

**LAPORAN KEGIATAN PPL**

**PERIODE 2 JULI – 17 SEPTEMBER 2014**

**Lokasi: MTs NEGERI NGEMPLAK**

**Pokoh, Wedomartani, Ngemplak, Sleman, Yogyakarta**



Disusun oleh:

**Dody Herdiyanto**

**11601241065**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN REKREASI**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**2014**

## HALAMAN PENGESAHAN

Setelah diadakan pengarahannya, bimbingan, koreksi dan perbaikan seperlunya dari PPL Universitas Negeri Yogyakarta tahun akademik 2014/2015, menyatakan dengan ini :

Nama : DODY HERDIYANTO  
NIM : 11601241065  
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Rekreasi  
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Telah benar-benar melaksanakan kegiatan PPL di MTs Negeri Ngemplak dari tanggal 2 juli 2014 s.d 17 september 2014 dengan hasil kegiatan tercakup dalam laporan ini. Disahkan pada :

Hari, tanggal : Rabu, 17 September 2014

Tempat : MTs Negeri Ngemplak

Yogyakarta, 17 September 2014

Mengetahui,

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing Lapangan

Drs. Amat Komari, M.Si

Drs. Sukarjo

NIP 19620422199001001

NIP. 195601101987111001

Koordinator PPL MTs N Ngemplak

Kepala sekolah

MTs N Ngemplak

Rita Astuti, S. Pd

Drs. Muh. Qomarudin, M.Pd.I

NIP. 197709082005012003

NIP. 196212291987031002

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga kami dapat menyelesaikan program praktek pengalaman lapangan (PPL) di Mts N Ngemplak dengan baik dan lancar sesuai dengan yang diharapkan.

Dalam program ini kami melewati rangkaian proses panjang yang meliputi tahap micro teaching, persiapan dan pembekalan PPL, serta sampai pada penerjunan mulai tanggal 2 juli dan penarikan 17 september 2014. Walaupun kegiatan PPL ini telah diselesaikan namun kami sadar bahwa masih banyak hal yang perlu digali lebih lanjut mengenai hal hal baru yang baru kami temui ketika berada di sekolah. Pengalaman yang kami peroleh akan menjadi bekal dan motivasi untuk pengembangan diri agar menjadi pribadi yang mantap dan berkualitas ketika kami terjun sebagai seorang pendidik di sekolah kelak.

Berbagi bimbingan, dorongan serta semangat telah kami dapatkan dari segenap pihak yang sangat membantu dalam pelaksanaan PPL ini. Pada kesempatan ini kami menyampaikan terima kasih kepada:

1. Dr. Rahmat Wahab, M.A., selaku rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Tim UPPL UNY yang telah memberikan kami kesempatan untuk dapat melaksanakan PPL dan memberikan panduan tentang pelaksanaan kegiatan PPL.
3. Bapak Drs. Muh. Qomarudin, M.Pd.I selaku kepala sekolah MTs N Ngemplak yang telah memberikan ijin serta dukungan dalam setiap program kegiatan kami.
4. Bapak Drs. Amat Komari, M.Pd., selaku dosen pembimbing yang senantiasa memberikan bimbingan bimbingan dan arahan-arahan kepada kami sehingga kegiatan PPL ini terlaksana dengan baik.
5. Ibu Rita Astuti, S.Pd., selaku koordinator PPL di MTs Negeri Ngemplak yang selalu memberikan arahan-arahan dalam PPL.
6. Semua guru dan karyawan MTs Negeri Ngemplak yang tidak dapat kami sebutkan satu-persatu.
7. Seluruh siswa MTs N Ngemplak yang sudah ikut berpartisipasi dlaam kegiatan kami.
8. Seluruh rekan KKN-PPL UNY dan UIN yogyakarta yang telah berjuang bersama-sama di MTs N Ngemplak.
9. Seluruh pihak yang telah membantu terlaksananya KKN- PPL.

Kami menyadari laporan ini jauh dari sempurna. Untuk itu kami mengharap saran dan kritik yang membangun. Semoga laporan ini dapat bermanfaat untuk penyusun dan pembaca.

Yogyakarta, 17 September 2014

Dody Herdiyanto

**DAFTAR ISI**

**HALAMAN JUDUL .....**

**HALAMAN PENGESAHAN ..... i**

**KATA PENGANTAR ..... ii**

**DAFTAR ISI ..... iv**

**DAFTAR LAMPIRAN ..... v**

**ABSTRAK ..... vi**

**BAB I. PENDAHULUAN ..... 1**

    A. Analisis situasi..... 2

    B. Perumusan program dan rancangan kegiatan PPL ..... 4

**BAB II. KEGIATAN PPL ..... 11**

    A. Persiapan praktek pengalaman lapangan (PPL) ..... 11

    B. Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) ..... 13

    C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi ..... 18

**BAB III. PENUTUP ..... 24**

    A. Kesimpulan ..... 24

    B. Saran ..... 24

**DAFTAR PUSTAKA ..... 27**

**LAMPIRAN .....**

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Format Observasi Kondisi Sekolah

Lampiran 2. Format Observasi Peserta Didik

Lampiran 3. RPP

Lampiran 4. Jadwal Piket Sekolah

Lampiran 5. Jadwal Mengajar

Lampiran 6. Daftar Hadir/ Presensi Siswa

Lampiran 7. Laporan Mingguan PPL

Lampiran 8. Matriks PPL

Lampiran 9. Laporan Dana PPL

Lampiran 10. Dokumentasi

## **ABSTRAK**

### **PRAKTEK PENGALAMAN LAPANGAN**

### **UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

### **LOKASI MTs NEGERI NGEMPLAK**

**2014**

**Dody Herdiyanto**

**11601241065**

Tujuan dari pelaksanaan Pratik Pengalaman Lapangan adalah melatih mahasiswa dalam rangka menerapkan pengetahuan dan kemampuan yang dimilikinya dalam proses belajar mengajar sesuai dengan bidang keahlian masing masing. Sehingga mahasiswa memiliki pengalaman menjadi pendidik yang profesional dalam nilai, sikap, pengetahuan, dan keterampilan sebagai bekal dirinya dalam mengembangkan kompetensi yang dimiliki.

Praktikan atau mahasiswa PPL mengajar beberapa mata pelajaran sesuai bidangnya masing masing. Selain melakukan praktik mengajar mahasiswa juga melakukan praktik persekolahan seperti setiap Senin dan hari besar Nasional dengan mengikuti upacara bendera serta melakukan tugas piket dengan jadwal yang sudah disepakati oleh mahasiswa.

Kegiatan yang dilakukan praktikan dalam PPL meliputi penyusunan Progam Semester dan Program Tahunan, pembuatan Rancangan Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), konsultasi dengan guru pembimbing, dan pembuatan soal evaluasi. Sedangkan kegiatan utama PPL adalah melakukan praktik pembelajaran dikelas VII dan VIII. Praktik mengajar dilaksanakan minimal 10 kali. Selain itu, praktikan juga membuat program-program kerja yang dapat mendukung terselenggaranya pendidikan yang baik dan bertujuan untuk menambah pemahaman tentang pendidikan jasmani.

Banyak hal hal yang harus dilalui selama pelaksanaan PPL, tetapi semua dapat teratasi dengan adanya komunikasi dan kerjasama yang baik antara warga sekolah seperti pihak birokrasi, guru pembimbing dan juga siswa. Dengan demikian kegiatan PPL dapat memberikan pelajaran bagi praktikan.

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan salah satu mata kuliah wajib yang harus ditempuh oleh seluruh mahasiswa UNY yang mengambil jurusan kependidikan. Dalam pelaksanaannya, mahasiswa melaksanakan tugas-tugas kependidikan tenaga pendidik dalam hal ini guru yang meliputi kegiatan praktek mengajar atau kegiatan kependidikan lainnya. Hal tersebut dilaksanakan dalam rangka memberikan pengalaman nyata kepada mahasiswa agar dapat mempersiapkan diri sebaik-baiknya sebelum terjun ke dunia kependidikan sepenuhnya.

Pengalaman-pengalaman yang diperoleh selama PPL diharapkan dapat digunakan sebagai bekal untuk membentuk calon guru tenaga kependidikan yang profesional. Melihat latar belakang yang ada, praktikan melaksanakan PPL di tempat yang telah disetujui oleh pihak UPPL, yaitu MTs Negeri Ngemplak, Sleman, Yogyakarta. Sebelum kegiatan PPL dilaksanakan, dilakukan kegiatan observasi terlebih dahulu terhadap keadaan sekolah tersebut.

Pelaksanaan PPL diharapkan dapat memberikan pengalaman belajar bagi mahasiswa, terutama dalam hal pengalaman mengajar, memperluas wawasan, melatih dan mengembangkan kompetensi yang diperlukan dalam bidangnya, meningkatkan keterampilan, kemandirian, tanggung jawab, dan kemampuan memecahkan masalah. Adapun tujuan dari pelaksanaan PPL adalah:

1. Memberikan pengalaman kepada mahasiswa dalam bidang pembelajaran dan managerial di sekolah atau lembaga, dalam rangka melatih dan mengembangkan kompetensi keguruan atau kependidikan.
2. Memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk mengenal, mempelajari, dan menghayati permasalahan sekolah atau lembaga baik yang terkait dengan proses pembelajaran maupun kegiatan managerial kelembagaan.
3. Meningkatkan kemampuan mahasiswa untuk menerapkan ilmu pengetahuan dan ketrampilan yang telah dikuasai secara interdisipliner ke dalam kehidupan nyata di sekolah atau lembaga pendidikan.
4. Memacu pengembangan sekolah atau lembaga dengan cara menumbuhkan motivasi atas dasar kekuatan sendiri.
5. Meningkatkan hubungan kemitraan antara UNY dengan pemerintah daerah, sekolah, dan lembaga pendidikan terkait.

Dalam observasi diharapkan mahasiswa yang melaksanakan kegiatan PPL lebih mengenal lingkungan lokasi ditempatkannya yaitu di MTs Negeri Ngemplak, Sleman, Yogyakarta.

#### **A. ANALISIS SITUASI**

##### **1) Visi dan Misi Sekolah**



Dalam hal peningkatan kualitas pendidikan maka MTs Negeri Ngemplak memiliki visi dan misi dalam pencapaiannya yang meliputi :

a. Visi sekolah

Terdepan dalam berprestasi tekun beribadah dan berakhlakul karimah.

b. Misi sekolah

- 1) Terselenggaranya pembelajaran secara intensif.
- 2) Terselenggaranya bimbingan ibadah menjadi kebiasaan amaliyah.
- 3) Terciptanya kondisi santun dan islami.

## 2) **Kondisi fisik**

a. Jumlah Kelas

Mts Negeri Ngemplak memiliki 15 kelas yang digunakan dalam proses kegiatan belajar. Setiap jenjang kelas terdiri dari lima kelas yaitu untuk kelas tujuh (VII) terdiri dari kelas VII A, VII B, VII C, VII D, dan VII E. Untuk kelas delapan (VIII) terdiri dari kelas VIII A, VIII B, VIII C, VIII D, dan VIII E. Sementara, kelas sembilan (IX) terdiri dari kelas IX A, IX B, IX C, IX D, dan IX E.

b. Perpustakaan

Perpustakaan MTs Negeri Ngemplak cukup luas dan nyaman. Penataan rak buku sudah rapi. Meskipun begitu, antusiasme siswa untuk mengunjungi perpustakaan masih perlu ditingkatkan. Hal ini terlihat dalam data pengunjung di perpustakaan tiap harinya.

c. Laboratorium IPA

Peralatan yang ada di laboratorium sebenarnya sudah memadai namun dalam penggunaan dan perawatan masih kurang optimal. Hal ini bisa dilihat dari beberapa alat peraga yang kurang terawat.

d. Laboratorium Komputer

Laboratorium komputer terletak di bagian depan dekat dengan lapangan basket. Kondisi ruang sudah cukup nyaman untuk proses pembelajaran.

e. Tempat Ibadah (musholla)

Musholla yang terdapat di MTs Negeri Ngemplak cukup luas dan bersih. Tempat wudhu yang tersedia juga cukup luas dan bersih. Musholla selain sebagai tempat ibadah juga dijadikan sebagai tempat untuk mengumpulkan siswa ketika ada pengumuman terkait suatu kegiatan karena sekolah belum memiliki aula sendiri.

f. Ekstrakurikuler

Ekstrakurikuler di MTS Negeri Ngemplak itu ada sepakbola, atletik lari, tenis meja, bulu tangkis, muhasabah, conversation, hardroh, tahfidz, tata busana dan boga.

g. Organisasi dan fasilitas OSIS

OSIS mempunyai ruangan tersendiri yang terletak di antara kelas VII B dan VII C, sehingga dalam kepengurusan menjadi lebih mudah saat mengadakan rapat OSIS.

h. Organisasi dan Fasilitas UKS

Ruang UKS cukup nyaman, ketersediaan obat-obatan yang diperlukan dalam membantu penanganan pertama ketika terjadi kecelakaan atau musibah, seperti plester, kapas steril, kasa steril serta pinset sudah cukup memadai.

i. Koperasi siswa

Koperasi siswa di MTs Negeri Ngemplak sudah tersedia dan dimanfaatkan dengan baik. Petugas piket biasanya dari guru mata pelajaran bahasa Inggris. Namun begitu, partisipasi aktif siswa belum begitu terlihat karena tidak ada jadwal piket bagi siswa

**3) Kondisi Non Fisik**

a. Potensi Siswa

Siswa-siswa di MTs Negeri Ngemplak berjumlah 492 siswa, yaitu kelas VII= 168 siswa, kelas VIII= 167 siswa, dan kelas IX=157 siswa.

b. Potensi Guru

Jumlah guru keseluruhan di MTs Negeri Ngemplak adalah 32 guru, yaitu 28 guru PNS dan 4 guru honorer.

c. Potensi Karyawan

Sekolah ini memiliki 13 tenaga kependidikan dengan jumlah PNS 3 orang sementara 10 orang lainnya bukan PNS.

**B. PERUMUSAN PROGRAM DAN RANCANGAN KEGIATAN PPL**

**1. Perumusan masalah**

Setelah dilakukan observasi, terdapat beberapa permasalahan yang dirasa perlu adanya pemecahan. Permasalahan yang ditemukan adalah kurang optimalnya penggunaan sarana atau fasilitas terutama menyangkut media pembelajaran untuk meningkatkan Sumber Daya Manusia (SDM) dan kualitas sekolah sendiri. Minimnya pengelolaan juga menjadi kendala dalam proses pengembangan yang direncanakan. Kebijakan Kurikulum yang baru yaitu kurikulum 2013 juga menjadi permasalahan tersendiri, karena kurangnya pemahaman dengan sistem yang baru menjadikan semua kegiatan belajar sedikit berbeda. Minimnya Jumlah peserta didik yang sangat besar merupakan SDM yang memerlukan penanganan yang lebih serius. Pendekatan, pengarahan, dan pembinaan dari pihak pendidik sangatlah perlu agar peserta didik termotivasi untuk lebih kreatif dan mampu mengembangkan diri baik

dari segi intelektual, bakat dan minat, dan tidak ketinggalan dari segi religiusnya.

Berdasarkan analisis situasi dari hasil observasi, maka mahasiswa PPL UNY di MTs Negeri Ngemplak berusaha merancang program kerja yang diharapkan dapat menjadi stimulus awal bagi pengembangan sekolah. Program kerja yang direncanakan telah mendapat persetujuan Kepala Sekolah, Dosen Pembimbing Lapangan dan hasil mufakat antara guru pembimbing dengan mahasiswa, yang disesuaikan dengan disiplin ilmu, keahlian dan kompetensi yang dimiliki mahasiswa PPL UNY. Program kerja tersebut diharapkan dapat membangun dan ketrampilan dan kemandirian mahasiswa PPL.

Berdasarkan hasil observasi dan analisis situasi di MTs Negeri Ngemplak yang telah dilaksanakan oleh mahasiswa PPL UNY, maka disusunlah Program Kerja PPL yang dibahas dengan Guru pembimbing dan pertimbangan DPL sebagai berikut:

a. Bimbingan Dengan Guru Pembimbing

Kegiatan bimbingan sangat bermanfaat bagi mahasiswa praktikan selama pelaksanaan PPL di sekolah. kegiatan bimbingan dilaksanakan secara tidak terjadwal, sehingga bisa dilakukan sewaktu – waktu.

b. Mempersiapkan Perangkat Mengajar.

Program ini bertujuan untuk melatih mahasiswa sebagai calon guru agar dapat merasakan bagaimana menjadi guru sesungguhnya. Administrasi pendidikan yang dibuat antara lain memuat tentang RPP, daftar presensi, daftar nilai, analisis ulangan harian, soal-soal ulangan harian serta analisis daya serap siswa.

c. Membuat Media Pembelajaran

Program ini bertujuan untuk memberikan variasi dalam pembelajaran sehingga siswa dapat lebih antusias dalam pembelajaran. Media ini diharapkan bisa digunakan semaksimal mungkin dalam mempermudah penyampaian materi pelajaran pendidikan jasmani kepada siswa, media yang dibuat berupa bagan, *power point*, serta video yang berkaitan dengan materi.

d. Praktik Mengajar Di Kelas

Praktik mengajar yang dilakukan meliputi :

1) Praktik Mengajar Terbimbing

Praktik mengajar terbimbing adalah praktik mengajar di mana mahasiswa praktikan mendapat arahan dalam pembuatan perangkat pembelajaran, persiapan mengajar, evaluasi pembelajaran siswa dan

administrasi guru yang diperlukan untuk kelancaran kegiatan pembelajaran. Kegiatan mengajar terbimbing diawali dari konsultasi awal mengenai jadwal mengajar, pembagian kelas dan materi, dan membahas perangkat apa saja yang diperlukan. Penyusunan perangkat pembelajaran, persiapan mengajar dan administrasi guru juga diikuti dengan konsultasi dengan guru pembimbing.

## 2) Praktik Mengajar Mandiri

Dalam praktik mengajar mandiri mahasiswa praktikan dapat mengajar dengan materi yang ditentukan oleh mahasiswa dengan pemantauan dari guru pembimbing.

## e. Menyusun Evaluasi Pembelajaran

Kegiatan evaluasi pembelajaran merupakan kegiatan pokok untuk mengetahui hasil belajar siswa. Persiapan evaluasi pembelajaran meliputi pembuatan soal *post test*, tugas rumah. Kegiatan evaluasi pembelajaran meliputi *post test*, pemberian tugas rumah. *Post test* dilakukan setelah selesai pembelajaran pada setiap kali pertemuan. Tugas rumah selalu diberikan pada setiap pertemuan. Analisis hasil evaluasi *post test* dan tugas rumah adalah berupa mengkoreksi pekerjaan siswa, dari kegiatan tersebut dapat diketahui ketercapaian tujuan pembelajaran pada setiap pertemuan. Jika terdapat siswa yang belum tuntas KKM maka akan dilakukan program remedi.

## f. Penyusunan Laporan PPL

Mahasiswa yang telah melaksanakan kegiatan PPL diwajibkan membuat laporan individu. Laporan ini disusun sebagai pertanggung jawaban kegiatan yang telah dilaksanakan

Perencanaan dan penentuan kegiatan yang telah disusun mengacu pada pemilihan kriteria berdasarkan:

- 1) Maksud, tujuan, manfaat, kelayakan dan fleksibilitas program
- 2) Potensi guru dan peserta didik
- 3) Waktu dan fasilitas yang tersedia
- 4) Kebutuhan dan dukungan dari guru, karyawan, dan peserta didik
- 5) Kemungkinan yang berkesinambungan

## 2. Rancangan Kegiatan PPL

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan, maka dirumuskan rancangan kegiatan PPL yang akan dilaksanakan antara lain:

### a. Program Utama

Program ini dilaksanakan mahasiswa PPL sesuai dengan bidang studi dan keahlian masing-masing. Dalam hal ini, program individu terdiri dari :

- 1) Praktik Mengajar

- 2) Masa Orientasi Siswa
- 3) Penyusunan Materi Ajar Kelas VII dan VIII Semester 1
- 4) Penyusunan RPP Kelas VII dan VIII Semester 1
- 5) Pembuatan Media Pembelajaran

b. Program Insidental

Program ini mencakup program secara umum yang dilakukan mahasiswa PPL bekerjasama dengan rekan mahasiswa lain baik secara kelompok maupun individu, meliputi :

- 1) Membantu guru piket
- 2) Menggantikan guru mengajar

Kegiatan PPL dilaksanakan untuk menerapkan hasil pendidikan yang diperoleh di perkuliahan yang bertujuan untuk memperoleh keterampilan pendidikan secara langsung, agar profesionalisme dan kompetensi sebagai pendidik berkembang pendidikan secara langsung, agar profesionalisme dan kompetensi sebagai pendidik berkembang.

Kegiatan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) mahasiswa UNY dilaksanakan bersamaan dengan kegiatan KKN yang dimulai dari tanggal 1 Juli 2014 s/d 17 September 2014. Akan tetapi pada praktiknya kegiatan PPL dilaksanakan secara intensif mulai pada tanggal 16 Juli 2014. Adapun rangkaian kegiatan ini sebenarnya dimulai sejak di kampus dengan mata kuliah Pembelajaran Mikro.

Secara garis besar, rangkaian kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) ini meliputi:

**1. Tahap Persiapan di Kampus**

Mahasiswa yang boleh mengikuti PPL adalah mahasiswa yang dinyatakan lulus dalam mata kuliah Pembelajaran Mikro atau *Micro Teaching*. Pengajaran Mikro atau *Micro Teaching* merupakan mata kuliah wajib bagi mahasiswa kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta. Mata kuliah ini bertujuan untuk membentuk dan mengembangkan kompetensi dasar mengajar sebagai bekal praktik mengajar (*real-teaching*) di sekolah dalam program PPL.

**2. Penyerahan Mahasiswa untuk Observasi**

Penyerahan mahasiswa untuk observasi dilakukan dari tanggal 22 Februari s/d 14 Maret 2014. Kegiatan observasi dimaksudkan untuk mengetahui kondisi fisik dan nonfisik dari MTs Negeri Ngemplak. Penyerahan ini dihadiri oleh: Dosen Pembimbing Lapangan KKN UNY 2013, Kepala dan Wakil Kepala Sekolah MTs Negeri Ngemplak, serta 6 mahasiswa KKN-PPL UNY 2014.

### **3. Pembekalan PPL**

Pembekalan dilaksanakan pada tanggal 13 Februari 2014 sifatnya wajib bagi mahasiswa PPL. Kegiatan pembekalan diadakan dengan maksud memberikan bekal untuk melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di sekolah. Pada pembekalan ini juga diberikan materi mengenai petunjuk teknis pelaksanaan PPL dalam kaitannya dengan Kegiatan Belajar Mengajar di sekolah.

### **4. Penerjunan Mahasiswa ke MTs Negeri Ngemplak**

Penerjunan mahasiswa PPL dilaksanakan pada tanggal 22 Februari 2014.

### **5. Observasi Lapangan**

Observasi lapangan merupakan kegiatan pengamatan terhadap berbagai karakteristik komponen pendidikan, iklim dan norma yang berlaku di MTs Negeri Ngemplak. Kegiatan ini bertujuan agar praktikan mengetahui sarana dan prasarana, situasi dan kondisi pendukung proses belajar mengajar di tempat praktik. Pengenalannya dilakukan dengan cara observasi pembelajaran diluar kelas dan observasi masuk ke kelas yang sedang pembelajaran mata pelajaran Penjasorkes. Sedangkan waktu yang dibutuhkan untuk melakukan observasi disesuaikan dengan kebutuhan individu dari masing-masing mahasiswa, dan disertai dengan persetujuan pejabat sekolah yang berwenang.

Adapun hal-hal yang menjadi fokus dalam pelaksanaan observasi lingkungan sekolah praktikan mengamati beberapa aspek yaitu:

#### **a. Perangkat Pembelajaran**

Praktikan mengamati bahan ajar serta kelengkapan administrasi yang dipersiapkan guru pembimbing sebelum KBM berlangsung agar praktikan lebih mengenal perangkat pembelajaran, seperti Kurikulum 2013 (K-13), Silabus, dan Rancangan Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang digunakan.

#### **b. Proses Pembelajaran**

Tahap ini meliputi kegiatan observasi proses kegiatan belajar mengajar langsung di kelas. Hal-hal yang diamati dalam proses belajar mengajar yaitu; membuka pelajaran, penyajian materi, metode pembelajaran, penggunaan bahasa, penggunaan waktu, gerak, cara memotivasi siswa, teknik bertanya, teknik penguasaan kelas, penggunaan media, bentuk dan cara penilaian, serta menutup pelajaran.

Dalam observasi ini mahasiswa mengamati proses pembelajaran pada guru pembimbing yang sedang mengajar. Hal ini ditunjukkan agar

mahasiswa mendapat pengalaman dan pengetahuan serta bekal yang cukup mengenai bagaimana cara mengelola kelas yang sebenarnya, sehingga nantinya pada saat mengajar, mahasiswa mengetahui sikap apa yang seharusnya diambil.

c. Perilaku / Keadaan Peserta didik

Praktikan mengamati perilaku siswa ketika mengikuti proses kegiatan belajar mengajar baik di dalam maupun di luar kelas.

## **6. Observasi Pembelajaran di Lapangan dan Persiapan Perangkat Pembelajaran**

Dalam observasi ini mahasiswa mengamati proses pembelajaran pada guru pembimbing yang sedang mengajar di lapangan. Hal ini ditujukan agar mahasiswa mendapat pengalaman dan pengetahuan serta bekal yang cukup mengenai bagaimana cara mengelola kelas yang sebenarnya, sehingga pada saat mengajar, mahasiswa mengetahui sikap apa yang harus diambil.

## **7. Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan**

### **1) Persiapan Mengajar**

Kegiatan ini meliputi mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan untuk kegiatan, seperti melaksanakan pembagian jadwal dengan rekan satu jurusan, membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), membuat media/alat peraga, konsultasi dengan guru pembimbing serta mempersiapkan materi beserta tugas-tugas yang akan diberikan.

### **2) Pelaksanaan Praktik Mengajar**

Praktik mengajar Penjasorkes mulai dilaksanakan pada tanggal 8 Agustus 2014 sampai dengan 3 September 2014. Mahasiswa PPL melaksanakan praktik mengajar mata pelajaran Penjasorkes di kelas VII B, VII C, VII E, VIII A, dan VIII C.

### **3) Konsultasi dengan Guru Pembimbing**

Sebelum melaksanakan praktik mengajar, praktikan konsultasi dengan guru pembimbing tentang materi apa saja yang akan disampaikan. Selain itu praktikan juga konsultasi dengan guru pembimbing setelah proses pembelajaran selesai sebagai evaluasi dari proses pembelajaran yang telah dilaksanakan.

### **4) Praktik Persekolahan**

Selain mengajar di lapangan dan dalam kelas, praktikan juga melakukan praktik di persekolahan berupa administrasi sekolah.

Dengan bimbingan dan arahan guru pembimbing, mahasiswa dapat mengetahui cara melakukan administrasi sekolah seperti membuat penilaian, merekap data siswa dan pelaksanaan harian. Dengan demikian praktikan mengetahui tugas-tugas administrasi yang harus dilakukan oleh guru. Hal ini memberikan pengalaman berharga bagi praktikan dan dapat digunakan untuk bekal menjadi guru.

#### **8. Penyusunan Laporan**

Penyusunan laporan merupakan tugas akhir dari pelaksanaan PPL dan merupakan pertanggungjawaban atas pelaksanaan PPL. Data yang digunakan untuk menyusun laporan diperoleh melalui praktik mengajar maupun praktik persekolahan. Hasil dari laporan ini diharapkan selesai dan dikumpulkan atau untuk disahkan sesuai dengan waktu yang ditentukan.

#### **9. Penarikan Mahasiswa PPL**

Penarikan mahasiswa dari lokasi PPL, yaitu MTs Negeri Ngemplak, dilaksanakan pada tanggal 17 September 2014, yang juga menandai berakhirnya tugas yang harus dilaksanakan oleh mahasiswa PPL UNY.



## **BAB II**

### **PERSIAPAN, PELAKSANAAN, ANALISIS HASIL DAN PROGRAM PPL**

#### **A. PERSIAPAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN**

Sebelum melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), setiap mahasiswa mendapatkan Pembekalan PPL yang bertujuan untuk memberi gambaran kepada mahasiswa mengenai kegiatan yang akan dilaksanakan pada saat PPL. Pembekalan PPL merupakan syarat wajib bagi mahasiswa untuk dapat melaksanakan PPL. Dengan mengikuti pembekalan diharapkan mahasiswa dapat melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan dengan hasil yang baik.

Syarat wajib lainnya agar dapat melaksanakan PPL adalah lulus mata kuliah pengajaran mikro minimal dengan nilai B. Dengan pengajaran mikro ini diharapkan mahasiswa calon peserta PPL dapat belajar bagaimana cara mengajar yang baik dengan dibimbing oleh dosen pembimbing pembelajaran mikro.

Kegiatan yang dilakukan mahasiswa yang merupakan tahap persiapan sebelum melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan, yaitu:

##### **1. Pengajaran Mikro (PPL I)**

Pengajaran mikro merupakan salah satu syarat yang harus dipenuhi praktikan, dimana pada praktiknya dilaksanakan pada setiap jurusan kependidikan berupa kegiatan praktik mengajar dalam kelompok kecil yang terdiri dari 8 siswa yaitu teman-teman mahasiswa yang berperan menjadi siswanya.

##### **2. Observasi**

Sebelum melaksanakan kegiatan PPL, mahasiswa terlebih dahulu melakukan kegiatan pra PPL yakni observasi sekolah. Observasi sekolah dilaksanakan pada tanggal 22 Februari 2014 setelah penerjunan tim KKN-PPL. Observasi bertujuan untuk mengetahui kondisi sekolah secara umum, yang kemudian akan digunakan sebagai acuan dalam penyusunan program kerja PPL yang dilakukan selama 11 minggu mulai tanggal 1 Juli 2014- 16 September 2014. Kegiatan observasi PPL yang dilakukan meliputi:

- a. Observasi lingkungan fisik sekolah secara keseluruhan.
- b. Observasi potensi sumber daya MTs Negeri Ngemplak baik potensi guru, siswa, maupun karyawan.
- c. Observasi proses pembelajaran di kelas dan di lapangan, sebagai bekal untuk pelaksanaan PPL.

Observasi pembelajaran di dalam dan luar kelas merupakan kegiatan pengamatan oleh mahasiswa peserta PPL terhadap guru pembimbing di dalam dan luar kelas. Dari pihak sekolah, mahasiswa

peserta PPL diberi kesempatan observasi kelas dengan jadwal menyesuaikan jadwal guru pembimbing masing-masing.

Dengan observasi pembelajaran di dalam dan luar kelas diharapkan agar mahasiswa memperoleh gambaran konkrit mengenai teknik pembelajaran di dalam dan luar kelas. Hal ini juga dimaksudkan agar mahasiswa dapat lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan yang sebenarnya sewaktu mengajar serta mengetahui apa yang harus dipersiapkan dan lakukan pada saat sebelum dan setelah mengajar. Tujuan dari observasi ini adalah agar mahasiswa mempunyai pengetahuan dan tambahan pengalaman dari guru pembimbing dalam hal mengajar dan pengelolaan kelas.

Observasi kelas mata pelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga Kesehatan dilaksanakan sebelum mahasiswa PPL UNY 2014 diterjunkan. Observasi dilakukan pada tanggal 5 April 2014. Kegiatan yang dilaksanakan adalah mengikuti guru pembimbing dalam pelajaran Penjasorkes di kelas VII dan VIII.

Hal-hal yang teramati dalam observasi pembelajaran di lapangan serta hasil pengamatan dapat dilihat secara lebih rinci pada lampiran laporan kegiatan PPL.

- d. Melakukan koordinasi dengan kelompok terkait persiapan pelaksanaan PPL.
- e. Menyusun rencana program kerja PPL yang kemudian dikonsultasikan dengan DPL dan guru pembimbing mata pelajaran

Observasi dilakukan dengan agar mahasiswa mengenal dan memperoleh gambaran tentang pelaksanaan proses pembelajaran, kondisi sekolah, dan kondisi lembaga. Dalam kegiatan observasi, mahasiswa tidak menilai guru dan tidak mencari guru model, tetapi lebih ditekankan pada usaha mengetahui figure keteladanan guru, baik mengenal penguasaan materi pembelajaran maupun penampilan guru.

### **3. Pembuatan Perangkat Pembelajaran**

Mahasiswa PPL diwajibkan untuk membuat persiapan mengajar. Dalam hal ini mahasiswa PPL diwajibkan untuk membuat perangkat pembelajaran yang meliputi Media Pembelajaran, Silabus, RPP, lembar presensi siswa, dan lembar penilaian siswa, sehingga proses pembelajaran dapat berlangsung lancar sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Setelah membuat perangkat pembelajaran, mahasiswa diharapkan mengkonsultasikan perangkat tersebut dengan guru pembimbing lapangan sebelum digunakan untuk praktek pembelajaran.

## **B. PELAKSANAAN PRAKTIK PENGALAMANAN LAPANGAN**

Mahasiswa, khususnya mahasiswa kependidikan, adalah *agent of change* atau agen perubahan. Para mahasiswa dituntut untuk mampu mengaktualisasikan kemampuan dan kompetensi yang dimilikinya sebagai hasil belajar di bangku kuliah dalam kehidupan yang nyata. Terkait dengan pemikiran tersebut, program PPL merupakan suatu wahana yang tepat bagi mahasiswa untuk mengimplementasikan ilmu yang dikuasainya. Dalam kesempatan ini, saya mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Rekreasi telah melaksanakan program-program PPL di MTs Negeri Ngemplak.

Adapun pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) sebagai berikut:

### **1. Persiapan Mengajar**

Kegiatan ini meliputi mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan untuk kegiatan mengajar, seperti merencanakan jadwal mengajar, membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), serta mempersiapkan materi beserta tugas-tugas yang akan diberikan kepada siswa.

### **2. Konsultasi dengan Guru Pembimbing**

Dalam setiap kesempatan guru pembimbing memberikan arahan kepada praktikan agar melaksanakan PPL dengan baik. Guru pembimbing memberikan gambaran tentang kondisi siswa-siswa MTs Negeri Ngemplak dalam hal kualitas. Guru pembimbing juga memberikan solusi-solusi tentang masalah-masalah yang mungkin muncul saat mengajar dan memberikan saran untuk mengatasi kesulitan-kesulitan tersebut.

### **3. Pelaksanaan Praktik Mengajar**

Hal yang perlu diperhatikan oleh praktikan dalam Praktik Pengalaman Lapangan adalah kesiapan fisik dan mental. Hal ini bertujuan agar selama kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan berlangsung, praktikan akan mampu menghadapi dan menyingkapi setiap hambatan dan gangguan yang mungkin muncul selama pelaksanaan PPL. Selain itu, praktikan tentu saja harus mempersiapkan materi yang diajarkan. Dengan persiapan materi yang matang, diharapkan ketika melaksanakan Praktik Mengajar praktikan mampu menguasai materi dan mampu menyampaikannya kepada peserta didiknya.

MTs Negeri Ngemplak sudah mulai menerapkan kurikulum terbaru yaitu kurikulum 2013 untuk siswa kelas VII, sedangkan untuk kelas VIII dan kelas IX masih menggunakan KTSP (Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan). Praktik mengajar berlangsung mulai tanggal 8 Agustus 2014 sampai dengan 13 September 2014. Praktikan Penjasorkes dibimbing oleh seorang guru pembimbing mata pelajaran PJOK, yaitu bapak Drs. Sukarjo. Berdasarkan kesepakatan dengan guru pembimbing, praktikan mengajar kelas VII B, VII C, VII E, VIII A, dan VIII C. Total jumlah mengajar 25 kali. Jadwal pelaksanaan disesuaikan dengan jadwal pelajaran yang ada di MTs Negeri Ngemplak (jadwal terlampir). Buku acuan utama yang dipakai adalah buku pegangan guru dan siswa, dengan pengarang Muhajir, dkk. 2014. Buku Pendidikan Jasmani,

Olahraga dan Kesehatan untuk SMP/MTs Kelas VII dan VIII Semester I. Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemdikbud dan Buku pendukung lainnya.

Penulis (praktikan) berkesempatan mendapat 5 kelas mengajar yaitu kelas VII B, VII C, VII E, VIII A, dan VIII C. Materi pelajaran dan waktu mengajar yang dilaksanakan praktikan dapat dilihat dengan rekapitulasi jam mengajar berikut:

**Tabel 3. Jadwal Mengajar**

No.	Hari, Tanggal	Kelas	Jam Ke-	Materi
1	Sabtu, 9 Agustus 2014	VII B	5	Perkenalan dan materi pengelompokan jenis-jenis olahraga
2	Senin, 11 Agustus 2014	VII B VII E	4-5 9	Mengajar dasar gerak sepakbola Perkenalan dan materi pengelompokan jenis olahraga.
3	Selasa, 12 Agustus 2014	VII C VII E	1-2 5-6	Mengajar dasar gerak sepakbola Mengajar dasar gerak sepakbola
4	Rabu, 13 Agustus 2014	VIII A VIII C	1-2 5-6	Mengajar dasar gerak bola basket Mengajar dasar gerak bola basket
5	Jumat, 15 Agustus 2014	VII C	6	Perkenalan dan materi permainan sepakbola
6	Sabtu, 16 Agustus 2014	VII B	5	Materi permainan sepakbola
7	Senin, 18 Agustus 2014	VII B VII E	4-5 9	Mengajar permainan sepakbola Materi permainan sepakbola
8	Selasa, 19 Agustus 2014	VII C VII E	1-2 5-6	Mengajar permainan sepakbola Mengajar permainan sepakbola
9	Rabu, 20 Agustus 2014	VIII A VIII C	1-2 5-6	Mengajar permainan bola basket Mengajar permainan bola basket
10	Jumat, 22 Agustus 2014	VII C	6	Materi dasar gerak atletik lari jarak pendek ( <i>sprint</i> )
11	Sabtu, 23 Agustus 2014	VII B	5	Materi dasar gerak atletik lari jarak pendek ( <i>sprint</i> )
12	Senin, 25 Agustus 2014	VII B VII E	4-5 9	Mengajar gerak dasar atletik lari jarak pendek ( <i>sprint</i> ) Materi gerak dasar lari jarak pendek ( <i>sprint</i> )
13	Selasa, 26 Agustus 2014	VII C VII E	1-2 5-6	Mengajar gerak dasar atletik lari jarak pendek ( <i>sprint</i> ) Mengajar gerak dasar atletik lari

				jarak pendek ( <i>sprint</i> )
14	Rabu, 27 Agustus 2014	VIII A	1-2	Mengajar teknik dasar permainan bola kecil soft ball
		VIII C	5-6	Mengajar teknik dasar permainan bola kecil soft ball
15	Jumat, 29 Agustus 2014	VII C	6	Mengerjakan lembar kerja siswa
16	Sabtu, 30 Agustus 2014	VII B	5	Mengerjakan lembar kerja siswa
17	Senin, 1 September 2014	VII B	4-5	Mengajar teknik dasar permainan bola kecil kasti
		VII E	9	Mengerjakan lembar kerja siswa
18	Selasa, 2 September 2014	VII C	1-2	Mengajar teknik dasar permainan bola kecil kasti
		VII E	5-6	Mengajar teknik dasar permainan bola kecil kasti
19	Rabu, 3 September 2014	VIII A	1-2	Mengajar permainan soft ball
		VIII C	5-6	Mengajar permainan soft ball
20	Jumat, 5 September 2014	VII C	6	Materi permainan bola kecil kasti
21	Sabtu, 6 September 2014	VII B	5	Materi permainan bola kecil kasti
22	Senin, 8 September 2014	VII B	4-5	Mengajar permainan bola kecil kasti
		VII E	9	Materi permainan bola kecil kasti
23	Selasa, 9 September 2014	VII C	1-2	Mengajar permainan bola kecil kasti
		VII E	5-6	Mengajar permainan bola kecil kasti
24	Rabu, 10 September 2014	VIII A	1-2	Mengajar permainan soft ball
		VIII C	5-6	Mengajar permainan soft ball

#### 4. Penggunaan Metode Pembelajaran

Model pembelajaran yang digunakan pada proses pembelajaran adalah ceramah, demonstrasi, penugasan dan permainan yang dilakukan dengan cara yang berbeda-beda. Beberapa metode yang pernah digunakan praktikan dalam proses pembelajaran adalah:

a. Ceramah

Metode ini dilaksanakan dengan cara mahasiswa praktikan memberi penjelasan yang dapat membawa siswa untuk berfikir bersama mengenai

materi yang disampaikan. Dengan kata lain, siswa dilibatkan secara langsung dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan belajar di kelas.

b. Diskusi kelompok

Diskusi kelompok ialah percakapan yang direncanakan atau dipersiapkan diantara empat orang atau lebih tentang topik tertentu, dengan seorang pemimpin. Diskusi kelompok berfungsi untuk memperoleh pendapat dari orang-orang yang tidak suka berbicara, mengenal dan mengolah problema. Dengan adanya diskusi kelompok diharapkan siswa dapat berlatih demokratis, mendorong rasa kesatuan, memperluas pandangan dan mengembangkan rasa kepemimpinan.

c. Tanya Jawab

Metode ini dilaksanakan dengan cara mahasiswa praktikan menyajikan materi pelajaran melalui pertanyaan dan menuntun jawaban siswa. Metode ini berfungsi untuk mengetahui berfikir siswa secara spontanitas, menarik perhatian siswa dan meningkatkan partisipasi siswa saat proses belajar mengajar berlangsung..

Selain itu penggunaan metode pembelajaran yang bervariasi yaitu Discovery Learning, Resiprokal, Self Assesment dan Latihan dapat membuat siswa lebih tertarik lagi untuk belajar mengenai materi yang akan disampaikan.

Pemilihan model ini dilakukan agar peran guru sebagai satu-satunya pemasok ilmu dapat dikurangi sehingga siswa lebih berperan aktif dalam proses pembelajaran, dalam hal ini peran guru adalah sebagai fasilitator dan motivator. Pada pelaksanaannya siswa merasa metode ini sangat efektif dan sangat membantu dalam proses pembelajaran. Dengan menggunakan metode-metode dan cara penyampaian yang bervariasi membuat siswa semakin antusias dalam proses KBM.

**5. Media Pembelajaran**

Media yang digunakan praktikan selama mengajar meliputi:

- a. Media Gambar
- b. PPT/ Power Point
- c. Video
- d. *Whiteboard*
- e. Lembar penilaian
- f. Lembar tugas

**6. Alat, Sumber dan Bahan Pembelajaran**

Alat dan bahan pembelajaran yang digunakan praktikan selama masa pembelajaran adalah:

- a. LCD
- b. Speaker

- c. Kertas
- d. Latihan soal
- e. Muhajin, dkk. 2014. Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk SMP/MTs Kelas VII dan VIII Semester I. Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemdikbud dan Buku pendukung lainnya.

## **7. Evaluasi Pembelajaran**

Setelah selesai menyajikan materi, praktikan memiliki tugas untuk memeriksa ketercapaian tujuan pembelajaran. Evaluasi biasa diberikan baik di waktu – waktu akhir jam pelajaran, dalam bentuk pekerjaan rumah, juga ulangan harian. Evaluasi pembelajaran diperlukan juga untuk mendapatkan feedback dari siswa untuk mengetahui efektifitas mengajar mahasiswa praktikan. Adapun hal – hal yang dilakukan dalam kegiatan evaluasi adalah:

### **a. Mempersiapkan instrumen**

Instrumen evaluasi dibuat disesuaikan dengan materi pelajaran yang diberikan dan tujuan pembelajaran yang harus dicapai.

### **b. Mengkonsultasikan instrumen**

Konsultasi instrumen penilaian diperlukan untuk memeriksa apakah instrumen yang dibuat oleh mahasiswa layak digunakan untuk memeriksa keberhasilan belajar atau tidak. Jika terdapat instrumen yang kurang atau perlu diedit maka praktikan harus membetulkan instrumen terlebih dahulu sebelum digunakan di dalam kelas.

### **c. Mempersiapkan kriteria penilaian**

Kriteria penilaian harus dibuat secara adil dan proporsional agar nilai akhirnya dapat benar – benar mencerminkan keberhasilan belajar siswa.

### **d. Melaksanakan penilaian**

Penilaian dilakukan setiap 1 kali tatap muka. Sehingga setiap materi pelajaran yang di ajarkan akan dilakukan penilaian. Penilaian dapat berupa penilaian keterampilan, pengetahuan, sikap dan spiritual

## **C. ANALISIS HASIL PELAKSANAAN DAN REFLEKSI**

Pelaksanaan kegiatan PPL UNY 2014 di MTs Negeri Ngemplak berlangsung kurang lebih 11 minggu. Seluruh program yang telah direncanakan dapat berjalan dengan lancar. Kelancaran dan keberhasilan setiap program sangat dipengaruhi oleh kedisiplinan dan pemanfaatan potensi individu masing-masing dalam melaksanakan program kerja. Selain itu semangat serta dukungan dari berbagai pihak sangat berpengaruh terhadap terselesaikannya program PPL yang telah direncanakan.

Rencana-rencana yang telah disusun oleh praktikan seluruhnya terlaksana, baik itu untuk metode maupun media. Adapun hasil yang diperoleh selama mahasiswa melakukan praktik mengajar adalah sebagai berikut :

- a. Mahasiswa dapat berlatih membuat dan menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran untuk setiap materi pokok.

- b. Mahasiswa belajar untuk mengembangkan materi, media dan sumber pelajaran, serta belajar merancang strategi pembelajaran.
- c. Mahasiswa belajar menetapkan tujuan dan bahan pembelajaran.
- d. Mahasiswa belajar untuk memilih serta mengorganisasikan materi, media dan sumber belajar.
- e. Mahasiswa belajar untuk melaksanakan kegiatan belajar mengajar dan mengelola kelas.
- f. Mahasiswa mendapatkan pengalaman dalam hal ketrampilan mengajar, seperti pengelolaan tugas-tugas rutin, pengelolaan waktu, komunikasi dengan siswa, serta mendemonstrasikan metode belajar.
- g. Mahasiswa berlatih melaksanakan evaluasi dan penilaian hasil belajar.
- h. Mahasiswa dapat belajar tentang pembuatan administrasi guru, seperti Pembuatan Program Tahunan, Pembuatan Program Semester, Rencana pelaksanaan pembelajaran, Silabus, Analisis butir soal, Kisi-kisi.

Berdasarkan hasil kegiatan PPL selama kurang lebih 25 kali pertemuan, praktikan mendapat ilmu berharga, yaitu perlunya rencana dan persiapan yang matang untuk mengajar dengan baik.

Adapun analisis hasil pelaksanaan dan refleksi praktikan setelah Praktik Pengalaman Lapangan adalah sebagai berikut:

### **1. Analisis Hasil**

Secara rinci, hambatan-hambatan atau masalah yang timbul pada kegiatan Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) yang dialami praktikan antara lain:

- a. Pada penampilan pertama praktikan merasa *nervous* karena dihadapkan pada lebih dari 27 siswa dengan berbagai karakter.
- b. Sistem kurikulum yang baru yaitu kurikulum 2013 membuat praktikan kurang paham dengan cara penyampaian materi.
- c. Pengelolaan kelas dilapangan sangat sulit karena kurangnya pengalaman dalam mengajar
- d. Ada beberapa siswa yang bandel dan ribut sendiri sehingga sedikit mengganggu kelancaran kegiatan belajar mengajar.
- e. Ada beberapa siswa yang terlihat kurang suka dan tidak aktif dengan materi pembelajaran Penjasorkes sehingga praktikan harus memutar otak agar siswa menyukai terlebih dahulu apa yang akan dia praktikan dan dapat aktif dalam pembelajaran
- f. Belum tersedianya buku pegangan siswa yang seharusnya sudah ada untuk setiap siswa membuat siswa kurang antusias dengan materi yang ada.

### **2. Refleksi**



Setelah menemui hambatan-hambatan tersebut di atas, praktikan berusaha mencari solusi untuk mengatasi atau setidaknya meminimalisasikan hambatan-hambatan tersebut. Adapun cara yang ditempuh praktikan antara lain:

- a. Lebih mempersiapkan mental, penampilan serta materi agar lebih percaya diri dalam melaksanakan kegiatan praktik mengajar.
- b. Mencari sumber sumber tentang kurikulum 2013 dan selalu berdiskusi dengan dosen pembimbing lapangan serta guru pembimbing atau pelajaran agar lebih paham lagi tentang kurikulum 2013.
- c. Memanggil siswa yang membuat gaduh untuk melakukan suatu aktivitas seperti memberikan contoh suatu teknik agar kondisi siswa bisa lebih tenang.
- d. Merancang pembelajaran semenarik mungkin agar siswa lebih aktif dalam mengikuti kegiatan olahraga
- e. Praktikan mencoba berbagai metode atau gaya mengajar yang efektif bagi siswa khususnya siswa MTs Negeri Ngemplak.
- f. Melakukan pendekatan secara individual dengan siswa yang kurang menyukai pelajaran Penjasorkes serta memberikan suatu motivasi ataupun menjalin keakraban dengan siswa tersebut sehingga siswa mulai menyukai olahraga.

Program Pengalaman Lapangan (PPL) memberikan banyak sekali manfaat bagi praktikan. Melalui PPL, praktikan merasa bagaimana rasanya menjadi seorang guru yang sesungguhnya, yang tidak begitu terasa ketika berada di depan kelas saat mengajar teman-teman kuliah pada mata kuliah *micro teaching*. Selama PPL berlangsung banyak sekali faktor yang mendukung pelaksanaan PPL ini. Tetapi ada pula kelemahan-kelemahan yang menghambat, baik dari lingkungan maupun dari praktikan sendiri. Manfaat, kelebihan maupun kekurangan dapat dijumpai oleh praktikan saat melaksanakan program pengalaman lapangan di MTs Negeri Ngemplak.

### **3. Manfaat PPL**

- a. PPL merupakan suatu titik puncak dari semua kuliah yang diperoleh mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) jurusan PJKR. Karena PPL inilah, semua mata kuliah yang dipelajari di kelas akan di praktikan. PPL memberikan kesempatan praktikan untuk merasakan bagaimana rasanya berada di kelas dengan siswa yang sesungguhnya.
- b. PPL mendorong praktikan untuk menerapkan cara mendidik yang sesuai dengan standar kompetensi karena praktikan merupakan calon-calon pengajar dengan predikat produk baru.
- c. PPL memberikan pengalaman bagaimana cara bersosialisasi dengan lingkungan baru. Melalui PPL, praktikan belajar bagaimana cara menjalin

hubungan yang baik dengan kepala sekolah, para guru, karyawan, sesama praktikan dan para siswa.

- d. PPL membuka pandangan yang berbeda mengenai profesi seorang guru dan menjadikan praktikan lebih respek terhadap profesi guru.
- e. PPL mendorong praktikan untuk dapat menjadi contoh yang baik para siswa, memahami para siswa, mencoba mengetahui kesulitan-kesulitan siswa, mengenal siswa lebih mendalam dan baik secara umum maupun secara interpersonal.

#### **4. Hambatan PPL**

Terdapat berbagai hambatan yang dihadapi oleh praktikan selama melaksanakan kegiatan PPL, diantaranya adalah :

- a. Praktikan kurang mampu menunjukan wibawa seorang guru sehingga terkadang siswa kurang dapat dikendalikan. Usaha yang telah dilakukan oleh praktikan untuk mengatasi hal itu adalah dengan lebih banyak melakukan pendekatan secara personal kepada siswa dan membuat pembelajaran olahraga lebih menarik dan tidak monoton.
- b. Kurang kooperatifnya sebuah kelas menjadikan praktikan perlu menerapkan metode pembelajaran yang berbeda di beberapa kelas. Hal ini juga dipengaruhi oleh semangat, minat, keseriusan, heterogennya latar belakang, dan kepribadian siswa.

#### **5. Kelebihan PPL**

- a. Praktikan mudah bersosialisasi dengan guru, siswa, dan karyawan
- b. Praktikan selalu berusaha untuk berpenampilan rapi dan sopan layaknya seorang guru.
- c. Praktikan selalu berusaha menciptakan kondisi/ suasana yang kondusif saat pelaksanaan pembelajaran berlangsung.
- d. Praktikan mampu menguasai materi yang diajarkan di lapangan dan kelas.
- e. Praktikan selalu menggunakan metode pembelajaran agar siswa tertarik pada materi.
- f. Praktikan menggunakan media yang menarik agar siswa termotivasi misalnya gambar, video, maupun ppt.
- g. Praktikan selalu berusaha untuk menciptakan kondisi dan suasana yang kondusif saat KBM berlangsung.

#### **6. Kelemahan PPL**

Selama melaksanakan PPL di MTs Negeri Ngemplak, praktikan memiliki banyak kelemahan di antaranya :

- a. Praktikan terlalu akrab dengan para siswa saat berada di luar kelas sehingga saat proses KBM berlangsung para siswa cenderung lebih berani untuk tidak memperhatikan penjelasan dari praktikan.

- b. Masih kurang dalam merefleksi buku-buku penunjang yang lain guna memperluas pengetahuan siswa.
- c. Sistem kurikulum yang baru yaitu kurikulum 2013 membuat praktikan menjadi sedikit kurang paham untuk menerapkannya dalam KBM.
- d. Sebagai awal praktik mengajar, mahasiswa mengalami kendala dalam pengelolaan kelas dikarenakan dalam mengajar masih ada rasa canggung dan grogi.

#### **7. Usaha Mengatasi Kelemahan**

Untuk mengatasi kelemahan tersebut, praktikan berusaha membuka diri, menerima saran dari guru pembimbing, dosen pembimbing maupun sesama praktikan. Kegiatan konsultasi dan *sharing* pengalaman merupakan salah satu caranya. Di samping itu, praktikan juga mencoba membuat jarak ideal dengan siswa, seperti yang dilakukan para guru dengan pada siswanya.

Praktikan berusaha lebih tegas dan lugas saat berbicara di dalam kelas untuk meningkatkan wibawa. Praktikan juga berusaha memperbanyak wawasan dengan membaca literatur yang sesuai dengan bidang keahlian praktikan.

## **BAB II**

### **PERSIAPAN, PELAKSANAAN, ANALISIS HASIL DAN PROGRAM PPL**

#### **D. PERSIAPAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN**

Sebelum melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), setiap mahasiswa mendapatkan Pembekalan PPL yang bertujuan untuk memberi gambaran kepada mahasiswa mengenai kegiatan yang akan dilaksanakan pada saat PPL. Pembekalan PPL merupakan syarat wajib bagi mahasiswa untuk dapat melaksanakan PPL. Dengan mengikuti pembekalan diharapkan mahasiswa dapat melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan dengan hasil yang baik.

Syarat wajib lainnya agar dapat melaksanakan PPL adalah lulus mata kuliah pengajaran mikro minimal dengan nilai B. Dengan pengajaran mikro ini diharapkan mahasiswa calon peserta PPL dapat belajar bagaimana cara mengajar yang baik dengan dibimbing oleh dosen pembimbing pembelajaran mikro.

Kegiatan yang dilakukan mahasiswa yang merupakan tahap persiapan sebelum melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan, yaitu:

##### **2. Pengajaran Mikro (PPL I)**

Pengajaran mikro merupakan salah satu syarat yang harus dipenuhi praktikan, dimana pada praktiknya dilaksanakan pada setiap jurusan kependidikan berupa kegiatan praktik mengajar dalam kelompok kecil yang terdiri dari 8 siswa yaitu teman-teman mahasiswa yang berperan menjadi siswanya.

##### **3. Observasi**

Sebelum melaksanakan kegiatan PPL, mahasiswa terlebih dahulu melakukan kegiatan pra PPL yakni observasi sekolah. Observasi sekolah dilaksanakan pada tanggal 22 Februari 2014 setelah penerjunan tim KKN-PPL. Observasi bertujuan untuk mengetahui kondisi sekolah secara umum, yang kemudian akan digunakan sebagai acuan dalam penyusunan program kerja PPL yang dilakukan selama 11 minggu mulai tanggal 1 Juli 2014- 16 September 2014. Kegiatan observasi PPL yang dilakukan meliputi:

- f. Observasi lingkungan fisik sekolah secara keseluruhan.
- g. Observasi potensi sumber daya MTs Negeri Ngemplak baik potensi guru, siswa, maupun karyawan.
- h. Observasi proses pembelajaran di kelas dan di lapangan, sebagai bekal untuk pelaksanaan PPL.

Observasi pembelajaran di dalam dan luar kelas merupakan kegiatan pengamatan oleh mahasiswa peserta PPL terhadap guru pembimbing di dalam dan luar kelas. Dari pihak sekolah, mahasiswa

peserta PPL diberi kesempatan observasi kelas dengan jadwal menyesuaikan jadwal guru pembimbing masing-masing.

Dengan observasi pembelajaran di dalam dan luar kelas diharapkan agar mahasiswa memperoleh gambaran konkrit mengenai teknik pembelajaran di dalam dan luar kelas. Hal ini juga dimaksudkan agar mahasiswa dapat lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan yang sebenarnya sewaktu mengajar serta mengetahui apa yang harus dipersiapkan dan lakukan pada saat sebelum dan setelah mengajar. Tujuan dari observasi ini adalah agar mahasiswa mempunyai pengetahuan dan tambahan pengalaman dari guru pembimbing dalam hal mengajar dan pengelolaan kelas.

Observasi kelas mata pelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga Kesehatan dilaksanakan sebelum mahasiswa PPL UNY 2014 diterjunkan. Observasi dilakukan pada tanggal 5 April 2014. Kegiatan yang dilaksanakan adalah mengikuti guru pembimbing dalam pelajaran Penjasorkes di kelas VII dan VIII.

Hal-hal yang teramati dalam observasi pembelajaran di lapangan serta hasil pengamatan dapat dilihat secara lebih rinci pada lampiran laporan kegiatan PPL.

- i. Melakukan koordinasi dengan kelompok terkait persiapan pelaksanaan PPL.
- j. Menyusun rencana program kerja PPL yang kemudian dikonsultasikan dengan DPL dan guru pembimbing mata pelajaran

Observasi dilakukan dengan agar mahasiswa mengenal dan memperoleh gambaran tentang pelaksanaan proses pembelajaran, kondisi sekolah, dan kondisi lembaga. Dalam kegiatan observasi, mahasiswa tidak menilai guru dan tidak mencari guru model, tetapi lebih ditekankan pada usaha mengetahui figure keteladanan guru, baik mengenal penguasaan materi pembelajaran maupun penampilan guru.

#### **4. Pembuatan Perangkat Pembelajaran**

Mahasiswa PPL diwajibkan untuk membuat persiapan mengajar. Dalam hal ini mahasiswa PPL diwajibkan untuk membuat perangkat pembelajaran yang meliputi Media Pembelajaran, Silabus, RPP, lembar presensi siswa, dan lembar penilaian siswa, sehingga proses pembelajaran dapat berlangsung lancar sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Setelah membuat perangkat pembelajaran, mahasiswa diharapkan mengkonsultasikan perangkat tersebut

dengan guru pembimbing lapangan sebelum digunakan untuk praktek pembelajaran.

## **E. PELAKSANAAN PRAKTIK PENGALAMANAN LAPANGAN**

Mahasiswa, khususnya mahasiswa kependidikan, adalah *agent of change* atau agen perubahan. Para mahasiswa dituntut untuk mampu mengaktualisasikan kemampuan dan kompetensi yang dimilikinya sebagai hasil belajar di bangku kuliah dalam kehidupan yang nyata. Terkait dengan pemikiran tersebut, program PPL merupakan suatu wahana yang tepat bagi mahasiswa untuk mengimplementasikan ilmu yang dikuasainya. Dalam kesempatan ini, saya mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Rekreasi telah melaksanakan program-program PPL di MTs Negeri Ngemplak.

Adapun pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) sebagai berikut:

### **5. Persiapan Mengajar**

Kegiatan ini meliputi mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan untuk kegiatan mengajar, seperti merencanakan jadwal mengajar, membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), serta mempersiapkan materi beserta tugas-tugas yang akan diberikan kepada siswa.

### **6. Konsultasi dengan Guru Pembimbing**

Dalam setiap kesempatan guru pembimbing memberikan arahan kepada praktikan agar melaksanakan PPL dengan baik. Guru pembimbing memberikan gambaran tentang kondisi siswa-siswa MTs Negeri Ngemplak dalam hal kualitas. Guru pembimbing juga memberikan solusi-solusi tentang masalah-masalah yang mungkin muncul saat mengajar dan memberikan saran untuk mengatasi kesulitan-kesulitan tersebut.

### **7. Pelaksanaan Praktik Mengajar**

Hal yang perlu diperhatikan oleh praktikan dalam Praktik Pengalaman Lapangan adalah kesiapan fisik dan mental. Hal ini bertujuan agar selama kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan berlangsung, praktikan akan mampu menghadapi dan menyingkapi setiap hambatan dan gangguan yang mungkin muncul selama pelaksanaan PPL. Selain itu, praktikan tentu saja harus mempersiapkan materi yang diajarkan. Dengan persiapan materi yang matang, diharapkan ketika melaksanakan Praktik Mengajar praktikan mampu menguasai materi dan mampu menyampaikannya kepada peserta didiknya.

MTs Negeri Ngemplak sudah mulai menerapkan kurikulum terbaru yaitu kurikulum 2013 untuk siswa kelas VII, sedangkan untuk kelas VIII dan kelas IX masih menggunakan KTSP (Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan). Praktik mengajar berlangsung mulai tanggal 8 Agustus 2014 sampai dengan 13 September 2014. Praktikan Penjasorkes dibimbing oleh seorang guru pembimbing mata pelajaran PJOK, yaitu bapak Drs. Sukarjo. Berdasarkan kesepakatan dengan guru pembimbing, praktikan mengajar kelas VII B, VII C, VII E, VIII A, dan VIII C. Total jumlah mengajar 25 kali. Jadwal pelaksanaan

disesuaikan dengan jadwal pelajaran yang ada di MTs Negeri Ngemplak (jadwal terlampir). Buku acuan utama yang dipakai adalah buku pegangan guru dan siswa, dengan pengarang Muhajir, dkk. 2014. Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk SMP/MTs Kelas VII dan VIII Semester I. Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemdikbud dan Buku pendukung lainnya.

Penulis (praktikan) berkesempatan mendapat 5 kelas mengajar yaitu kelas VII B, VII C, VII E, VIII A, dan VIII C. Materi pelajaran dan waktu mengajar yang dilaksanakan praktikan dapat dilihat dengan rekapitulasi jam mengajar berikut:

Tabel 3. Jadwal Mengajar

No.	Hari, Tanggal	Kelas	Jam Ke-	Materi
1	Sabtu, 9 Agustus 2014	VII B	5	Perkenalan dan materi pengelompokan jenis-jenis olahraga
2	Senin, 11 Agustus 2014	VII B VII E	4-5 9	Mengajar dasar gerak sepakbola Perkenalan dan materi pengelompokan jenis olahraga.
3	Selasa, 12 Agustus 2014	VII C VII E	1-2 5-6	Mengajar dasar gerak sepakbola Mengajar dasar gerak sepakbola
4	Rabu, 13 Agustus 2014	VIII A VIII C	1-2 5-6	Mengajar dasar gerak bola basket Mengajar dasar gerak bola basket
5	Jumat, 15 Agustus 2014	VII C	6	Perkenalan dan materi permainan sepakbola
6	Sabtu, 16 Agustus 2014	VII B	5	Materi permainan sepakbola
7	Senin, 18 Agustus 2014	VII B VII E	4-5 9	Mengajar permainan sepakbola Materi permainan sepakbola
8	Selasa, 19 Agustus 2014	VII C VII E	1-2 5-6	Mengajar permainan sepakbola Mengajar permainan sepakbola
9	Rabu, 20 Agustus 2014	VIII A VIII C	1-2 5-6	Mengajar permainan bola basket Mengajar permainan bola basket
10	Jumat, 22 Agustus 2014	VII C	6	Materi dasar gerak atletik lari jarak pendek ( <i>sprint</i> )
11	Sabtu, 23 Agustus 2014	VII B	5	Materi dasar gerak atletik lari jarak pendek ( <i>sprint</i> )
12	Senin, 25 Agustus 2014	VII B VII E	4-5 9	Mengajar gerak dasar atletik lari jarak pendek ( <i>sprint</i> ) Materi gerak dasar lari jarak pendek ( <i>sprint</i> )

13	Selasa, 26 Agustus 2014	VII C	1-2	Mengajar gerak dasar atletik lari jarak pendek ( <i>sprint</i> )
		VII E	5-6	Mengajar gerak dasar atletik lari jarak pendek ( <i>sprint</i> )
14	Rabu, 27 Agustus 2014	VIII A	1-2	Mengajar teknik dasar permainan bola kecil soft ball
		VIII C	5-6	Mengajar teknik dasar permainan bola kecil soft ball
15	Jumat, 29 Agustus 2014	VII C	6	Mengerjakan lembar kerja siswa
16	Sabtu, 30 Agustus 2014	VII B	5	Mengerjakan lembar kerja siswa
17	Senin, 1 September 2014	VII B	4-5	Mengajar teknik dasar permainan bola kecil kasti
		VII E	9	Mengerjakan lembar kerja siswa
18	Selasa, 2 September 2014	VII C	1-2	Mengajar teknik dasar permainan bola kecil kasti
		VII E	5-6	Mengajar teknik dasar permainan bola kecil kasti
19	Rabu, 3 September 2014	VIII A	1-2	Mengajar permainan soft ball
		VIII C	5-6	Mengajar permainan soft ball
20	Jumat, 5 September 2014	VII C	6	Materi permainan bola kecil kasti
21	Sabtu, 6 September 2014	VII B	5	Materi permainan bola kecil kasti
22	Senin, 8 September 2014	VII B	4-5	Mengajar permainan bola kecil kasti
		VII E	9	Materi permainan bola kecil kasti
23	Selasa, 9 September 2014	VII C	1-2	Mengajar permainan bola kecil kasti
		VII E	5-6	Mengajar permainan bola kecil kasti
24	Rabu, 10 September 2014	VIII A	1-2	Mengajar permainan soft ball
		VIII C	5-6	Mengajar permainan soft ball

## 8. Penggunaan Metode Pembelajaran

Model pembelajaran yang digunakan pada proses pembelajaran adalah ceramah, demonstrasi, penugasan dan permainan yang dilakukan dengan cara yang berbeda-beda. Beberapa metode yang pernah digunakan praktikan dalam proses pembelajaran adalah:



d. Ceramah

Metode ini dilaksanakan dengan cara mahasiswa praktikan memberi penjelasan yang dapat membawa siswa untuk berfikir bersama mengenai materi yang disampaikan. Dengan kata lain, siswa dilibatkan secara langsung dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan belajar di kelas.

e. Diskusi kelompok

Diskusi kelompok ialah percakapan yang direncanakan atau dipersiapkan diantara empat orang atau lebih tentang topik tertentu, dengan seorang pemimpin. Diskusi kelompok berfungsi untuk memperoleh pendapat dari orang-orang yang tidak suka berbicara, mengenal dan mengolah problema. Dengan adanya diskusi kelompok diharapkan siswa dapat berlatih demokratis, mendorong rasa kesatuan, memperluas pandangan dan mengembangkan rasa kepemimpinan.

f. Tanya Jawab

Metode ini dilaksanakan dengan cara mahasiswa praktikan menyajikan materi pelajaran melalui pertanyaan dan menuntun jawaban siswa. Metode ini berfungsi untuk mengetahui berfikir siswa secara spontanitas, menarik perhatian siswa dan meningkatkan partisipasi siswa saat proses belajar mengajar berlangsung..

Selain itu penggunaan metode pembelajaran yang bervariasi yaitu Discovery Learning, Resiprokal, Self Assesment dan Latihan dapat membuat siswa lebih tertarik lagi untuk belajar mengenai materi yang akan disampaikan.

Pemilihan model ini dilakukan agar peran guru sebagai satu-satunya pemasok ilmu dapat dikurangi sehingga siswa lebih berperan aktif dalam proses pembelajaran, dalam hal ini peran guru adalah sebagai fasilitator dan motivator. Pada pelaksanaannya siswa merasa metode ini sangat efektif dan sangat membantu dalam proses pembelajaran. Dengan menggunakan metode-metode dan cara penyampaian yang bervariasi membuat siswa semakin antusias dalam proses KBM.

## **8. Media Pembelajaran**

Media yang digunakan praktikan selama mengajar meliputi:

- g. Media Gambar
- h. PPT/ Power Point
- i. Video
- j. *Whiteboard*
- k. Lembar penilaian
- l. Lembar tugas

## **9. Alat, Sumber dan Bahan Pembelajaran**

Alat dan bahan pembelajaran yang digunakan praktikan selama masa pembelajaran adalah:

- f. LCD
- g. Speaker
- h. Kertas
- i. Latihan soal
- j. Muhajin, dkk. 2014. Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk SMP/MTs Kelas VII dan VIII Semester I. Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemdikbud dan Buku pendukung lainnya.

## 10. Evaluasi Pembelajaran

Setelah selesai menyajikan materi, praktikan memiliki tugas untuk memeriksa ketercapaian tujuan pembelajaran. Evaluasi biasa diberikan baik di waktu – waktu akhir jam pelajaran, dalam bentuk pekerjaan rumah, juga ulangan harian. Evaluasi pembelajaran diperlukan juga untuk mendapatkan feedback dari siswa untuk mengetahui efektifitas mengajar mahasiswa praktikan. Adapun hal – hal yang dilakukan dalam kegiatan evaluasi adalah:

### a. Mempersiapkan instrumen

Instrumen evaluasi dibuat disesuaikan dengan materi pelajaran yang diberikan dan tujuan pembelajaran yang harus dicapai.

### e. Mengkonsultasikan instrumen

Konsultasi instrumen penilaian diperlukan untuk memeriksa apakah instrumen yang dibuat oleh mahasiswa layak digunakan untuk memeriksa keberhasilan belajar atau tidak. Jika terdapat instrumen yang kurang atau perlu diedit maka praktikan harus membetulkan instrumen terlebih dahulu sebelum digunakan di dalam kelas.

### f. Mempersiapkan kriteria penilaian

Kriteria penilaian harus dibuat secara adil dan proporsional agar nilai akhirnya dapat benar – benar mencerminkan keberhasilan belajar siswa.

### g. Melaksanakan penilaian

Penilaian dilakukan setiap 1 kali tatap muka. Sehingga setiap materi pelajaran yang di ajarkan akan dilakukan penilaian. Penilaian dapat berupa penilaian keterampilan, pengetahuan, sikap dan spiritual

## F. ANALISIS HASIL PELAKSANAAN DAN REFLEKSI

Pelaksanaan kegiatan PPL UNY 2014 di MTs Negeri Ngemplak berlangsung kurang lebih 11 minggu. Seluruh program yang telah direncanakan dapat berjalan dengan lancar. Kelancaran dan keberhasilan setiap program sangat dipengaruhi oleh kedisiplinan dan pemanfaatan potensi individu masing-masing dalam melaksanakan program kerja. Selain itu semangat serta dukungan dari berbagai pihak sangat berpengaruh terhadap terselesaikannya program PPL yang telah direncanakan.

Rencana-rencana yang telah disusun oleh praktikan seluruhnya terlaksana, baik itu untuk metode maupun media. Adapun hasil yang diperoleh selama mahasiswa melakukan praktik mengajar adalah sebagai berikut :

- i. Mahasiswa dapat berlatih membuat dan menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran untuk setiap materi pokok.
- j. Mahasiswa belajar untuk mengembangkan materi, media dan sumber pelajaran, serta belajar merancang strategi pembelajaran.
- k. Mahasiswa belajar menetapkan tujuan dan bahan pembelajaran.
- l. Mahasiswa belajar untuk memilih serta mengorganisasikan materi, media dan sumber belajar.
- m. Mahasiswa belajar untuk melaksanakan kegiatan belajar mengajar dan mengelola kelas.
- n. Mahasiswa mendapatkan pengalaman dalam hal ketrampilan mengajar, seperti pengelolaan tugas-tugas rutin, pengelolaan waktu, komunikasi dengan siswa, serta mendemonstrasikan metode belajar.
- o. Mahasiswa berlatih melaksanakan evaluasi dan penilaian hasil belajar.
- p. Mahasiswa dapat belajar tentang pembuatan administrasi guru, seperti Pembuatan Program Tahunan, Pembuatan Program Semester, Rencana pelaksanaan pembelajaran, Silabus, Analisis butir soal, Kisi-kisi.

Berdasarkan hasil kegiatan PPL selama kurang lebih 25 kali pertemuan, praktikan mendapat ilmu berharga, yaitu perlunya rencana dan persiapan yang matang untuk mengajar dengan baik.

Adapun analisis hasil pelaksanaan dan refleksi praktikan setelah Praktik Pengalaman Lapangan adalah sebagai berikut:

### **8. Analisis Hasil**

Secara rinci, hambatan-hambatan atau masalah yang timbul pada kegiatan Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) yang dialami praktikan antara lain:

- g. Pada penampilan pertama praktikan merasa *nervous* karena dihadapkan pada lebih dari 27 siswa dengan berbagai karakter.
- h. Sistem kurikulum yang baru yaitu kurikulum 2013 membuat praktikan kurang paham dengan cara penyampaian materi.
- i. Pengelolaan kelas dilapangan sangat sulit karena kurangnya pengalaman dalam mengajar
- j. Ada beberapa siswa yang bandel dan ribut sendiri sehingga sedikit mengganggu kelancaran kegiatan belajar mengajar.
- k. Ada beberapa siswa yang terlihat kurang suka dan tidak aktif dengan materi pembelajaran Penjasorkes sehingga praktikan harus memutar otak agar siswa menyukai terlebih dahulu apa yang akan dia praktikan dan dapat aktif dalam pembelajaran
- l. Belum tersedianya buku pegangan siswa yang seharusnya sudah ada untuk setiap siswa membuat siswa kurang antusias dengan materi yang ada.

## 9. Refleksi

Setelah menemui hambatan-hambatan tersebut di atas, praktikan berusaha mencari solusi untuk mengatasi atau setidaknya meminimalisasikan hambatan-hambatan tersebut. Adapun cara yang ditempuh praktikan antara lain:

- g. Lebih mempersiapkan mental, penampilan serta materi agar lebih percaya diri dalam melaksanakan kegiatan praktik mengajar.
- h. Mencari sumber sumber tentang kurikulum 2013 dan selalu berdiskusi dengan dosen pembimbing lapangan serta guru pembimbing atau pelajaran agar lebih paham lagi tentang kurikulum 2013.
- i. Memanggil siswa yang membuat gaduh untuk melakukan suatu aktivitas seperti memberikan contoh suatu teknik agar kondisi siswa bisa lebih tenang.
- j. Merancang pembelajaran semenarik mungkin agar siswa lebih aktif dalam mengikuti kegiatan olahraga
- k. Praktikan mencoba berbagai metode atau gaya mengajar yang efektif bagi siswa khususnya siswa MTs Negeri Ngemplak.
- l. Melakukan pendekatan secara individual dengan siswa yang kurang menyukai pelajaran Penjasorkes serta memberikan suatu motivasi ataupun menjalin keakraban dengan siswa tersebut sehingga siswa mulai menyukai olahraga.

Program Pengalaman Lapangan (PPL) memberikan banyak sekali manfaat bagi praktikan. Melalui PPL, praktikan merasa bagaimana rasanya menjadi seorang guru yang sesungguhnya, yang tidak begitu terasa ketika berada di depan kelas saat mengajar teman-teman kuliah pada mata kuliah *micro teaching*. Selama PPL berlangsung banyak sekali faktor yang mendukung pelaksanaan PPL ini. Tetapi ada pula kelemahan-kelemahan yang menghambat, baik dari lingkungan maupun dari praktikan sendiri. Manfaat, kelebihan maupun kekurangan dapat dijumpai oleh praktikan saat melaksanakan program pengalaman lapangan di MTs Negeri Ngemplak.

## 10. Manfaat PPL

- f. PPL merupakan suatu titik puncak dari semua kuliah yang diperoleh mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) jurusan PJKR. Karena PPL inilah, semua mata kuliah yang dipelajari di kelas akan di praktikan. PPL memberikan kesempatan praktikan untuk merasakan bagaimana rasanya berada di kelas dengan siswa yang sesungguhnya.
- g. PPL mendorong praktikan untuk menerapkan cara mendidik yang sesuai dengan standar kompetensi karena praktikan merupakan calon-calon pengajar dengan predikat produk baru.

- h. PPL memberikan pengalaman bagaimana cara bersosialisasi dengan lingkungan baru. Melalui PPL, praktikan belajar bagaimana cara menjalin hubungan yang baik dengan kepala sekolah, para guru, karyawan, sesama praktikan dan para siswa.
- i. PPL membuka pandangan yang berbeda mengenai profesi seorang guru dan menjadikan praktikan lebih respek terhadap profesi guru.
- j. PPL mendorong praktikan untuk dapat menjadi contoh yang baik para siswa, memahami para siswa, mencoba mengetahui kesulitan-kesulitan siswa, mengenal siswa lebih mendalam dan baik secara umum maupun secara interpersonal.

### **11. Hambatan PPL**

Terdapat berbagai hambatan yang dihadapi oleh praktikan selama melaksanakan kegiatan PPL, diantaranya adalah :

- c. Praktikan kurang mampu menunjukan wibawa seorang guru sehingga terkadang siswa kurang dapat dikendalikan. Usaha yang telah dilakukan oleh praktikan untuk mengatasi hal itu adalah dengan lebih banyak melakukan pendekatan secara personal kepada siswa dan membuat pembelajaran olahraga lebih menarik dan tidak monoton.
- d. Kurang kooperatifnya sebuah kelas menjadikan praktikan perlu menerapkan metode pembelajaran yang berbeda di beberapa kelas. Hal ini juga dipengaruhi oleh semangat, minat, keseriusan, heterogennya latar belakang, dan kepribadian siswa.

### **12. Kelebihan PPL**

- h. Praktikan mudah bersosialisasi dengan guru, siswa, dan karyawan
- i. Praktikan selalu berusaha untuk berpenampilan rapi dan sopan layaknya seorang guru.
- j. Praktikan selalu berusaha menciptakan kondisi/ suasana yang kondusif saat pelaksanaan pembelajaran berlangsung.
- k. Praktikan mampu menguasai materi yang diajarkan di lapangan dan kelas.
- l. Praktikan selalu menggunakan metode pembelajaran agar siswa tertarik pada materi.
- m. Praktikan menggunakan media yang menarik agar siswa termotivasi misalnya gambar, video, maupun ppt.
- n. Praktikan selalu berusaha untuk menciptakan kondisi dan suasana yang kondusif saat KBM berlangsung.

### **13. Kelemahan PPL**

Selama melaksanakan PPL di MTs Negeri Ngemplak, praktikan memiliki banyak kelemahan di antaranya :

- e. Praktikan terlalu akrab dengan para siswa saat berada di luar kelas sehingga saat proses KBM berlangsung para siswa cenderung lebih berani untuk tidak memperhatikan penjelasan dari praktikan.
- f. Masih kurang dalam merefleksi buku-buku penunjang yang lain guna memperluas pengetahuan siswa.
- g. Sistem kurikulum yang baru yaitu kurikulum 2013 membuat praktikan menjadi sedikit kurang paham untuk menerapkannya dalam KBM.
- h. Sebagai awal praktik mengajar, mahasiswa mengalami kendala dalam pengelolaan kelas dikarenakan dalam mengajar masih ada rasa canggung dan grogi.

#### **14. Usaha Mengatasi Kelemahan**

Untuk mengatasi kelemahan tersebut, praktikan berusaha membuka diri, menerima saran dari guru pembimbing, dosen pembimbing maupun sesama praktikan. Kegiatan konsultasi dan *sharing* pengalaman merupakan salah satu caranya. Di samping itu, praktikan juga mencoba membuat jarak ideal dengan siswa, seperti yang dilakukan para guru dengan pada siswanya.

Praktikan berusaha lebih tegas dan lugas saat berbicara di dalam kelas untuk meningkatkan wibawa. Praktikan juga berusaha memperbanyak wawasan dengan membaca literatur yang sesuai dengan bidang keahlian praktikan.

## DAFTAR PUSTAKA

UPPL. 2014. *Materi Pembekalan KKN-PPL*. Yogyakarta: UPPL UNY.

UPPL. 2014. *Materi Pembekalan Pengajaran Mikro/ PPL edisi 2013*. Yogyakarta: UPPL UNY.

UPPL . 2014. *Panduan Pengajaran Mikro Edisi 2013*. Yogyakarta: UPPL UNY.

UPPL. 2014. *Panduan KKN-PPL UNY, Edisi 2013*. Yogyakarta: UPPL UNY.

LPPMP. 2014. *Panduan PPL, Edisi 2013*. Yogyakarta: LPPMP UNY.



# MATRIKS HASIL PROGRAM KERJA PPL

## UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

F 01

Untuk Mahasiswa

TAHUN 2014

Nomor Lokasi :  
 Nama Lokasi : MTs Negeri Ngemplak  
 Alamat lokasi : Pokoh, Wedomartani, Ngemplak, Sleman, Yogyakarta

Nama: Dody Herdiyanto  
 Nomor Mahasiswa: 11601241065  
 Fak/Jurusa : FIK/ PJKR  
 Dosen Pembimbing: Drs. Amat Komari, M.Pd

NO	Program /kegiatan PPL	Jumlah Jam Per-Minggu											Jumlah jam
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	
	Program PPL				LIBUR								
1	Konsultasi dengan guru												
	a.Persiapan	1	1				1	1					4
	b.Pelaksanaan	4	4				2	3	2				15
	c.Evaluasi	3	3				1	2	2				11
2	Penyusunan RPP												
	a.persiapan						2	2	2	2	2		10
	b.Pelaksanaan						8	8	8	8	8		40
	c.Evaluasi						3	4	3	3	3		16
3	Persiapan Media												
	a.Persiapan						1	1	1	1	1		5





# MATRIKS HASIL PROGRAM KERJA PPL UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

F 01
Untuk Mahasiswa

TAHUN 2014

Nomor Lokasi :  
 Nama Lokasi : MTs Negeri Ngemplak  
 Alamat lokasi : Pokoh, Wedomartani, Ngemplak, Sleman, Yogyakarta

Nama: Dody Herdiyanto  
 Nomor Mahasiswa: 11601241065  
 Fak/Jurusa : FIK/ PJKR  
 Dosen Pembimbing: Drs. Amat Komari, M.Pd

	b.Pelaksanaan				L E B A R A N	4	6	4	4	3		21
	c.Evaluasi					1,5	2	1	1,5	1,5		7,5
4	<b>Praktik mengajar</b>											
	a.Persiapan					3	3	3	3	3		15
	b.Pelaksanaan					8	8	8	10	10		44
	c.Evaluasi					2	2	2	2	2		10
5	<b>Bimbingan bersama DPL</b>					2		2		2		6
6	<b>Laporan PPL</b>											
	a.Persiapan							3	3			6
	b.pelaksanaan							12	12	12	12	48
	c. evaluasi											
	Jumlah jam per minggu	8	8			38,5	42	53	49,5	47,5	12	258,5



**MATRIKS HASIL PROGRAM KERJA PPL**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**TAHUN 2014**

**F 01**

Untuk Mahasiswa

Nomor Lokasi :  
Nama Lokasi : MTs Negeri Ngemplak  
Alamat lokasi : Pokoh, Wedomartani, Ngemplak, Sleman, Yogyakarta

Nama: Dody Herdiyanto  
Nomor Mahasiswa: 11601241065  
Fak/Jurusa : FIK/ PJKR  
Dosen Pembimbing: Drs. Amat Komari, M.Pd

**Mengetahui/Menyetujui,**  
**Kepala Madrasah**

**Dosen Pembimbing Lapangan,**

**Yang membuat,**

**Drs. Muh. Oomarudin, M.Pd.I**  
**NIP. 196212291987031002**

**Drs. Amat Komari, M.Si**  
**NIP 196204221990011001**

**Dody Herdiyanto**  
**NIM. 11601241065**



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
PRODI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI  
TAHUN 2014**

**F02**

Untuk Mahasiswa

**Universitas Negeri Yogyakarta**

**Nama Sekolah/Lembaga : MTs N Ngemplak**

**Alamat Sekolah/lembaga : Pokoh Wedomartani, Ngemplak, Sleman**

**Guru Pembimbing : Drs. Sukarjo**

**Nama Mahasiswa : Dody Herdiyanto**

**No. Mahasiswa : 11601241065**

**Dosen Pembimbing : Drs. Amat Komari, M.Si**

No	Hari/Tanggal	Materi kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Februari 2014 Sabtu, 22 Februari 2014	Penerjunan Mahasiswa KKN-PPL UNY 2014 di MTs N Ngemplak	Di terima oleh Bapak Muh. Qomarudin , M.P di selaku kepala MTs N Ngemplak	Tidak ada	Tidak diperlukan
2.	Kamis, 6 Maret 2014	Observasi kelas VII A dan VII B	Mengetahui pembelajaran di lapangan kelas VII A dan VII B	Tidak ada	Tidak diperlukan
3.	Kamis, 15 Mei 2014	Observasi Sarana prasarana sekolah	Mengetahui kondisi sekolah dan daftar alat-alat olahraga	Tidak ada	Tidak diperlukan



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
PRODI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI  
TAHUN 2014**

**F02**

Untuk Mahasiswa

**Universitas Negeri Yogyakarta**

.			yang dimiliki		
4.	<b>Mingguke - 1</b> Kamis 3 Juli 2014	PPDB	Seleksi nilai SKHUN	Tidak ada	Tidak diperlukan
5.	Jumat, 4 Juli 2014	PPDB	Seleksi nilai SKHUN	Tidak ada	Tidak diperlukan
6.	Sabtu, 5 Juli 2014	PPDB	Seleksi nilai SKHUN	Tidak ada	Tidak diperlukan
7.	<b>Minggu ke-3</b> Senin, 14 Juli 2014	Pendampingan MOS	Pengampu kelas VII E	Tidak ada	Tidak diperlukan
8.	Selasa, 15 Juli 2014	Pendampingan MOS	Pengenalan kondisi sekolah	Tidak ada	Tidak ada
9.	Rabu, 16 Juli 2014	Pendampingan MOS	Permainan dan dinamika	Tidak ada	Tidak ada



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL**  
**PRODI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI**  
**TAHUN 2014**

**F02**

Untuk Mahasiswa

**Universitas Negeri Yogyakarta**

			kelompok		
10.	Kamis, 17 Juli 2014	Konsultasi dengan Guru pembimbing	Mendapat 5 kelas yang akan diajar yaitu : Kelas VII B, VII C, VII E, VIII A, VIII C	Tidak ada	Tidak diperlukan
11.	Jumat, 18 Juli 2014	Konsultasi dengan Guru pembimbing	Mendapatkan silabus dan contoh RPP untuk dipelajari	Tidak ada	Tidak diperlukan
	<b>Minggu ke – 6</b>				
12.	Senin 11 Agustus 2014	Penyusunan RPP	Tersusun RPP Dasar gerak sepakbola (VII), bola basket (VIII)	Tidak ada	Tidak diperlukan
		- Mengajar kelas VII B	Peserta didik mampu melakukan teknik dasar dalam	banyak siswa yang kurang berminat untuk bergerak.	membuat modifikasi permainan pembelajaran.



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
PRODI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI  
TAHUN 2014**

**F02**

Untuk Mahasiswa

**Universitas Negeri Yogyakarta**

13.	Selasa, 12 Agustus 2014	- Mengajar kelas VII E	sepak bola dengan koordinasi yang cukup baik.		
		Konsultasi dengan Guru pembimbing	Mengajar materi dasar gerak sepakbola (teori)	Masih banyak siswa yang tidak memperhatikan.	Selalu berpindah tempat dan memberikan pre test kepada siswa
		- Mengajar kelas VII C	Evaluasi terkait pembelajaran	Tidak ada	Tidak diperlukan
		- Mengajar kelas VII C	Peserta didik mampu melakukan teknik dasar dalam sepak bola dengan koordinasi yang cukup baik.	Banyak siswa yang enggan bergerak	Sering-sering memberikan penguatan.
		- Mengajar kelas VII E	Peserta didik mampu	Banyak siswa yang ramai sendiri	Sering-sering memberikan



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
PRODI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI  
TAHUN 2014**

**F02**

Untuk Mahasiswa

**Universitas Negeri Yogyakarta**

14.	Rabu, 13 Agustus 2014	- Mengajar kelas VIII A	melakukan teknik dasar dalam sepak bola dengan koordinasi yang cukup baik.  Peserta didik mampu melakukan teknik dasar dalam bola basket dengan koordinasi yang cukup baik.	Tidak ada	teguran.  Tidak diperlukan
		- Mengajar kelas VIII C	Peserta didik mampu melakukan teknik dasar dalam bola basket dengan koordinasi yang cukup baik.	Tidak ada	Tidak diperlukan
15.	Jumat, 15 Agustus 2014	- Mengajar kelas VII C	Mengajar materi permainan sepakbola (teori)	Kurang pemahaman tentang asal usul dan permainan.	Siswa merangkum dan mengerjakan soal LKS.



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
PRODI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI  
TAHUN 2014**

**F02**

Untuk Mahasiswa

**Universitas Negeri Yogyakarta**

16.	Sabtu, 16 Agustus 2014	- Mengajar kelas VII B	Mengajar materi permainan sepakbola (teori)	Terlalu gaduh di dalam kelas sehingga kurang optimal pembelajaran.	Memberikan post test dan mengerjakan soal.
<b>Mingguk – 7</b>					
17.	Senin, 18 Agustus 2014	Penyusunan RPP	Tersusun RPP permainan sepakbola (VII), permainan bola basket (VIII).	Tidak ada	Tidak diperlukan
		- Mengajar kelas VII B	Peserta didik mampu melakukan permainan sepakbola dengan peraturan yang sudah dimodifikasi.	Kurang pemahaman tentang game.	Memodifikasi permainan.
		- Mengajar kelas VII E	Mengajar permainan sepakbola (teori)	Tidak ada	Tidak ada





**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
PRODI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI  
TAHUN 2014**

**F02**

Untuk Mahasiswa

**Universitas Negeri Yogyakarta**

18.	Selasa, 19 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mengajar kelas VII C</li></ul>	Peserta didik mampu melakukan permainan sepakbola dengan peraturan yang sudah dimodifikasi.	Tidak ada	Tidak diperlukan
		<ul style="list-style-type: none"><li>- Mengajar kelas VII E</li></ul>	Peserta didik mampu melakukan permainan sepakbola dengan peraturan yang sudah dimodifikasi.	Terlalu siang dan siswa enggan bergerak.	Banyak memodifikasi permainan.
19.	Rabu, 20 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mengajar kelas VIII A</li></ul>	Peserta didik mampu melakukan permainan bola basket dengan peraturan yang sudah dimodifikasi.	Peserta didik kurang bersemangat	memberikan reward bagi pemenang



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
PRODI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI  
TAHUN 2014**

**F02**

Untuk Mahasiswa

**Universitas Negeri Yogyakarta**

20.	Jumat, 22 Agustus 2014	- Mengajar kelas VIII C	Peserta didik mampu melakukan permainan bola basket dengan peraturan yang sudah dimodifikasi.	Peserta didik kurang memperhatikan saat pembelajaran	Membuat kelompok kecil
	Sabtu, 23 Agustus 2014	- Mengajar kelas VII C	Mengajar materi lari jarak pendek (teori)	Peserta didik ramai dan kurang memperhatikan.	Membuat post test dalam kelompok kecil
21.	Sabtu, 23 Agustus 2014	- Mengajar kelas VII B	Mengajar materi lari jarak pendek (teori)	Tidak ada	Tidak diperlukan
<b>Minggu ke – 8</b>					
22.	Senin, 25 Agustus 2014	Penyusunan RPP	Tersusun RPP lari jarak pendek (VII), dan dasar gerak	Tidak ada	Tidak diperlukan



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
PRODI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI  
TAHUN 2014**

**F02**

Untuk Mahasiswa

**Universitas Negeri Yogyakarta**

23.	Selasa, 26 Agustus 2014	- Mengajar kelas VII B	softball(VIII) Peserta didik mampu melakukan lari jarak pendek dan mengetahui start yang digunakan.	Tidak ada	Tidak diperlukan
		- Mengajar kelas VII E	Mengajar materi lari jarak pendek (teori)	Banyak siswa yang ramai sendiri	Memberikan teguran dan menjelaskan tentang materi lari jarak pendek.
		- Mengajar kelas VII C	Peserta didik mampu melakukan lari jarak pendek dan mengetahui start yang digunakan.	Tidak ada	Tidak diperlukan
		- Mengajar kelas VII E	Peserta didik mampu melakukan lari jarak pendek dan mengetahui start yang	Tidak ada	Tidak diperlukan



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
PRODI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI  
TAHUN 2014**

**F02**

Untuk Mahasiswa

**Universitas Negeri Yogyakarta**

24.	Rabu, 27 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mengajar kelas VIII A</li></ul>	digunakan Peserta didik mampu melakukan teknik memukul dan menangkap dalam softball.	sarpras kurang memadai	Memodifikasi permainan
		<ul style="list-style-type: none"><li>- Mengajar kelas VIII C</li></ul>	Peserta didik mampu melakukan teknik memukul dan menangkap dalam softball.	Banyak yang tidak memperhatikan	Memberikan teguran
25.	Jumat, 29 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mengajar kelas VII C</li></ul>	Mengajar materi permainan kasti (teori)	Banyak yang kurang paham dengan kasti.	Membuat kelompok kecil dan diskusi pembelajaran.
26.	Sabtu, 30 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mengajar kelas VII B</li></ul>	Mengajar materi permainan kasti (teori)	Banyak siswa yang gaduh.	Memberikan teguran dan reward bagi yang gaduh.



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
PRODI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI  
TAHUN 2014**

**F02**

Untuk Mahasiswa

**Universitas Negeri Yogyakarta**

27.	Minggu ke - 9 Senin, 1 September 2014	Penyusunan RPP	Tersusun RPP permainan kasti (VII), permainan softball (VIII)	Tidak ada	Tidak diperlukan
		- Mengajar kelas VII B	Mengajar materi permainan kasti	Kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran	Memodifikasi permainan.
		- Mengajar kelas VII E	Mengajar materi permainan kasti (teori)	Tidak ada	Tidak diperlukan
28.	Selasa, 2 September 2014	- Mengajar kelas VII C	Mengajar materi permainan kasti	Kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran	Memodifikasi permainan.
		- Mengajar kelas VII E	Mengajar materi permainan kasti	Kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran	Memodifikasi permainan.



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
PRODI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI  
TAHUN 2014**

**F02**

Untuk Mahasiswa

**Universitas Negeri Yogyakarta**

29.	Rabu, 3 September 2014	- Mengajar kelas VIII A	Mengajar materi permainan softball	Putra dan putri tidak mau bermain bersama	dibagi kedalam kelompok kecil dan dicampur
		- Mengajar kelas VIII C	Mengajar materi permainan softball	Putra dan putri tidak mau bermain bersama dan kurang antusias.	dibagi kedalam kelompok kecil dan dicampur
30.	Jumat, 5 September 2014	- Mengajar kelas VII C	Mengerjakan uji kompetensi LKS (teori)	Tidak ada	tidak diperlukan
31.	Sabtu, 6 September 2014	- Mengajar kelas VII B	Mengerjakan uji kompetensi LKS (teori)	Tidak ada	tidak diperlukan



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
PRODI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI  
TAHUN 2014**

**F02**

Untuk Mahasiswa

**Universitas Negeri Yogyakarta**

32.	Minggu ke - 10 Senin, 8 September 2014	Penyusunan RPP	Tersusun RPP lompat jauh (VII)	tidak ada	Tidak diperlukan
		- Mengajar kelas VII B	Mengajar materi lompat jauh	Banyak siswa yang tidak memperhatikan saat dibariskan	Memberikan hukuman
		- Mengajar kelas VII E	Mengerjakan uji kompetensi LKS (teori)	Tidak ada	
33.	Selasa, 9 September 2014	- Mengajar kelas VII C	Mengajar materi lompat jauh	tidak ada alat untuk mengukur lapangan	Memodifikasi lapangan
		- Mengajar kelas VII E	Mengajar materi lompat jauh	tidak ada alat untuk mengukur lapangan	Memodifikasi lapangan



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL  
PRODI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI  
TAHUN 2014**

**F02**

Untuk Mahasiswa

**Universitas Negeri Yogyakarta**

	Rabu, 10 September 2014	- Mengajar kelas VIII A	Mengajar materi permainan kasti	tidak ada	tidak diperlukan
		- Mengajar kelas VIII C	Mengajar materi permainan kasti	tidak ada	tidak diperlukan

Sabtu, 20 September 2014

Mengetahui,

**Dosen Pembimbing Lapangan PPL**

**Guru Pembimbing**

**Mahasiswa PPL**

**Drs. Amat Komari, M.Si**  
NIP 196204221990011001

**Drs. Sukarjo**  
NIP 195601101987111001

**Dody Herdiyanto**  
NIM 11601241065



Untuk  
Mahasiswa



**LAPORAN DANA PELAKSANAAN PPL  
TAHUN 2014**

**F03**

Untuk  
Mahasiswa

---

Mengetahui,

Kepala Sekolah

Dosen Pembimbing Lapangan

Ketua Kelompok

Drs. Muh. Qomarudin, M.Pd.I  
NIP. 196212291987031002

Drs. Amat Komari, M.Si  
NIP 196204221990011001

Dwi Ari Qhurniawan  
NIM 11201241038

HASIL OBSERVASI PEMBELAJARAN DI KELAS DAN OBSERVASI  
PESERTA DIDIK

NAMA MAHASISWA : DODY HERDIYANTO

NO. MAHASISWA : 11601241065

FAK/ JUR/ PRODI : FIK/ POR/ PJKR

TEMPAT PRAKTIK : MTs NEGERI NGEMPLAK

TGL. OBSERVASI : 6 MARET DAN 15 MEI 2014

No.	Aspek yang diamati	Deskripsi hasil pengamatan
A	Perangkat pembelajaran	
	1. Kurikulum tingkat satuan pembelajaran (KTSP)	Sudah ada dan berjalan dengan baik.
	2. Silabus	Terdapat silabus yang digunakan untuk panduan/ pengarahannya dalam pembelajaran.
	3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)	Ada dan telah sesuai dengan silabus.
B	Proses pembelajaran	
	1. Membuka pelajaran	Memulai pembelajaran dengan salam, motivasi, dan apersepsi.
	2. Penyajian materi	1. Mengulang pelajaran minggu lalu. 2. Memberikan lanjutan materi.
	3. Metode pembelajaran	1. Ceramah 2. Praktik 3. Tanya jawab
	4. Penggunaan bahasa	Guru dan peserta didik menggunakan bahasa Indonesia selama pelajaran, dan sesekali diselingi dengan penggunaan bahasa Jawa.
	5. Penggunaan waktu	Waktu yang ada yaitu 90 menit (2 jam pelajaran).
	6. Gerak	1. Aktif 2. Guru berada di sekitar siswa

	7. Cara memotivasi siswa	Memberikan contoh contoh kasus di sekitar yang berada dalam kondisi.
	8. Teknik bertanya	1. Peserta didik ditunjuk oleh guru untuk mengerjakan soal di depan. 2. Bagi siswa yang kurang jelas dipersilahkan untuk bertanya. 3. Guru menjelaskan pertanyaan siswa dengan aplikasinya di kehidupan sehari hari, supaya siswa lebih mudah memahami.
	9. Teknik penguasaan kelas	Penguasaan kelas sudah cukup baik.
	10. Bentuk dan cara evaluasi	Secara klasikal dengan membahas jawaban bersama sama.
	11. Menutup pelajaran	1. Guru menerangkan rangkuman (kesimpulan) materi yang telah disampaikan. 2. Guru mengucapkan salam.
C	Perilaku siswa	
	1. Perilaku siswa di dalam kelas	Sebagian besar peserta didik aktif mengikuti pelajaran dengan baik. Namun ada beberapa peserta didik yang berbuat gaduh.
	2. Perilaku siswa di luar kelas	Aktif bermain dengan teman, ramai, tetapi tetap tertib.

Yogyakarta, 17 September 2014

Mengetahui,  
  
Guru Pembimbing

Mahasiswa

**Drs. Sukarjo**  
  
NIP 195601101987111001

**Dody Herdiyanto**  
  
NIM 11601241065

JADWAL MENGAJAR PPL UNY 2014  
DI MTs NEGERI NGEMPLAK

No.	Hari	Kelas	Jam ke	Keterangan
1.	Senin	VII B VII E	4-5 9	09.15 – 10.55 13.15 – 13.55
2.	Selasa	VII C VII E	1-2 5-6	07.15 – 08.35 10.15 – 11.35
3.	Rabu	VIII A VIII C	1-2 5-6	07.15 – 08.35 10.15 – 11.35
4.	Jumat	VII C	6	10.30 – 11.10
5.	Sabtu	VII B	5	10.15 – 10.55

Yogyakarta, 17 September 2014

Mengetahui,

Guru Pembimbing mata pelajaran

Mahasiswa

**Drs. Sukarjo**

NIP 195601101987111001

**Dody Herdiyanto**

NIM 11601241065

## Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

Satuan pendidikan : MTs Negeri Ngemplak

Mata pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Kelas/ semester : VII/ satu

Materi pokok : Sepak bola

Alokasi waktu : 120 menit

### A. Kompetensi inti

1. Menghargaidanmenghayatiajaran agama yang dianut-Nya.
2. Menghargaidanmenghayatiperilakujujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotongroyong), 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 ingintahuny 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 ketercapaian

No	Kompetensi dasar	Indikator ketercapaian
1	1.1 menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga.	<ul style="list-style-type: none"><li>- pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran.</li><li>- Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir.</li><li>- Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan.</li></ul>

2	<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.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Menunjukkan kemauan kerjasama 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>2.8 Memiliki perilaku hidup sehat.</p>	<p>- Melakukan aktivitas dengan berhati-hati atau tidak ceroboh dalam kegiatan pembelajaran.</p> <p>- Melakukan kerjasama antar siswa.</p>
3	<p>3.1 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola besar.</p>	<p>- Peserta didik dapat memahami dan mengerti tentang teknik-teknik dalam sepak bola.</p>
4	<p>4.1 mempraktikkan teknik dasar permainan bola besar dengan menekankan gerak dasar fundamental.</p>	<p>- Peserta didik mampu mempraktekan teknik dasar sepak bola.</p>

### C. Tujuan pembelajaran

Setelah mengikuti pembelajaran ini,

1. Melakukan doa sebelum dan sesudah kegiatan permainan bola besar.
2. Menunjukkan perilaku baik dengan melakukan gerakan permainan bola besar sesuai fungsi tubuh.
3. Menunjukkan permainan tidak curang.
4. Melakukan aktivitas fisik secara kelompok, beregu, dan berpasangan dengan memperhatikan kondisi teman. Baik fisik atau psikis.

5. Mampu saling membantu teman bila ada kesulitan dalam melakukan gerakan dalam permainan bola besar.
6. Melakukan permainan dengan tidak menguasai alat atau lapangan sendiri.
7. Mengikuti peraturan, petunjuk atau arahan yang telah diberikan guru.
8. Menunjukkan perilaku bahwa lawan merupakan teman bermain.
9. Peserta didik mampu melakukan permainan bola besar menggunakan permainan sepak bola.

#### **D. Materi pembelajaran**

*Tactical game* dan aturan permainan dalam sepak bola.

#### **E. Metode pembelajaran**

Metode *saintifik*.

#### **F. Sumber belajar**

<http://id.professionalsoccercoaching.com/>

Buku guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

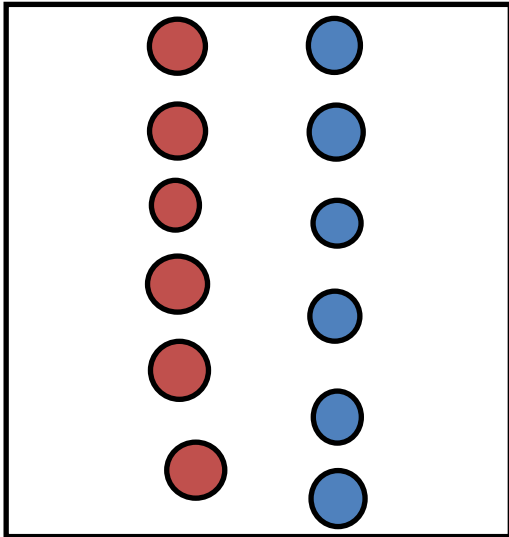
#### **G. Media dan alat pembelajaran**

1. Guru.
2. Bola.
3. Peluit.
4. Lapangan sepak bola.

#### **H. Kegiatan pembelajaran**

Kegiatan	Deskripsi kegiatan	Alokasi waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik dibariskan dan berdoa sebelum memulai pembelajaran.</li> <li>- Prensensi peserta didik dan menanyakan keadaan siswa.</li> <li>- Menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dilaksanakan.</li> <li>- Melakukan apersepsi tentang</li> </ul>	15 menit



	pembelajaran <i>tactical game</i> sepak bola.	
Kegiatan inti	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengamati : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik mengamati gerak fundamental (menendang, menghentikan, menggiring) dan di aplikasikan dalam <i>tactical game</i> sepak bola yang diperagakan oleh guru di bantu peserta didik dan membuat catatan tentang <i>tactical game</i> sepak bola.</li> <li>- Pemanasan : peserta didik dibariskan menjadi 2 shaff. Masing masing shaff menjadi 1 kelompok tim. Kelompok 1 bernama <b>palu</b> dan kelompok 2 bernama <b>paku</b>. Kedua kelompok saling berhadapan. Pada game ini apabila guru menyebutkan salah satu nama kelompok tersebut, maka kelompok yang tidak disebutkan oleh guru mengejar kelompok yang disebutkan namanya dengan jarak yang telah ditentukan.</li> </ul> </li> </ul> 	95 menit

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menanya : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik atau guru bertanya tentang <i>tactical game</i> sepak bola, misalnya : dalam permainan sepak bola bertahan, baris pertahanan dimulai dari posisi mana?</li> <li>- Peserta didik atau guru menanyakan tentang manfaat <i>tactical game</i> sepak bola terhadap permainan sepak bola menyerang dan bertahan.</li> </ul> </li> <li>• Mengekplorasi : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik melakukan game sepak bola 3 lawan 1 dengan permainan yang sudah dimodifikasi.</li> <li>- Peserta didik mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan kesalahan yang sering dilakukan pada <i>tactical game</i> sepak bola 3 lawan 1 dengan benar dan buat kesimpulan.</li> <li>- Mendiskusikan dan membuat kesimpulan <i>tactical game</i> permainan sepak bola secara sederhana berkelompok dengan menunjukan kerjasama.</li> </ul> </li> <li>• Mengasosiasi : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik menemukan <i>tactical game</i> menyerang atau bertahan dengan dipadukan gerak fundamental (passing, controlling, dribble) sepak bola yang sesuai kebutuhan.</li> <li>- Peserta didik mencari hubungan jenis tendangan dengan sasaran yang hendak dicapai dalam taktik menyerang dan bertahan dalam bermain sepak bola.</li> <li>- Peserta didik mencari hubungan permainan sepak bola dengan kesehatan dan kebugaran tubuh.</li> </ul> </li> </ul>	
--	---	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengkomunikasikan : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik melakukan permainan sepak bola sederhana dengan peraturan yang sudah di modifikasi dengan menerapkan gerak fundamental (passing, controlling, dribble) serta menunjukkan sikap sportif, disiplin, kerjasama, bertanggung jawab dan toleransi selama bermain.</li> <li>- Peserta didik menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat alat permainan.</li> <li>- Peserta didik memberikan saran perbaikan kepada teman selama permainan.</li> </ul> </li> </ul>	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pendinginan : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik dibariskan menjadi 4 shaff dan menjadi 4 kelompok.</li> <li>- Setiap kelompok, peserta didik yang paling depan nanti mendapat clue dari guru untuk diperagakan di depan temannya melalui gerakan.</li> <li>- Peserta didik yang lain menebak apa yang di peragakan oleh temannya.</li> </ul> </li> <li>• Mengevaluasi pembelajaran.</li> <li>• Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran.</li> <li>• Menutup pembelajaran dengan doa.</li> </ul>	10 menit

## I. Penilaian

### 1. Penilaian keterampilan game 3 lawan 1

No	Indikator penilaian	Hasil penilaian		
		Baik (3)	Cukup (2)	Kurang (1)
1.	Sikap pelaksanaan melakukan game 3 lawan 1.			
2.	Sikap pelaksanaan melakukan game sepak bola modifikasi.			
Skor maksimal (6)				

Skor yang diperoleh peserta didik untuk suatu perangkat keterampilan di hitung dengan rumus :

$$\text{Nilai peserta didik} = \frac{\text{skor yang diperoleh peserta didik} \times 100}{\text{skor total (6)}}$$

Kriteria penskoran :

- **Sikap pelaksanaan melakukan game 3 lawan 1**

Skor baik jika :

1. Peserta didik mampu melakukan gerak fundamental sepak bola dengan baik.
2. Peserta didik mampu melakukan pergerakan tanpa bola untuk mencari tempat kosong.

Skor cukup jika : hanya 1 kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor kurang jika : tidak 1 pun kriteria yang dilakukan secara benar.

- **Sikap pelaksanaan melakukan game sepak bola modifikasi**

Skor baik jika :

1. Peserta didik mampu melaksanakan game sepak bola modifikasi dengan dipadukan gerak fundamental sepak bola.
2. Peserta didik mampu menunjukkan pemahaman *tactical game* sepak bola menyerang atau bertahan.

Skor cukup jika : hanya 1 kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor kurang jika : tidak 1 pun kriteria yang dilakukan secara benar.

## 2. Penilaian sikap aspek sosial

Penilaian aspek sikap sosial dilakukan dengan pengamatan selama kegiatan belajar mengajar. Pengamatan dalam proses penilaian dilakukan saat peserta didik melakukan pembelajaran permainan sepak bola.

No	Aspek pengamatan	Skor				Keterangan
		1	2	3	4	
1	Kerja sama					
2	Tanggung jawab					
3	Sportivitas					
4	Menghargai teman					
5	Menerima kekalahan dan kemenangan					
Jumlah skor maksimal = 20						

Kriteria skor nilai :

- Skor 4 : selalu, apabila selalu melakukan sesuai pernyataan.
- Skor 3 : sering, apabila sering melakukan sesuai pernyataan dan kadang kadang tidak melakukan.
- Skor 2 : kadang kadang, apabila kadang kadang melakukan dan sering tidak melakukan.
- Skor 1 : tidak pernah, apabila tidak pernah melakukan.

Ngemplak, 18 Agustus 2014

Mengetahui,

Guru Mata Pelajaran

Mahasiswa PPL

Drs. Sukarjo

Dody Herdiyanto

## Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

Satuan pendidikan : MTs Negeri Ngemplak

Mata pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Kelas/ semester : VII/ satu

Materi pokok : Atletik (lari jarak pendek)

Alokasi waktu : 120 menit

**J. Kompetensi inti**

5. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianut-Nya.
6. 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.
7. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
8. 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.

**K. Kompetensi dasar dan indikator ketercapaian**

No	Kompetensi dasar	Indikator ketercapaian
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	- pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran. - Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir. - Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan.

	tawakal dengan hasil akhir. c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan.	
2	<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.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Menunjukkan kemauan kerjasama 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>- Melakukan aktivitas dengan berhati-hati atau tidak ceroboh dalam kegiatan pembelajaran.</p> <p>- Melakukan kerjasama antar siswa.</p> <p>-</p>
3	3.3Memahami teknik dasar gerak fundamental salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar).	- Peserta didik dapat memahami dan mengerti tentang gerak fundamental lari jarak pendek.
4	4.3 Mempraktikkan salah satu teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) menekankan gerak dasar fundamentalnya.	- Peserta didik mampu mempraktekan gerakan fundamental lari jarak pendek.

## L. Tujuan pembelajaran

Setelah mengikuti pembelajaran ini,

10. Melakukan doa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan aktivitas fisik.
11. Menunjukan perilaku baik dengan melakukan gerakan lari jarak pendek sesuai fungsi tubuh.
12. Menunjukan permainan tidak curang.
13. Melakukan aktivitas fisik secara kelompok, beregu, dan berpasangan dengan

memperhatikan kondisi teman. Baik fisik atau psikis.

14. Mampu saling membantu teman bila ada kesulitan dalam melakukan gerakan dalam aktivitas atletik.
15. Melakukan permainan dengan tidak menguasai alat atau lapangan sendiri.
16. Mengikuti peraturan, petunjuk atau arahan yang telah diberikan guru.
17. Menunjukkan perilaku bahwa lawan merupakan teman bermain.
18. Peserta didik mampu melakukan aktivitas atletik melalui lari jarak pendek dan membuat kesimpulan gerak fundamental posisi badan, ayunan lengan, ayunan langkah, memasuki garis finis.

#### **M. Materi pembelajaran**

Dasar gerak fundamental lari jarak pendek (*sprint*).

#### **N. Metode pembelajaran**

Metode *saintifik*.

#### **O. Sumber belajar**

Buku guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

#### **P. Media dan alat pembelajaran**

1. Guru.
2. Cone.
3. Peluit.
4. Lapangan atletik/ sepak bola.
5. Video.

#### **Q. Kegiatan pembelajaran**

Kegiatan	Deskripsi kegiatan	Alokasi waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"><li>- Peserta didik dibariskan dan berdoa sebelum memulai pembelajaran.</li><li>- Prensensi peserta didik dan menanyakan keadaan siswa.</li><li>- Menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dilaksanakan (aktivitas atletik).</li></ul>	15 menit



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Melakukan apersepsi tentang pembelajaran aktivitas atletik lari jarak pendek.</li> </ul>	
Kegiatan inti	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengamati : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik mengamati gerak fundamental aktivitas atletik lari jarak pendek (<i>sprint</i>) dan di aplikasikan dalam pembelajaran aktivitas atletik yang diperagakan oleh guru.</li> <li>- Pemanasan : peserta didik dibariskan menjadi 2 shaff. Masing masing <i>shaff</i> menjadi 1 kelompok tim. Kelompok 1 bernama <b>apel</b> dan kelompok 2 bernama <b>anggur</b>. Kedua kelompok saling berhadapan. Pada game ini apabila guru menyebutkan salah satu nama kelompok tersebut, maka kelompok yang tidak disebutkan oleh guru mengejar kelompok yang disebutkan namanya dengan jarak yang telah ditentukan.</li> </ul> </li> </ul> <div data-bbox="544 1106 1054 1644" data-label="Image"> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menanya : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik atau guru bertanya tentang aktivitas atletik, misalnya : ada berapa macam <i>start</i> dalam aktivitas atletik cabang lari ?</li> <li>- Peserta didik atau guru menanyakan tentang manfaat lari jarak pendek bagi kesehatan tubuh</li> </ul> </li> </ul>	95 menit

	<p>sesuai fungsinya.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengeksplorasi : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik mempraktekkan aktivitas dasar <i>start</i> (start panjang, menengah, dan pendek).</li> <li>- Peserta didik mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan kesalahan yang sering dilakukan pada saat melakukan <i>start</i> dengan benar dan buat kesimpulan.</li> <li>- Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang pembelajaran dasar <i>start</i> secara sederhana berkelompok dengan menunjukan kerjasama.</li> </ul> </li> <li>• Mengasosiasi : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik menemukan aktivitas dasar <i>start</i> dengan dipadukan gerak fundamental aktivitas atletik (jarak pendek) yang sesuai kebutuhan.</li> <li>- Peserta didik mencari hubungan jenis <i>start</i> jongkok dengan lari jarak pendek (<i>sprint</i>) sesuai sasaran yang hendak dicapai dalam aktivitas atletik.</li> <li>- Peserta didik mencari hubungan lari jarak pendek (<i>sprint</i>) dengan kesehatan dan kebugaran tubuh.</li> </ul> </li> <li>• Mengkomunikasikan : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik melakukan lari jarak pendek dengan peraturan yang sudah di modifikasi oleh guru dengan menerapkan gerak fundamental aktivitas atletik serta menunjukan sikap sportif, disiplin, kerjasama, bertanggung jawab dan toleransi selama bermain.</li> <li>- Peserta didik menunjukan perilaku bertanggung</li> </ul> </li> </ul>	
--	--	--

	<p>jawab dalam menggunakan dan merawat alat.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik memberikan saran perbaikan kepada teman selama permainan.</li> </ul>	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pendinginan :</li> <li>- Peserta didik dibariskan menjadi 4 <i>shaff</i> dan menjadi 2 kelompok.</li> <li>- Setiap kelompok saling berhadapan. Setelah itu guru akan menyebutkan <i>clue</i> (kanan kiri depan belakang)</li> <li>- Peserta didik nanti melakukan gerakan berlawanan sesuai apa yang dikatakan oleh guru.</li> <li>• Mengevaluasi pembelajaran.</li> <li>• Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran.</li> <li>• Menutup pembelajaran dengan doa.</li> </ul>	10 menit

## R. Penilaian

### 3. Penilaian keterampilan start lari jarak pendek

No	Indikator penilaian	Hasil penilaian		
		Baik (3)	Cukup (2)	Kurang (1)
1.	Sikap awalan melakukan gerakan			
2.	Sikap pelaksanaan melakukan gerakan			
3.	Sikap akhir melakukan gerakan			
Skor maksimal (9)				

Skor yang diperoleh peserta didik untuk suatu perangkat keterampilan di hitung dengan rumus :

$$\text{Nilai peserta didik} = \frac{\text{skor yang diperoleh peserta didik}}{\text{skor total (9)}} \times 100$$

Kriteria penskoran :

- **Sikap awalan melakukan gerakan**

Skor baik jika :

3. Salah satu lutut diletakkan ditanah dengan jarak satu jengkal dari garis *start*.
4. Kepala menunduk, leher rileks, pandangan ke bawah dan konsentrasi pada aba aba.
5. Kaki menolak ke depan dengan kekuatan penuh atau gerakan meluncur, tetapi jangan melompat.

Skor cukup jika : hanya 2 kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor kurang jika : hanya 1 kriteria yang dilakukan secara benar.

- **Sikap pelaksanaan melakukan gerakan**

Skor baik jika :

3. Sikap badan condong ke depan, sehingga titik berat badan selalu di depan.
4. Ayunan lengan kuat dan cepat, siku dilipat, kedua tangan menggenggam lemas agar gerakan langkah kaki juga cepat dan kuat.
5. Setelah 20 m dari garis start, langkah diperlebar dan sikap badan dicondongkan ke depan tetap dipertahankan serta ayunan lengan dan gerakan langkah juga dipertahankan kecepatan serta kekuatan bahkan harus ditingkatkan.

Skor cukup jika : hanya 2 kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor kurang jika : hanya 1 kriteria yang dilakukan secara benar.

- **Sikap akhir melakukan gerakan**

Skor baik jika :

1. Berlari secepat mungkin, seakan akan garis finis sudah 10 m di depan.

2. Setelah sampai kurang lebih 1 meter di depan garis *finish*, rebahkan badan ke depan tanpa mengurangi kecepatan.
3. Sampai di garis *finish*, busungkan dada, tangan ditarik, ke belakang atau putar salah satu bahu ke depan.

4. Penilaian sikap aspek sosial

Penilaian aspek sikap sosial dilakukan dengan pengamatan selama kegiatan belajar mengajar. Pengamatan dalam proses penilaian dilakukan saat peserta didik melakukan pembelajaran permainan sepak bola.

No	Aspek pengamatan	Skor				Keterangan
		1	2	3	4	
1	Kerja sama					
2	Tanggung jawab					
3	Sportivitas					
4	Menghargai teman					
5	Menerima kekalahan dan kemenangan					
Jumlah skor maksimal = 20						

Kriteria skor nilai :

- Skor 4 : selalu, apabila selalu melakukan sesuai pernyataan.
- Skor 3 : sering, apabila sering melakukan sesuai pernyataan dan kadang kadang tidak melakukan.
- Skor 2 : kadang kadang, apabila kadang kadang melakukan dan sering tidak melakukan.
- Skor 1 : tidak pernah, apabila tidak pernah melakukan.

Ngemplak, 18 Agustus 2014

Mengetahui,

Guru Mata Pelajaran

Mahasiswa PPL

Drs. Sukarjo

Dody Herdiyanto

## **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)**

<b>Satuan Pendidikan</b>	: MTs Negeri Ngemplak
<b>Mata Pelajaran</b>	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
<b>Kelas/Semester</b>	: VII/ 1 (Ganjil )
<b>Materi Pokok</b>	: Lompat Jauh Gaya Berjalan di Udara
<b>Alokasi Waktu</b>	: 3 x 40 menit

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

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai) santun, responsif, dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menenmpatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisi pengetahuan faktual, konseptual, dan prosedural berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri dan mampu menggunakan metode sesuai kaidah keilmuan.

### **B. Tujuan:**

Setelah mengikuti pembelajaran ini, diharapkan peserta didik dapat:

1. Membiasakan berdoa sebelum melakukan aktivitas
2. Menunjukkan sikap sportif dalam bermain.
3. Menunjukkan sikap tanggung jawab dalam keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran
4. Menunjukkan sikap disiplin selama mengikuti pembelajaran .
5. Menyebutkan urutan teknik lompat jauh gaya berjalan di udara.
6. Menjelaskan cara melakukan ancang-ancang lompat jauh gaya berjalan diudara dengan teknik yang benar
7. Menjelaskan cara melakukan tolkan kaki lompat jauh gaya berjalan diudara dengan teknik yang benar
8. Menjelaskan teknik melayang lompat jauh gaya berjalan diudara dengan teknik yang benar

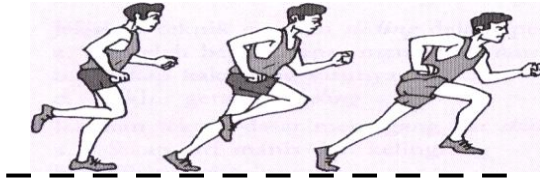
9. Menyebutkan kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan lompat jauh gaya berjalan diudara
10. Mempraktekkan lompat jauh gaya berjalan di udara dengan baik

### **C. Kompetensi Dasar dan Indikator:**

- 1.1. Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai
  - 1.1.1 Berdo'a sebelum dan sesudah pembelajaran
  - 1.1.2 Mengucapkan salam
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain:
  - 2.1.1. Menghargai teman dan lawan
  - 2.1.2. Menerima kekalahan
  - 2.1.3. Mentaati peraturan permainan
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran,:
  - 2.2.1 Menjaga dan menggunakan peralatan pembelajaran sesuai dengan penggunaannya
  - 2.2.2 Mengembalikan peralatan pembelajaran ketempat yang telah disediakan
  - 2.2.3 Menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain dalam beraktivitas.
  - 2.2.4 Menjaga ketertiban lingkungan sekitar
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik:
  - 2.6.1 Mengikuti kegiatan sesuai waktu yang ditentukan
  - 2.6.2 Mengikuti semua proses pembelajaran
- 3.3. Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik
- 4.3. Mempraktikan perbaikan keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar sesuai hasil analisis dan katagorisasi  
 Menyebutkan jenis-jenis teknik dasar permainan bolavoli yang dapat divariasikan dan dikombinasikan.
  - 4.3.1. Melakukan bentuk latuhan teknik ancang-ancang lompat jauh dengan teknik yang baik
  - 4.3.2. Melakukan bentuk latuhan teknik tolakan lompat jauh dengan teknik yang baik
  - 4.3.3. Melakukan bentuk latuhan teknik melayang lompat jauh dengan teknik yang baik
  - 4.3.4. Melakukan bentuk latuhan teknik mendarat lompat jauh dengan teknik yang baik
  - 3.3.1. Menyebutkan urutan teknik lompat jauh gaya berjalan diudara lompat jauh gauh berjalan di udara:
  - 3.3.2. Menjelaskan kegunaan latihan lompat jauh
  - 3.3.3. menjelaskan
  - 4.3.5. Mempraktekkan latihan lompat jauh gaya berjalan di udara dengan baik dan benar

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

- 1. Teknik latihan lompat jauh gaya berjalan di udara**
  - 1.1. Latihan lari ancang-ancang



- Lari sejauh 30-40m dengan lutut diangkat
- Badan agak condong kedepan
- Kedua lengan diangkat, dengan kedua sikut ditekuk
- Pandangan kedepan
- Menjaga kecepatan lari

### 1.2.Latihan menolak

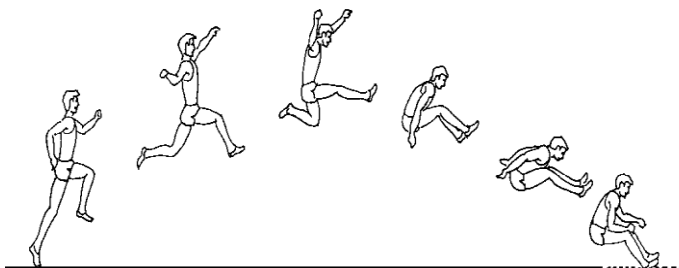
- Merupakan upaya pelompat melakukan tolakan pada papan tumpuan menggunakan kaki yang terkuat
- Saat kaki melakukan tolakan,
- posisi badan didorong kedepan atas,
- dan kaki belakang serta kedua lengan di-ayunkan ke depan atas menjaga keseimbangan
- Urutan tolakan kaki pada papan tumpuan, dimulai dari tumit, telapak kaki diteruskan pada ujung telapak kaki.

### 1.3.Latihan teknik melayang

- Kedua kaki di gerakan seperti berjalan ( diudara)
- Badan tegak didorong kedepan atas
- Kedua lengan relaks di samping badan menjaga keseimbangan
- Pandangan mata ke arah depan

### 1.4.Latihan mendarat

- Mendarat dengan dua kaki rapat
- Kedua lutut ditekuk/mengeper
- Kedua lengan kearah depan menjaga keseimbangan
- Berat badan didorong kedepan



## E. Metode Pembelajaran.

1. Pendekatan: saintifik (*scientific*)
2. Resiprokal



## F. Kegiatan Pembelajaran.

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
<b>Pendahuluan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Berbaris, berdoa, presensi, dan apersepsi dengan Mengaitkan materi pembelajaran sekarang dengan pengalaman peserta didik atau pembelajaran sebelumnya.</li> <li>Pengkondisian fisik, mental, untuk mengikuti pembelajaran.</li> <li>Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran.</li> </ul>	<b>10 menit</b>
<b>Inti</b>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mencari dan membaca informasi tentang variasi dan kombinasi teknik perlombaan lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik dan membuat catatan/laporan, dan</li> <li>Peserta didik mengamati perlombaan lompat jauh gaya berjalan di udara secara langsung dan atau di TV/video dan membuat catatan tentang variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat), atau</li> <li>Peserta didik mengamati tentang variasi dan kombinasi teknik lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) yang diperagakan oleh guru atau salah satu peserta didik yang mampu dan membuat catatan hasil pengamatan.</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang variasi dan kombinasi teknik lompat jauh gaya menggantung di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) misalnya : apakah teknik tumpuan mempengaruhi kemampuan melompat, apakah jauhnya awalan mempengaruhi tingginya lompatan, apakah terdapat perbedaan apabila menggunakan pendekatan yang berbeda.</li> <li>Peserta didik saling bertanya tentang manfaat olahraga cabang atletik lompat jauh terhadap kesehatan</li> <li>Peserta didik saling bertanya tentang otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam olahraga cabang atletik lompat jauh</li> <li>Peserta didik saling bertanya tentang bagaimana</li> </ul>	<b>100 menit</b>

	<p>bentuk/jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan olahraga cabang atletik lompat jauh</p> <p><b>Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan awalan/ancang-ancang lompat jauh gaya berjalan di udara secara individu atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</li> <li>• Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan tumpuan lompat jauh gaya berjalan di udara secara individu atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</li> <li>• Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan saat melayang di udara lompat jauh gaya berjalan di udara secara individu atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</li> <li>• Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan mendarat lompat jauh gaya berjalan di udara secara individu atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</li> <li>• Mendiskusikan variasi dan kombinasi teknik gerakan lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan benar dan membuat laporan hasil diskusi secara berkelompok.</li> <li>• Mendiskusikan kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ anchang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</li> <li>• Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan benar dan membuat</li> </ul>	
--	--	--

	<p>kesimpulannya.</p> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Menemukan dan menetapkan pola yang sesuai untuk kebutuhan individual peserta didik dalam mempraktikkan variasi dan kombinasi olahraga atletik lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat).</li> </ul> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan perlombaan lompat jauh menggunakan gaya berjalan di udara dengan menggunakan peraturan yang sesungguhnya dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung-jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</li> </ul>	
<b>Penutup</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pendinginan.</li> <li>Evaluasi proses pembelajaran dengan memberikan tes lisan atau tertulis tentang materi lompat jauh gaya berjalan di udara</li> <li>Melakukan refleksi oleh guru dengan melibatkan peserta didik tentang materi lompat jauh gaya berjalan di udara</li> <li>Memberikan umpan balik dan penugasan pada peserta didik</li> <li>Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran, dan berdoa</li> </ul>	<b>10 Menit</b>

## G. Alat dan Sumber Belajar

### 1. Alat :

- Bak lompat, lintasan, tali, pluit.

### 2. Sumber Belajar

- Buku Guru dan Buku Siswa Kurikulum 2013
- Buku referensi lain yang sesuai

## H. Penilaian

### 1. Penilaian sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan aktivitas di dalam kelas. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu bertanggung jawab, sportif, dan disiplin.

Keterangan:

Berikan tanda cek ( √ ) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek ( √ ) mendapat nilai 1.

**RUBRIK PENILAIAN**  
**SIKAP DALAM LOMPAT JAUH GAYA BERJALAN DI UDARA**

Aspek yang Diukur	Deskripsi Sikap yang Diukur	BT	MT	TN
1. Disiplin	Hadir tepat waktu			
	Mengikuti seluruh proses pembelajaran			
	Selesai tepat waktu			
2. Kerjasama	Bersama-sama menyiapkan peralatan			
	Mau menjaga keselamatan teman			
	Mau turut mengukur hasil lompatan			
3. Kerja keras	Tidak mengenal lelah			
	Mengikuti pembelajaran dengan tekun			
	Mengulang-ulang latihan			
4. Tanggung jawab	Mau mengakui kesalahan yang dilakukan			
	Tidak mencari cari kesalahan teman			
	Mengerjakan tugas yang diterima			

**Keterangan:**

- a. BT : Belum Tampak
- b. MT : Mulai Tampak
- c. TN : Tampak Nyata

**2. Pengetahuan:**

No	Pertanyaan	Kriteria Persekoran				Jumlah
		1	2	3	4	
1	Sebutkan urutan teknik lompat jauh gaya berjalan di udara					

2	Jelaskan teknik yang benar melakukan awalan lari lompat jauh gaya berjalan di udara						Jawab secara lisan atau tulisan, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak lompat jauh gaya
3	Jelaskan sikap/teknik menolak lompat jauh (sikap kaki, badan, tangan dan pandangan)						
4	Jelaskan teknik melayang lompat jauh (sikap kaki, badan, tangan dan pandangan)						
5	Jelaskan /teknik mendarat lompat jauh (sikap kaki, badan, tangan dan pandangan)						
6	Jelaskan kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan pada latihan lompat jauh!						
7	Jelaskan Kegunaan latihan lompat jauh						

berjalan di udara.

Keterangan:

1. Skor 4 : Jika peserta didik mampu menjelaskan empat indikator (kaki, tangan, badan dan pandangan)
2. Skor 3 : Jika peserta didik mampu menjelaskan tiga indikator.
3. Skor 2 : Jika peserta didik mampu menjelaskan dua indikator indikator.
4. Skor 1 : Jika peserta didik hanya satu indikator di atas mampu dijelaskan

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

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

## 2. Tes unjuk kerja (keterampilan):

- 1). Lakukan teknik dasar lompat jauh

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

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

**RUBRIK PENILAIAN KETERAMPILAN LOMPAT JAUH  
GAYA BERJALAN DI UDARA**

No	Kompetensi Dasar	Indikator Esensial	Uraian Gerak	Pen-skoran
1.	Mempraktikkan keterampilan salah satu nomor atletik (lompat jauh gaya berjalan di udara)	a. Sikap anclang - anclang	1. Melakukan awalan lari sejauh 30 – 40 meter 2. Saat berlari langkah kaki jauh, lutut diangkat 3. Kedua lengan dan tangan relaks di samping badan 4. Pandangan mata ke arah bak lompat	Skor 4, jika seluruh uraian gerak dilakukan dengan benar Skor 3, jika tiga uraian gerak dilakukan dengan benar Skor 2, jika hanya dua uraian gerak dilakukan dengan benar Skor 1, jika hanya satu uraian gerak dilakukan dengan benar
		b. Sikap dasar menolak	1. Tolakan salah satu kaki terkuat pada papan tolak, kaki yang lain diangkat ke depan atas 2. Gerakan badan agak condong ke depan, 3. Kedua lengan dayun kedepan mengikuti diayun ke depan atas menjaga keseimbangan 4. Pandangan mata ke arah depan	Skor 4, jika seluruh uraian gerak dilakukan dengan benar Skor 3, jika tiga uraian gerak dilakukan dengan benar Skor 2, jika hanya dua uraian gerak dilakukan dengan benar Skor 1, jika hanya satu uraian gerak

No	Kompetensi Dasar	Indikator Esensial	Uraian Gerak	Pen-skoran
				dilakukan dengan benar
		c. Teknik melayang di udara	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kedua kaki di gerakan seperti berjalan (diudara)</li> <li>2. Badan tegak didorong kedepan atas</li> <li>3. Kedua lengan relaks di samping badan menjaga keseimbangan</li> <li>4. Pandangan mata ke arah depan</li> </ol>	<p>Skor 4, jika seluruh uraian gerak dilakukan dengan benar</p> <p>Skor 3, jika tiga uraian gerak dilakukan dengan benar</p> <p>Skor 2, jika hanya dua uraian gerak dilakukan dengan benar</p> <p>Skor 1, jika hanya satu uraian gerak dilakukan dengan benar</p>
		d. Teknik mendarat	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mendarat dengan dua kaki rapat</li> <li>2. Kedua lutut ditekuk/mengeper</li> <li>3. Kedua lengan kearah depan menjaga keseimbangan</li> <li>4. Berat badan didorong kedepan</li> </ol>	<p>Skor 4, jika seluruh uraian gerak dilakukan dengan benar</p> <p>Skor 3, jika tiga uraian gerak dilakukan dengan benar</p> <p>Skor 2, jika hanya dua uraian gerak dilakukan dengan benar</p> <p>Skor 1, jika hanya satu uraian gerak dilakukan dengan benar</p>

Yogyakarta, 6 September 2014

Mengetahui,

Guru pembimbing

Mahasiswa PPL

Drs. Sukarjo

NIP 195601101987111001

Dody Herdiyanto

NIM 11601241065



## Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

Satuan pendidikan : MTs Negeri Ngemplak

Mata pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Kelas/ semester : VII/ satu

Materi pokok : Permainan bola kecil (kasti)

Alokasi waktu : 120 menit

### S. Kompetensi inti

9. Menghargaidanmenghayatiajaran agama yang dianut-Nya.
10. Menghargaidanmenghayatiperilakujujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotongroyong), santun, percayadiri, dalamberinteraksisecaraefektifdenganlingkungansosialdanalamdalamjangkauanpergau landankeberadaannya.
11. Memahamipengetahuan (faktual, konseptual, danprosedural) berdasarkan rasa ingintahunyitentangilmupengetahuan, teknologi, seni, budayaterkaitfenomenadankejadianampakmata.
12. Mencoba, mengolah, danmenyajidalamranahkonkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, danmembuat) danranahabstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, danmengarang) sesuaidengan yang dipelajari di sekolahdansumber lain yang samadalam sudutpandang/teori.

### T. Kompetensi dasar dan indikator ketercapaian

No	Kompetensi dasar	Indikator ketercapaian
1	1.2 menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan ;  d. pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran.  e. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir.	- pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran.  - Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir.  - Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan.

	f. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan.	
2	<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.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Menunjukkan kemauan kerjasama 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>- Melakukan aktivitas dengan berhati-hati atau tidak ceroboh dalam kegiatan pembelajaran.</p> <p>- Melakukan kerjasama antar siswa.</p>
3	3.2 Memahami pengetahuan teknik dasar gerak fundamental permainan bola kecil.	- Peserta didik dapat memahami dan mengerti tentang gerak fundamental permainan bola kecil kasti.
4	4.2 mempraktikan teknik dasar permainan bola kecil dengan menekankan gerak dasar fundamental.	- Peserta didik mampu mempraktekan gerakan fundamental melalui permainan bola kecil kasti.

#### U. Tujuan pembelajaran

Setelah mengikuti pembelajaran ini,

19. Melakukan doa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan aktivitas fisik.
20. Menunjukan perilaku baik dengan mengikuti aktivitas permainan bola kecil kasti sesuai fungsi tubuh.
21. Menunjukan permainan tidak curang.

22. Melakukan aktivitas fisik secara kelompok, beregu, dan berpasangan dengan memperhatikan kondisi teman. Baik fisik atau psikis.

23. Mampu saling membantu teman bila ada kesulitan dalam melakukan gerakan.

24. Melakukan permainan dengan tidak menguasai alat atau lapangan sendiri.

25. Mengikuti peraturan, petunjuk atau arahan yang telah diberikan guru.

26. Menunjukkan perilaku bahwa lawan merupakan teman bermain.

27. Peserta didik mampu melakukan aktivitas permainan bola kecil kasti dan membuat kesimpulan gerak fundamental melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola, dan memukul bola.

#### **V. Materi pembelajaran**

Gerak fundamental permainan bola kecil kasti.

#### **W. Metode pembelajaran**

Metode *saintifik*.

#### **X. Sumber belajar**

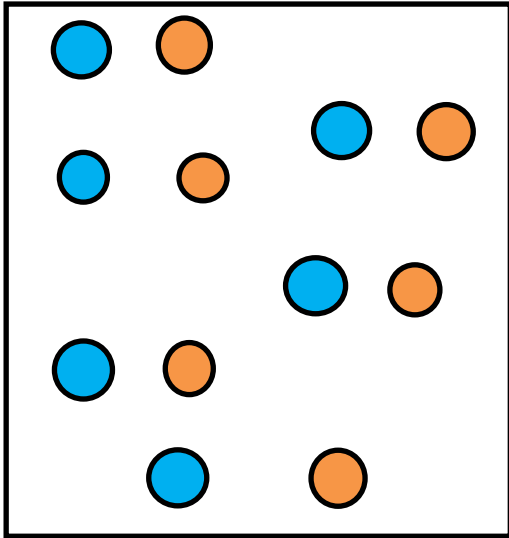
Buku guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

#### **Y. Media dan alat pembelajaran**

1. Guru.
2. Cone.
3. Peluit.
4. Lapangan sepak bola.

#### **Z. Kegiatan pembelajaran**

Kegiatan	Deskripsi kegiatan	Alokasi waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"><li>- Peserta didik dibariskan dan berdoa sebelum memulai pembelajaran.</li><li>- Prensensi peserta didik dan menanyakan keadaan siswa.</li><li>- Menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dilaksanakan (aktivitas permainan bola kecil).</li></ul>	15 menit

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Melakukan apersepsi tentang pembelajaran aktivitas permainan bola kecil kasti.</li> </ul>	
Kegiatan inti	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengamati :             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik mengamati gerak fundamental aktivitas permainan bola kecil kasti dan di aplikasikan dalam pembelajaran yang diperagakan oleh guru.</li> <li>- Pemanasan : peserta didik dibariskan menjadi 2 <i>shaff</i>. Setiap <i>shaff</i> menjadi 1 kelompok. Kelompok pertama melakukan gerakan kemudian kelompok kedua mengikuti gerakan yang dilakukan oleh kelompok pertama, apabila terdengar peluit kelompok pertama mengejar kelompok kedua sesuai peraturan yang sudah di atur oleh guru. Apabila kelompok pertama berhasil mengejar dan menangkap kelompok kedua, kelompok kedua diberi hukuman menggendong kelompok pertama atau sebaliknya.</li> </ul> </li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menanya :             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik atau guru bertanya tentang aktivitas</li> </ul> </li> </ul>	95 menit

	<p>atletik, misalnya : ada berapa teknik melempar bola dalam aktivitas permainan kasti ?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik atau guru menanyakan tentang manfaat lari jarak pendek bagi kesehatan tubuh sesuai fungsinya.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengeksplorasi : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik mempraktekkan aktivitas dasar melempar bola (mendatar, melambung, bola rendah, menggelundung).</li> <li>- Peserta didik mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan kesalahan yang sering dilakukan pada saat melakukan melempar bola dengan benar dan buat kesimpulan.</li> <li>- Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang pembelajaran dasar melempar bola secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama.</li> </ul> </li> <li>• Mengasosiasi : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik menemukan aktivitas dasar gerak melempar bola dengan dipadukan gerak fundamental aktivitas permainan bola kecil kasti yang sesuai kebutuhan.</li> <li>- Peserta didik mencari hubungan melempar bola dengan permainan kasti sesuai sasaran yang hendak dicapai dalam aktivitas permainan bola kecil.</li> <li>- Peserta didik mencari hubungan aktivitas permainan bola kecil kasti dengan kesehatan dan kebugaran tubuh.</li> </ul> </li> <li>• Mengkomunikasikan : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik melakukan aktivitas permainan kasti dengan peraturan yang sudah di modifikasi</li> </ul> </li> </ul>	
--	--	--

	<p>oleh guru dengan menerapkan gerak fundamental aktivitas permainan bola kecil serta menunjukkan sikap sportif, disiplin, kerjasama, bertanggung jawab dan toleransi selama bermain.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat alat.</li> <li>- Peserta didik memberikan saran perbaikan kepada teman selama permainan.</li> </ul>	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pendinginan : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik duduk melingkar dan dijadikan 2 kelompok.</li> <li>- Guru memberikan sebuah “kata” kepada peserta didik.</li> <li>- Peserta didik yang dapat petunjuk “kata” dari guru, kemudian disambung dengan teman yang lain sehingga menjadi sebuah kalimat.</li> </ul> </li> <li>• Mengevaluasi pembelajaran.</li> <li>• Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran.</li> <li>• Menutup pembelajaran dengan doa.</li> </ul>	10 enit

## A. Penilaian

### 5. Penilaian keterampilan melempar dan menangkap bola pada permainan kasti

No	Indikator penilaian	Hasil penilaian		
		Baik (3)	Cukup (2)	Kurang (1)
1.	Sikap awalan melakukan gerakan			
2.	Sikap pelaksanaan melakukan gerakan			
3.	Sikap akhir melakukan gerakan			
Skor maksimal (9)				

Skor yang diperoleh peserta didik untuk suatu perangkat keterampilan di hitung dengan rumus :

$$\text{Nilai peserta didik} = \frac{\text{skor yang diperoleh peserta didik} \times 100}{\text{skor total (9)}}$$

Kriteria penskoran :

- **Sikap awalan melakukan gerakan**

Skor baik jika :

6. Pandangan ke arah datangnya bola.
7. Badan sedikit dicondongkan ke depan dan berat badan terletak di antara kedua kaki.
8. Lutut di tekuk, badan condong ke depan dan jaga keseimbangan.

Skor cukup jika : hanya 2 kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor kurang jika : hanya 1 kriteria yang dilakukan secara benar.

- **Sikap pelaksanaan melakukan gerakan**

Skor baik jika :

6. Pandangan mata ke arah lajunya bola dan badan sedikit dicondongkan ke depan dan beratnya di antara kedua kaki.
7. Kedua lengan di ayunkan ke arah depan, sehingga arah gerak bola membentuk lintasan lurus.
8. Salah satu kaki kemudian kedua tungkai diluruskan hingga kaki jinjit bersamaan dengan dorongan hingga lepasnya bola.

Skor cukup jika : hanya 2 kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor kurang jika : hanya 1 kriteria yang dilakukan secara benar.

- **Sikap akhir melakukan gerakan**

Skor baik jika :

4. Bdan sedikit dicondongkan kedepan dan beratnya terletak di antara kedua kaki.

5. Kedua telapak tangan berada di depan menghadap ke bawah dengan lengan diluruskan ke depan secara *rileks*.
6. Kedua tungkai sedikit di tekuk dengan lutut tetap menghadap ke depan dan di buka selebar bahu.

Skor cukup jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor kurang jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

#### 6. Penilaian sikap aspek sosial

Penilaian aspek sikap sosial dilakukan dengan pengamatan selama kegiatan belajar mengajar. Pengamatan dalam proses penilaian dilakukan saat peserta didik melakukan pembelajaran permainan sepak bola.

No	Aspek pengamatan	Skor				Keterangan
		1	2	3	4	
1	Kerja sama					
2	Tanggung jawab					
3	Sportivitas					
4	Menghargai teman					
5	Menerima kekalahan dan kemenangan					
Jumlah skor maksimal = 20						

Kriteria skor nilai :

- Skor 4 : selalu, apabila selalu melakukan sesuai pernyataan.
- Skor 3 : sering, apabila sering melakukan sesuai pernyataan dan kadang kadang tidak melakukan.
- Skor 2 : kadang kadang, apabila kadang kadang melakukan dan sering tidak melakukan.
- Skor 1 : tidak pernah, apabila tidak pernah melakukan.

Ngemplak, 5 september 2014

Mengetahui,

Guru Mata Pelajaran

Mahasiswa PPL



Drs. Sukarjo

Dody Herdiyanto

NIP 195601101987111001

NIM 11601241065

### **Rencana Pelaksanaan Pembelajaran**

Satuan pendidikan : Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan

Kelas/ semester : VIII/ satu

Materi pokok : Bola Basket

Alokasi waktu : 2 X 40 menit

Karakter : Religius, Disiplin, Tanggung Jawab, Percaya diri

Standar kompetensi :

1. Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan olahraga, serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar :

- 1.1. Mempraktikan teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar lanjutan dengan koordinasi yang baik, serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.

A. Indikator dan tujuan pembelajaran

- Indikator

➤ Kognitif

1. Siswa dapat mengetahui berbagai macam melakukan passing/ mengoper dalam bermain bola basket.
2. Siswa dapat mengetahui cara melakukan shooting/ menembak dalam bermain bola basket.
3. Siswa dapat mengetahui peraturan dalam bermain bola basket.

➤ Afektif

1. Siswa dapat melakukan koordinasi dengan baik, kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, dan bersedia berbagi tempat dan peralatan.

➤ Psikomotor

1. Melakukan shooting/ menembak sebanyak 5 kali.
2. Melakukan lay-up sebanyak 3 kali.

- Tujuan pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan shooting sebanyak 5 kali dengan bola masuk ke ring minimal 3 kali.
2. Siswa dapat melakukan lay-up sebanyak 3 kali dengan bola masuk ke ring minimal 2 kali.
3. Siswa dapat bermain bola basket menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk kerjasama antar teman.

➤ Karakter siswa yang diharapkan :

- a. Displin
- b. Religius
- c. Tanggung jawab
- d. Kerja sama
- e. Percaya diri
- f. Menghargai orang lain

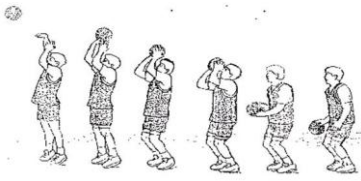
**B. Materi pembelajaran**

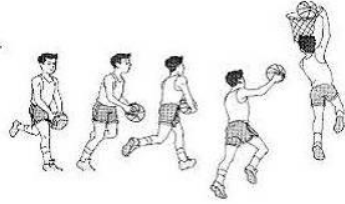
1. Melakukan shooting.
2. Melakukan Lay-up.
3. Bermain bola basket dengan peraturan yang dimodifikasi.

**C. Metode pembelajaran**

1. Komando
2. Demontrasi
3. Latihan
4. Permainan
5. Tanya jawab

**D. Langkah-langkah pembelajaran**

No	Uraian	Gambar	Metode
1	Pendahuluan (15 menit) <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa dibariskan 3 bersyaf.</li> <li>- Berhitung dilanjutkan berdoa.</li> <li>- Presensi dan apersepsi.</li> <li>- Menyampaikan materi dan tujuan pembelajaran.</li> <li>- Melakukan pemanasan               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lari keliling lapangan 2 kali.</li> <li>2. Melakukan stretching.</li> <li>3. Melakukan permainan lempar bola.</li> </ol> </li> </ul>		
2	Inti (55 menit) <ul style="list-style-type: none"> <li>• eksplorasi siswa melakukan passing dengan pola segitiga, kemudian dilanjutkan shoot ke ring basket.</li> <li>1. Siswa dibagi beberapa kelompok yang masing-masing terdiri 3 orang dan jarak antar pemain 5m.</li> </ul>		Demontrasi/ latihan

	<p>2. Bola dioperkan kepada siswa dengan pola segitiga, kemudian setelah mendekati ring dengan jarak 3 m dilakukan shoot.</p> <p>Siswa melakukan passing dengan pola segitiga, kemudian dilanjutkan lay-up ke ring basket.</p> <p>1. Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok yang masing-masing terdiri dari 6 orang.</p> <p>2. Bola dioperkan kepada siswa dengan teknik <i>bounce pass</i>, setelah mendekati ring di lakukan lay-up.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Elaborasi</b> Siswa melakukan permainan bola basket dengan peraturan yang di modifikasi. <ul style="list-style-type: none"> <li>- siswa dibagi menjadi 4 kelompok.</li> <li>- siswa hanya di perbolehkan bermain dengan passing tanpa dribble (bounce pass, chest pass, overhead pass) dan shooting atau lay-up.</li> <li>- pergantian pemain dilakukan setelah 1 X 10 menit.</li> </ul> </li> <li>• <b>Konfirmasi</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru menanyakan kembali tentang materi inti yang telah diberikan.</li> <li>- Meluruskan pemahaman dari materi yang diberikan.</li> </ul> </li> </ul>		<p>Game</p> <p>Tanya jawab</p>
3	<p>Penutup (10 menit)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Memberi pendinginan. <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa membentuk formasi lingkaran sambil duduk.</li> <li>2. Siswa melakukan permainan jebakan angka.</li> <li>3. Siswa menghitung angka, setiap angka kelipatan 3 diganti dengan kata “aku”.</li> <li>4. Siswa yang salah ucap keluar dari perlombaan dan di berikan hadiah berupa</li> </ol> </li> </ul>		

	<p>hukuman.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengumpulkan, membariskan siswa dan menghitung jumlah siswa.</li> <li>- Memberi kesan dan pesan serta evaluasi.</li> <li>- Memimpin do'a dan membubarkan siswa.</li> </ul>		
--	---	--	--

E. Alat/sarana prasarana dan sumber belajar/ referensi

- Alat/ sarana prasarana
  1. Bola basket
  2. Cone
  3. Peluit
- Sumber belajar
  1. <http://sumiswan2.wordpress.com/2011/07/26/7/>
  2. graha, ali satia dan muhaji. 2011. Penjasorkes. Jakarta: yudistira.
  3. Buku pegangan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

F. Penilaian

1. Teknik penilaian : tes
2. Bentuk penilaian : untuk kerja
  - a. Rubrik penilaian kognitif

No	Aspek yang dinilai	Kriteria			
		1	2	3	4
1	Posisikaki tumpuan saat mau melakukan lay-up shoot				
2	Bentuk gerakan lengan saat melakukan lay-up shoot				
Jumlah skor (max 8)					

Keterangan :

1. Mendapat nilai 4 apabila kaki tumpuan kiri, angkat lutut dan tangan kanan (atau sebaliknya) kemudian tembakan bola yang tinggi.
2. Mendapat nilai 3 apabila satu gerakan kurang sesuai dengan pernyataan pada nomer 1.
3. Mendapat nilai 2 apabila dua gerakan kurang sesuai dengan pernyataan pada nomer 1.
4. Mendapat nilai 1 apabila semua gerakan yang dilakukan tidak sesuai pernyataan pada nomer 1.

b. Rubrik penilaian afektif

No	Perilaku yang diharapkan	Ceklis (V)
1	Percaya diri	
2	Bekerjasama	
3	Disiplin	
4	Menghargai orang lain	
Jumlah skor maksimal (4)		

Keterangan :

Jika siswa mampu percaya diri dalam mengikuti pembelajaran, bisa menghargai teman maupun guru ketika ada penjelasan, datang tepat waktu dan bisa menyelesaikan tugas yang diberikan, maka akan mendapat empat nilai.

c. Rubrik penilaian psikomotor

No	Aspek yang dinilai	Kriteria			
		1	2	3	4
1	Bagaimana posisi tangan pada saat melakukan shoot dalam permainan bola basket ?				
2	Bagaimana cara melakukan lay-up shoot dalam permainan bola basket ?				
Jumlah skor (max 8)					

Keterangan :

1. Mendapat nilai 4 apabila dapat menjelaskan dengan baik dan jelas.
2. Mendapat nilai 3 apabila dapat menjelaskan dengan baik tapi kurang jelas.
3. Mendapat nilai 2 apabila dapat menjelaskan tapi kurang lengkap.
4. Mendapat nilai 1 apabila tidak dapat menjelaskan.

- Nilai kognitif = 
$$\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh} \times 20}{\text{Jumlah skor maksimal}}$$
- Nilai afektif = 
$$\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh} \times 30}{\text{Jumlah skor maksimal}}$$
- Nilai psikomotor = 
$$\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh} \times 30}{\text{Jumlah skor maksimal}}$$

Ngemplak, 20 Agustus 2014

Mengetahui,

Guru mata pelajaran

Mahasiswa PPL

Drs. Sukarjo

Dody Herdiyanto

### **Rencana Pelaksanaan Pembelajaran**

Satuan pendidikan	: Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan
Kelas/ semester	: VIII/ satu
Materi pokok	: Bola Basket
Alokasi waktu	: 2 X 40 menit
Karakter	: Religius, Disiplin, Tanggung Jawab, Percaya diri

Standar kompetensi :

2. Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan olahraga, serta nilai nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar :

- 2.1.Mempraktikan teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar lanjutan dengan koordinasi yang baik, serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.

G. Indikator dan tujuan pembelajaran

- Indikator
  - Kognitif
    4. Siswa dapat mengetahui berbagai macam melakukan passing/ mengoper dalam bermain bola basket.
    5. Siswa dapat mengetahui cara melakukan shooting/ menembak dalam bermain bola basket.
    6. Siswa dapat mengetahui peraturan dalam bermain bola basket.
  - Afektif
    2. Siswa dapat melakukan koordinasi dengan baik, kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, dan bersedia berbagi tempat dan peralatan.
  - Psikomotor
    3. Tercipta gerakan passing/ mengoper yang berbeda-beda.
    4. Melakukan shooting/ menembak sebanyak 5 kali.
- Tujuan pembelajaran

4. Siswa dapat melakukan passing/ mengoper bola kepada teman dengan berbagai posisi baik labil maupun stabil.
5. Siswa dapat melakukan shooting sebanyak 5 kali dengan bola masuk ke ring minimal 3 kali.
6. Siswa dapat bermain bola basket menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk kerjasama antar teman.

➤ Karakter siswa yang diharapkan :

- g. Displin
- h. Religius
- i. Tanggung jawab
- j. Kerja sama
- k. Percaya diri
- l. Menghargai orang lain

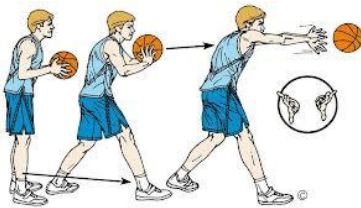
#### H. Materi pembelajaran

4. Melakukan passing/ mengoper.
5. Melakukan shooting.
6. Bermain bola basket dengan peraturan yang dimodifikasi.

#### I. Metode pembelajaran

- Teaching game for understanding (TGUFU)

#### J. Langkah-langkah pembelajaran

No	Uraian	Gambar	Metode
1	Pendahuluan (15 menit) <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa dibariskan 3 bersyaf.</li> <li>- Berhitung dilanjutkan berdoa.</li> <li>- Presensi dan apersepsi.</li> <li>- Menyampaikan materi dan tujuan pembelajaran.</li> <li>- Melakukan pemanasan</li> </ul> 4. Lari keliling lapangan 2 kali. 5. Melakukan stretching.		
2	Inti (55 menit) Chest pass, bound pass, dan overhead pass <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dengan menggunakan ukuran setengah lapangan basket normal, siswa tugaskan melakukan game bola basket yang telah dimodifikasi. Permainan ini dimainkan oleh 2 team yang masing-masing team terdiri dari 6 sampai 8 siswa. Dalam permainan ini siswa hanya diperbolehkan mengoper bola ke teman satu teamnya, dan ketika ada siswa yang memegang bola maka siswa</li> </ul>		Game





	<p>diulang ulang dengan interval waktu 3 menit.</p> <p>4. Siswa dituntut terus berpindah posisi, namun tidak boleh keluar dari garis lapangan. Kemudian melakukan dari awal lagi dengan teknik bound pass dan overhead pass.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bermain Dengan menggunakan ukuran lapangan basket normal, siswa tugaskan bermain melalui permainan bola basket yang telah dimodifikasi. Permainan bola basket ini dimainkan oleh 2 team yang masing-masing team terdiri dari 6 sampai 8 siswa. Dalam permainan ini siswa hanya diperbolehkan mengoper bola ke teman satu teamnya dengan gerakan chest pass, bound pass, overhead pass dan ketika ada siswa yang memegang bola maka siswa tersebut tidak boleh mendribble bolanya maupun membawa lari bola tersebut, dengan demikian siswa yang memegang bola hanya boleh melangkah satu langkah lalu diharuskan untuk mengoper bolanya pada teman satu teamnya dengan gerakan chest pass, bound pass, atau overhead pass. Sementara itu teman yang tidak memegang bola ditugaskan mencari posisi untuk melakukan penyerangan. Untuk mencetak poin, siswa diperbolehkan melakukan lay up untuk memasukan bola ke ring lawan. Permainan dilakukan dalam waktu sekitar 5-10 menit.</li> </ul>		
3	<p>Penutup (10 menit)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Memberi pendinginan</li> <li>- Mengumpulkan, membariskan siswa dan menghitung jumlah siswa.</li> <li>- Memberi kesan dan pesan serta evaluasi.</li> <li>- Memimpin do'a dan</li> </ul>		Game 2

	membubarkan siswa.		
--	--------------------	--	--

K. Alat/sarana prasarana dan sumber belajar/ referensi

- Alat/ sarana prasarana
  4. Bola basket
  5. Cone
  6. Peluit
- Sumber belajar
  4. <http://jhopermanaadhi.blogspot.com/2012/12/teknik-dasar-bola-basket.html>
  5. graha, ali satia dan muhaji. 2011. Penjasorkes. Jakarta: yudistira.
  6. Buku pegangan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

L. Penilaian

3. Teknik penilaian : tes
4. Bentuk penilaian : untuk kerja
  - d. Rubrik penilaian kognitif

No	Aspek yang dinilai	Kriteria			
		1	2	3	4
1	Posisi kedua lutut saat mau melakukan passing				
2	Bentuk gerakan lengan saat melakukan passing				
3	Posisi pergelangan tangan dan ibu jari saat melepaskan bola				
Jumlah skor (max 12)					

Keterangan :

5. Mendapat nilai 4 apabila kaki di buka selebar bahu, lutut agak di tekuk dan lengan lurus serta pergelangan tangan dan telapak tangan menghadap keluar.
6. Mendapat nilai 3 apabila satu gerakan kurang sesuai dengan pernyataan pada nomer 1.
7. Mendapat nilai 2 apabila dua gerakan kurang sesuai dengan pernyataan pada nomer 1.
8. Mendapat nilai 1 apabila semua gerakan yang dilakukan tidak sesuai pernyataan pada nomer 1.

e. Rubrik penilaian afektif

No	Perilaku yang diharapkan	Ceklis (V)
1	Percaya diri	
2	Bekerjasama	
3	Disiplin	
4	Menghargai orang lain	
Jumlah skor maksimal (4)		

Keterangan :

Jika siswa mampu percaya diri dalam mengikuti pembelajaran, bisa menghargai teman maupun guru ketika ada penjelasan, datang tepat waktu dan bisa menyelesaikan tugas yang diberikan, maka akan mendapat empat nilai.

f. Rubrik penilaian psikomotor

No	Aspek yang dinilai	Kriteria
----	--------------------	----------

		1	2	3	4
1	Bagaimana posisi kedua lengan saat kamu melakukan umpan dada dalam permainan bola basket ?				
2	Bagaimana cara melakukan chest pass dalam permainan bola basket ?				
3	Bagaimana cara melakukan bounce pass dalam permainan bola basket ?				
4	Bagaimana cara melakukan overhead pass dalam permainan bola basket ?				
Jumlah skor (max 16)					

Keterangan :

5. Mendapat nilai 4 apabila dapat menjelaskan dengan baik dan jelas.
6. Mendapat nilai 3 apabila dapat menjelaskan dengan baik tapi kurang jelas.
7. Mendapat nilai 2 apabila dapat menjelaskan tapi kurang lengkap.
8. Mendapat nilai 1 apabila tidak dapat menjelaskan.

- Nilai kognitif = 
$$\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh} \times 20}{\text{Jumlah skor maksimal}}$$
- Nilai afektif = 
$$\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh} \times 30}{\text{Jumlah skor maksimal}}$$
- Nilai psikomotor = 
$$\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh} \times 30}{\text{Jumlah skor maksimal}}$$

Ngemplak, 13 Agustus 2014

Mengetahui,

Guru mata pelajaran

Mahasiswa PPL

Drs. Sukarjo

Dody Herdiyanto

NIP 195601101987111001

NIM 11601241065

**Rencana Pelaksanaan Pelajaran  
(RPP)**

**Sekolah** : Mts Negeri Ngemplak  
**Mata pelajaran** : Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan  
**Kelas/ semester** : VIII/ I  
**Alokasi waktu** : 2 X 40 menit

**Standar Kompetensi :**

1. Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga dan nilai nilai yang terkandung di dalamnya.

**Kompetensi Dasar :**

- 1.3. Mempraktikan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga lanjutan dengan baik serta nilai kerja sama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan bersedia berbagi tempat dan peralatan.

**A. Tujuan pembelajaran**

- a. Siswa dapat melakukan teknik dasar melempar, menangkap memegang stick dan pukulan swing/ bunch dengan koordinasi yang baik secara berpasangan atau kelompok.
  - b. Siswa dapat bermain dengan peraturan yang sudah dimodifikasi untuk menanamkan nilai kerjasama dan menghargai lawan.
- **Karakter siswa yang diharapkan**
    1. Disiplin
    2. Tekun
    3. Tanggung jawab
    4. Ketelitian
    5. Kerjasama
    6. Toleransi
    7. Percaya diri
    8. Keberanian

## **B. Materi pembelajaran**

### **Softball**

- Teknik dasar menangkap dan melempar bola, berpasangan atau kelompok.
- Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai keberanian dan percaya diri.

## **C. Metode pembelajaran**

Penugasan dan resiprokal/ timbal balik.

## **D. Langkah langkah kegiatan pembelajaran**

### **1. Pendahuluan**

- o Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, dan pemanasan.
- o Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran.

### **2. Inti**

#### **• Eksplorasi**

Dalam kegiatan eksplorasi, guru :

- Melakukan teknik dasar melempar, menangkap memegang stick dan pukulan swing/ bunch dengan koordinasi yang baik secara berpasangan atau kelompok.
- Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai kerjasama dan menghargai lawan.
- Memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di lapangan.

#### **• Elaborasi**

Dalam kegiatan elaborasi, guru :

- Bermain dengan peraturan yang sudah dimodifikasi.
- Mengetahui bentuk teknik dasar melempar, menangkap memegang stick dan pukulan swing/ bunch dengan koordinasi yang baik.
- Kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.
- Memfasilitasi peserta didik melakukan kegiatan yang menumbuhkan kebanggaan dan rasa percaya diri peserta didik.

#### **• Konfirmasi**

Dalam kegiatan konfirmasi, guru :

- Memberikan umpan balik positif dan penguatan dalam bentuk lisan, tulisan, isyarat maupun hadiah untuk peserta didik.
- Memberikan konfirmasi terhadap hasil eksplorasi dan elaborasi melalui peserta didik sebagai sumber.
- Memfasilitasi peserta didik melakukan refleksi untuk memperoleh pengalaman belajar yang telah dilakukan.
- Memfasilitasi peserta didik untuk memperoleh pengalaman yang bermakna dalam kompetensi dasar ;
  - Berfungsi sebagai narasumber dan fasilitator dalam menjawab pertanyaan peserta didik yang menghadapi kesulitan, menggunakan bahasa yang baku dan benar.
  - Membantu menyelesaikan masalah.

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<p>Aspek psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pitcher dan catcher memegang stick dan pukulan (swing/bunch) dengan koordinasi yang baik.</li> <li>Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi.</li> </ul>	Tes praktik (kinerja)	Tes contoh kinerja	Lakukan tenik dasar melempar dan menangkap. Memegang dan pukulan swing/ bunch dengan koordinasi yang baik !
<p>Aspek kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mengetahui bentuk teknik melempar, menangkap, memegang stick dan pukulan swing/ bunch dengan koordinasi yang baik.</li> </ul>	Menejelaskan	Siswa menjelaskan salah satu teknik dasar softball.	Bagaimana posisi tangan saat melempar bola ?
<p>Aspek afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.</li> </ul>	Tes observasi	Lembar observasi	Kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.

Yogyakarta, 5 September 2014

Mengetahui,

Guru pembimbing

Mahasiswa PPL

DRS. SUKARJO

NIP 195601101987111001

DODY HERDIYANTO

NIM 11602141065





JADWAL PIKET SEKOLAH

HARI	JADWAL PIKET	
SENIN	Dody Herdiyanto	Intan Alfi
SELASA	Dwi Ari Qhurniawan	Tety Nur Fitriani
RABU	Endro Gunantoro	Reza Pustika
KAMIS	Dody Herdiyanto	Intan Alfi
JUMAT	Dwi Ari Qhurniawan	Tety Nur Fitriani
SABTU	Endro Gunantoro	Reza Pustika

**DOKUMENTASI KEGIATAN PPL UNY 2014**  
**LOKASI MTs N NGEMPLAK**



Kegiatan proses pembelajaran MTs N Ngemplak



Kegiatan proses pembelajaran MTs N Ngemplak





Kegiatan PPDB MTs N Ngemplak



Kegiatan MOS MTs N Ngemplak



Kegiatan pesantren ramadhan