

**LAPORAN INDIVIDU**  
**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)**

**LOKASI SMP NEGERI 3 KALASAN**

**TAHUN AJARAN 2015 / 2016**

**Sidokerto, Purwomartani, Kalasan, Sleman, Yogyakarta**

**10 Agustus – 12 September 2015**



**Disusun oleh :**

**Muhammad Noviantoro Sholikhin**

**NIM. 12601244132**

**Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**

**Fakultas Ilmu Keolahragaan**

**Universitas Negeri Yogyakarta**

**2015**

## LEMBAR PENGESAHAN

Setelah mendapat pengarahan dan bimbingan, maka laporan PPL individu yang disusun oleh :

Nama : Muhammad Noviantoro Sholikhin  
NIM : 12601244132  
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Keolahragaan/PJKR

Diajukan sebagai hasil akhir dari pelaksanaan program PPL Universitas Negeri Yogyakarta di SMP Negeri 3 Kalasan tanggal 10 Agustus 2015 sampai tanggal 12 September 2015.

Demikianlah pengesahan ini kami berikan semoga dapat dipertanggungjawabkan sebagaimana mestinya.

Kalasan, 21 September 2015

Dosen Pembimbing

Guru Pembimbing

Dr. Sri Winarni, M.Pd  
NIP. 19731006 200112 2 001

Drs. Hadi Purnama  
NIP. 19650101 199803 1 008

Mengetahui,

Kepala Sekolah  
SMPN 3 Kalasan

Koordinator PPL  
SMPN 3 Kalasan

Moh. Tarom, S.Pd  
NIP. 19620610 198412 1 006

Sri Widiastuti, S.Pd  
NIP. 19630510 199003 1 009

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan kemudahan dalam melaksanakan kegiatan PPL UNY 2015 dan menyelesaikan penulisan laporan sebagai gambaran kegiatan yang telah dilaksanakan.

Laporan hasil PPL ini meliputi semua kegiatan dan observasi. Selain itu, laporan ini juga memuat masalah-masalah yang dihadapi selama PPL berlangsung. Penulisan laporan adalah tugas individu yang wajib dilaksanakan oleh seluruh mahasiswa peserta PPL Universitas Negeri Yogyakarta Tahun Akademik 2015/2016.

Penulis menyadari sepenuhnya, bahwa penulisan laporan ini dapat diselesaikan berkat bantuan dari berbagai pihak, baik yang berupa bantuan moral maupun material. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Kedua orang tua saya, yang senantiasa memberikan dukungan moral dan materi.
2. Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd., M.A rektor UNY yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk melaksanakan kegiatan PPL.
3. Pihak UPPL yang telah memberikan pengarahan dan bantuannya.
4. Bapak Moh. Tarom S.Pd, Kepala Sekolah SMP Negeri 3 Kalasan.
5. Ibu Dr. Sri winarni M.Pd dosen pembimbing PPL atas segala ilmu yang telah diberikan walaupun singkat tetapi sangat bermanfaat dalam melaksanakan kegiatan PPL, serta masukan-masukannya yang membangun.
6. Bapak Drs Hadi Purnama dan Bapak Surono guru pembimbing PPL
7. Ibu Sri widiastuti S.Pd, koordinator PPL sekolah yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam pelaksanaan PPL.
8. Seluruh guru dan karyawan SMP Negeri 3 Kalasan yang telah banyak membantu dalam kegiatan PPL dan senantiasa menunjukkan sikap apresiatif terhadap Mahasiswa PPL.
9. Seluruh peserta didik SMP Negeri 3 Kalasan yang saya sayangi.
10. Rekan-rekan kelompok PPL SMP Negeri 3 Kalasan tercinta.
11. Semua pihak yang telah memberikan dukungan, saran dan masukan, yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

Laporan ini sebagai bukti bahwa penulis telah selesai melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL). Namun, penulis menyadari bahwa masih ada kekurangan di laporan ini, untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang dapat bermanfaat bagi semua pihak. Semoga laporan ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis dan bagi pembaca pada umumnya, amin.

Sleman, 12 September 2015

Penyusun,

Muhammad Noviantoro S

NIM. 12601244132

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN PPL .....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI .....	v
ABSTRAK.....	vi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Analisis Situasi (Permasalahan dan Potensi Pembelajaran).....	1
BAB II PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL	
A. Persiapan .....	8
B. Pelaksanaan PPL (Praktik Terbimbing dan Mandiri) .....	9
C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi .....	13
BAB III: PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	18
B. Saran .....	18
DAFTAR PUSTAKA.....	21
LAMPIRAN .....	22

## LAPORAN INDIVIDU

### PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)

#### DI SMP NEGERI 3 KALASAN

Oleh:

Muhammad Noviantoro Sholikhin

12601244132

#### ABSTRAK

*Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) telah dilaksanakan di SMP N 3 Kalasan sejak 10 Agustus – 12 September 2015. Tujuan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah melatih mahasiswa agar memiliki pengalaman faktual tentang proses pembelajaran dan kegiatan kependidikan lainnya di sekolah, sebagai bekal untuk mengembangkan diri menjadi tenaga yang profesional yang memiliki pengetahuan, sikap dan keterampilan.*

*Tujuan yang lain adalah memberi kesempatan pada mahasiswa untuk mempelajari, mengenal dan menghayati permasalahan yang dihadapi lembaga pendidikan, menerapkan ilmu pengetahuan dan keterampilan yang dimiliki ke dalam kehidupan nyata. Mahasiswa juga dapat belajar dari lembaga sekolah sekaligus dapat menyumbangkan pemikiran dan tenaga guna pengembangan lembaga pendidikan yang bersangkutan.*

*Pelaksanaan kegiatan PPL bertujuan melatih mahasiswa untuk menerapkan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimilikinya dalam suatu proses pembelajaran sesuai dengan bidang studinya, sehingga mahasiswa dapat memiliki pengalaman yang dapat digunakan sebagai bekal untuk mengembangkan kompetensinya di masa yang akan datang dalam kaitannya sebagai pendidik. Pelaksanaan kegiatan PPL secara umum meliputi tiga tahapan yaitu, tahap persiapan, pelaksanaan, penyusunan laporan dan evaluasi. Tahap persiapan meliputi pengajaran mikro, pembekalan PPL yang dilaksanakan di kampus UNY sebelum penerjunan ke lapangan, observasi dan persiapan sebelum mengajar. Tahapan pelaksanaan PPL meliputi melakukan persiapan mengajar baik materi, media maupun mental, memilih metode yang sesuai dengan materi yang akan diajarkan, memberikan evaluasi kepada peserta didik, serta evaluasi terhadap proses belajar mengajar, membuat hasil analisis ulangan harian dan program remedial bagi peserta didik yang memperoleh nilai ulangan hariannya dibawah KKM. Setelah pelaksanaan peserta PPL wajib menyusun laporan yang kemudian akan dievaluasi oleh sekolah dan DPL PPL.*

*Secara umum, program kerja PPL di sekolah tersebut dapat terlaksana dengan lancar. Kendala dalam melaksanakan suatu program merupakan suatu hal yang tidak dapat dihindari. Oleh karena itu, program yang masih memerlukan tindak lanjut dapat dilaksanakan oleh peserta PPL periode berikutnya.*

*Kata Kunci: PPL, Program PPL, Observasi, Persiapan, Pelaksanaan, Evaluasi*

## BAB I

### PENDAHULUAN

Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) merupakan salah satu Perguruan Tinggi Negeri (PTN) yang menghasilkan calon tenaga kerja yang berperan dalam pendidikan, yaitu menjadi tenaga pendidik atau guru. Pendidik yang profesional harus mempunyai empat kompetensi yakni kompetensi profesional, kompetensi sosial, kompetensi pedagogik, dan kompetensi kepribadian. Lulusan kependidikan dari UNY diharapkan dapat menguasai dan memiliki empat kompetensi tersebut. Salah satu usaha yang dilakukan UNY dalam mewujudkan tenaga pendidik yang berkompeten dengan memasukkan program Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) sebagai mata kuliah wajib yang harus ditempuh oleh setiap mahasiswa UNY.

Tri Dharma perguruan tinggi yang ketiga adalah pengabdian kepada masyarakat. Oleh karena itu, tanggung jawab seorang mahasiswa setelah menyelesaikan tugas belajar di kampus adalah mentransfer, mentransformasikan, dan mengaplikasikan ilmu pengetahuan dari dalam kampus kepada masyarakat. Sebagai mahasiswa dari perguruan tinggi yang berbasis program studi pendidikan, bentuk pengabdian kami kepada masyarakat adalah berperan serta dalam usaha memajukan masyarakat sebagai sumber daya manusia Indonesia melalui usaha peningkatan mutu pendidikan. Salah satu wadah untuk mengaplikasikan program pengabdian ini adalah program Praktek Pengalaman Lapangan (PPL).

Kegiatan PPL ini dapat mengembangkan profesionalisme sebagai calon pendidik, sehingga mahasiswa mampu dalam mengelola potensi diri. Di lingkungan sekolah, praktik mengajar (PPL) mampu mempersiapkan mahasiswa untuk lebih matang dan berpengalaman menjadi seorang pendidik sehingga dapat memahami adanya keterkaitan ilmu dalam mengatasi permasalahan pendidikan yang ada di sekolah. Selain itu, diharapkan pula agar memperoleh pengalaman dan keterampilan untuk melaksanakan pembelajaran dan kegiatan manajerial di sekolah, serta memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk dapat berperan sebagai *motivator*, *dinamisator*, dan membantu pemikiran sebagai *problem solver*.

#### A. Analisis Situasi

##### 1. Kondisi Fisik Sekolah

SMP Negeri 3 Kalasan terletak di Dusun Randusari, Purwomartani, Kalasan, Sleman Yogyakarta. Kondisi Fisik sekolah sudah cukup baik. Hal ini dapat dilihat dari sarana penunjang kegiatan pembelajaran, seperti bangunan sudah sangat baik, halaman parkir yang luas, halaman sekolah yang juga cukup luas, serta berbagai fasilitas kelas lainnya.

SMP Negeri 3 Kalasan terdiri dari 12 ruang kelas, 1 ruang guru, 1 ruang kepala sekolah, 1 ruang Bimbingan dan Konseling, 1 ruang perpustakaan, 1 ruang tata usaha, 1 ruang koperasi, 1 ruang lab komputer, 1 ruang tari, 1 ruang UKS, 1 gudang, 1 Masjid, 1 ruang lab IPA, kamar mandi ± 21 kamar mandi (guru dan siswa), 1 kantin, dan 1 tempat parkir siswa dan 1 tempat parkir guru.

Selain itu, tersedia juga lapangan upacara yang biasa digunakan untuk kegiatan pembelajaran olahraga, seperti volley, bola basket, senam, dan ada 1 lapangan sepak bola mini. Lapangan ini juga yang biasa digunakan sebagai lokasi upacara bendera satu pekan sekali.

Berikut fasilitas atau sarana dan prasarana yang terdapat di SMP Negeri 3 Kalasan adalah:

**a. Ruang Kelas**

Ruang kelas yang tersedia adalah sebanyak kelas yang ada yaitu terdiri dari kelas VII A, VII B, VII C, VII D, VIII A, VIII B, VIII C, VIII D, IX A, IX B, IX C, IX D. Dan di setiap ruang kelas terdapat 1 buah LCD proyektor.

**b. Perpustakaan**

Pada mulanya, SMP Negeri 3 Kalasan memiliki satu ruang perpustakaan.

Kondisi ruang perpustakaan cukup memadai untuk membaca buku dan berkegiatan belajar mengajar. Fasilitas pendukungnya adalah 2 buah kipas angin dan ada WIFI khusus di perpustakaan. Buku-buku yang cukup lengkap untuk jurusan keahlian, kondisi buku terawat cukup baik, luas yang tersedia cukup luas. Fasilitas yang diberikan oleh perpustakaan sudah cukup memadai bagi siswa.

**c. Laboratorium Komputer**

Laboratorium komputer yang tersedia di SMP Negeri 3 Kalasan terdiri dari 1 laboratorium dengan jumlah komputer kurang lebih 20 komputer.

Selain itu tersedia juga fasilitas WIFI atau jaringan internet. Semua siswa bisa berselancar di dunia maya melalui komputer yang sudah tersedia. Ruangan laboratorium komputer juga dilengkapi dengan AC dan LCD sehingga dapat menunjang kegiatan pembelajaran.

**d. Masjid**

Tempat Ibadah Muslim atau Masjid SMPN 3 Kalasan berada di dalam sekolah. Bangunan masjid cukup memadai dengan kokohnya bangunan, selain itu terdapat pula beberapa fasilitas yang cukup memadai seperti : tempat wudlu (antara putra dan putri terpisah), peralatan ibadah (mukena), Al Qur'an, Buku Agama, lemari, karpet, piala, kotak infak, alas kaki, dan poster pesan agama.

**e. Unit Kesehatan Siswa**

SMP Negeri 3 Kalasan memiliki satu ruang UKS yang cukup memadai. Ruang UKS dilengkapi 2 buah kasur, 1 lemari obat, 1 timbangan, dan obat-obatan umum.

Selain itu, ruang UKS ini juga didukung dengan buku-buku atau brosur informasi tentang kesehatan yang ditata rapi di almari. Dinding UKS juga dilengkapi dengan poster tentang kesehatan (manfaat dan pentingnya menjaga kesehatan) serta struktur pengurus UKS sekolah.

**f. BK (Bimbingan Konseling)**

Ruang BK di SMP Negeri 3 Kalasan terletak di lantai 2 Sekolah yang berdekatan dengan kelas VII. Ruang BK terdapat 2 lemari kearsipan, 1 set tempat duduk untuk ruang tamu, dan kurang lebih terdapat 3 meja. Ruang BK sebenarnya cukup luas. Akan tetapi banyaknya map kearsipan membuat ruang BK terlihat penuh.

Ruang BK ini digunakan untuk memberi nasehat siswa yang berkelakuan kurang baik di sekolah.

BK pada hakikatnya merupakan jembatan bagi siswa atau teman *curhat* bagi siswa, orang tua, guru, dan karyawan. BK sendiri sebagai fasilitator untuk mediasi bagi seluruh masyarakat SMPN 3 Kalasan yang mendapat masalah fisik atau non fisik.

**g. Koperasi Sekolah**

SMP Negeri 3 Kalasan memiliki fasilitas koperasi sekolah. Koperasi ini menjual segala jenis ATS (alat tulis Sekolah), mulai dari pensil, pulpen, penghapus, dan lain-lain sebagai penunjang kegiatan belajar siswa. Dan juga menjual perlengkapan baju seragam sekolah. Hal tersebut dibuat agar siswa tidak keluar dari lingkungan sekolah untuk mendapatkan alat tulis dan perlengkapan baju sekolah.

Selain itu juga menjual makanan yang sehat. Misalnya seperti nasi kucing, gorengan, aqua, dan lain-lain.

**h. Ektrakurikuler**

Kegiatan ektrakurikuler di SMP Negeri 3 Kalasan adalah kegiatan tambahan agar siswa dapat mengembangkan ilmu yang lebih baik dan mengembangkan bakat, minat, dan potensi diri agar kreatif dan berkualitas. Pembinaan ektrakurikuler ini pun selalu dipandu oleh masing-masing pembimbing dari setiap ektrakurikulernya.

Berbagai macam kegiatan ektrakurikuler di SMPN 3 Kalasan ditawarkan kepada siswa. Diantaranya yaitu:

- Ektrakurikuler wajib, antara lain:

Pramuka untuk kelas VII dan VIII

- Ekstrakurikuler olahraga dan lainnya, antara lain :  
Volly dilaksanakan pada hari jum'at
- Ekstrakurikuler Pelatihan Tari
- Ekstrakurikuler membatik
- Ekstrakurikuler Pelatihan Seni Musik

Kegiatan ekstrakurikuler ini bertujuan untuk menggali dan mengembangkan potensi yang dimiliki siswa sesuai dengan bidang yang diminati. Sehingga siswa SMP Negeri 3 Kalasan ini juga memiliki skill tambahan.

## **2. Kondisi Non Fisik Sekolah**

### **a. Potensi Siswa**

Siswa SMP Negeri 3 Kalasan mengembangkan berbagai potensi baik dari potensi akademik maupun non-akademik. Potensi-potensi ini dikembangkan sekolah melalui berbagai kegiatan belajar-mengajar dan kegiatan ekstrakurikuler.

Pengembangan potensi non-akademik ini juga dikembangkan melalui kegiatan ekstrakurikuler yaitu dengan penambahan pada kegiatan kecintaan siswa pada lingkungan sekolah, dan penambahan berbagai keterampilan diluar kegiatan ekstrakurikuler. Pengembangan potensi siswa ini dimaksudkan dengan tujuan siswa mempunyai potensi yang lebih besar lagi dan mampu mengembangkannya dengan cara yang baik dan positif.

### **b. Potensi Guru**

Guru dan karyawan di SMP Negeri mencapai 33 orang. Jumlah tersebut sudah termasuk kepala sekolah, kaprodi, dan guru tambahan. Masing-masing guru telah mempunyai kinerja yang disesuaikan dengan mempersiapkan dan menerapkan kurikulum 2013 pada proses pengajarannya.

**c. Potensi Karyawan**

Selain tenaga pengajar, terdapat karyawan sekolah yang memiliki wewenang dalam kinerja Administrasi, karyawan TU yang berjumlah  $\pm 3$  orang karyawan dengan potensi masing-masing kinerja.

**d. Siswa**

Jumlah siswa di SMP Negeri 3 kalasan  $\pm 360$  siswa kelas VII, VIII, dan IX

## BAB II

### PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL

#### A. PERSIAPAN KEGIATAN PPL

Sebelum melaksanakan kegiatan PPL di SMP Negeri 3 Kalasan, seluruh mahasiswa yang akan melaksanakan PPL pada bulan Agustus sampai pertengahan September 2015 mendaftarkan diri sebagai peserta PPL secara online. Setelah itu, melalui jurusan masing – masing mahasiswa memilih sekolah tujuan PPL.

Sebelum diterjunkan, mahasiswa diberikan pembekalan yang berkaitan dengan PPL agar mahasiswa mengerti hal-hal apa saja yang perlu dipersiapkan dan harus dilaksanakan selama PPL. Pembekalan dilakukan oleh masing-masing jurusan pada awal bulan Agustus 2015. Setelah diberikan pembekalan tentang PPL, mahasiswa diterjunkan oleh DPL PPL ke masing-masing sekolah agar mahasiswa dapat segera melakukan observasi baik observasi lapangan maupun observasi KBM di kelas. Observasi ini dilakukan jauh-jauh hari agar mahasiswa dapat menganalisis untuk selanjutnya dapat merancang program kerja.

Kegiatan observasi Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) di kelas dilakukan pada selama mata kuliah *Micro teaching* berlangsung. Observasi ini bertujuan agar mahasiswa dapat mengetahui kondisi kelas dan bagaimana proses pembelajaran yang diterapkan guru pembimbing di SMPN 3 Kalasan, mulai dari cara membuka pembelajaran, saat pembelajaran berlangsung, maupun dalam menutup pembelajaran. Sehingga observasi ini juga diharapkan dapat menjadi acuan bagi mahasiswa untuk menentukan metode maupun strategi pembelajaran yang akan diterapkan.

Observasi kondisi fisik sekolah ini bersifat fisik dan yang menjadi sasaran adalah gedung sekolah, lingkungan sekolah, birokrasi, fasilitas dan kelengkapan sarana dan prasarana yang tersedia.

##### a. Pengajaran Mikro

Persiapan paling awal yang dilakukan oleh mahasiswa PPL sebelum melakukan praktek mengajar di sekolah adalah mengikuti kuliah pengajaran mikro atau PPL (*micro teaching*). Mahasiswa melakukan praktik mengajar pada kelas kecil dengan peserta didiknya adalah mahasiswa lain dalam satu kelompok berjumlah 10 orang. Praktik mengajar pada kelas kecil ini dilakukan secara bergantian dengan mahasiswa lain dalam satu kelompok. Setelah praktik mengajar, dosen dan teman mahasiswa lain memberikan masukan dan saran. Hal ini dimaksudkan agar mahasiswa mendapat bekal kesiapan paraktik

mengajar baik dari segi penguasaan materi, penyampaian materi, metode dan strategi mengajar, pengelolaan kelas, serta media pembelajaran yang digunakan.

Pengajaran mikro berlangsung selama satu semester yaitu pada semester 6 sebelum PPL dilaksanakan. Pengajaran mikro berguna untuk melatih mahasiswa dengan keterampilan proses pembelajaran, seperti membuka pelajaran, cara melemparkan pertanyaan kepada siswa, cara memotivasi siswa, cara memotivasi siswa, dan juga cara memberikan kesimpulan sebagai penutup dalam pembelajaran.

**b. Pembuatan RPP**

Setelah mendapatkan mata pelajaran yang akan diampu, mahasiswa praktikan membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). RPP yang dibuat disesuaikan dengan silabus pada Kurikulum KTSP. Dalam RPP juga dilampirkan materi serta lembar penilaian sikap, pengetahuan dan keterampilan. Adapun RPP yang telah dibuat, praktikan lampirkan pada laporan ini.

**c. Pembuatan Bahan Ajar dan Media Pembelajaran**

Pembuatan bahan ajar dan media pembelajaran ditujukan agar siswa dapat dengan mudah memahami materi yang disampaikan oleh praktikan. Dalam pelaksanaan PPL, praktikan dapat membuat media pembelajaran berupa gambar, video dan modul sederhana sesuai dengan materi pembelajaran yang diberikan kepada siswa.

**B. Pelaksanaan PPL**

Kegiatan PPL yang dilaksanakan oleh praktikan di SMPN 3 Kalasan digambarkan sebagai berikut:

1. Pembuatan Perangkat Pembelajaran

Sebelum mengajar, praktikan membuat perangkat pembelajaran, antara lain RPP, soal-soal latihan beserta kunci jawabannya, soal ulangan harian, dan membuat media pembelajaran. Hal ini sangat bermanfaat bagi praktikan dalam mematangkan persiapan sebelum mengajar dan sebagai sarana untuk latihan bagi calon seorang guru. Mahasiswa praktikan diharapkan mampu membuat kelengkapan administrasi bagi seorang guru, antara lain presensi siswa dan daftar nilai.

2. Persiapan Bahan Ajar

Persiapan mengajar meliputi pencarian sumber-sumber belajar untuk menyampaikan materi yang sesuai dengan mata pelajaran, yaitu materi bola besar, bola kecil, dan atletik. Bahan yang dipersiapkan antara lain bola, net, sepeda, kardus serta bahan dari sumber online sebagai penunjang.

### 3. Praktik Mengajar di Kelas

Mahasiswa praktikan dalam pelaksanaan mengajar di kelas menyampaikan materi dengan beberapa kali di damping oleh Guru Pembimbing. Pada proses pembelajaran selanjutnya, mahasiswa praktikan beberapa kali mengajar tanpa guru pembimbing, tetapi sudah berkoordinasi terlebih dahulu dengan Guru Pembimbing.

Setiap mahasiswa PPL UNY diwajibkan untuk latihan mengajar minimal 4 kali tatap muka dengan materi yang berbeda. Kegiatan Belajar Mengajar dimulai pada pukul 07.15-12.30 WIB. Mahasiswa praktikan melakukan kegiatan belajar mengajar pada kelas VII dan IX, pelajaran Penjaskes dengan jumlah 3 jam dalam satu pekan. Dalam pelaksanaan PPL praktikan dapat mengajar sebanyak 17 kali tatap muka.

Kegiatan belajar mengajar dilakukan dalam 2 tahap, yaitu Praktik Pengajar Terbimbing dan Praktek Mengajar Mandiri.

1) Praktik mengajar terbimbing adalah kegiatan belajar mengajar yang dilakukan di kelas dengan didampingi dan dibimbing oleh guru.

Kegiatan mengajar terbimbing meliputi:

- a) Merencanakan dan membuat RPP
  - b) Memilih dan menggunakan metode serta strategi mengajar
  - c) Memilih dan membuat bahan ajar yang sesuai
  - d) Mengevaluasi pelaksanaan serta mendiskusikannya dengan guru
- 2) Praktik mengajar mandiri adalah mengajar yang dilakukan di kelas tanpa didampingi oleh guru. Kegiatan ini merupakan tindak lanjut dari kegiatan praktik mengajar terbimbing. Kegiatan ini merupakan kegiatan inti dari kegiatan PPL, setiap mahasiswa harus mengajar minimal 4 kali pertemuan dengan materi yang berbeda, yang dimulai dari pemberian materi, penugasan dan ulangan harian.

3) Perincian Praktik Mengajar

No.	Hari/Tanggal	Materi	Kelas	JamKe
1.	Senin,10 Agustus 2015	Sikap passing bawah dalam permainan bola voli yang benar	VII C	2-4

2.	Rabu, 12 Agustus 2015	Atletik jalan cepat	VII D	1-3
3.	Jum'at, 14 Agustus 2015	Kombinasi passing atas dan passing bawah dalam permainan bola voli	IX	2-4
4.	Sabtu, 15 Agustus 2015	Kombinasi passing atas dan passing bawah dalam permainan bola voli	IX	1-3
5.	Rabu, 19 Agustus 2015	Pembelajaran permainan bola kecil ( kasti )	VII D	1-3
6.	Jum'at, 21 Agustus 2015	Kombinasi dribble dan shotting dalam permainan sepak bola.	IX A	2-4
7.	Sabtu, 22 Agustus 2015	Kombinasi dribble dan shotting dalam permainan sepak bola.	IX B	1-3
8.	Senin, 24 Agustus 2015	Mengajar kelas VII dengan memberikan materi tentang sepak bola	VII C	2-4
9.	Rabu, 26 Agustus 2015	Mengajar kelas VII dengan memberikan materi tentang sepak bola	VII D	1-3
10.	Jum'at, 28 Agustus 2015	Kombinasi dribbling, lay up, chest pass dalam permainan bola basket	IX A	2-4
11.	Sabtu, 29 Agustus 2015	Kombinasi dribbling, lay up, chest pass dalam permainan bola basket	IX B	1-3
12.	Senin, 31 Agustus 2015	Mengajar kelas VII dengan memberikan materi lari cepat (	VII C	2-4

			Sprint )		
13.	Rabu, 2 September 2015	2	Mengajar kelas VII dengan memberikan materi lari cepat ( Sprint )	VII D	1-3
14.	Jum'at, 4 September 2015	4	Mengajar kelas IX dengan memberikan materi atletik lari cepat ( Sprint )	IX A	2-4
15.	Sabtu, 5 September 2015	5	Mengajar kelas IX dengan memberikan materi atletik lari cepat ( Sprint )	IX B	1-3
16.	Senin, 7 September 2015	7	Meberikan materi tentang passing bawah dalam permainan bola voli	VII C	2-4
17.	Rabu, 9 September 2015	9	Meberikan materi tentang passing bawah dalam permainan bola voli	VII D	1-3

#### 4. Konsultasi dengan Guru Pembimbing

Pelaksanaan konsultasi dilakukan sebelum pembuatan RPP. Sebelum ataupun sesudah praktikan melakukan praktik mengajar. Konsultasi yang dilakukan sebelum mengajar agar mahasiswa praktikan dapat mengajar secara maksimal dan dapat meminimalisir hambatan-hambatan dalam proses pengajaran. Konsultasi yang dilakukan setelah mengajar untuk mengevaluasi proses pengajaran yang telah dilakukan oleh praktikan. Selain itu, konsultasi juga dilakukan ketika membantu guru dalam penyusunan bahan ajar dan perangkat pembelajaran. Konsultasi juga dilakukan dengan DPL PPL untuk mendiskusikan permasalahan yang terkait dengan proses pembelajaran.

#### 5. Pemberian *feedback* oleh Guru Pembimbing

Mahasiswa praktikan mendapat banyak masukan dari guru pembimbing mengenai kekurangan-kekurangan praktikan dalam pelaksanaan mengajar.

Masukan yang diberikan oleh guru sangat bermanfaat bagi kelanjutan pelaksanaan mengajar. Masukan dari guru pembimbing antara lain mengenai pengelolaan kelas dan vokal suara yang kurang maksimal.

#### 6. Pelaksanaan Evaluasi

Pelaksanaan evaluasi berguna untuk mengetahui kemampuan siswa dalam memahami materi yang telah disampaikan oleh mahasiswa praktikan. Evaluasi dilakukan dengan memberikan ujian praktik pada siswa.

Ujian praktik dilakukan pada waktu tertentu. Jika tidak memungkinkan ujian bisa dilakukan diakhir pembelajaran dengan penilaian baik, cukup dan kurang baik. Bagi siswa yang belum tuntas, SMP Negeri 3 Kalasan memiliki kebijakan untuk mengikuti tes remedial.

### C. Analisis Hasil Pelaksanaan PPL

#### 1. Hasil Pembuatan Buku Administrasi Guru (Perangkat Pembelajaran)

Hasil yang diperoleh dalam pembuatan buku administrasi guru yang terdiri dari:

- a. RPP
- b. Jadwal Mengajar
- c. Alokasi Waktu Program Pembelajaran
- d. Program dan Pelaksanaan Harian
- e. Daftar Hadir Siswa
- f. Analisis Penilaian Hasil Belajar
- g. Daftar nilai
- h. Daftar Buku Pegangan Guru/Siswa

#### 2. Hasil Praktik Mengajar

Hasil yang diperoleh selama mahasiswa melakukan kegiatan praktik mengajar adalah sebagai berikut:

- a. Praktikan dapat berlatih membuat perangkat pembelajaran yang terdiri dari Silabus, RPP, untuk setiap materi pokok.
- b. Praktikan dapat belajar untuk mengembangkan materi dan sumber-sumber belajar serta merancang strategi pembelajaran.
- c. Praktikan dapat belajar untuk menetapkan tujuan dan bahan pembelajaran.
- d. Praktikan dapat belajar untuk memilih dan mengorganisasikan materi, media dan sumber pembelajaran.
- e. Praktikan dapat belajar untuk melaksanakan kegiatan belajar mengajar dan mengelola kelas.

- f. Praktikan mendapatkan pengalaman dalam keterampilan mengajar, yaitu pengelolaan tugas, fasilitas belajar, pengelolaan waktu, dan komunikasi dengan siswa.
- g. Praktikan dapat berlatih melaksanakan evaluasi dan penilaian hasil belajar siswa.

### **3. Analisis Keterkaitan Program dengan Pelaksanaan**

Selama Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), telah disusun rencana program yang akan dilakukan agar pelaksanaan PPL dapat berjalan dengan lancar sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Secara keseluruhan, rancangan program yang telah disusun dapat terlaksana dengan baik, tidak ada hambatan/kendala yang berarti yang membuat pelaksanaan menjadi terhambat.

#### **a. Observasi Lapangan**

Observasi lapangan dilakukan untuk mengetahui dan mempelajari hal-hal yang berkaitan dengan kondisi fisik sekolah. Dengan adanya observasi lapangan, mahasiswa praktikan dapat mengetahui letak, jumlah serta beberapa fasilitas yang sudah dimiliki oleh SMP Negeri 3 Kalasan. Hasil dari observasi lapangan ini bermanfaat untuk menentukan perangkat pembelajaran yang akan diterapkan, yang sesuai dengan fasilitas (sarana dan prasarana) yang dimiliki.

#### **b. Observasi Kegiatan Pembelajaran di Kelas**

Observasi kegiatan pembelajaran di kelas ini bertujuan agar mahasiswa mengetahui secara langsung mengenai proses kegiatan belajar mengajar di kelas. Hasil observasi kegiatan pembelajaran di kelas berguna untuk menentukan strategi mengajar yang akan diterapkan, sesuai dengan fasilitas (sarana dan prasarana) yang dimiliki sekolah.

#### **c. Praktik Mengajar**

Pelaksanaan praktik mengajar dan ketentuan minimal jam mengajar yang ditetapkan oleh pihak UNY, yaitu 4 kali pertemuan dengan materi yang berbeda.

#### **d. Praktik Persekolahan**

Praktik persekolahan merupakan kegiatan yang diikuti oleh mahasiswa praktikan dalam bidang administrasi sekolah dan kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan persekolahan yang diikuti antara lain:

- 1) Pengelolaan administrasi sekolah
- 2) Pengelolaan perpustakaan

- 3) Mengikuti kegiatan sekolah berupa PPDB, Ekstrakurikuler, Tadarus, Upacara Bendera, Upacara Peringatan HUT RI dan Lomba Peringatan HUT RI

**e. Faktor Pendukung Program PPL**

- 1) Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) PPL yang profesional dalam bidang pendidikan, sehingga mahasiswa praktikan diberikan pengalaman, masukan dan saran untuk proses pembelajaran.
- 2) Guru pembimbing yang dengan sabar memberikan arahan dan bimbingan sehingga mahasiswa praktikan dapat mengetahui kekurangan-kekurangannya. Guru pembimbing juga memberikan masukan bagi kekurangan praktikan sehingga dapat dilakukan perbaikan-perbaikan untuk proses pembelajaran selanjutnya.
- 3) Siswa kelas VII C, VII D, IX A, dan IX B yang kreatif dan aktif sehingga dapat tercipta kondisi yang menyenangkan dalam proses kegiatan belajar mengajar.

**f. Faktor Penghambat**

- 1) Pada awal tahun ajaran baru, siswa yang sebelumnya libur panjang maka siswa belum terkonsentrasi untuk mau belajar. Sehingga mahasiswa praktikan perlu memberikan stimulan atau motivasi agar siswa semangat kembali untuk belajar.
- 2) Siswa sebagian besar tidak memiliki teknik dalam olahraga sehingga perlu penguatan pada teknik kembali.
- 3) Kondisi kelas sering tidak kondusif sehingga praktikan harus benar-benar mampu menguasai kelas agar siswa memperhatikan penjelasan materi yang disampaikan praktikan.
- 4) Terbatasnya sarana dan prasarana olahraga sehingga tidak semua jenis olahraga bisa diajarkan dan frekuensi siswa dalam mencoba sedikit.
- 5) Pada waktu pertama kali datang ke sekolah untuk melaksanakan PPL di suruh mengajar tanpa persiapan terlebih dahulu pada hari pertama.

**D. Refleksi Pelaksanaan PPL**

Berdasarkan analisis hasil pelaksanaan PPL tersebut, maka kegiatan PPL dapat direfleksikan untuk dijadikan pelajaran bagi mahasiswa praktikan terutama program studi Pendidikan Teknik Informatika. Secara garis besar, kegiatan PPL dapat berjalan dengan baik dan lancar.

Pelaksanaan program PPL tidak ditemukan hambatan dan kendala yang berarti yang menunda pelaksanaan program PPL. Hal ini dikarenakan adanya

interaksi dan komunikasi yang baik antara mahasiswa praktikan dengan guru pembimbing. Selain itu, guru pembimbing juga memberikan masukan dan nasehat yang dapat memperbaiki dalam proses perencanaan dan pelaksanaan kegiatan PPL.

Adapun kekurangan praktikan yang perlu diperbaiki antara lain:

1. Belum dapat mengelola kelas dengan baik
2. Belum dapat mengatur vokal suara agar lebih nyaring

Adapun hal-hal yang perlu diperhatikan untuk perbaikan PPL selanjutnya yaitu:

1. Menyadari bahwa setiap siswa memiliki sifat dan sikap yang berbeda
2. Mempersiapkan materi ajar, media pembelajaran, dan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dengan matang.
3. Praktikan lebih tegas dalam proses pembelajaran.
4. Menyampaikan materi diulang-ulang agar siswa lebih memahami materi yang disampaikan.
5. Memperhatikan ekspresi wajah siswa untuk menafsirkan apakah siswa telah paham atau belum.
6. Memberikan motivasi pada siswa mengenai manfaat materi yang diajarkan.
7. Menyiapkan beberapa *planning* mengajar dengan berbagai kemungkinan keadaan kelas dan alokasi waktu sehingga materi dapat selesai sesuai target.
8. Memberikan perhatian kepada siswa dan menyadari bahwa kemampuan setiap anak berbeda-beda.
9. Lebih mempersiapkan mental, penampilan serta materi agar lebih percaya diri dalam melaksanakan kegiatan praktik mengajar.
10. Menasehati siswa agar di lain waktu untuk belajar dan melakukan pendekatan intrapersonal untuk mendorong siswa agar mau belajar.
11. Selalu siap dengan rencana-rencana baru dalam pembelajaran sehingga mampu menarik minat siswa untuk belajar.
12. Didalam pelajaran diselingi cerita tentang manfaat mata pelajaran yang diampu untuk dunia kerja.
13. Mengakrabkan diri dengan siswa tapi masih dengan batas-batas yang wajar, menanyakan kepada siswa tentang tugas-tugas yang diberikan dan berusaha membantu mengerjakannya, berusaha untuk selalu

berkomunikasi dengan guru-guru, sering berdiskusi guru dan berbagai pengalaman.

15. Melatih diri untuk berbicara di depan forum lebih nyaring
16. Sering mendiskusikan hal-hal yang berkaitan dengan kegiatan PPL baik dengan guru pembimbing, DPL PPL, serta teman-teman kelompok PPL sebagai evaluasi dalam praktik mengajar

## **BAB III**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Program PPL yang telah dilaksanakan di SMP Negeri 3 Kalasan dapat dilaksanakan dengan baik dan lancar, sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya sehingga mahasiswa dapat meninggalkan lokasi PPL tanpa beban. Kerjasama yang baik dalam satu kelompok PPL Koordinator PPL, DPL PPL dan warga sekolah membantu mahasiswa praktikan menyelesaikan kegiatan PPL dengan lancar. Meskipun terdapat hambatan dan kendala beberapa kali, tetapi hal tersebut tidak menjadi sesuatu yang berarti.

Mahasiswa praktikan merasakan banyak manfaat yang diperoleh dari kegiatan PPL di SMP Negeri 3 Kalasan. Mahasiswa praktikan lebih banyak pengalaman dan latihan baik dalam pengetahuan dan kemampuan di dunia pendidikan. Oleh karena itu, dapat diambil kesimpulan:

1. Mahasiswa praktikan melaksanakan PPL Penjas dengan materi lari cepat ( sprint ), jalan cepat, kasti, bola voli, bola basket, dan sepak bola.
2. Mahasiswa praktikan membantu menyusun administrasi guru berupa RPP, alokasi waktu program pembelajaran, analisis penilaian hasil belajar, program dan pelaksanaan perbaikan, program dan pelaksanaan pengayaan, daftar nilai, dan daftar buku pegangan guru/siswa.
3. Mahasiswa praktikan membuat RPP, mencari bahan ajar dan membuat media pembelajaran untuk menunjang kegiatan belajar mengajar dalam kelas.
4. Mahasiswa praktikan memulai kegiatan PPL sejak tanggal 10 Agustus 2015 sampai tanggal 12 September 2015, mengajar di kelas setiap hari Senin, Rabu, Jum'at, dan Sabtu.
5. Materi yang diajarkan oleh mahasiswa praktikan berupa sikap passing bawah dalam bola voli, atletik jalan cepat, atletik lari cepat, kombinasi dribble dan shooting dalam sepak bola, kombinasi dribbling, lay up, dan chestpass dalam bola basket, dribble dan shooting dalam sepak bola, permainan kasti, passing bawah dalam bola.

## **B. Saran**

Untuk mewujudkan kegiatan PPL yang akan dapat membawa hasil secara maksimal dimasa yang akan datang dalam rangka menjalin hubungan baik antara pihak sekolah dengan pihak Universitas Negeri Yogyakarta, maka yang sekiranya mendapat perhatian sehubungan dengan pelaksanaan PPL adalah sebagai berikut:

1. Kepada pihak LPPMP
  - a. Pelaksanaan PPL seminggu setelah KKN membuat mahasiswa praktikan menjadi terbebani. Pembuatan laporan KKN belum selesai tetapi sudah harus mempersiapkan PPL.
  - b. Perlu adanya peningkatan koordinasi antara LPPMP, dosen pembimbing lapangan (DPL) dan sekolah tempat mahasiswa PPL melakukan praktik mengajar.
  - c. Perlu adanya penjelasan mengenai teknik persiapan dan pelaksanaan PPL.
  - d. Dalam memberikan informasi atau sebuah pengumuman hendaknya jelas dan tidak bersifat mendadak, supaya mahasiswa dapat menyiapkan apa yang diperlukan.
  - e. Pihak LPPMP perlu agar lebih meningkatkan hubungan dengan sekolah-sekolah yang menjadi tempat PPL supaya terjalin kerjasama yang baik untuk menjalin koordinasi dan mendukung, kegiatan praktik lapangan, dan praktik mengajar.
2. Kepada SMP Negeri 3 Kalasan
  - a. Hubungan yang sudah terjalin antara pihak sekolah dengan universitas hendaknya dapat lebih ditingkatkan dan saling memberikan umpan balik demi kemajuan bersama.
  - b. Pemberian bimbingan PPL yang sudah baik harus dipertahankan dan ditingkatkan.
  - c. Kegiatan pembelajaran harus ditingkatkan kualitasnya untuk mewujudkan visi, dan misi sekolah sehingga keluaran yang dihasilkan menjadi lebih berkualitas lagi.
  - d. Perlu adanya peningkatan dalam hal penyediaan sarana dan prasarana olahraga, media pembelajaran dan tempat penyimpanan alat olahraga.

- e. Kerjasama dengan mahasiswa PPL harus senantiasa dipertahankan dan lebih ditingkatkan.
3. Kepada Mahasiswa PPL
- a. Komunikasi anatar mahasiswa dengan guru pembimbing agar lebih diinteraksikan lagi sehingga proses PPL berjalan secara maksimal.
  - b. Mahasiswa hendaknya lebih meningkatkan sosialisasi dengan warga sekolah.
  - c. Pada saat mengajar sangat diperlukan kesabaran agar peserta didik mampu menyerap materi secara maksimal dan tidak menganggap pemberian materi terlalu cepat.
  - d. Hendaknya mahasiswa segera menyelesaikan tugas-tugasnya agar dapat selesai bahkan sebelum deadline.
  - e. Mahasiswa PPL diharapkan mampu memanfaatkan seoptimal mungkin program ini sebagai sarana untuk menggali, meningkatkan bakat dan keahlian yang pada akhirnya kualitas sebagai calon pendidik dan pengajar dapat diandalkan.
  - f. Mahasiswa harus menjaga kebersamaan dan kekompakan serta lebih terbuka sehingga dapat terencana dan terlaksanakan dengan baik semua program PPL.

# LAMPIRAN



**MENGAJAR TERBIMBING DAN MENGAJAR MANDIRI**



**KIRAB BUDAYA KECAMATAN KALASAN**



**MENJADI WASIT VOLI ACARA LOMBA HUT RI DI SEKOLAH**



**LOMBA HUT RI KE 70 DI SEKOLAH**



**SENAM JUM'AT SEHAT**



**MENGAJAR TERBIMBING DI KELAS**

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan Pendidikan : SMP N 3 Kalasan  
Kelas/Semester : VII / 1 (Ganjil )  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
Tema/Topik : Atletik (jalan Cepat )  
Waktu : 3 x 40 menit

### A. Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianut.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong) santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori

<b>B. Kompetensi Dasar</b>	<b>C. Indikator</b>
1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga.	1.1.1 Siswa berdoa sebelum dan setelah pembelajaran dengan khidmat
2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan	2.2.1 Siswa dapat menunjukkan sikap bertanggung jawab dalam berbagai aktivitas fisik

lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.	
2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.	2.6.1 Siswa dapat menunjukkan sikap disiplin dalam berbagai aktivitas fisik
3.3 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental salah satu nomor atletik(jalan cepat,lari,lompat dan lempar)	3.3.1 Siswa dapat mendiskripsikan gerakan atletik jalan cepat
4.3 Mempraktikan teknik dasar atletik Jalan cepat,lari,lompat dan lempar menekankan gerak dasar fundamental	4.3.1 Siswa dapat mempraktikkan teknik gerakan atletik jalan cepat

#### **D. Materi Pembelajaran**

##### Jalan Cepat

Jalan Cepat adalah gerak langkah yang terus menerus ,sehingga kontak dengan tanah tidak terputus. Pada Periode melangkah dimana satu satu kaki ahrus berada ditanah (kaki tumpu) dan Kaki ayun mendarat dengan tumit terlebih dahulu dan lutut haus lurus.

Teknik melakukan gerakan jalan cepat :

- 1.Pada saat melangkah kaki, kaki tumpu harus selalu kontak dengan tanah dan lutut harus dalam keadaan lurus, sebelum kaki yang dilangkahakan mendarat ditanah.
2. Bersamaan dengan mengangkat paha (misalnya tungkai kiri) kedepan, tungkai bawah kaki kiri dan tangan kanan diayunkan kedepan, dengan diikuti badan condong kedepan.
3. Pada saat kaki kiri mendarat (kontak dengan tanah), segera paha tungkai kanan diangkat kedepan, bersamaan dengan tungkai bawah kaki kanan

dan tangan kiri diayunkan kedepan, diikuti dengan badan condong kedepan, pandangan tetap lurus kedepan.

4. Kaki mendarat mulai dari tumit kemudian berangsur-angsur menuju keujung kaki, lutut dalam keadaan lurus.
5. Gerakan lengan dan bahu jangan terlalu tinggi mengangkarkannya.
6. Selama berjalan usahakan agar pinggul tetap rendah dan berada di bawah,

keadaan ini

harus diusahakan tetap terpelihara, hindari gerakan kesamping yang berlebihan.

#### E. Metode Pembelajaran

- Pendekatan : Scientific.
- Metode : Komando, latihan.resiprokal

#### F. Alat, media dan bahan pembelajaran

1. Alat
  - a. Kun
  - b. Peluit
2. Media
  - a. Gambar Gerakan atletik jalan cepat
3. Fasilitas
 

Lintasan atletik
4. Sumber belajar

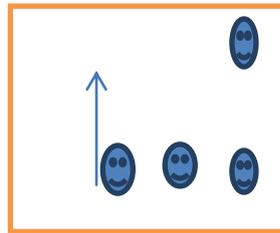
Edi Purnomo dan Dapan. ( 2011 ). Dasar-dasar Gerak Atletik.  
Yogyakarta: Alfabedia Citra.

#### G. Kegiatan pembelajaran

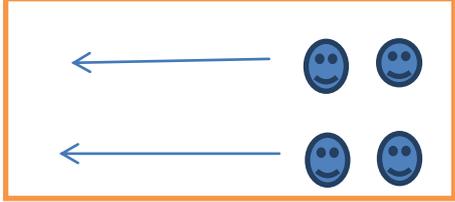
##### Langkah-langkah pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu	Metode Pembelajaran
<b>Pendahuluan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru membariskan peserta didik menjadi 2 bershaf, menyiapkan, dan berhitung.</li> <li>2. Guru memimpin berdo'a sebelum memulai proses KBM.</li> <li>3. Guru menanyakan keadaan peserta didik dan</li> </ol>	15menit	komando

	<p>melakukan presensi.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Guru memberikan apresepsi tentang aktivitas jalan cepat</li> <li>5. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran.</li> <li>6. Pemanasan , siswa dibuat menjadi 2 berpasangan dan berhadapan permaiananya adalah saling menyentuh lutut temanya atau sasarnya adalah lutut ,bila dapat menyentuh lutut teman sebanyak 5 kali berarti dia menjadi pemenangnya</li> </ol>		
<p><b>Inti</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>a. Mengamati</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa diarahkan untuk mengamati media pembelajaran berupa gambar atletik jalan cepat</li> </ol> </li> <li><b>b. Menanya</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa menanya terkait dengan peragaan yang telah diamati (misal : bagaimana agar kita dapat menguasai gerakan jalan cepat?)</li> <li>2. Sebelum menjawab pertanyaan, guru melontarkan pertanyaan kepada siswa lainnya agar mereka aktif. (Apakah ada yang dapat menjawab pertanyaan dari teman kalian?). Guru mempersilahkan siswa untuk menjawab.</li> <li>3. Setelah siswa aktif menjawab, guru baru menjawab pertanyaan siswa yang tadi dengan jawaban yang tepat.</li> </ol> </li> </ol>	<p>55 menit</p>	<p>Komando</p> <p>Resiprokal</p>





	<p style="text-align: center;"> → <b>guru</b></p> <div style="border: 1px solid orange; padding: 10px; margin: 10px auto; width: fit-content;">  </div>		Drill/Latihan
<b>Penutup</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membariskan peserta didik menjadi 2 bershaf, kemudian berhitung.</li> <li>2. pendinginan siswa dibuat melingkar permainanya adalah kecepatan koordinasi misal komando berkata kuping yang disentuh hidung dan siswa yang menyentuh hidung maka diberi hukuman.</li> </ol> <div style="text-align: center; margin: 20px 0;">  </div> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Melakukan refleksi oleh guru dengan melibatkan peserta didik tentang gerakan jalan cepat.</li> <li>4. memberikan evaluasi terhadap pembelajaran jalan cepat</li> <li>5. Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran jalan cepat</li> <li>6. Memberikan Penugasan terkait jalan cepat kepada siswa.</li> <li>7. Berdoa</li> <li>8. Memberikan salam dan membubarkan barisan.</li> </ol>	10 menit	

## H. Penilaian

### 1. Rubrik Penilaian Tes Sikap (Afektif)

No	Asek yang dinilai	Checklist (√)
1	Tanggung jawab	
2	Disiplin	
	Jumlah Skor	

Keterangan : Setiap perilaku yang dinilai diberi checklist (√) diberi nilai 1.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 25\%$$

### 2. Rubrik Penilaian Pengetahuan (Kognitif)

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
1. Bagaimana cara langkah kaki dalam melakukan jalan cepat ?				
2. Bagaimana irama gerakan tangan saat melakukan ayunan jalan cepat ?				
3. Bagaimanakah posisi badan saat melakukan langkah ayunan kaki jalan cepat				
Jumlah skor				

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 25\%$$

### 3. Rubrik Penilaian Tes Keterampilan (Psikomotor)

No	Aspek yang dinilai	Kualitas Gerak		
		1	2	3
1	Kecepatan dalam melakukan jalan cepat			
2	Langkah kaki saat melakukan gerakan jalan cepat			
3	Koordinasi gerakan keseluruhan dalam melakukan jalan cepat			
	Jumlah			

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 50\%$$

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}} \times 100\%$$

Keterangan :

Mendapat nilai (A) Sangat Baik apabila skor yang diperoleh 91-100%

Mendapat nilai (B) Baik apabila skor yang diperoleh 80-90%

Mendapat nilai (C) Cukup apabila skor yang diperoleh 70-79%

Mendapat nilai (D) Kurang apabila skor yang diperoleh 60-69%

Mendapat nilai (E) Kurang Sekali apabila yang diperoleh <60%

Sleman, 12 Agustus 2015

Mengetahui,  
Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL

SURONO  
NIP. 19550901 198103 1 008

M. Noviantoro. S  
NIM.12601244132

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 3 Kalasan

Kelas/Semester : IX/1

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Tema/Topik : Lari Jarak Pendek

Alokasi Waktu : 3 x 40 menit ( 1 x pertemuan )

### A. Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianut.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong) santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

### B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

No	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
	1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan: a. Pembiasaan perilaku berdoa	1.1.1 Berdoa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan pembelajaran 1.1.2 Menunjukkan sikap berusaha secara maksimal dalam melakukan

	<p>sebelum dan sesudah pelajaran.</p> <p>b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir.</p> <p>c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan.</p>	<p>pembelajaran dengan tetap meningkatkan kemampuan dan menampilkan sikap tawakal terhadap hasil akhir</p> <p>1.1.3 Menunjukkan perilaku baik dengan melakukan gerakan sesuai fungsi tubuh (kodrat)</p>
	<p>2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.</p> <p>2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik .</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan</p>	<p>2.1.1 Saat bermain menunjukkan permainan tidak curang</p> <p>2.2.1 Menggunakan peralatan sesuai dengan fungsinya</p> <p>2.2.2 Tidak melakukan gerakan yang dapat membahayakan diri sendiri dan orang lain</p> <p>2.3.1 Dalam melakukan aktivitas fisik yang dilakukan secara berkelompok, beregu, dan berpasangan memperhatikan kondisi teman, baik fisik atau psikis</p>

	<p>teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan.</p>	<p>2.5.1 Saling membantu teman bila ada kesulitan dalam melakukan gerakan</p>
	<p>3.3 Memahami konsep variasi dan kombinasi keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar).</p>	<p>3.3.1 Menyebutkan konsep variasi pada lari jarak pendek</p> <p>3.3.2 Menyebutkan konsep kombinasi pada lari jarak pendek</p> <p>3.3.3 Menyebutkan konsep keterampilan pada lari jarak pendek</p> <p>3.3.4 Menyebutkan variasi prinsip dasar lari jarak pendek</p> <p>3.3.5 Menyebutkan variasi prinsip dasar start jongkok</p> <p>3.3.6 Menyebutkan variasi prinsip dasar finish lari jarak pendek</p> <p>3.3.7 Menyebutkan kombinasi</p>

		prinsip dasar lari, start, dan finish lari jarak pendek
	4.3 Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar dengan koordinasi yang baik)	4.3.1 Melakukan variasi prinsip dasar lari jarak pendek 4.3.2 Melakukan variasi prinsip dasar start jongkok 4.3.3 Melakukan variasi prinsip dasar finish lari jarak pendek 4.3.4 Melakukan kombinasi prinsip dasar lari, start, dan finish lari jarak pendek

### C. Tujuan Pembelajaran

#### Kompetensi Inti 1

1. Berdoa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan pembelajaran dengan khusus.
2. Menunjukkan sikap berusaha secara maksimal dalam melakukan pembelajaran dengan tetap meningkatkan kemampuan dan menunjukkan sikap tawakal terhadap hasil akhir dengan baik.
3. Menunjukkan perilaku baik dengan melakukan gerakan sesuai fungsi tubuh (kodrat) dengan baik.
4. Menyebutkan konsep variasi pada lari jarak pendek dengan baik.
5. Menyebutkan konsep variasi pada prinsip start jongkok dengan baik.
6. Menyebutkan konsep variasi pada finish lari jarak pendek dengan baik.
7. Menyebutkan konsep kombinasi pada pada lari jarak pendek dengan baik.
8. Menyebutkan konsep keterampilan pada lari jarak pendek dengan baik.

9. Menyebutkan variasi prinsip dasar lari jarak pendek, dengan baik.
  10. Menyebutkan variasi prinsip dasar start jongkok dengan baik.
  11. Menyebutkan variasi prinsip dasar finish lari jarak pendek dengan baik.
  12. Menyebutkan kombinasi prinsip dasar lari, start, dan finish lari jarak pendek dengan baik.
1. Melakukan variasi prinsip dasar lari jarak pendek dengan baik
  2. Melakukan variasi prinsip dasar start jongkok dengan baik
  3. Melakukan variasi prinsip dasar finish lari jarak pendek, dengan baik
  4. Melakukan kombinasi prinsip dasar lari, start, dan finish lari jarak pendek dengan baik

#### **D. Materi Pembelajaran**

Lari jarak pendek / lari cepat yaitu lari yang diperlombakan dengan cara berlari secepat-cepatnya ( sprint ) yang dilaksanakan di dalam lintasan lari menempuh jarak 100 m, 200m dan 400 m. Dapat dilakukan oleh putra maupun putri. Di dalam lomba lari cepat setiap pelari tidak diperbolehkan keluar lintasannya masing-masing.

##### **1. Teknik Dasar Start :**

- a. Start Panjang ( Long start )
  1. Sikap jongkok rileks
  2. Lutut kaki kanan menempel di tanah.
  3. Kaki kiri berada di depan dengan posisi jinjit.
  4. Kedua tangan menempel di atas garis start dengan membentuk huruf “v”.
  5. Pandangan rileks kedepan, konsentrasi pada aba-aba start berikutnya.
- b. Start Menengah ( Medium start )
  1. Sikap jongkok rileks.
  2. Lutut kaki kanan menempel di tanah.
  3. Kaki kiri berada di samping lutut kaki kanan dengan jarak kurang lebih 1 kepal.
  4. Kedua tangan menempel di atas garis start dengan membentuk huruf “V”.
  5. Pandangan rileks kedepan, konsentrasi pada aba-aba start berikutnya.

- c. Start Pendek ( Short start )
  - 1. Sikap jongkok rileks.
  - 2. Lutut kaki kanan menempel di tanah.
  - 3. Kaki kiri terletak di antara kaki kanan dan lutut kaki kanan.
  - 4. Kedua tangan menempel di atas garis start dengan membentuk huruf “V”.
  - 5. Pandangan rileks kedepan dan konsentrasi pada aba-aba start berikutnya.

## **2. Start Jongkok dengan Aba-aba Start :**

- a. Aba-aba “Bersedia”.
  - 1. Salah satu lutut diletakkan di tanah dengan jarak lebih kurang satu jengkal dari garis start. Kaki satunya diletakkan tepat di samping lutut yang menempel tanah lebih kurang satu kepal.
  - 2. Badan membungkuk kedepan, kedua tangan terletak di tanah di belakang garis start, keempat jari rapat, ibu jari terbuka ( membentuk huruf V ).
  - 3. Kepala ditundukkan, leher rileks, pandangan kebawah dan konsentrasi pada  
aba-aba berikutnya.
- b. Aba-aba “Siap”.
  - 1. Lutut yang menempel di tanah diangkat, panggul diangkat setinggi bahu dan Berat badan dibawa kemuka kaki belakang membentuk sudut 120 derajat, sedangkan kaki depan membentuk sudut 90 derajat.
  - 2. Kepala tetap tunduk, leher rileks ,pandangan kebawah dan konsentrasi pada aba-aba berikutnya.
- c. Aba-aba “Ya”.
  - 1. Menolak kedepan dengan kekuatan penuh atau gerakan meluncur, tetapi Jangan melompat.
  - 2. Badan tetap condong kedepan disertai dengan gerakan lengan yang diayunkan.
  - 3. Dilanjutkan dengan gerakan langkah kaki pendek-pendek, tetapi cepat agar agar badan tidak jatuh kedepan.

## **3. Teknik Lari Jarak Pendek ( Sprint )**

- a. Prinsip lari cepat yaitu lari pada ujung kaki, tumpuan kuat agar mendapat dorongan yang kuat.

- b. Sikap badan condong kedepan lebih kurang  $60^0$ , sehingga titik berat badan selalu di depan.
- c. Ayunan lengan kuat dan cepat, siku dilipat, kedua tangan menggenggam lemas, agar gerakan langkah kaki juga cepat dan kuat.
- d. Setelah lebih kurang 20 m dari garis start, langkah diperlebar dan sikap badan dicondongkan kedepan tetap dipertahankan serta ayunan lengan dan gerakan langkah juga dipertahankan kecepatan serta kekuatan bahkan harus ditingkatkan.

#### **4. Teknik Memasuki Garis Finish**

- a. Berlari secepat mungkin, jika perlu ditingkatkan kecepatannya seakan-akan garis finish masih 10 m di belakang garis sesungguhnya.
- b. Setelah sampai lebih kurang 1 meter di depan garis finish merebahkan badan kedepan tanpa mengurangi kecepatannya.
- c. Sampai garis finish membusungkan dada, tangan ditarik kebelakang atau putar salah satu bahu kedepan. Peserta didik diminta mengamati dan merasakan koordinasi gerakan, lalu temukan pola yang paling sesuai buat mereka.

### **E. Media Pembelajaran**

#### **1. Media**

- 1) Gambar : Prinsip gerakan lari jarak pendek
- 2) Model : Peragaan oleh guru atau peserta didik yang sudah memiliki kemampuan melakukan prinsip lari jarak pendek

#### **2. Alat dan bahan**

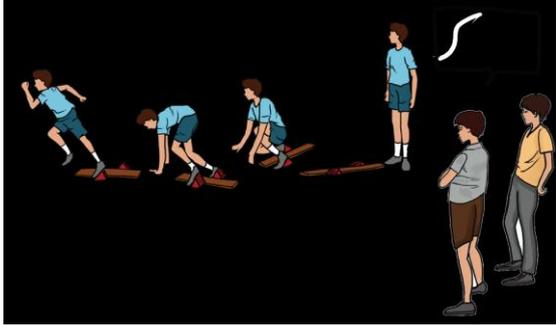
Alat yang dapat digunakan pada jalan cepat, sebagai berikut : 1) Ruang terbuka yang datar dan aman/lapangan basket/voli, 2) Bendera start dan finish, 3) *Cone* ± 10 buah, 4) 2 buah *stopwatch*, 5) Pluit

### **F. Metode Pembelajaran**

1. *Inclusive* (cakupan)
2. Demonstrasi
3. *Part and whole* (bagian dan keseluruhan)
4. *Resiprocal* (timbang-balik)
5. *Pendekatan Pembelajaran Kontekstual*
6. *Pendekatan Scientific*

#### G. Kegiatan Pembelajaran

KEGIATAN	DESKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Berbaris, berdoa, presensi dan apersepsi</li> <li>• Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran</li> <li>• Memberikan pancingan pada siswa yang berkaitan dengan materi yang telah disampaikan pada pertemuan yang lalu.</li> <li>• Menanyakan kepada siswa tentang kesiapan mempraktekkan lari jarak pendek.</li> </ul>	30 menit
Inti	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pemanasan dengan peregangan statis dan dinamis.</li> <li>• Siswa dibagi dalam kelompok seperti yang telah disampaikan pada pertemuan sebelumnya.</li> <li>• Strategi pelaksanaan dengan menggunakan model resiprokal / timbal-balik</li> <li>• Guru membagikan bahan ajar, yang berisi deskripsi tugas dan indikator tugas gerak kepada setiap kelompok.</li> <li>• Siswa mempelajari tugas gerak dan indicator keberhasiannya.</li> <li>• Siswa membagi tugas, siapa yang melakukan dan siapa yang mengamati, dilakukan secara bergantian.</li> <li>• Siswa melaksanakan tugas gerak, dan menampilkan gerak sesuai dengan indicator yang telah ditentukan.</li> <li>• Secara bergantian siswa mempraktekan lari jarak</li> </ul>	70 menit

	<p>pendek dengan urutan gerak yang sempurna.</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru juga melakukan penilaian terhadap seluruh aktivitas siswa.</li> </ul>	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran, berdoa dan bubar.</li> <li>• Melakukan refleksi dengan Tanya jawab kepada peserta didik.</li> <li>• Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran</li> </ul>	20 menit

#### H. Sumber Belajar

- Ruang terbuka datar dan aman.
- Buku teks.
- Bukureferensi.
- Lembar Kerja Proses Belajar

#### F. Penilaian

##### Rubrik Penilaian

##### A. Penilaian Sikap (Afektif)

Penilaian sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : disiplin, tanggung jawab, dan sportifitas.

Keterangan : berikan tanda ceklist (  $\checkmark$  ) pada kolom yang sudah disediakan pada setiap siswa. Tiap perilaku yang di ceklist (  $\checkmark$  ) diberi nilai satu.

Rubik Penilaian Sikap (Afektif) Dalam Pembelajaran Lari jarak pendek

No	Sikap yang diharapkan	Ceklist (√)
1	Disiplin :	
	a. Mengikuti kegiatan sesuai dengan waktu yang ditentukan.	
	b. Mengikuti semua proses pembelajaran.	
2	Tanggung Jawab :	
	a. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya.	
	b. Mengembalikan peralatan pembelajaran ke tempat yang telah disediakan.	
	c. Menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dalam melakukan aktivitas.	
	d. Menjaga ketertiban lingkungan sekitar.	
	e. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya.	
3	Sportifitas :	
	a. Menghargai teman dan lawan.	
	b. Menerima kekalahan/kegagalan.	
	c. Mentaati peraturan	
	<b>Jumlah</b>	
<b>Jumlah maksimal 10 poin</b>		

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah maksimal skor}} \times 100\%$$

Nilai	Kriteria
90-100	Amat Baik (AB)
78-89	Baik (B)
66-77	Cukup (C)
≤65	Kurang (K)

### B. Penilaian Pengetahuan (Kognitif)

#### Rubrik Penilaian Pengetahuan (Kognitif) Dalam Pembelajaran Lari Jarak Pendek

Jawab secara lisan maupun dengan tulisan, pertanyaan-pertanyaan mengenai teknik lari jarak pendek

No	Pertanyaan	Kriteria persekoran			
		1	2	3	4
1	Jelaskan sikap awal teknik lari jarak pendek !				
2	Jelaskan sikap awal Tangan dan kaki saat melakukan start !				
3	Jelaskan posisi badan saat start !				
4	Jelaskan posisi kaki dan badan saat berlari !				
5	Jelaskan kesalahan yang banyak dilakukan pada saat melakukan start dan lari !				
Jumlah poin yang diperoleh (maksimal 20 poin)					

#### Keterangan :

- a. Skor 4 jika peserta didik mampu menjelaskan secara runtut dan tepat.
- b. Skor 3 jika peserta didik mampu menjelaskan secara runtut namun belum sepenuhnya tepat.

- c. Skor 2 jika peserta didik mampu tidak menjelaskan secara runtut namun tepat.
- d. Skor 1 jika peserta didik tidak satupun mampu menjelaskan pertanyaan diatas.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

**C. Penilaian Keterampilan (Psikomotorik)**

**Rubrik Penilaian Teknik Gerakan Lari Jarak Pendek**

No	Indikator	Nilai		
		1	2	3
1	Teknik start			
	a. Ketepatan gerakan tangan, kaki, dan badan			
	b. Ketepatan koordinasi gerakan tangan, kaki, dan badan			
2	Teknik gerakan saat berlari sampai finish			
	a. Ketepatan gerakan pada saat lari			
	b. Ketepatan gerakan pada saat berlari			
	c. Kecepatan waktu yang di peroleh			
Jumlah skor yang diperoleh (maksimal skor 15)				

Keterangan :

- a. Nilai 1 jika peserta didik tidak mampu mempraktikan keterampilan tersebut.
- b. Nilai 2 jika peserta didik mampu mempraktikan keterampilan tersebut, namun belum tepat.
- c. Nilai 3 jika peserta didik mampu mempraktikan keterampilan tersebut secara tepat.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

Sleman, 3 September 2015

Mengetahui,

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Drs. Hadi Purnama

M. Noviantoro. S

NIP. 19650101 199803 1 008

Nim. 12601244132

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

### ( RPP )

Satuan Pendidikan	: SMP Negeri 3 Kalasan
Kelas / Semester	: IX / I (Ganjil )
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani,Olahraga dan Kesehatan
Tema / Topik	: Bola Basket
Alokasi Waktu	: 3 x 40 menit ( 1 Pertemuan )

#### **A. Kompetensi Inti :**

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianut.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin,tanggung jawab, peduli (toleransi,gotong royong)santun,percaya diri,dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual,konseptual dan prosedural)berdasarkan rasa ingin tahunya tentang pengetahuan,tehnologi, seni budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah dan menyaji dalam ranah kongkrit (menggunakan ,menguasai, merangkai,memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis,membaca,menghitung,menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang di pelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

#### **B. Kompetensi Dasar:**

- 1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktifitas jasmani,permainan dan olahraga.
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagaiaktifitas fisik.
- 3.3 Memahami dan menerapkan pengetahuan (factual, konseptual, dan prosedural) berikan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian.

- 4.1 Mengolah, menyaji, dan menlar ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang di pelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

**C. Indikator Pencapaian Kompetensi :**

1. Melakukan doa sebelum memulai pembelajaran.
2. Menunjukkan sikap sportif dalam bermain.
3. Menunjukkan sikap disiplin selama mengikuti pembelajaran.
4. Melakukan teknik Driblingdenganbaik
5. Melakukantekniklay updenganbaik
6. Melakukanteknik chess pass denganbaik

**D. Tujuan Pembelajaran :**

Setelah mengikuti pembelajaran ini,diharapkan peserta didik dapat :

1. Melafalkan doa menurut agama dan kepercayaan masing-masing.
2. Menunjukkan sikap sportif dalam bermain.
3. Menunjukkan sikap disiplin selama mengikuti pembelajaran.
4. Melakukan teknik Driblingdenganbaik
5. Melakukantekniklay updenganbaik
6. Melakukanteknik chess pass denganbaik

**E. Materi Pembelajaran:**

1. Passing dari depan dada (melempar bola dari depan dada).

Dalam permainan bola basket istilah passing berarti melempar atau mengoper bola ke teman,yang berarti membagi atau memberi bola kepada temannya agar dapat memasukkan bola kedalam keranjang lawan.Mengoper bola dengan dua tangan dari depan dada dengan dua tangan (chest pass) merupakan operan yang sering dilakukan dan di gunakan untuk operan jarak pendek.

a. Persiapan (sikap awal)

- Berdiri dengan dua kaki di buka selebar bahu, dan lutut sedikit di tekuk.

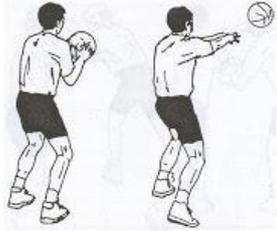
- Badan condong kedepan.
  - Bola di pegang kedua telapak tangan dan jari-jari terbuka, pandangan kearah teman yang akan di tuju.
- b. Pelaksanaan
- Tekuk kedua siku dengan mendekati badan, dan aturlah bola setinggi dada.
  - Langkahkan kaki kiri kedepan kearah sasaran.
  - Kemudian kedua lengan menolak lurus kedepan.
- c. Sikap akhir
- Meluruskan lengan seiring dengan lepasnya bola.
  - Lakukan bergantian dengan teman secara berpasangan.
2. Dribing
- Dribling dalam bola basket adalah menggiring dengan satu tangan, dengan tujuan untuk mendekati area pertahanan lawan
3. Lay up
- Lay up dalam bola basket adalah menembak dengan menggunakan satu tangan dengan tumpuan satu kaki (kaki terkuat) dengan tujuan memasukkan bola kedalam ring.

## F. Metode Pembelajaran.

1. Pendekatan Scientific.
2. Metode Komando

## G. Kegiatan Pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Berbaris, berdoa, presensi, dan apersepsi</li> <li>• Memberikan motivasi dan menjelaskan</li> </ul>	7 menit

	<p>tujuan pembelajaran</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pemanasan dengan permainan kucing2an dengan bola tetapi lemparan harus setinggi dada</li> </ul>	
Inti	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru mendemonstrasikan gerakan lemparan di depan dada dengan bantuan beberapa peserta didik.</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru mendemonstrasikan gerakan dribbling dan lay up dalam bola basket</li> <li>• Peserta didik mengamati gerakan yang dilakukan oleh guru</li> <li>• Peserta didik diberi kesempatan untuk bertanya tentang gerakan yang didemonstrasikan oleh guru.</li> <li>• Peserta didik diberi kesempatan untuk mencoba gerakan yang didemonstrasikan oleh guru yaitu dribbling, lay up, dan teknik dasar lemparan setinggi dada dengan rincian kegiatan sebagai berikut: <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Siswa berbaris ke belakang kemudian mencoba melakukan lemparan setinggi dada ke arah guru secara bergiliran</li> <li>➤ Melakukan dribbling di</li> </ul> </li> </ul>	10 menit

	<p>serta dengan lay up dan di lanjutkan lemparan setinggi dada secara berurutan dan bergantian</p> <p>Dribbling</p> <p>Chest pass</p> <p>Lay up</p> <p>▲ : Cones</p> <p>◡ : Ring Basket</p> <p>● : Siswa</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru melakukan penilaian terhadap aktivitas yang dilakukan siswa, yaitu dribbling, lay up, dan chest pass. Aktivitas / penilaian tersebut di lakukan urut nomor absen.</li> </ul>	
<p>Penutup</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pendinginan dengan menggunakan permainan, siswa di buat melingkar berhitung kelipatan 4, dan yang salah di kasih hukuman bernyanyi</li> <li>• Berbaris</li> <li>• evaluasi proses pembelajaran</li> <li>• Melakukan refleksi dengan tanya jawab kepada peserta didik</li> </ul>	<p>3 menit</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran</li> <li>• Memberikan tugas-tugas, berdoa, bubar</li> </ul>	
--	---	--

## H. Sumber Belajar

- Ruang terbuka, datar dan aman
- Bola, cone
- Buku referensi Pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan kelas VII, Erlangga

## F. Penilaian

### Rubrik Penilaian

#### D. Penilaian Sikap (Afektif)

Penilaian sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : disiplin, tanggung jawab, dan sportifitas.

Keterangan : berikan tanda ceklist (  $\checkmark$  ) pada kolom yang sudah disediakan pada setiap siswa. Tiap perilaku yang di ceklist (  $\checkmark$  ) diberi nilai satu.

#### Rubrik Penilaian Sikap (Afektif) Dalam Pembelajaran Bola basket

No	Sikap yang diharapkan	Ceklist ( $\checkmark$ )
1	Disiplin :	
	c. Mengikuti kegiatan sesuai dengan waktu yang ditentukan.	
	d. Mengikuti semua proses pembelajaran.	
2	Tanggung Jawab :	
	f. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya.	
	g. Mengembalikan peralatan pembelajaran ketempat yang telah disediakan.	

	h. Menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dalam melakukan aktivitas.	
	i. Menjaga ketertiban lingkungan sekitar.	
	j. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya.	
<b>Jumlah</b>		
<b>Jumlah maksimal 10 poin</b>		

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah maksimal skor}} \times 100\%$$

Nilai	Kriteria
90-100	Amat Baik (AB)
78-89	Baik (B)
66-77	Cukup (C)
≤65	Kurang (K)

#### **E. Penilaian Pengetahuan (Kognitif)**

#### **Rubrik Penilaian Pengetahuan (Kognitif) Dalam Pembelajaran Chest pass, Dribling, Lay Up**

Jawab secara lisan maupun dengan tulisan, pertanyaan-pertanyaan mengenai teknik lemparan chespas, Dribling, Lay up dalam bola basket

No	Pertanyaan	Kriteria persekoran			
		1	2	3	4
1	Jelaskan sikap awal lemparan di depan dada				
2	Jelaskan posisi kaki saat melakukan lay up				
3	Jelaskan posisi tangan saat melakukan dribbling				
4	Jelaskan posisi keseluruhan saat melakukan lay up				
5	Jelaskan kesalahan-kesalahan yang sering terjadi pada				

	saat melakukanchest pass, dribbling, dan lay up				
Jumlah poin yang diperoleh (maksimal 20 poin)					

**Keterangan :**

- e. Skor 4 jika peserta didik mampu menjelaskan secara runtut dan tepat.
- f. Skor 3 jika peserta didik mampu menjelaskan secara runtut namun belum sepenuhnya tepat.
- g. Skor 2 jika peserta didik mampu tidak menjelaskan secara runtut namun tepat.
- h. Skor 1 jika peserta didik tidak satupun mampu menjelaskan pertanyaan diatas.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

**C.Penilaian Keterampilan (Psikomotorik)**

**RUBRIK PENILAIAN**

**UNJUK KERJA TEKNIK MELEMPAR BOLA DI DEPAN DADA / CHESSPASS**

Aspek yang dinilai	Kwalitasgerak			
	1	2	3	4
1. Gerak saat melakukan chest pass				
2. Gerak saat melakukan dribbling				
3. Gerakan lay up				

**Keterangan:**

Nilai 4 jika aspek gerak dilakukan dengan amat baik

Nilai 3. Jika aspek gerak dilakukan dengan baik

Nilai 2. Jika aspek gerak dilakukan cukup baik

Nilai 1. Jika aspek gerak dilakukan kurang baik

Nilai akhir kualitas gerakan/ unjuk kerja.

Jumlah perolehan nilai x 100%

Skor maksimal

Sleman, 27 Agustus 2015

Mengetahui,

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Drs. Hadi Purnama

NIP.19650101 199803 1 008

M. Noviantoro. S

Nim. 12601244132

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

**Satuan Pendidikan** : SMPN 3 Kalasan  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
**Kelas/Semester** : IX / I  
**Tema / Topik** : Sepak Bola (Dribbling danShoting)  
**Alokasi Waktu** :3 x 40 menit (1 x pertemuan )

**A. Kompetensi Inti**

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianut.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong) santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

<b>B. Kompetensi Dasar</b>	<b>C. Indikator</b>
1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan	1.1.1 Siswa melakukandoasebelummemulaipembelajaran . a. Pembiasaanperilaku berdoasebelum dan sesudah pembelajaran b. Selaluberusahasecaramaksimal dan takwala dengan hasil akhir

olahraga.	c. Membiasakanberperilakubaikdalamb erolahragadanlatihan
2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.	2.6.1 Siswadapatmenunjukkansikapdisiplinselamame ngikutipembelajaran .
3.3Memahamidanmene rapkanpengetahuan (factual, konseptual, danprosedural) berikan rasa ingintahunyatan gilmupengetahuan, teknologi, seni, budayaterkaitfeno menadankejadian.	3.3.1 Memahamikonsepvariasidankombinasiketeramp ilan, sertaperaturan yang dimodifikasidalampermainan bola besar.
4.1Mengolah, menyaji, danmenlarranahko nkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, danmembuat) danranahabstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, danmengarang) sesuaidengan yang di pelajari di sekolahdansumber	4.1.1 Siswadapatmempraktikkanvariasidankombinasi keterampilankedalampermainan bola besarsecaralancar, terkontrol, dankoordinatif

lain yang sama dalam sudut pa ndang/teori.	

## B. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan teknik menggiring bola (dribble) dalam sepak bola.
2. Siswa dapat melakukan teknik menembak (shooting) dalam sepak bola.
3. Siswa dapat melakukan kombinasi teknik dasar menggiring dan menembak dalam sepak bola.
4. Siswa dapat bermain sepak bola dengan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk kerja sama dan toleransi.
  - a) Karakter siswa yang diharapkan :
    - 1) Disiplin ( *Discipline* )
    - 2) Tekun ( *diligence* )
    - 3) Tanggung jawab ( *responsibility* )
    - 4) Percaya diri ( *Confidence* )
    - 5) Sportif

## C. Materi Pembelajaran

Permainan Sepak Bola:

1. Teknik dasar dribble (menggiring bola)

Pada dasarnya menggiring bola adalah menendang terputus – putus atau pelan, oleh karena itu bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola. Menggiring bola bertujuan antara lain untuk mendekat jarak ke sasaran, melewat lawan, dan menghambat permainan.
2. Teknik dasar shooting (menembak bola)

Pada umumnya menendang dengan punggung kaki digunakan untuk menembak ke gawang atau shooting.

Analisis gerakanya sebagai berikut :

- Badan dibelakang bola sedikit condong kedepan, kaki tumpu diletakkan disamping bola dengan ujung kaki menghadap kesasaran, kaki sedikit ditekuk.
  - Kaki tendang berada di belakang bola dengan punggung kaki menghadap kedepan / sasaran.
  - Kaki tendang tarik ke belakang dan ayunkan kedepan hingga mengenai bola.
  - Perkenaan kaki pada bola tepat pada punggung kaki penuh dan tepat pada tengah – tengah bola.
  - Gerakan lanjut kaki tendang diarahkan dan diangkat ke arah sasaran.
3. Variasi dan kombinasi teknik dasar menggiring dan dilanjutkan dengan menembak ke gawang.

#### **D. Metode Pembelajaran**

1. Demonstrasi
2. *Part and whole* (bagian dan keseluruhan)

#### **E. Alat dan Sumber Bahan**

1. Bola sepak
2. Cones
3. Gawang
4. Peluit

Sumber bahan :

1. Buku Guru Penjasorkes kelas IX

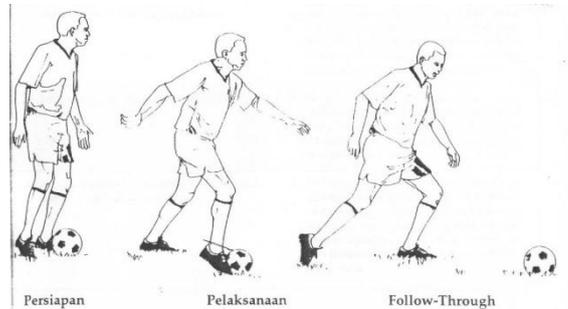
#### **F. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran**

##### **1. Kegiatan Pendahuluan**

- a) Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi
- b) Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran
- c) Pemanasan: Siswa ditugaskan mengelilingi lapangan sepakbola 1x putaran, dan dilanjutkan pemanasan statis, dinamis dan pemanasan dalam bentuk permainan:
  1. Siswa melakukan pemanasan statis, dinamis yang dipimpin oleh guru.
  2. Siswa melakukan pemanasan dalam bentuk permainan.

Cara bermain :

- Siswa dibariskan menjadi 4 bershadandibagimenjadi beberapa kelompok, setiap kelompok terdiri dari 4 siswa.



- Siswa melakukan menggiring bola melewati siswa lain dan cone yang ada dengan berbagai cara (menggiring dengan kaki dalam, kaki luar, ataupun punggung kaki).



- Dilakukan sampai siswa melakukan semua.

## 2. Kegiatan Inti (70 menit)

### *Mengamati*

- Siswa mengamati gambar yang diberikan guru
- Siswa mengamati Peragaan guru tentang Dribble dan Shooting dalam permainan Sepak Bola

### *Menanya*

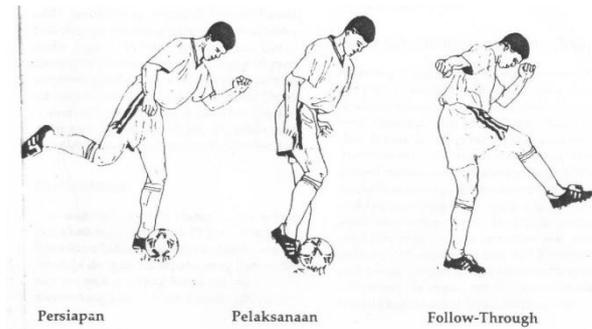
#### **Pertanyaan:**

#### **Misal :**

- Siswa menanyakan apa kunci utama dari teknik Dribble dan Shooting dalam permainan Sepak Bola ?
- jawab : Dribble harus menggunakan kaki bagian luar agar dapat mendribble dengan cepat, dan Shooting harus menggunakan punggung kaki agar bola tersebut melaju dengan cepat / keras

### **Mengeplorasi**

- Menggiring dan Menendang Bola



- Siswa dibariskan untuk diberi penjelasan tentang aspek yang akan dinilai.

#### 1) Teknik dribble

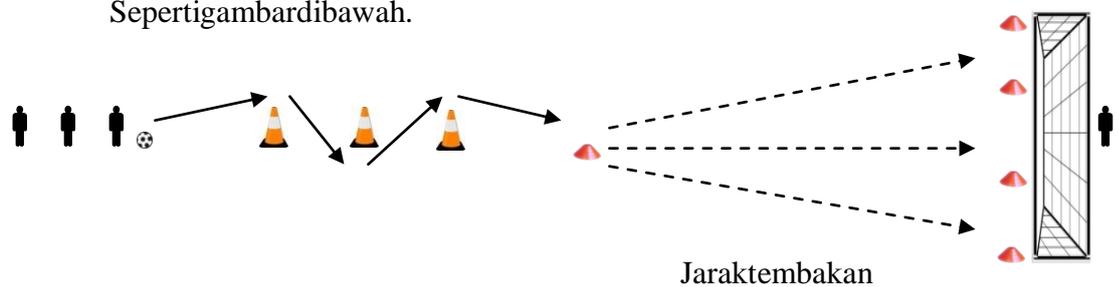
- Cara membawa bola
- Kelincahan melewati cone
- Kecepatan saat mendribble

#### 2) Teknik shooting

- Cara menendang bola
- Kecepatan tendangan
- Akurasi

- Kemudian dijelaskan tentang cara pelaksanaan kegiatan.

Seperti gambar di bawah.



### Mengasosiasi

- Siswa di buat 2 bershaf
- Siswa dapat menyimpulkan apa yang diberikan pertanyaan oleh guru terkait dengan mencoba yang telah dilakukan oleh siswa

### Mengkomunikasikan

- Target dibagi menjadi 3 sasaran, yaitu tengah dan 2 samping. Target tengah diberi nilai 1/2 dan yang samping diberi nilai 1.
- Jarak tembakan untuk putra sekitar 13 meter dan untuk putri sekitar 8 meter
- Siswa melakukan 3x tembakan ke target dan dihitung jumlah gol yang didapat.

- Siswaputramelakukanpenilaianterlebihdahuludansiswaputribermainsepak bola sepertibiasa agar tidakpasifmenunggugiliran, dansalingbergantianapabilasiswaputrasudahselesaimelakukanpenilaian

### 3. Kegiatan Penutup ( 20Menit )

Dalamkegiatanpenutup, guru:

- 1) SiswamelakukanPendinginan yang dipimpinolehsalahsatusiswadenganbantuangerakannyaoleh guru
- 2) bersama-samadenganpesertadidikmembuatrangkuman/simpulanpelajaran;
- 3) memberikanumpanbalikterhadap proses danhasilpembelajaran;
- 4) berdoa, dankemudianmembubarkanpesertadidik

### G. Penilaian

#### RUBRIK PENILAIAN

#### UNJUK KERJA TEKNIK DASAR SEPAK BOLA

Proses PenilaianGerak			SkorAkhir	Ket
Teknik Dribble(Skor 3)	TeknikShoting (Skor 4)	GOL (Skor 3)		
....	....	....	....	

### KriteriaPenilaianketerampilan

Kriteriaskor :

#### • Teknik Dribble

Skor 3 jika :

- a. Pandanganpada bola,
- b. Dapatmelewati cone dengancepat,
- c. Melewati cone tanpamenjatuhkan cone,

Skor 2: jikaduakriteria yang dilakukansecarabener

Skor 1: jikahanyasatukriteria yang dilakukansecarabener

- **Teknik Shoting**

Skor 4 jika:

- a. Pandangan mengarah ke gawang (sasaran) ,
- b. Menggunakan punggung kaki,
- c. tembak dan dilakukan dengan kuat
- d. tidak melewati batas tembakan saat melakukan shooting

Skor 3: jika tiga kriteria dilakukan secara benar

Skor 2: jika dua kriteria yang dilakukan secara benar

Skor 1: jika hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar

- **Kriteria jumlah gol**

Putra:

- a. Jumlah gol > 8, nilai 3
- b. Jumlah gol 8, nilai 2
- c. Jumlah gol < 8, nilai 1

Putri:

- a. Jumlah gol > 6, nilai 3
- b. Jumlah gol 6, nilai 2
- c. Jumlah gol < 6, nilai 1

$\text{Nilai Keterampilan} = (\text{Nilai dribble} + \text{Nilai Shoting} + \text{Nilai gol}) \times 10$
--

**RUBRIK PENILAIAN  
PERILAKU DALAM SEPAK BOLA**

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)		
	Baik (3)	Sedang (2)	Kurang (1)
1. Bekerjasamadengantemandalammelakukankegiatan			
2. Toleransi/menghargailawan			
3. Percayadiri(bersungguh-sungguhdalambermain)			
4. Bersedia berbagi tempat dan peralatan			
<b>Jumlah</b>			
<b>JumlahSkorMaksimal = 12</b>			

$$\text{Nilai Sikap} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

**RUBRIK PENILAIAN  
PEMAHAMAN KONSEP SEPAK BOLA**

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
1. Bagaimanacaramelakukanteknikdasar menggiring bola dengan benar?				
2. Bagaimanacaramelakukanteknikdasar menembak bola (shooting) dengan benar?				
<b>JUMLAH</b>				
<b>JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 8</b>				

$$\text{Nilai Pengetahuan} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

## Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Peserta Didik	Aspek-Aspek Penilaian			Keterangan
		Sikap	Pengetahuan	Keterampilan	
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					
dst					

Sleman, 20 Agustus 2015

Mengetahui,  
Guru Pembimbing

Drs. Hadi Purnama  
NIP. 19650101 199803 1 008

Mahasiswa PPL

M. Noviantoro. S  
NIM 12601244132

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SMP N 3 KALASAN
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
Kelas/semester	: VII / satu
Materi Pokok	: Gerak Dasar Sepakbola
Alokasi Waktu	: 3 x 40 Menit (1x pertemuan)

### A. Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami dan menerapkan pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mengolah, menyaji, dan menalar dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

### B. Indikator Pencapaian Kompetensi

	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.	1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan:  a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran.  b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Melakukan kegiatan berdoa sebelum dan sesudah pembelajaran.</li><li>• Menggunakan pakaian olahraga yang tepat dan sopan.</li></ul>

	c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan.	
2.	2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.  2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menunjukkan sikap sportif saat bermain.</li> <li>• Menunjukkan kemauan kerjasama dengan teman dalam bermain.</li> </ul>
3.	3.1 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola besar (sepakbola).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjelaskan konsep keterampilan gerak dasar sepakbola menendang (passing) dengan kaki bagian dalam dan menendang (shooting) dengan punggung kaki.</li> </ul>
4.	4.1 Mempraktikkan teknik dasar permainan bola besar (sepakbola) dengan menekankan gerak dasar fundamental.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempraktikkan keterampilan gerak dasar sepak bola ke dalam permainan sepakbola secara lancar, terkontrol, dan koordinatif.</li> </ul>

### C. Materi Pembelajaran

#### 1. Gerak dasar sepakbola yang meliputi:

keterampilan mengumpan ( passing) dengan menggunakan kaki bagian dalam :

- Kaki ditumpu pada samping sejajar dengan bola, lutut di tekuk.
- Kakik sepak membentuk sudut 90 derajat dengan kaki tumpu
- Posisi badan dibelakang bola sedikit tegak
- Tendangan dimulai dari menarik kaki dan mengayun kedepan
- Saat perkenaan mata melihat bola dan meneruskan pandangan pada sasaran
- Setelah menendang ada gerakan lanjutan (follow through)

b. menendang (shooting) bola ke sasaran.

Teknik melakukannya :

- Tubuh di belakang bola agak sedikit condong ke depan, kaki tumpu berada di samping bola dengan ujung kaki mengarah ke sasaran, kaki sedikit ditekuk,
- Kaki tendang berada di belakang bola dengan punggung kaki menghadap ke sasaran,
- Kaki tendang ditarik ke belakang lalu diayunkan hingga mengenai bola,
- Perkenaan kaki harus tepat di punggung kaki dan pada pertengahan bola,
- Gerakan lanjutan, kaki tendang di arahkan dan diangkat ke sasaran.

2. Mempraktikkan kedalam permainan sepak bola yang dimodifikasi.

#### **D. Metode Pembelajaran.**

1. Pendekatan : Scientific
2. Metode : komado ,resiprokal dan Penugasan

#### **E. Sumber ,media, alat dan bahan**

##### **a.sumber**

1. Muhajir dan Budi Sutrisno, Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, SMP/M.Ts Kelas VII Kurikulum 2013, hal 10 sampai dengan 28; Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud RI, 2013.
2. Bahan Ajar Pembelajaran Permainan Sepak Bola, Bogor: PPPPTK Penjas dan BK, 2012.

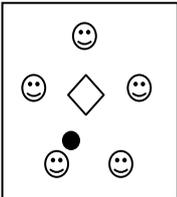
##### **b. Media**

Gambar teknik dasar (passing) mengumpan dengan kaki bagian dalam dan shooting dengan punggung kaki

##### **c. Alat dan Bahan**

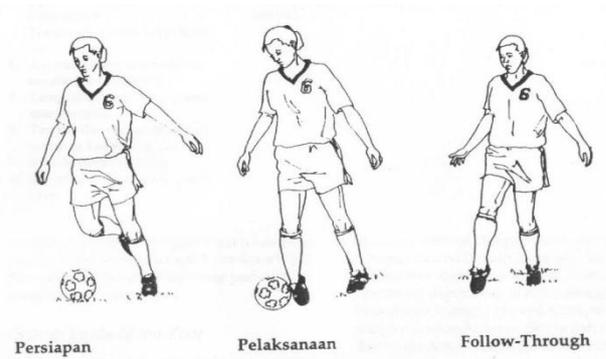
- Bola sepak
- Cone
- Lapangan sepakbola
- Peluit

## F. Kegiatan Pembelajaran

No	Kegiatan	Deskripsi	Waktu
1.	<p><b>Pendahuluan</b></p> <p style="text-align: center;">X X X X X X X X X X X X O</p> <p>Ket :</p> <p>X : siswa O : guru</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;">  </div> <p>Keterangan:</p> <p>◇ : Penjaga ☺ : Pemain</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menyiapkan siswa dalam barisan 2 syaf.</li> <li>• Memimpin berdoa supaya diberi keselamatan dalam proses pembelajaran dan agar materi bermanfaat bagi siswa.</li> <li>• Mempresensi kehadiran peserta didik dan menanyakan kesehatan peserta secara umum.</li> <li>• Menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dicapai peserta didik pada hari itu.</li> <li>• Memotivasi siswa dengan menjelaskan manfaat dari sepak bola untuk kebugaran jasmani, untuk membangun otot, untuk menambah kekuatan.</li> <li>• Melakukan apersepsi dengan menanyakan apa saja yang mereka ketahui mengenai sepakbola.</li> <li>• Melakukan pemanasan dalam bentuk permainan. <ul style="list-style-type: none"> <li>- peserta didik membuat lingkaran. Dan dua orang menjadi kucingnya.</li> <li>- Siswa yang menjadi kucing harus merebut bola yang dimainkan siswa yang tidak berjaga.</li> <li>- Jika siswa yang menjadi kucing berhasil merebut bola dia boleh menggantikan siswa yang bolanya telah direbut.</li> </ul> </li> </ul>	15 menit
2.	<p><b>Inti</b></p>	<p><b><u>Mengamati</u></b></p> <p>Mengamati teknik macam-macam gerak dasar permainan sepakbola. teknik dasar (passing) mengumpan dengan kaki bagian dalam</p>	85 menit



2.shooting dengan punggung kaki yang dilakukan oleh guru maupaun siswa



X X X X X X

X X X X X X

O

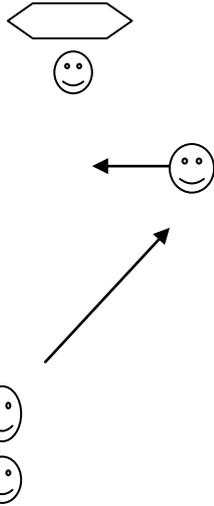
Ket :

X : siswa

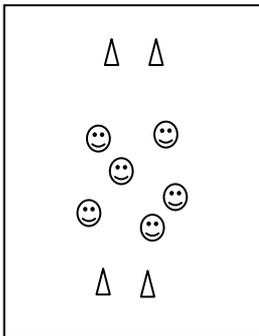
O : guru

**Menanya**

- Siswa menanya terkait dengan peragaan yang telah diamati (misal : bagaimana cara melaukakan teknik dasar shooting dengan punggung kaki dan passing dalam sepak bola ?
- Sebelum menjawab pertanyaan, guru melemparkan pertanyaan kepada siwa lainnya agar mereka aktif. (Apakah ada yang dapat menjawab pertanyaan dari teman kalian?). Guru mempersilahkan siswa untuk menjawab.
- Setelah siswa aktif menjawab, guru baru menjawab pertanyaan peserta didik yang tadi dengan jawaban yang tepat.



X X X X X X  
 X X X X X X  
 O



Keterangan :  
 Δ Gawang  
 😊 Pemain

**Mengeksplorasi**

Siswa dibariskan 2 syaf, Mempraktikkan passing menggunakan kaki bagian dalam dan shooting menendang kearah gawang pertama siswa mengumpan kepada temanya kemudian kembali di passing dan langsung menendang kearah gawang

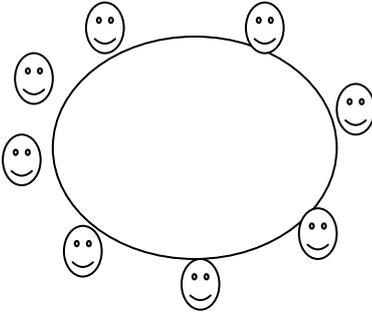
**Mengasosiasi**

1. peserta didik dapat Menemukan gerakan fundamental permainan sepak bola menendang dengan punggung kaki dan mengumpan dengan kaki bagian dalam dengan benar
2. Siswa dapat menyimpulkan terakait gerakan dalam melakukan tendangan dengan punggung kaki dan mengumpan dengan kaki bagian dalam dengan benar

**Mengkomunikasikan**

Melakukan permainan sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan gerak fundamental permainan sepak bola (mengumpan dan menendang ) Bermain sepak bola menggunakan gawang .

- Siswa dibagi menjadi 2 kelompok.
- Siswa di bentuk dengan Tim A dan Tim B
- Antara tim A dan tim B saling bergantian menyerang. Jarak tembak 2 meter didepan gawang.
- Tim yang dapat memasukan bola lebih banyak adalah pemenangnya.

<p>3. <b>Penutup</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik di buat melingkar Melakukan pendinginan dengan permainan balonku ada lima dengan cara memegang bola dan di geserkan ke kanannya jika sampai kata door maka peserta didik tersebut mendapat hukuman</li> </ul> <div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik bersama guru melakukan refleksi. Ajukan kepada peserta didik pertanyaan : <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Apa yang kalian pelajari hari ini?</li> <li>b. Apakah kalian menjadi segar dan terasa sehat?</li> <li>c. Apakah kalian merasa senang ?</li> <li>d. Bagaimana cara berkomunikasi dengan teman supaya pertandingan berjalan dengan lancar?</li> </ul> </li> <li>• Peserta didik bersama guru menyimpulkan (evaluasi).</li> <li>• Memberikan Penugasan terkait pembelajaran teknik dasar sepak bola</li> <li>• Peserta didik bersama-sama guru berdoa.</li> </ul>	<p>20 menit</p>
--------------------------	---	-----------------

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memberikan salam dan membubarkan barisan..</li> </ul>	
--	--	--	--

## G. Penilaian

### 1. Teknik Penilaian :

#### a. Kuis (Kognitif)

- 1) Bagaimana cara melakukan gerakan teknik mengumpan bola dengan kaki bagian dalam permainan sepak bola?
- 2) Bagaimana cara melakukan gerakan shooting atau menendang bola dengan punggung kaki dalam permainan sepak bola?

$$NA = \frac{\text{Jumlah Skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20 \%$$

Jumlah skor maksimal

#### b. Test unjuk Kerja (Psikomotor)

- 1) melakukan teknik shooting atau menendang dengan punggung dalam permainan sepak bola
- 2) melakukan teknik passing dengan kaki bagian dalam, di permainan sepakbola

$$NA = \frac{\text{Jumlah Skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 50 \%$$

Jumlah skor maksimal

#### c. Pengamatan Sikap ( Afektif)

- 1) Kerjasama.
- 2) Tanggung jawab.

$$NA = \frac{\text{Jumlah Skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30 \%$$

Jumlah skor maksimal

## 1. Rubrik Penilaian:

### RUBRIK PENILAIAN UNJUK PENGETAHUAN TEKNIK MENENDANG BOLA DENGAN PUNGGUNG KAKI DAN MENGUMPAN BOLA DENGAN KAKI BAGIAN DALAM

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban				
	1	2	3	4	5
1. Bagaimana melakukan teknik menendang bola dengan punggung kaki, dalam permainan sepakbola?					
2. Bagaimana teknik passing dengan kaki bagian dalam ,dalam permainan sepakbola?					
<b>JUMLAH</b>					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL	10				

#### Jawaban :

1

- a) Tempatkan kaki tumpu disamping bola, bukan kaki yang melakukan passing.
- b) Gunakan kaki bagian dalam untuk melakukan Passing.
- c) .Kunci atau kuatkan tumit agar saat sentuhan dengan bola lebih kuat.
- d) Kaki dalam dari atas di arahkan ke tengah bola (jantung) dan di tekan ke bawah agar bola tidak melambung.
- e) Diteruskan dengan gerakan lanjutan, dimana setelah sentuhan dengan bola dalam melakukan passing ayunan kaki jangan dihentikan.

2.
  - a. Tubuh di belakang bola agak sedikit condong ke depan, kaki tumpu berada di samping bola dengan ujung kaki mengarah ke sasaran, kaki sedikit ditekuk,
  - b. Kaki tendang berada di belakang bola dengan punggung kaki menghadap ke sasaran,
  - c. Kaki tendang ditarik ke belakang lalu diayunkan hingga mengenai bola,

- d. Perkenaan kaki harus tepat di punggung kaki dan pada pertengahan bola,
- e. Gerakan lanjutan, kaki tendang di arahkan dan diangkat ke sasaran.

## 2. Penilaian Keterampilan

### RUBRIK PENILAIAN

#### UNJUK KETERAMPILAN TEKNIK MENENDANG DENGAN PUNGGUNG KAKI DAN PASSING DENGAN KAKI BAGIAN DALAM, DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak				
	1	2	3	4	5
1. Teknik menendang dengan punggung kaki <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Posisi badan agak condong kedepan</li> <li>b) Perkenaan dengan bola</li> <li>c) Tepat sasaran kearah teman</li> <li>d) Gerakan lanjutan kaki</li> </ul>					
2. Teknik Passing dengan kaki bagian dalam <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Perkenaan bola dengan kaki bagian dalam</li> <li>b) Bola tepat sasaran kearah gawang</li> <li>c) Badan agak condong kedepan</li> <li>d) Kaki tumpuan disamping disamping bola</li> </ul>					
<b>JUMLAH</b>					
<b>JUMLAH SKOR MAKSIMAL</b>	10				

Nilai	Kriteria Penilaian Kualitas Gerak
5	Jika 4 kriteria terpenuhi
4	Jika 3 kriteria terpenuhi
3	Jika 2 kriteria terpenuhi
2	Jika 1 kriteria terpenuhi

1	Jika tidak ada kriteria yang terpenuhi
---	--

### 3. Penilaian Perilaku

Pengamatan dalam proses penilaian dilakukan saat peserta didik melakukan teknik passing dan teknik shooting dalam permainan sepak bola. Aspek-aspek yang dinilai meliputi: kerjasama dan tanggung jawab. Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang dicek (√) dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 5.

#### RUBRIK PENILAIAN

#### SIKAP TEKNIK MENGGIRING BOLA DAN PASSING DENGAN KAKI DALAM DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA

SIKAP YANG DIHARAPKAN	Cek Mark (√)				
	1	2	3	4	5
1. Kerjasama a) Bermain tidak seenaknya sendiri. b) Saling berkomunikasi dilapangan. c) Bisa diajak kerjasama. d) Selalu memberi dukungan teman.					
2. Tanggung jawab a) Selalu menyelesaikan tugas yang diberikan. b) Membantu mempersiapkan peralatan. c) Membantu mengemasi dan mengembalikan peralatan. d) Mau berbagi peralatan dengan teman.					
JUMLAH					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL	10				

Nilai	Kriteria Penilaian Sikap
5	Jika 4 kriteria terpenuhi

4	Jika 3 kriteria terpenuhi
3	Jika 2 kriteria terpenuhi
2	Jika 1 kriteria terpenuhi
1	Jika tidak ada kriteria yang terpenuhi

#### 4. Rekapitulasi Penilaian

No	Nama Peserta Didik	Aspek – aspek yang dinilai			Jumlah = <u>P+K+A</u>	Nilai Kualitatif
		Psikomotor	Kognitif	Afektif		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						

#### RUBRIK REKAPITULASI PENILAIAN

TEKNIK MENENDANG BOLA DENGAN PUNGGUNG KAKI DAN PASSING  
DENGAN KAKI DALAM DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA

JUMLAH SKOR	NILAI	NILAI KUALITATIF
100-91	SB	Sangat Baik
90-81	B	Baik
80-71	C	Cukup
< 70	K	Kurang

Sleman, Agustus 2015

Mengetahui,  
Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL

SURONO  
NIP. 19550901 198103 1 008

M. Noviantoro. S  
NIM. 1260124432

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP N 3 Kalasan  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
Kelas / Semester : VII / Satu  
Materi Pokok : Atletik (Lari Cepat)  
Alokasi Waktu : 1 pertemuan (3x 40 menit)

### H. Kompetensi Inti

5. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
6. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
7. Memahami dan menerapkan pengetahuan (84rocedu, konseptual, dan 84rocedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
8. Mengolah, menyaji, dan menalar dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

### I. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

KI	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.	1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan:  a. Pembiasaan perilaku berdoa	<ul style="list-style-type: none"><li>• Melakukan kegiatan berdoa sebelum pelajaran.</li><li>• Melakukan kegiatan berdoa sesudah pelajaran.</li><li>• Menggunakan pakaian olahraga secara tepat dan sopan.</li></ul>

	<p>sebelum dan sesudah pelajaran.</p> <p>b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir.</p> <p>c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan.</p>	
2.	<p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menunjukkan sikap menghargai perbedaan karakteristik dengan merespon baik penampilan orang lain</li> <li>• Menunjukkan sikap disiplin dengan tidak terlambat dan patuh terhadap peraturan.</li> </ul>
3.	<p>3.3 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental salah satu nomor atletik (lari cepat).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjelaskan konsep lari cepat dalam bentuk start jongkok.</li> </ul>
4.	<p>4.3 Mempraktikkan teknik dasar atletik (lari cepat) menekankan gerak dasar fundamentalnya.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempraktikkan keterampilan lari cepat dalam bentuk start jongkok dengan menempuh jarak 50m.</li> </ul>

## J. Materi Pembelajaran

1. Lari cepat meliputi start jongkok :
  - Tahap bermain (*games*)
  - Tahap teknik dasar (*basic of technique*)
  -

## K. Metode Pembelajaran

1. Pendekatan : Scientific
2. Metode : Penugasan

## L. Sumber Belajar

1. Buku Penjasorkes SMP Kelas VII

**M. Alat dan Bahan**

- Lintasan lari atau lapangan
- Cone
- Roll meter
- stopwatch

**N. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran**

Kegiatan	Diskripsi	Waktu
<p><b>a. Pendahuluan</b></p> <p>X X X X X X</p> <p>X X X X X X</p> <p>X X X X X X</p> <p>O</p> <p>Ket :</p> <p>X : siswa</p> <p>O : guru</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menyiapkan peserta didik dalam barisan dua bersyaf.</li> <li>• Dipimpin berdoa untuk keselamatan dalam pembelajaran dan kebermanfaatan.</li> <li>• Mengecek kehadiran semua peserta didik dan menanyakan kesehatan mereka secara umum.</li> <li>• Menjelaskan tujuan pembelajaran.</li> <li>• Memotivasi siswa dengan memberikan semangat bagi peserta didik.</li> <li>• Melakukan apersepsi dengan menanya kepada siswa apakah sebelumnya sudah mengetahui lari cepat.</li> <li>• Melakukan pemanasan dalam bentuk permainan hijau hitam.               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa berhadapan, tim hijau adalah siswa di bagian utara sedangkan tim hitam adalah siswa dibagian selatan.</li> <li>- Jika guru memberikan aba-aba hijau, berarti tim hitam harus berlari mengejar tim hijau begitu sebaliknya.</li> </ul> </li> </ul>	<p>18 menit</p>
<p><b>b. Inti</b></p>	<p><b><u>Mengamati</u></b></p>	<p>90 menit</p>

X X X X X X

X X X X X X

X X X X X X

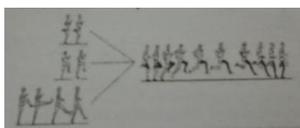
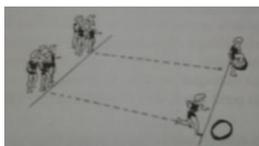
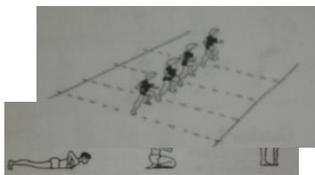
O

X X X X X X

X X X X X X

X X X X X X

O



### • Mengamati

Siswa mengamati gambar dalam bentuk kartu yang dibagikan. Tahap-tahap lari cepat yang meliputi :

- Tahap topang
- Tahap melayang

Posisi start jongkok yang meliputi :

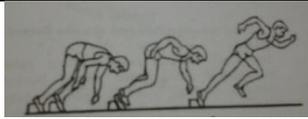
- Posisi “bersedia”
- Posisi “siap”
- Posisi “yaak”

### Menanya

- Guru mengajukan pertanyaan kepada peserta didik :
  - Ada berapa tahap dalam lari cepat?
  - Apakah ayunan lengan mempengaruhi kecepatan dalam lari cepat?
  - Bagaimana akibatnya bila mendarat dengan ujung jari kaki?
  - Bagaimana reaksi jantung dan paru selama melakukan aktivitas lari cepat?

### Mengeksplorasi

- Peserta didik dibariskan 4 syaf.
- Tahap bermain (*games*) :
  - Melakukan gerak berlari mencapai batas garis.
  - Start dari posisi berbeda (visual, audio, taktil)
  - Gerak lari cepat sambil memasukkan badan ke simpai.
  - Gerak lari beregu sambil melewati simpai.
- Tahap teknik dasar (*basic of technique*)

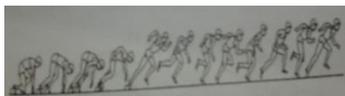


X X X X X X

X X X X X X

X X X X X X

O



- Latihan dasar ABC (gerak angling, lutut diangkat tinggi, lutut diangkat tinggi dan kaki diluruskan)

- Latihan dasar koordinasi ABC

• Latihan start jongkok yang meliputi :

- Bentuk penempatan start block

- Posisi “bersedia”

- Posisi “siap”

- Urutan gerak secara keseluruhan

• Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental lari cepat (posisi togok, ayunan lengan, ayunan langkah kaki, mendarat, dan memasuki garis finish) dengan benar dan membuat kesimpulannya.

### **Mengasosiasi**

• Menghubungkan berbagai informasi yang telah dipelajari dan menemukan gerak fundamental lari cepat (posisi togok, ayunan lengan, ayunan langkah kaki, mendarat, dan memasuki garis finis) dan menemukan pola yang tepat.

### **Mengkomunikasikan**

• Melakukan perlombaan lari cepat dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi menempuh jarak 50 meter dengan menerapkan gerak fundamental lari cepat (posisi togok, ayunan lengan, ayunan langkah kaki, mendarat, dan memasuki garis finis) serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai

	<p>perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan.</li> <li>• Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih.</li> <li>• Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan.</li> <li>• Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang keterampilan gerak jalan cepat dengan menunjukkan kerjasama.</li> </ul>	
<p><b>c. Penutup</b></p> <p>X X X X X X</p> <p>X X X X X X</p> <p>X X X X X X</p> <p>O</p> <p>Ket :</p> <p>X : siswa</p> <p>O : guru</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik melakukan pendinginan dalam bentuk permainan bisik kata.</li> <li>• Peserta didik bersama guru, melakukan refleksi.</li> <li>• Peserta didik bersama guru menyimpulkan (evaluasi).</li> <li>• Peserta didik menerima tugas untuk mencari tahu mengenai macam-macam gerakan senam lantai.</li> <li>• Peserta didik bersama-sama guru berdoa.</li> </ul>	12 menit

## O. Penilaian

### – Penilaian Sikap Spiritual dan Sosial

#### Lembar Observasi Sikap Spiritual

No	Perilaku yang diharapkan	Pengamat	
		Teman (skor)	Guru (skor)
1.	Melakukan doa sebelum dan sesudah		

	pelajaran		
2	Menggunakan pakaian olahraga yang santun saat pembelajaran penjasorkes		
	Jumlah skor maksimal : 8		

### Lembar Observasi Sikap Sosial

No	Perilaku yang diharapkan	Pengamat	
		Teman (skor)	Guru (skor)
1.	Menunjukkan kemauan kerjasama dengan teman		
2.	Menunjukkan sikap disiplin		
3.	Merespon dengan baik penampilan orang lain		
4.	Menerima kemenangan dan kekalahan		
	Jumlah skor maksimal : 16		

$$\text{Nilai sikap sosial} = \frac{\text{Jumlah skor}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

Petunjuk Penilaian Sikap Spiritual dan Sosial :

SKOR	NILAI KUALITATIF
4	Sangat Baik
3	Baik
2	Cukup
1	Kurang

Rubrik Penilaian Sikap Spiritual dan Sosial

RENTANG SKOR	NILAI	NILAI KUALITATIF
76 – 100	SB	Sangat Baik
51 – 75	B	Baik
26 – 50	C	Cukup
≥ 25	K	Kurang

### – Penilaian Keterampilan

Unjuk Kerja Lari Cepat (Start Jongkok)

No	Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak
----	--------------------	----------------

		1	2	3	4
1.	Posisi “bersedia”				
2.	Posisi “siap”				
3.	Posisi “yaak”				
	Jumlah skor maksimal : 12				

$$\text{Nilai Unjuk Kerja} = \frac{\text{Jumlah skor}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

Petunjuk Penilaian :

Kriteria posisi “bersedia”

1. Mengatur jarak balok start dan meletakkan kedua kaki
2. Kepala datar dengan punggung, pandangan lurus kebawah
3. Jarak kedua tangan selebar bahu lebih sedikit
4. Jari-jari telapak tangan membentuk huruf V terbalik

Kriteria posisi “siap”

1. Tubuh sedikit condong kedepan
2. Pinggang sedikit diangkat tinggi dari bahu
3. Bahu sedikit lebih maju ke depan dari kedua tangan
4. Lutut kaki depan membentuk sudut siku-siku

Kriteria posisi “yaak”

1. Kedua kaki menolak/menekan keras pada start blok
2. Badan diangkat pandangan perlahan kedepan
3. Tangan diayunkan bergantian
4. Badan condong kedepan

Petunjuk Penilaian :

SKOR	KETERANGAN
4	Jika peserta didik memenuhi 4 kriteria
3	Jika peserta didik memenuhi 3 kriteria
2	Jika peserta didik memenuhi 2 kriteria
1	Jika peserta didik memenuhi 1 kriteria

Rubrik Penilaian Unjuk Kerja Lari Cepat

RENTANG SKOR	NILAI	NILAI KUALITATIF
76 – 100	SB	Sangat Baik
51 – 75	B	Baik
26 – 50	C	Cukup
≥ 25	K	Kurang

– **Penilaian Pengetahuan**

**Pemahaman Konsep dalam Lari Cepat**

No	Butir Pertanyaan	Kualitas Jawaban			
		1	2	3	4
1.	Ada berapa tahap dalam lari cepat?				
2.	Apakah ayunan lengan mempengaruhi kecepatan dalam lari cepat?				
3.	Bagaimana akibatnya bila mendarat dengan ujung jari kaki?				
4.	Bagaimana reaksi jantung dan paru selama melakukan aktivitas lari cepat?				
	Jumlah skor maksimal : 16				

$$\text{Nilai Pemahaman Konsep} = \frac{\text{Jumlah skor}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

**Rubrik Penilaian Pemahaman Konsep Lari Cepat**

RENTANG SKOR	NILAI	NILAI KUALITATIF
76 – 100	SB	Sangat Baik
51 – 75	B	Baik
26 – 50	C	Cukup
≥ 25	K	Kurang

Sleman, Agustus 2015

Mengetahui,  
Guru Mata Pelajaran

Mahasiswa

SURONO  
NIP. 19550901 198103 1 008

M. Noviantoro. S  
NIM 1260124432

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP N 3 Kalasan  
Mata Pelajaran :Pend. Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester :9 / 1  
Alokasi Waktu :1Pertemuan(3 x 40 Menit)

### A. Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotongroyong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami dan menerapkan pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mengolah, menyaji, dan menalar dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

### B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan:
  - a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran.
  - b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir.
  - c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan.
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik
- 3.1 Memahami konsep variasi dan kombinasi keterampilan, serta peraturan yang dimodifikasi dalam permainan bola besar.
- 4.1. Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan ke dalam permainan bola besar secara lancar, terkontrol, dan koordinatif.

## **C. Indikator**

- 1.1.1 Melakukan kegiatan berdoa sebelum dan sesudah pembelajaran.
- 1.1.2 Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir
- 2.1.1 Menerapkan perilaku sportif dalam bermain
- 2.6.1 Tidak terlambat saat mengikuti pelajaran
- 2.6.2 Memakai seragam sesuai dengan peraturan sekolah
- 3.1.1 Menjelaskan variasi passing bawah dalam permainan bola voli
- 3.1.2 Menjelaskan variasi passing atas dalam permainan bola voli
- 4.1.1 mempraktikkan variasi passing bawah dalam permainan bola voli
- 4.1.2 mempraktikkan variasi passing atas dalam permainan bola voli

## **D. Materi Pembelajaran**

Tema : Permainan Voli

Sub-tema : Passing bawah, passing atas

- 1. Materi Pembelajaran Regular
  - a. variasi passing bawah dalam permainan bola voli
  - b. variasi passing atas dalam permainan bola voli
- 2. Materi Pengayaan
  - a. Siswa berpasangan melakukan passing bawah dengan jarak 5m selama 3 menit
  - b. Siswa berpasangan melakukan passing atas dengan jarak 5m selama 3 menit
- 3. Materi Remedial
  - a. Siswa berpasangan melakukan passing bawah dengan jarak 5m selama 3 menit
  - b. Siswa berpasangan melakukan passing atas dengan jarak 5m selama 3 menit

## E. Metode Pembelajaran

1. Metode Scientific
2. Metode Komando

## F. Media dan Bahan Pembelajaran

1. Bola Voli
2. Cones
3. Peluit
4. Net

Sumber Bahan :

1. Buku Guru Penjasorkes Kelas IX

## G. Kegiatan Pembelajaran

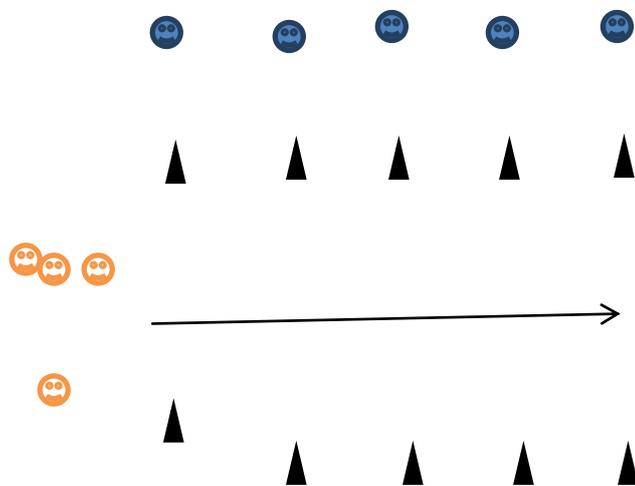
### 2. Kegiatan Pendahuluan ( 12 menit )

- Menyiapkan siswa dalam barisan 2 shaf.
- Memimpin berdoa supaya diberi keselamatan dalam proses pembelajaran dan kebermanfaatannya.
- Mempresensi kehadiran peserta didik dan menanyakan kesehatan peserta secara umum.
- Menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dicapai peserta didik pada hari itu.
- Memotivasi siswa dengan menjelaskan manfaat dari bola voli untuk kebugaran jasmani, untuk membangun otot, untuk menambah kekuatan.
- Melakukan apersepsi dengan menanyakan kegiatan yang dilakukan setelah pulang sekolah dan menanyakan olahraga yang akan diajarkan.
- Melakukan pemanasan dalam bentuk permainan “rantai passing”. Siswa dibuat 2 kelompok. Jumlah kelompok menyesuaikan jumlah siswa. Ke dua kelompok membuat barisan berbanjar di sebelah lapangan dan membelakangi lapangan. Siswa yang paling belakang memberikan bola ke teman di depannya dengan cara menganyukan bola dari bawah ke atas menuju diantara kedua kaki teman di depannya. Teman yang di depannya menangkap bola diantara kedua kakinya lalu memberikan keteman depannya dengan bergantian atas-bawah-atas-bawah, begitu seterusnya. Kelompok yang menang adalah team yang paling cepat mencapai siswa terakhir.

### 3. Kegiatan Inti ( 60 menit )

- Mengamati

Siswa diminta untuk mengamati dan memperhatikan peragaan passing yang diperagakan oleh guru dibantu salah seorang siswa dengan menggunakan teknik passing bawah dan passing atas. Siswa diminta untuk mempraktikkan variasi passing bawah dan passing atas.



Keterangan :

 : siswa

 : cone

 : arah lari

Peraturan :

1. Siswa berlari sesuai arah lari dan berhenti di setiap cone melakukan passing
2. Mempraktikkan passing bawah dan passing atas masing masing sebanyak dua putaran

## Game I

Di game ini ditekankan variasi dan kombinasi passing bawah, passing atas dan servis.

Peraturan permainan :

- 1) Dibagi menjadi dua tim
- 2) Bola harus di umpan sebanyak 3x terlebih dahulu sebelum di lemparkan ke arah daerah lawan
- 3) Tidak boleh melakukan smesh
- 4) Peraturan lain seperti bola voli pada umumnya

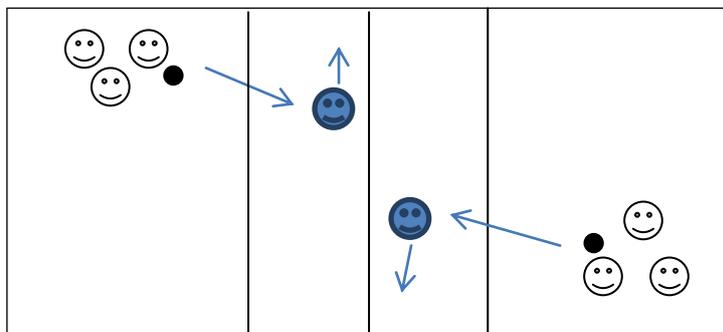
## 2. Menanya

Siswa membuat pertanyaan mengenai materi yang telah diajarkan yaitu teknik passing bawah, passing atas

## 3. Mencoba

Pratice

net





● : bola

Peraturan permainan :

1. Siswa dibagi menjadi 2 tim
  2. Bermain dengan permainan menggunakan passing atas dan passing bawah dan tidak boleh melakukan smash terlebih dahulu
4. Penutup (8 menit)
- a. Peserta didik melakukan pendinginan yang dipimpin oleh salah satu siswa
  - b. Peserta didik bersama guru, melakukan refleksi.
  - c. Peserta didik bersama guru menyimpulkan apa saja yang telah dipelajari
  - d. Peserta didik bersama-sama berdoa dengan guru.
  - e. Tugas piket mengembalikan alat ke tempat penyimpanan dengan tertib.

### Rubrik Penilaian

#### F. Penilaian Sikap (Afektif)

Penilaian sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : disiplin, tanggung jawab, dan sportifitas.

Keterangan : berikantandaceklist ( √ ) pada kolom yang sudah disediakan pada setiap siswa. Tiapperilaku yang di ceklist ( √ ) diberinilaisatu.

#### Rubik Penilaian Sikap (Afektif) Dalam Pembelajaran Bola Voli

No	Sikap yang diharapkan	Ceklist (√)
1	Disiplin :	
	e. Mengikuti kegiatan sesuai dengan waktu yang ditentukan.	
	f. Mengikuti semua proses pembelajaran.	
2	Tanggung Jawab :	
	k. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya.	
	l. Mengembalikan peralatan pembelajaran ke tempat yang telah disediakan.	
	m. Menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dalam melakukan aktivitas.	
	n. Menjaga ketertiban lingkungan sekitar.	
	o. Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran	

	sesuai dengan penggunaannya.	
3	Sportifitas :	
	d. Menghargai teman dan lawan.	
	e. Menerima kekalahan/kegagalan.	
	f. Mentaati peraturan	
	<b>Jumlah</b>	
	<b>Jumlahmaksimal 10 poin</b>	

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah maksimal skor}} \times 100\%$$

Nilai	Kriteria
90-100	AmatBaik (AB)
78-89	Baik (B)
66-77	Cukup (C)
≤65	Kurang (K)

### G. Penilaian Pengetahuan (Kognitif)

#### RubrikPenilaianPengetahuan (Kognitif) DalamPembelajaranRenang Gaya Crawl (TeknikMengambilNafasdanTeknikGerakanLengan)

Jawabsecaralisanmaupundengantulisan, pertanyaan-pertanyaanmengenaiteknikpassing atasdan passing bawahdalampermainan bola voli

No	Pertanyaan	Kriteriaporsekoran			
		1	2	3	4
1	Jelaskansikapawalteknikmelakukan passing bawah !				
2	Jelaskansikapawalteknikmelakukan passing atas !				
3	Jelaskanposisi kaki dantangansaatmelakukan passing atasdan passing bawah !				
4	Jelaskankesalahan-kesalahan yang seringterjadipadasaatmelakukanteknik passing bawah !				
5	Jelaskankesalahan yang banyakdilakukanpadasaatmelakukanteknik passing atas				

!				
Jumlah poin yang diperoleh (maksimal 20 poin)				

**Keterangan :**

- i. Skor 4 jika peserta didik mampu menjelaskan secara runtut dan tepat.
- j. Skor 3 jika peserta didik mampu menjelaskan secara runtut namun belum sepenuhnya tepat.
- k. Skor 2 jika peserta didik mampu tidak menjelaskan secara runtut namun tepat.
- l. Skor 1 jika peserta didik tidak satupun mampu menjelaskan pertanyaan diatas.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

**H. Penilaian Keterampilan (Psikomotorik)**

**Rubrik Penilaian Teknik Gerakan Passing atas dan Passing bawah dalam permainan bola voli**

No	Indikator	Nilai		
		1	2	3
1	Teknik Posisi kaki saat melakukan passing bawah			
	c. Ketepatan posisi kaki			
	d. Ketepatan koordinasi posisi kaki, tangan, dan perkenaan bola			
2	Teknik Posisi kaki dan tangan saat melakukan passing atas			
	d. Ketepatan posisi kaki			
	e. Ketepatan koordinasi posisi kaki, dan tangan			
	f. Ketepatan perkenaan bola saat melakukan passing atas			
Jumlah skor yang diperoleh (maksimal skor 15)				

**Keterangan :**

- d. Nilai 1 jika peserta didik tidak mampu mempraktikkan keterampilan tersebut.
- e. Nilai 2 jika peserta didik mampu mempraktikkan keterampilan tersebut, namun belum tepat.

f. Nilai 3 jika peserta didik mampu mempraktikkan keterampilan tersebut secara tepat.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

**Sleman, 13 Agustus 2014**

**Guru Pembimbing**

**Mahasiswa**

**Drs. HadiPurnama**

**M. Noviantoro. S**

**NIP. 19650101 199803 1 008**

**NIM. 12601244132**



**MATRIK PROGRAM KERJA PPL  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
TAHUN 2015**

NAMA SEKOLAH / LEMBAGA : SMP NEGERI 3 KALASAN  
ALAMAT SEKOLAH / LEMBAGA : Sidokerto, Purwomartani, Kalasan

No.	Nama Program PPL	Jumlah Jam per Minggu					Jumlah jam
		I	II	III	IV	V	
1.	KegiatanbimbinganbersamaGuruPembimbing	3	3	3	3	2	14
2.	Kegiatanbimbinganbersama DPL-PPL		2		2		4
3.	PembuatanRencanaPelaksanaanPembelajaran (RPP)	6	6	4	4	4	24
4.	Penyerahan hadiah dan Pensi				6		6
5.	Pelaksanaanpraktikpembelajarankelas	8	6	8	8	6	36
6.	Piket salaman pagi	2	2	2	2	2	10
7.	Pendampingan Tadarus	1	1	1	1	1	5
8.	Persiapan Kirab budaya dan mengikuti Kirab budaya	8					8
9.	Jum'at sehat dan mengajar ekstrakurikuler		3	3	3	3	12
10.	Rapat Perencanaan Lomba Peringatan Hari Kemerdekaan	2	2				4
11.	Pelaksanaan Lomba Peringatan Hari Kemerdekaan.		9				9
12.	Upacara Bendera	1		1	1	1	4
13.	Upacara Peringatan Hari Kemerdekaan R.I		2				2
14.	Mural tembok parkir			6	8	11	25
15.	Acara penerjunan	2					2
	Jumlah Jam						165

Mengetahui/Menyetujui,

Kepala Sekolah

Dosen Pembimbing Lapangan

Mahasiswa,

**Moh. Tarom, S.Pd**  
NIP.19620610 198412 1 006

**Dr. Sri Winarni, M.Pd**  
NIP. 19700205 199403 2 001

**M. Noviantoro. S**  
NIM. 12601244132



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN DANA HASIL KERJAPPL  
TAHUN 2015

Lampiran

Nama Sekolah : SMP NEGERI 3 Kalasan  
Alamat Sekolah : Sidokerto, Purwomartani, Kalasan, Sleman  
Nama DPL : Dr. Sri Winarni, M.Pd

No	Kegiatan	Hasil Kuantitatif / Kualitatif	Serapan Dana (dalam Rupiah)				
			Swadaya/ Sekolah/ Lembaga	Mahasiswa	Pemda Kotamadya	Sponsor/ Lembaga lainnya	Jumlah
1.	Pembuatan RPP	RPP untuk 9 kali pertemuan		17.000			17.000
2.	Mural	Mural tembok parkir		40.000			40.000
3.	Praktik mengajar	Memberi siswa pelari tercepat putra dan putri		10.000			10.000
4.	Kegiatan Lomba HUT RI	Pembelian hadiah dan konsumsi		35.000			35.000
4.	Pembuatan Laporan PPL	Satu bendel laporan PPL		50.000			50.000
<b>Total</b>				152.000			152.000

Yogyakarta, 16 September 2015

Mengetahui,

Dosen Pembimbing PPL

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Dr. Sri Winarni, M.Pd  
NIP. 19700205 199403 2 001

Drs. Hadi Purnama  
NIP. 19650101 199803 1 008

M. Noviantoro. S  
NIM. 12601244132



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL/MAGANG III

F02

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMP Negeri 3 Kalasan  
ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA : Sidokerto, Purwomartani, Kalasan  
GURU PEMBIMBING : Drs. Hadi Purnama

NAMA MAHASISWA : M. Noviantoro. S  
NO. MAHASISWA : 12601244132  
FAK./JUR./PRODI : FIK / PJKR  
DOSEN PEMBIMBING : Dr. Sri Winarni, M.Pd

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Minggu 1 Senin, 10 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"><li>- Upacara Bendera</li><li>- Mengajar</li><li>- Konsultasi dengan guru pembimbing</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Terlaksananya Upacara bendera hari Senin 10 Agustus 2015</li><li>- Mengajar kelas VII C tentang sikap passing bawah yang benar</li><li>- Konsultasi membuat RPP untuk mengajar kelas VII, VIII, IX, serta bertanya cara mengajar agar siswa aktif tidak pasif dalam pembelajaran</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Belum ada persiapan karena hari pertama PPL langsung mengajar</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Guru harus memberi tahu terlebih dahulu kalau hari pertama langsung di suruh mengajar</li></ul>

	<p>Selasa, 11 Agustus 2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Membuat RPP</li> <li>- Salaman Pagi dan Tadarus</li> <li>- Pendampingan Guru mengajar kelas VIII B</li> <li>- Konsultasi dengan Guru Pembimbing</li> <li>- Membuat RPP</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Membuat RPP untuk mengajar kelas VII</li> <li>- Terlaksanya kegiatan rutin bersalaman dengan siswa di gerbang pintu masuk Sekolah</li> <li>- Pendampingan Guru mengajar kelas VIII B dengan materi passing atas dan bawah bola voli</li> <li>- Konsultasi Untuk membuat RPP</li> <li>- Membuat RPP kelas VII</li> </ul>		
	<p>Rabu, 12 Agustus 2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tadarus</li> <li>- Mengajar kelas VII D</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Terlaksannya kegiatan Tadarus di sekolah sebelum pembelajaran dimulai</li> <li>- Memberikan materi atletik Jalan Cepat di kelas VII D</li> </ul>		
	<p>Kamis, 13 Agustus 2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salaman Pagi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Terlaksananya Salaman pagi dengan Siswa di Pintu Gerbang Sekolah</li> </ul>		

	<p>Jum'at, 14 Agustus 2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tadarus</li> <li>- Konsultasi dengan guru pembimbing</li> <li>- Membuat RPP</li> <li>- Senam Pagi</li> <li>- Mengajar kelas IX A</li> <li>- Persiapan Kirab Budaya</li> <li>- Mengikuti Kirab Budaya</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Terlaksananya Tadarus di Sekolah</li> <li>- Konsultasi membuat RPP untuk kelas IX</li> <li>- Membuat RPP untuk kelas IX</li> <li>- Terlaksananya senam pagi bersama guru dan siswa</li> <li>- Memberikan materi kombinasi passing atas dan passing bawah permainan bola voli</li> <li>- Latihan baris-berbaris bersama guru untuk lomba dan persiapan pembuatan untuk kirab budaya se Kecamatan Kalasan</li> <li>- Mengikuti Kirab Budaya bersama guru SMPN 3 Kalasan dengan mengikuti baris-berbaris dengan berjalan sejauh kurang lebih 6 Kilometer</li> </ul>		
	<p>Sabtu, 15 Agustus 2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salaman pagi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menyalami siswa di pintu gerbang Sekolah</li> </ul>		

	<p>Minggu II Senin, 17 Agustus 2015</p> <p>Selasa, 18 Agustus 2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tadarus</li> <li>- Mengajar kelas IX B</li> <li>- Upacara</li> <li>- Konsultasi dengan DPL pembimbing Kelompok</li> <li>- Salaman pagi</li> <li>- Rapat koordinasi</li> <li>- Konsultasi dengan guru pembimbing</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Terlaksannya tadarus di sekolah</li> <li>- Memberikan materi pembelajaran kombinasi passing atas dan bawah dalam permainan bola voli</li> <li>- Terlaksananya upacara bendera hari kemerdekaan Indonesia di sekolah</li> <li>- Menyampaikan progam kerja kepada DPL pembimbing Kelompok SMPN 3 Kalasan</li> <li>- Terlaksananya menyalami siswa di pintu gerbang sekolah</li> <li>- Rapat koordinasi lomba 17 Agustus di Sekolah</li> <li>- Konsultasi dengan guru pembimbing untuk</li> </ul>		
--	--	---	---	--	--

	<p>Rabu, 19 Agustus 2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Membuat RPP kelas VII</li> <li>- Tadarus</li> <li>- Mengajar kelas VII</li> <li>- Lomba HUT RI ke 70</li> </ul>	<p>membuat RPP kelas VII</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Membuat RPP untuk mengajar kelas VII</li> <li>- Terlaksananya Tadarus di Sekolah sebelum memulai pembelajaran</li> <li>- Mengajar kelas VII D dengan memberikan materi permainan bola kecil ( Kasti)</li> <li>- Lomba memperingati HUT RI ke 70 di Sekolah dengan menjadi wasit voli</li> </ul>		
	<p>Kamis, 20 Agustus 2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salaman pagi</li> <li>- Tadarus</li> <li>- Konsultasi dengan guru pembimbing</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Terlaksananya salaman pagi di pintu gerbang sekolah</li> <li>- Terlaksananya Tadarus di sekolah sebelum memulai pembelajaran</li> <li>- Konsultasi dengan guru pembimbing untuk</li> </ul>		

	<p>Jum'at, 21 Agustus 2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Membuat RPP</li> <li>- Lomba HUT RI ke 70</li> <li>- Pemeliharaan lingkungan sekolah</li> <li>- Mengajar kelas IX</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>membuat RPP kelas IX</li> <li>- Membuat RPP kelas IX</li> <li>- Melanjutkan lomba voli</li> <li>- Berjalannya pemeliharaan lingkungan sekolah dengan baik</li> <li>- Mengajar kelas IX A dengan memberikan materi Sepak Bola ( kombinasi drible dan shotting )</li> </ul>		
	<p>Sabtu, 22 Agustus 2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengajar extra voli</li> <li>- Salaman pagi</li> <li>- Tadarus</li> <li>- Mengajar kelas IX</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Membantu mengajar extra voli</li> <li>- Menyalami siswa SMPN 3 kalasan di pintu gerbang sekolah</li> <li>- Terlaksananya Tadarus di sekolah sebelum memulai pembelajaran</li> <li>- Mengajar kelas IX B</li> </ul>		

	<p>Minggu, 23 Agustus 2015</p> <p>Minggu III Senin, 24 Agustus 2015</p> <p>Selasa, 25 Agustus 2015</p> <p>Rabu, 26 Agustus 2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Konsultasi dengan guru pembimbing</li> <li>- Membuat RPP</li> <li>- Upacara</li> <li>- Mengajar kelas VII</li> <li>- Salaman pagi</li> <li>- Tadarus</li> <li>- Mural tembok parkir</li> </ul>	<p>dengan memberikan materi Sepak bola ( kombinasi drible dan shotting )</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Konsultasi dengan guru pembimbing untuk membuat RPP kelas VII</li> <li>- Membuat RPP untuk kelas VII</li> <li>- Persiapan upacara dengan mengatur siswa berbaris dan mengikuti jalannya upacara</li> <li>- Mengajar kelas VII dengan memberikan materi tentang sepak bola</li> <li>- Terlaksananya kegiatan salaman pagi dengan siswa</li> <li>- Terlaksananya Tadarus sebelum memulai pembelajaran</li> <li>- Membersihkan tembok dan mengeblok dengan</li> </ul>		
--	---	---	--	--	--

	<p>Kamis, 27 Agustus 2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tadarus</li> <li>- Mengajar kelas VII</li> <li>- Konsultasi dengan guru pembimbing</li> <li>- Salaman pagi</li> <li>- Tadarus</li> <li>- Mural tembok parkir</li> <li>- Membuat RPP</li> <li>- Jalan sehat</li> <li>- Mengajar kelas IX</li> </ul>	<p>menggunakan cat putih</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Terlaksananya Tadarus sebelum memulai pembelajaran</li> <li>- Memberikan materi tentang sepak bola</li> <li>- Konsultasi untuk membuat RPP kelas IX</li> <li>- Terlaksananya salaman pagi dengan siswa di pintu gerbang Sekolah</li> <li>- Terlaksananya Tadarus di Sekolah sebelum memulai pembelajaran</li> <li>- Menggambar sketsa pada dinding dan pemberian warna sebagian sketsa</li> <li>- Membuat RPP kelas IX</li> <li>- Di ikuti oleh siswa kelas VIII dengan rute ke arah timur</li> <li>- Memberikan materi kelas IX A tentang permainan</li> </ul>		
	<p>Jum'at, 28 Agustus 2015</p>				

	<p>Sabtu, 29 Agustus 2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Extrakurikuler voli</li> <li>- Salaman pagi</li>   <li>- Tadarus</li>   <li>- Mengajar kelas IX</li>   <li>- Konsultasi dengan guru pembimbing</li>   <li>- Mural tembok parkir</li>   <li>- Membuat RPP</li> </ul>	<p>bola basket (kombinasi dribling, lay up, chest pass )</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengajar extra voli</li>   <li>- Terlaksananya salaman pagi dengan siswa di pintu gerbang sekolah</li>   <li>- Terlaksananya tadarus sebelum memulai pembelajaran</li>   <li>- Mengajar kelas IX B dengan memberikan materi bola basket ( Kombinasi dribling, lay up,dan chest pass )</li>   <li>- Konsultasi untuk membuat RPP kelas VII</li>   <li>- Mengeblok putih kembali dan menggambar sketsa baru</li> </ul>		
	<p>Minggu IV Senin, 31 Agustus 2015</p>				

	<p>Selasa, 1 September 2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Upacara</li> <li>- Mengajar kelas VII</li> <li>- Salaman pagi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Membuat RPP kelas VII</li> <li>- Upacara bendera hari senin di sekolah</li> <li>- Memberikan materi kepada kelas VII tentang lari cepat ( Sprint )</li> <li>- Terlaksananya salaman pagi dengan siswa di pintu gerbang sekolah</li> <li>- Terlaksananya Tadarus sebelum memulai pembelajaran</li> </ul>		
	<p>Rabu, 2 September 2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tadarus</li> <li>- Mural tembok parkir</li> <li>- Tadarus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pemberian warna pada sketsa yang telah di gambar</li> <li>- Terlaksananya Tadarus sebelum memulai pembelajaran</li> </ul>		
	<p>Kamis, 3 September 2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengajar kelas VII</li> <li>- Salaman pagi</li> <li>- Tadarus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengajar kelas VII dengan memberikan materi lari cepat ( Sprint )</li> <li>- Terlaksananya salaman pagi dengan siswa di pintu</li> </ul>		

	<p>Jum'at, 4 September 2015</p> <p>Sabtu, 5 September 2015</p> <p>Minggu V Senin, 7 September 2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Konsultasi dengan guru pembimbing</li> <li>- Membuat RPP</li> <li>- Jalan sehat</li> <li>- Pensi dan pembagian hadiah</li> <li>- Salaman pagi</li> <li>- Tadarus</li> <li>- Mengajar kelas IX</li> <li>- Konsultasi dengan guru pembimbing</li> <li>- Membuat RPP</li> </ul>	<p>gerbang sekolah</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Terlaksananya tadarus sebelum memulai pembelajaran</li> <li>- Konsultasi dengan guru pembimbing untuk membuat RPP kelas IX</li> <li>- Membuat RPP untuk kelas IX</li> <li>- Jalan sehat bersama siswa dan guru SMPN 3 Kalasan</li> <li>- pembagian hadiah lomba HUT RI ke 70 dan pensi perpisahan KKN PPL UIN</li> <li>- Terlaksananya salaman pagi dengan siswa di pintu gerbang sekolah</li> <li>- Terlaksananya tadarus sebelum memulai pembelajaran</li> <li>- Mengajar kelas IX B dengan memberikan materi atletik ( lari cepat )</li> <li>- Konsultasi untuk membuat rpp kelas VII</li> </ul>		
--	--	---	---	--	--

	<p>Selasa, 8 september 2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Upacara</li> <li>- Mengajar kelas VII</li> <li>- Salaman pagi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Membuat RPP kelas VII</li> <li>- Terlaksananya upacara bendera hari senin di sekolah</li> <li>- Mengajar kelas VII dengan memberikan materi passing bawah bola voli</li> <li>- Terlaksananya salaman pagi dengan siswa di pintu gerbang sekolah</li> </ul>		
	<p>Rabu, 9 September 2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tadarus</li> <li>- Mural tembok parkir</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Terlaksananya tadarus sebelum memulai pembelajaran</li> <li>- Mural tembok parkir dengan mengecat sketsa yang telah di gambar</li> </ul>		
	<p>Kamis, 10 September 2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tadarus</li> <li>- Mengajar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Terlaksananya tadarus sebelum memulai pembelajaran</li> </ul>		

	<p>Jum'at, 11 September 2015</p> <p>Sabtu, 12 September 2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salaman pagi</li> <li>- Tadarus</li> <li>- Mural tembok parkiran</li> <li>- Senam pagi</li> <li>- Mural tembok parkiran</li> <li>- Salaman pagi</li> <li>- Tadarus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengajar kelas VII dengan memberikan materi passing bawah bola voli</li> <li>- Terlaksananya salaman pagi dengan siswa di pintu gerbang sekolah</li> <li>- Terlaksananya tadarus sebelum memulai pembelajaran</li> <li>- Mural tembok parkiran dengan mengecat sketsa yang telah di gambar</li> <li>- Terlaksananya senam pagi di halaman sekolah dengan siswa,guru, dan mahasiswa ppl</li> <li>- Mural tembok parkiran dengan mengecat sketsa yang telah di gambar</li> <li>- Terlaksananya salaman pagi dengan siswa di pintu gerbang sekolah</li> <li>- Terlaksananya tadarus</li> </ul>		
--	--	--	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mural tembok parkir</li> </ul>	<p>sebelum memulai pembelajaran</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mural tembok parkir dengan mengecat sketsa yang telah di gambar</li> </ul>		
--	--	---	---	--	--

Kalasan, 17 September 2015

Mengetahui :

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Dr. Sri Winarni, M.Pd  
NIP. 19700205 199403 2 001

Drs. Hadi Purnama  
NIP. 19650101 199803 1 008

M. Noviantoro. S  
NIM. 12601244132