: jumlah peralatan yang digunakan, tingkat kesulitan menyiapkan dan membuat peralatan, pengadaan peralatan dalam pembelajaran.	√			
2	Membuka pelajaran meliputi:memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa), melakukan apersepsi, menyampaikan topic dan tujuan, memberikan pemanasan sesuai materi ajar	√			
3	Menyampaikan materi meliputi: penggunaan media, pemilihan metode sesuai materi ajar, menyampaikan materi secara sistematis dan logis, menggunakan bahasa yang mudah dipahami	√			
4	Indikasi dengan siswa meliputi: menggunakan teknik bertanya, memberi motivasi, menggunakan volume suara yang memadai, intonasi tidak monoton, vocal jelas	√			
5	Penguasaan materi meliputi: menyampaikan materi sesuai konsep, memberikan contoh yang relevan dan luwes, menjawab pertanyaan secara tepat, memberi sesuai kurikulum yang berlaku,	√			
6	Pengelolaan kelas meliputi: mengkoordinasikan alat, fasilitas, dan media dengan baik, membuat formasi sesuai materi dan tujuan, menempatkan diri pada posisi yang strategis, menguasai kelas dengan baik.	√			
7	Penggunaan waktu meliputi: menentukan alokasi waktu dengan tepat, memulai dan mengakhiri pelajaran tepat waktu, menggunakan waktu selang, menggunakan waktu secara efektif.	√			
8	Mengevaluasi meliputi: melakukan evaluasi sesuai materi, melakukan evaluasi secara individual, melakukan dengan diagnosa, melakukan remidi	√			
9	Menutup pelajaran meliputi: memberikan pendinginan secukupnya, membuat kesimpulan, memberikan pesan dan tindak lanjut, memberi tugas/pengayaan	√			
JUMLAH SKOR		36			

Pengamat,

Ani Purwati, A.Ma.Pd.OR
 NIP.

Lampiran 21: Penilaian Psikomotor Lompat Jauh Siklus 2

PENILAIAN PSIKOMOTOR LOMPAT JAUH

Sekolah : SD 2 Karanganyar Hari,tanggal : Rabu, 6 Juni 2012
 Kelas/ Smt : IV/2 Pengamat : Supratno, S.Pd.Jas
 Siklus : 2 Ani Purwati, A.Ma.Pd.OR

No	Nama	Awalan				Tolakan				Melayang				Pendaratan				Jml	N
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1	Wwn			3				3				3				3		12	75
2	U A			3				3				4				3		13	81.25
3	Adm			4				4				4				4		16	100
4	Ags			4				4				4				4		16	100
5	And			3				4			3				3		13	81.25	
6	Dni			3				3			3				3		12	75	
7	Div			4				4			3					4		15	93.75
8	Efry			4				3			3				3		13	81.25	
9	Eko			3				4			3					4		14	87.5
10	Ftr			3				4			3					4		14	87.5
11	M Tn			3				3			3				3		12	75	
12	Nrh			4				4			4					4		16	100
13	Prn			3				3			3				3		12	75	
14	Rhy			3				3			4				3		13	81.25	
15	Sfr			3				3			3					4		13	81.25
16	Tri			3				3			3				3		12	75	
17	Ita			4				3			3				3		13	81.25	
		JUMLAH														229	1431.25		
		RATA-RATA															84.19		
		PERSENTASE KETUNTASAN																100	

Pengamat 1

Pengamat 2

Supratno, S.Pd.Jas.
NIP.

Ani Purwati, A.Ma.Pd.OR
NIP.

HASIL JAWABAN ANGKET SISWA SIKLUS 2

No	FAKTOR YANG DINILAI	ALTERNATIF JAWABAN			
		4	3	2	1
1	Saya merasa pembelajaran yang diberikan guru menyenangkan.	17	0	0	0
2	Saya merasa tertarik untuk bisa lompat jauh.	17	0	0	0
3	Saya kecewa seandainya pelajaran ini kosong.	17	0	0	0
4	Saya selalu memperhatikan pembelajaran lompat jauh yang diberikan oleh guru.	16	1	0	0
5	Saya suka dan senang olahraga lompat jauh, walaupun teman-teman tidak menyukainya.	13	4	0	0
6	Saya suka pembelajaran lompat jauh, jika dalam pembelajarannya ada permainan.	17	0	0	0
7	Saya selalu mengikuti aktivitas pembelajaran lompat jauh yang diadakan di sekolah.	15	2	0	0
8	Saya selalu mengikuti aktivitas pembelajaran lompat jauh dengan sungguh-sungguh.	17	0	0	0
9	Saya selalu mengawali aktivitas lompat jauh dengan pemanasan terlebih dahulu.	17	0	0	0
10	Saya selalu mengikuti aktivitas pembelajaran lompat jauh.	14	3	0	0
11	Saya dapat memahami penjelasan dari guru	17	0	0	0
12	Saya menemukan hal-hal baru yang menyenangkan selama pelajaran	14	3	0	0
13	Saya selalu menyenangi lompat jauh dari pada pembelajaran pendidikan jasmani lainnya	15	2	0	0
14	Saya dapat melakukan test evaluasi yang diberikan guru	15	2	0	0
15	Saya dapat melihat nilai test evaluasi.	17	0	0	0

Lampiran 23: Hasil Dokumentasi

HASIL DOKUMENTASI



Gambar 9. Permainan Lompat Tali Pada Siklus 1



Gambar 10. Permainan Lompat Kardus Pada Siklus 1



Gambar 11. Pemanasan menggunakan Permainan



Gambar 12. Permainan Lompat Jauh mencapai Tiga Target Lompatan



Gambar 13. Pemanasan menggunakan Permainan



Gambar 14. Permainan Lompat menuju Sasaran