

**LAPORAN INDIVIDU  
PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING (PLT)/ MAGANG III  
SEKOLAH DASAR NEGERI KEPEK  
KEPEK, PENGASIH, KECAMATAN PENGASIH, KULON PROGO  
DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

**PERIODE: 15 SEPTEMBER – 15 NOVEMBER 2017**

Diajukan Guna Memenuhi Tugas Laporan Praktik Lapangan Terbimbing

Dosen Pembimbing: Drs. F. Suharjana, M.Pd



Oleh :

EKA LISA FITRIANA

NIM. 14604221040

**PRORAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR  
PENDIDIKAN JASMANI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2017**

## LEMBAR PENGESAHAN

Laporan Praktik Lapangan terbimbing (PLT) di Sekolah Dasar Negeri Kepek telah diperiksa dan disahkan oleh Guru Pembimbing, Guru Pamong, dan diketahui oleh Dosen Pembimbing, serta Kepala Sekolah sebagai salah satu syarat dari mata kuliah PLT S1 PGSD Penjas Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta Tahun Ajaran 2017/2018.

Pengesahan Laporan kegiatan PLT di SD Negeri Kepek :

Nama : Eka Lisa Fitriana

NIM : 14604221040

Jurusan/Prodi : POR/PGSD Penjas

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan kegiatan Praktik Lapangan Terbimbing di SD Negeri Kepek pada tanggal 15 September 2017 sampai dengan tanggal 15 November 2017, hasil kegiatan tercakup dalam naskah laporan ini.

Kulon Progo, 15 November 2017

Menyetujui,

Dosen Pembimbing lapangan

  
Drs. F. Suharjana, M.Pd

NIP. 195807061984031002

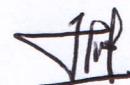
Guru Pembimbing

  
Sriningsih, A. Ma. Pd

NIP. 1964112984032002

Mengetahui,

Koordinator PLT  
SD Negeri Kepek



Sriningsih, A. Ma. pd  
NIP. 1964112984032002

Kepala Sekolah  
SD Negeri Kepek

  
Sumardiyan, S. Pd

NIP. 196105251982011003

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat, hidayah dan karunia-Nya maka pelaksanaan Praktek Lapangan Terbimbing yang berlangsung dari tanggal 15 September 2017 sampai dengan tanggal 15 November 2017 di SD Negeri Kepek dapat berjalan dengan lancar. Sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan laporan Praktek Lapangan Terbimbing ini sebagai bukti serta deskripsi kegiatan Praktek Lapangan Terbimbing yang telah dilaksanakan. Banyak pengalaman dan pengetahuan yang penulis peroleh selama Praktek Lapangan Terbimbing berlangsung. Penulis tidak akan dapat menyelesaikan program Praktek Lapangan Terbimbing dengan baik tanpa bantuan dari berbagai pihak, sehingga penyusun ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan limpahan rahmat dan karuniaNya.
2. Drs. F. Suharjana, M.Pd selaku Dosen Pembimbing Lapangan dan Dosen Pembimbing Pendidikan Jasmani yang telah memberikan bimbingan demi kelancaran program PLT.
3. Bapak Sumardiyana, S. Pd selaku Kepala SD Negeri Kepek, yang telah memberikan izin untuk melaksanakan PLT di SD Negeri Kepek.
4. Ibu Sriningsih, A. Ma. Pd selaku guru pembimbing yang telah membimbing dan mengarahkan saya dalam melaksanakan PLT di sekolah.
5. Bapak dan Ibu guru serta karyawan SD Negeri Kepek yang telah memberikan pengarahan dan menyambut kami dengan baik.
6. Rekan-rekan kelompok PLT SD Negeri Kepek yang telah memberikan dukungan dan semangat demi kelancaran program PLT.
7. Siswa-siswi SD Negeri Kepek yang telah memberikan sambutan yang luar biasa kepada kami.

Akhirnya hasil laporan program Praktek Lapangan Terbimbing Universitas Negeri Yogyakarta 2017 dapat terselesaikan dengan baik. Semoga dapat bermanfaat khususnya bagi penulis maupun bagi pembaca pada umumnya.

Kulon Progo, 15 November 2017

Eka Lisa Fitriana

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	i
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	ii
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	iii
<b>DAFTAR ISI .....</b>	iv
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	v
<b>ABSTRAK .....</b>	vi
<b>BAB I. PENDAHULUAN .....</b>	1
A. Analisis Situasi .....	1
B. Perumusan Program & Rancangan Kegiatan PLT .....	7
<b>BAB II PEMBAHASAN .....</b>	10
A. Persiapan .....	13
B. Pelaksanaan .....	13
C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi .....	21
<b>BAB III PENUTUP .....</b>	24
A.Kesimpulan .....	24
B.Saran .....	25
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	26
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	27

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 : Denah SD Negeri Keprek
- Lampiran 2 : Bagan Struktur Guru SD Negeri Keprek
- Lampiran 3 : Daftar Siswa Kelas 1 - 6
- Lampiran 4 : Jadwal Mata Pelajaran
- Lampiran 5 : Jadwal Mengajar PLT
- Lampiran 6 : Matrik
- Lampiran 7 : Rencana Pelaksanaan Pembelajaran
- Lampiran 8 : Catatan Harian
- Lampiran 9 : Rekapitulasi Dana
- Lampiran 10 : Dokumen Hasil Kegiatan

**PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA TAHUN 2017**  
**LOKASI SD NEGERI KEPEK**  
**Sekretariat : Kepek, Pengasih, Pengasih, Kulon Progo.**

---

**ABSTRAK**

**Oleh :**

**Eka Lisa Fitriana**

**146042241040**

Kegiatan Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) yang dilakukan di SD Negeri Kepek yang beralamat di Kepek, Pengasih, Pengasih, Kulon Progo, Yogyakarta. Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) merupakan salah satu mata kuliah yang wajib diambil oleh Mahasiswa UNY. Tujuan yang ingin dicapai dari program PLT adalah mengembangkan kompetensi mahasiswa sebagai calon pendidik dan atau tenaga kependidikan.

PLT dilaksanakan mulai tanggal 15 September 2017 sampai dengan 15 November 2017. Pelaksanaan PLT dilakukan pada kelas 1 sampai dengan kelas 6. Program kerja PLT diawali dengan kegiatan observasi baik fisik maupun nonfisik yang meliputi perangkat pembelajaran, pelaksanaan Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) dan kondisi lembaga. Berdasarkan observasi, dilakukan perancangan perumusan program kerja meliputi praktik mengajar terbimbing, mandiri, ujian praktik mengajar terimbining, pembuatan RPP, pengembangan media, dan kegiatan lain yang menunjang kompetensi mengajar serta kegiatan lain yang dapat membantu pihak sekolah. Semua program kerja yang telah direncanakan dapat terlaksana sesuai dengan target yang diharapkan walaupun dalam pelaksanaannya terdapat beberapa hambatan. Hambatan tersebut diantaranya kesulitan dalam pengkondisian kelas yang diakibatkan oleh perbedaan individual yang dimiliki siswa menjadikan suasana pembelajaran kurang kondusif.

Dari pelaksanaan kegiatan PLT, maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan PLT dapat memberikan pengalaman kepada mahasiswa dalam pengembangan kompetensi dibidang pendidikan, memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk belajar dan mengenal segala permasalahan di sekolah yang terkait dengan proses pembelajaran, memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk menerapkan ilmu, pengetahuan dan keterampilan yang telah dipelajari dalam kehidupan nyata di sekolah, serta dapat meningkatkan hubungan kemitraan yang baik antara Universitas Negeri Yogyakarta dengan sekolah yang terkait.

**Kata Kunci : *Kegiatan Praktik Lapangan Terbimbing,SD Negeri Kepek,UNY.***

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) merupakan suatu bentuk usaha peningkatan efisiensi dan kualitas penyelenggaraan proses pembelajaran yang merupakan bentuk pembelajaran mahasiswa UNY dengan cara memberikan pengalaman belajar kepada mahasiswa untuk mencari pengetahuan di luar kampus yakni pengalaman mengajar, memperluas wawasan, pelatihan dan pengembangan kompetensi yang diperlukan dalam bidang yang ditekuni, peningkatan keterampilan, kemandirian, tanggung jawab, dan kemampuan dalam memecahkan masalah. Program PLT ini merupakan program kegiatan yang memiliki tujuan untuk mengembangkan kompetensi mahasiswa sebagai calon guru atau pendidik atau tenaga kependidikan. Standar kompetensi PLT dirumuskan dengan mengacu pada tuntutan empat kompetensi guru dalam konteks pembelajaran di kelas yakni kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi profesional, dan kompetensi sosial.

Lokasi PLT adalah sekolah atau lembaga pendidikan yang ada di wilayah Propinsi DIY dan Jawa Tengah. Sekolah meliputi SD, SLB, SMP, MTs, SMA, SMK, dan MAN. Lembaga pendidikan mencakup lembaga pengelola pendidikan seperti Dinas Pendidikan, Sanggar Kegiatan Belajar (SKB) milik kedinasan, klub cabang olah raga, balai diklat di masyarakat atau instansi swasta. Sekolah atau lembaga pendidikan yang digunakan sebagai lokasi PLT dipilih berdasarkan pertimbangan kesesuaian antara mata pelajaran atau materi kegiatan yang dipraktikkan di sekolah atau lembaga pendidikan dengan program studi mahasiswa.

Pada program PLT UNY 2017 penulis mendapatkan lokasi pelaksanaan program PLT di SD Negeri Kepek, Yang beralamatkan di Desa Kepek, Kelurahan Pengasih, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo.

#### **A. Analisis Situasi**

Secara umum situasi di SD Negeri Kepek dapat dideskripsikan sebagai berikut :

##### **1. Keadaan Fisik Sekolah**

SD Negeri Kepek terletak di daerah Kepek, Pengasih, Pengasih, Kulon Progo. SD Negeri Kepek memiliki luas area yakni 2.333 m<sup>2</sup> yang terdiri dari : Ruang Kelas, Ruang, ruang guru, ruang kepala sekolah, UKS, Perpustakaan, Mushola, Lapangan Basket, Pakiran Sepeda, Kantor, WC dan Ruang Gamelan.

a. Ruang Kelas

Pada tahun ajaran baru 2017/2018, SD Negeri Kepek terdiri dari enam bagian ruangan kelas di antaranya :

Tabel 1.Bagian ruang kelas SD Kepek

No	Kelas	Ruangan	Jumlah Siswa
1	Ruang kelas 1	R- 1	28
2	Ruang kelas 2	R- 2	28
3	Ruang kelas 3	R- 3	25
4	Ruang kelas 4	R- 4	31
5	Ruang kelas 5	R- 5	34
6	Ruang kelas 6	R- 6	34

b. Ruangan Kepala Sekolah atau *Principal Room*

Ruang kepala sekolah terletak di sebelah utara ruang guru tepatnya di sebelah barat ruang tamu, yang sebelahnya terdapat ruang penyimpanan alat olahraga.

e. Ruang UKS atau *Health Room*

Ruang UKS terletak di sebelak pojok yang di apit oleh dua kelas diantaranya sebelah timur terdapat ruang kelas tiga dan sebelah barat ruangan UKS terdapat kelas empat. UKS menghadap sebelah selatan.

f. Ruangan Guru atau *Teacher's Room*

Ruang guru, merupakan tempat transit guru yang terletak di sebelah barat lapangan basket, di sebelah selatan ruang guru terdapat dapur sekolah dan sebelah utaranya merupakan ruang tamu dan ruang kepala sekolah.

g. Perpustakaan

Perpustakaan sekolah berada di sebelah utara deretan kelas 6, 5, 4, dan UKS tepatnya di timur ruang kegiatan ekstrakurikuler.

h. Mushola

Mushola digunakan sebagai tempat ibadah guru, karyawan dan siswa yang terletak di depan halaman sekolah, tepatnya di selatan lapangan basket, dan sebelah timur ruang dapur.

i. Tempat Parkir

Tempat parkir terletak di sebelah timur lapangan basket, tepatnya di samping gerbang masuk area sekolah yang sebelah utaranya terdapat ruang kelas 1.

j. Sarana Olahraga

Untuk mendukung proses belajar mengajar pelajaran olahraga, SD Negeri Kepek mempunyai ruangan tempat penyimpanan sarana olahraga yang terletak di sebelah utara ruang tamu dan kepala sekolah, sebelah utara ruang penyimpanan terdapat WC siswa dan guru.

k. Ruang kegiatan ekstrakurikuler

ruang kegiatan ekstrakurikuler terletak di bagian pojok utara, tepatnya berada di utara WC dan di sebelah barat ruang perpustakaan.

l. Kamar mandi ( WC )

Kamar mandi /WC terletak di sebelah utara ruang penyimpanan sarana olahraga dan sebelah utara kamar mandi terdapat ruang kegiatan ekstrakurikuler.

m. Lapangan Basket

lapangan basket terletak di halaman utama depan ruangan kelas, tepatnya di selatan ruangan kelas dan di sebelah timur ruang guru.

n. Lapangan Volly dan Lompat jauh

lapangan volly dan lompat jauh saling berdampingan yang terletak di belakang tempat parkir, ruang kelas 1, 2, dan 3. Tepatnya di sebelah timur ruangan tersebut,

## **2.Keadaan Non Fisik**

SD Negeri Kepek mempunyai beberapa prestasi di bidang akademik dan non akademik. Di samping memiliki prestasi yang mumpuni dan berkualitas, SD Negeri Kepek juga memiliki staff pengajar yang berkualitas. Staf pengajar berjumlah 17 orang yang terdiri dari 8 PNS, 7 guru Honorer dan 2 tidak tetap yang hampir semuanya bergelar S1 serta sebagian telah lulus sertifikasi guru.

Adapun visi SD Negeri Kepek yaitu cerdas, terampil, berkualitas dibidang IPTEK dan IMTAQ. Sedangkan misi SD Negeri Kepek adalah :

1. Meningkatkan mutu pendidikan akademik dan non akademik

2. Menumbuh kembangkan berbagai cabang ketrampilan
3. Mengembangkan pengetahuan di bidang IPTEK sesuai dengan bakat minat dan potensi siswa
4. Meningkatkan keimanan dan ketaqwaan sesuai keyakinan agamanya
5. Menanamkan pendidikan karakter melalui semua mata pelajaran

Kegiatan belajar mengajar di SD Negeri Kepok berlangsung mulai pukul 07.00 – 11.20 untuk kelas I dan II dari hari Senin- Sabtu, dengan pembagian waktu sebagai berikut:

Tabel 2. Jadwal Pelajaran Kelas 1

No	Jam	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jum'at	Sabtu
1	06.45 – 07.00	Literasi	Literasi	Literasi	Literasi	Literasi	Literasi
2	07.00 – 07.35	Upacara	P. Agama	Matematika	B. Indonesia	Jum. bersih	Senam
3	07.35 – 08.10	B. Indonesia	P. Agama	Matematika	B. Indonesia	B. Indonesia	Penjas
4	08.10 – 08.45	B. Indonesia	Matematika	B. Indonesia	PKn	B. Indonesia	Penjas
5	08.45 – 09.20	IPS	Matematika	B. Indonesia	PKn	Matematika	Penjas
6	09.20 – 09.35	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat
7	09.35 – 10.10	IPS	IPA	SBK	B. Jawa	TT	Penjas
8	10.10 – 10.45	Matematika	IPA	SBK	B. Jawa		TT
9	10.45 – 11.20	TT	TT	TT	TT		

Tabel 3. Jadwal Pelajaran Kelas 2

No	Jam	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jum'at	Sabtu
1	06.45 – 07.00	Literasi	Literasi	Literasi	Literasi	Literasi	Literasi
2	07.00 – 07.35	Upacara	Matematika	P. Agama	P. Agama	Jum. bersih	Senam
3	07.35 – 08.10	B. Indonesia	Matematika	P. Agama	Matematika	Penjas	Matematika
4	08.10 – 08.45	B. Indonesia	B. Jawa	B. Indonesia	IPS	Penjas	Matematika
5	08.45 – 09.20	Matematika	B. Jawa	B. Indonesia	IPS	Penjas	B. Indonesia
6	09.20 – 09.35	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat
7	09.35 – 10.10	PKn	B. Indonesia	SBK	SBK	Penjas	B. Indonesia
8	10.10 –	PKn	B.	SBK	SBK	TT	TT

	10.45		Indonesia				
9	10.45 – 11.20	TT	TT	TT	TT		

Kegiatan belajar mengajar SD Negeri Kepek berlangsung mulai pukul 07.00 – 12.10 untuk kelas III dari hari Senin – Sabtu, dengan pembagian waktu sebagai berikut :

Tabel 4. Jadwal Pelajaran Kelas III

No	Jam	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jum'at	Sabtu
1	06.45 – 07.00	Literasi	Literasi	Literasi	Literasi	Literasi	Literasi
2	07.00 – 07.35	Upacara	Matematik a	IPA	Penjas	Jum. bersih	Senam
3	07.35 – 08.10	Matematik a	Matematik a	IPA	Pemjas	B. Indonesia	Matematika
4	08.10 – 08.45	Matematik a	B. Jawa	IPS	Penjas	B. Indonesia	Matematika
5	08.45 – 09.20	B. Indonesia	B. Jawa	IPS	Penjas	P. Agama	IPA
6	09.20 – 09.35	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat
7	09.35 – 10.10	B. Indonesia	B. Indonesia	SBK	B. Jawa	P. Agama	SBK
8	10.10 – 10.45	PKn	B. Indonesia	SBK	B. Jawa	TT	TT
9	10.45 – 11.20	PKn	TT	TT	TT		
10	11.20 – 11.35	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat
11	11.35 – 12.10	TT	TT	TT	TT		

Kegiatan belajar mengajar SDN Kepek berlangsung mulai pukul 07.00–12.45 untuk kelas IV,V dan VI dari hari Senin – Sabtu,dengan pembagian waktu sebagai berikut:

Tabel 5. Jadwal Pelajaran Kelas IV

No	Jam	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jum'at	Sabtu
1	06.45 – 07.00	Literasi	Literasi	Literasi	Literasi	Literasi	Literasi
2	07.00 – 07.35	Upacara	B. Indonesia	Penjas	B. Jawa	Jum. bersih	Senam
3	07.35 – 08.10	P. Agama	B. Indonesia	Penjas	B. Jawa	P. Agama	PKn
4	08.10 – 08.45	P. Agama	Matematik a	Penjas	Matematika	P. Agama	PKn
5	08.45 – 09.20	Matematik a	Matematik a	Penjas	Matematika	SBK	IPS
6	09.20 – 09.35	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat

7	09.35 – 10.10	Matematika	IPA	Matematika	IPA	SBK	IPS
8	10.10 – 10.45	SBK	IPA	Matematika	IPA	TT	TT
9	10.45 – 11.20	SBK	IPS	B. Indonesia	B. Indonesia		TT
10	11.20 – 11.35	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat
11	11.35 – 12.10	TT	TT	TT	B. Indonesia		
12	12.10 – 12.45	TT	TT	TT			

Tabel 6. Jadwal Pelajaran Kelas V

No	Jam	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jum'at	Sabtu
1	06.45 – 07.00	Literasi	Literasi	Literasi	Literasi	Literasi	Literasi
2	07.00 – 07.35	Upacara	Penjas	Matematika	Matematika	Jum. bersih	Senam
3	07.35 – 08.10	Matematika	Penjas	Matematika	Matematika	P. Agama	Matematika
4	08.10 – 08.45	Matematika	Penjas	B. Indonesia	IPA	P. Agama	Matematika
5	08.45 – 09.20	IPA	Penjas	B. Indonesia	IPA	SBK	P. Agama
6	09.20 – 09.35	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat
7	09.35 – 10.10	IPA	PKn	SBK	IPS	SBK	P. Agama
8	10.10 – 10.45	B. Indonesia	PKn	SBK	B. Jawa	TT	IPS
9	10.45 – 11.20	B. Indonesia	B. Indonesia	IPS	B. Jawa		TT
10	11.20 – 11.35	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat
11	11.35 – 12.10	TT	TT / B. Indo	TT	TT		
12	12.10 – 12.45	TT	TT / B. Indo	TT	TT		

Tabel 7. Jadwal Pelajaran Kelas VI

No	Jam	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jum'at	Sabtu
1	06.45 – 07.00	Literasi	Literasi	Literasi	Literasi	Literasi	Literasi
2	07.00 – 07.35	Upacara	B. Indonesia	Matematika	IPA	Jum. bersih	Senam
3	07.35 – 08.10	Penjas	B. Indonesia	Matematika	IPA	Matematika	IPA
4	08.10 – 08.45	Penjas	IPS	IPS	Matematika	Matematika	IPA
5	08.45 –	Penjas	B. Jawa	IPS	Matematika	SBK	PKn

	09.20						
6	09.20 – 09.35	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat
7	09.35 – 10.10	Penjas	B. Jawa	PKn	B. Indonesia	SBK	PKn
8	10.10 – 10.45	B. Indonesia	SBK	P. Agama	B. Indonesia	TT	TT
9	10.45 – 11.20	B. Indonesia	SBK	P. Agama	P. Agama	TT	TT
10	11.20 – 11.35	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat
11	11.35 – 12.10	TT / B. Ingg	TT	TT	P. Agama		
12	12.10 – 12.45	TT / B. Ingg	TT	TT	TT		

Kegiatan kesiswaan yang dilaksanakan di SD Negeri Kepek antara lain, bela diri pencak silat, kesenian gamelan jawa, tari, dan Pramuka. Kegiatan ekstrakurikuler ini dimaksudkan untuk menggali potensi dan menyalurkan bakat intelektualnya. Semua kegiatan tersebut didukung dengan adanya sarana dan prasana yang memadai. Namun demikian, masih terdapat permasalahan-permasalahan yang harus diselesaikan. Kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan sesuai jadwal. Melalui ekstrakurikuler inilah potensi peserta didik dapat disalurkan dan dikembangkan.

Masalah yang timbul adalah tentang perawatan dan penggunaan sarana dan prasarana yang tersedia yang cukup banyak dan kurang terawat. Masalah yang lain juga tentang peningkatan kualitas guru dan siswa dengan pelaksanaan program-program pengembangan dan pemberian yang secara terus menerus dilakukan agar memiliki kualitas lulusan yang unggul.

## **B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PLT**

Program PLT perlu dirancang dan direncanakan dengan baik agar sesuai dengan yang diharapkan. Kegiatan PLT haruslah disusun secara sistematik dan terperinci untuk memudahkan pelaksanaannya. Perencanaan atau rancangan kegiatan PLT merupakan sebuah kerangka kerja yang disusun sebelum praktikan mengajar. Rencana kegiatan PLT dibuat berdasarkan waktu dan jenis kegiatan yang akan dilaksanakan. Agar tercapai efisiensi dan efektivitas penggunaan waktu yang ada, maka rancangan kegiatan PLT antara lain terurai sebagai berikut:

1. Persiapan di kampus
  - a. Pengajaran Pembelajaran
  - b. Pembekalan PLT

**2. Observasi lingkungan sekolah**

Observasi di lingkungan sekolah dilakukan sebelum penyerahan dilakukan, yaitu dengan melihat bagaimana keadaan sekolah baik secara fisik maupun non fisik, dan hal-hal lain yang menunjang proses pembelajaran siswa seperti ekstrakurikuler serta kegiatan lainnya.

**3. Observasi pembelajaran**

Observasi yang dilakukan antara lain penggunaan kurikulum yaitu KTSP, letak kelas, keadaan kelas, media pembelajaran, karakteristik siswa, dan proses pembelajaran yang dilaksanakan oleh guru.

**4. Penyusunan administrasi guru**

Penyusunan administrasi meliputi presensi siswa, penilaian sikap, penilaian tugas.

**5. Penyusunan RPP**

Penyusunan RPP dilaksanakan minggu pertama, dan kemudian dikonsultasikan dengan guru pembimbing. Guru pembimbing diharapkan dapat memberikan saran dan masukan demi perbaikan RPP ke depannya.

**6. Pembuatan media pembelajaran**

Pembuatan media pembelajaran dilakukan sebelum pelaksanaan pembelajaran di mulai, media hanyalah menggunakan sebuah gambar yang berkaitan dengan materi ajar.

**7. Pelaksanaan praktik mengajar**

Dalam pelaksanaan PLT pihak sekolah melalui guru pembimbing, praktikan mendapatkan 6 kelas meliputi kelas , kelas 1, 2, 3, 4, 5, dan 6. Kegiatan praktik mengajar dilaksanakan mulai tanggal 15 Oktober 2017 sampai dengan 15 November 2017. Praktik mengajar dilaksanakan sesuai jadwal yang telah ditentukan oleh pihak sekolah. Kemudian praktik mengajar dibagi menjadi dua yaitu:

- a. Praktek mengajar terbimbing
- b. Praktek mengajar mandiri

Selanjutnya, umpan balik guru pembimbing dilakukan dua kali yaitu:

- 1) Sebelum Praktik Mengajar

Guru pembimbing memberikan arahan dalam menyusun persiapan praktik mengajar baik secara sikap maupun mental. Praktikan harus selalu

aktif dalam konsultasi. Guru pembimbing selalu memberikan beberapa pesan dan masukan sebagai bekal praktikan mengajar.

2) Sesudah Praktik Mengajar

Guru pembimbing memberikan gambaran kemajuan praktikan, memberikan arahan, masukan dan saran yang bersifat membangun agar ke depannya lebih baik lagi.

Setelah praktek mengajar dilakukan akan diadakan evaluasi. Evaluasi ini digunakan untuk mengetahui kemampuan yang dimiliki mahasiswa, baik kekurangan, perkembangan, maupun peningkatannya dalam pelaksanaan PLT, maupun untuk masa yang akan datang.

8. Penyusunan laporan PLT

Penyusunan laporan PLT dilakukan sebelum penarikan sampai seminggu setelah penarikan. Laporan ini digunakan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi administrasi pelaksanaan PLT di SD Negeri Kepek, Pengasih, Pengasih, Kulon Progo Yogyakarta. Laporan PLT ini terdiri dari bab 1, bab 2, bab 3, dan beberapa lampiran.

## **BAB II**

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

#### **A. Persiapan Program Kerja PLT**

Sebelum mahasiswa PLT melaksanakan kegiatan PLT, mahasiswa diberi kesempatan untuk melakukan beberapa persiapan. Persiapan yang dilaksanakan adalah sebagai berikut:

##### **1. Mata Kuliah Pembelajaran**

Guru sebagai tenaga profesional bertugas merencanakan dan melaksanakan pembelajaran, menilai hasil pembelajaran, melakukan pembimbingan dan pelatihan, melakukan penelitian, membantu pengembangan dan pengelolaan program sekolah serta mengembangkan profesionalitasnya (Depdiknas, 2004:8). Tugas dan fungsi guru tersebut menggambarkan kompetensi yang harus dimiliki oleh guru yang profesional. Oleh karena itu, para guru harus mendapatkan bekal yang memadai agar dapat menguasai sejumlah kompetensi yang diharapkan tersebut, baik melalui *preservice* maupun *inservice training*.

Salah satu bentuk *preservice training* bagi guru tersebut adalah dengan melalui pembentukan kemampuan mengajar (*teaching skill*) baik secara teoritis maupun praktis. Secara praktis bekal kemampuan mengajar dapat dilatihkan melalui kegiatan mata kuliah pembelajaran. Dalam pelaksanaan perkuliahan, mahasiswa diberikan materi tentang bagaimana mengajar yang baik dengan disertai praktek untuk mengajar dengan peserta yang diajar adalah teman sekelompok atau rombongan belajar.

##### **2. Pembekalan PLT**

Di dalam pelaksanaan pembekalan PLT ini, ada beberapa materi yang disampaikan antara lain Mekanisme Pelaksanaan PLT di sekolah maupun di lembaga, Profesionalisme Pendidik dan Tenaga Kependidikan, Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Tahun 2017/2018, Dinamika Sekolah serta Norma dan Etika Pendidik/Tenaga Kependidikan.

### 3. Observasi Lingkungan Sekolah

Hal yang dilakukan pada saat kegiatan observasi ini adalah mengamati proses belajar-mengajar di dalam kelas dan luar kelas serta mengamati sarana fisik pendukung lainnya. Kegiatan ini berupa pengamatan langsung, wawancara, dan kegiatan lain yang dilakukan di luar kelas dan di dalam kelas. Kegiatan ini dilakukan pada saat mengambil mata kuliah Pengajaran Mikro, yang salah satu tugasnya adalah observasi ke sekolah. Kegiatan meliputi observasi lingkungan fisik sekolah, perilaku peserta didik, administrasi sekolah dan fasilitas pembelajaran lainnya. Observasi yang dilakukan pada masa pra-PLT wajib dilaksanakan. Observasi tersebut dimaksudkan agar mahasiswa dapat merancang program PLT sesuai dengan situasi dan kondisi di lapangan.

### 4. Observasi Pembelajaran di kelas dan luar kelas

Observasi ini bertujuan untuk memperoleh pengetahuan dan pengalaman pendahuluan mengenai tugas guru, khususnya tugas mengajar. Observasi sebagai gambaran bagi mahasiswa khususnya praktikan sendiri bagaimana proses kegiatan belajar mengajar berjalan dengan baik. Diskusi hasil observasi dalam pengajaran mikro sangat berguna sehingga mahasiswa dapat memprediksikan yang seharusnya dimiliki seorang guru dalam mengkondisikan kelas agar siswa memiliki minat terhadap materi yang diberikan.

Adapun yang menjadi obyek dari observasi ini adalah :

- a) Perangkat Pembelajaran
  - 1) Satuan Pembelajaran : Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) dan Kurikulum K13
  - 2) Silabus
  - 3) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
  - 4) Rencana Kerja Semester (Program Semester/Prosem)
  - 5) Rencana Kerja Tahunan (Program Tahunan/Prota)
- b) Proses Pembelajaran
  - 1) Membuka Pelajaran
  - 2) Penyajian Materi
  - 3) Metode Pembelajaran
  - 4) Penggunaan Bahasa
  - 5) Penggunaan Waktu
  - 6) Cara Memotivasi Siswa
  - 7) Teknik Bertanya
  - 8) Teknik Penguasaan Kelas
  - 9) Penggunaan Media

- 10) Bentuk dan Cara Evaluasi
- 11) Menutup Pelajaran

c) Perilaku Siswa

- 1) Perilaku Siswa di Dalam Kelas
- 2) Perilaku Siswa di Luar Kelas

Berikut adalah beberapa hal penting hasil kegiatan observasi yang berkaitan dengan kegiatan belajar mengajar :

- a. Observasi yang dilakukan di SD Negeri Kepek pada saat pembelajaran dimulai.
- b. Guru mengucapkan salam, melakukan presensi, kemudian guru langsung memberikan sedikit pengantar dengan mengulang materi yang telah disampaikan pada pertemuan sebelumnya.
- c. Interaksi dengan siswa dengan mengajak diskusi dan tanya jawab.
- d. Guru menggunakan metode pembelajaran dengan penugasan. Guru sangat komunikatif dan juga tegas sehingga siswa disiplin juga senang dalam mengikuti pelajaran.
- e. Memantau kesiapan siswa dengan memberikan pertanyaan kepada siswa tentang materi yang telah berlalu.
- f. Pemberian pertanyaan dengan mengarahkan siswa.
- g. Menutup pelajaran dengan mengutarakan apa yang akan dipelajari pada minggu depan dan mengingatkan peralatan apa saja yang digunakan untuk mendukung materi minggu depan.
- h. Perilaku siswa tenang dan suasana kelas cukup kondusif, namun terkadang ada satu dua anak yang masih hiperaktif.

Dalam pelaksanaan KBM, terbagi atas dua bagian yaitu praktek mengajar terbimbing dan praktek mengajar mandiri. Dalam praktek mengajar terbimbing mahasiswa dibimbing dalam persiapan dan pembuatan materi, sedangkan praktek mengajar mandiri mahasiswa diberi kesempatan untuk mengelola proses belajar secara penuh, namun demikian bimbingan dan pemantauan dari guru tetap dilakukan. Namun, sekarang lebih diutamakan pada praktek mengajar terbimbing.

## 5. Pembuatan Persiapan Mengajar

Dari format observasi didapatkan suatu kesimpulan yang membuktikan bahwa kegiatan belajar mengajar tetap berlangsung walaupun siswa kelas 1 baru menyelesaikan kegiatan MOS (Masa Orientasi Siswa) selama tiga hari. Akan tetapi pelajaran yang berlangsung belum mencakup materi pokok, karena pada

waktu tiga hari tersebut di adakannya pelatihan baris- berbaris untuk kelas 2- 6. Setelah tiga hari tersebut barulah memulai materi pokok Sehingga peserta PLT harus memulai pengajaran dari awal, dengan membuat persiapan mengajar seperti:

- a. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
- b. Materi pembelajaran
- c. Media pembelajaran
- d. Buku pegangan
- e. Lembar evaluasi siswa

## B. Pelaksanaan Program PLT

### 1. Praktek Mengajar

#### a. Pelaksanaan Praktek Mengajar

Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PLT) dititik beratkan pada praktik mengajar di kelas yang bertujuan untuk melatih kemampuan dan keterampilan seorang guru PLT untuk mentransfer ilmu yang telah didapatkannya kepada siswa, khususnya siswa SD Negeri Kepek. Kegiatan ini dilaksanakan mulai tanggal 16 Juli 2016 sampai 15 September 2016. Praktikan selama melaksanakan PLT mengampu mata pelajaran Pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan yang berjumlah 6 kelas : kelas 1, 2, 3, 4, 5, dan 6.

Adapun jadwal kegiatan belajar mengajar dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 8. Jadwal kegiatan belajar mengajar

No.	Kelas	Hari	Jam ke-	Waktu
1.	I	Jum'at	1 - 3	07.00 - 09.30
2.	II	Jum'at	1 - 3	07.00 - 09.30
3.	III	Kamis	1 - 3	07.00 - 09.30
4.	V	Selasa	1 - 3	07.00 - 09.30
5.	II	Jum'at	1 - 3	07.00 - 09.30
6.	IV	Rabu	1 - 3	07.00 - 09.30
7.	I	Jum'at	1 - 3	07.00 - 09.30
8.	VI	Senin	1 - 3	07.00 – 09.30
9.	IV	Rabu	1 - 3	07.00 – 09.30

## 2. Pelaksanaan Praktik Persekolahan

Tabel 9. Pelaksanaan Praktik Persekolahan

<b>No</b>	<b>HARI/ TANGGAL</b>	<b>KELA S</b>	<b>JAM KE</b>	<b>RENCANA MATERI</b>	<b>KETERLAKSANAAN</b>	<b>JUMLAH SISWA</b>
1	Selasa, 19 September 2017	V	1-3	Gerak dasar Sepak Bola	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan gerak dasar menendang bola</li> <li>2. Melakukan gerakan menangkap bola</li> <li>3. Melakukan gerakan menggiring bola</li> </ul>	30
2	Senin, 25 September 2017	VI	1-3	Latihan / gerak dasar basket, permainan bola basket	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan variasi gerak Dasar drible</li> <li>2. Melakukan gerak dasar melempar</li> <li>3. Melakukan tembakan dan pivot</li> </ul>	34
3	Jumat, 29 September 2017	I	1-3	Sikapa berjalan seimbang dan lentur , bermain menelusuri jejak	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan sikap berjalan lentur dan seimbang dengan tepat</li> <li>2. Melakukan sikap berjalan lentur dan seimbang melalui permainan menelusuri jejak dengan baik</li> </ul>	28
4	Kamis, 5 Oktober 2017	II	1 - 3	Latihan Keseimbangan	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan gerakan berjalan tegak</li> <li>2. Melakukan gerakan duduk yang benar.</li> <li>3. Melakukan gerakan berdiri tegak.</li> <li>4. Melakukan gerakan keseimbangan</li> </ul>	29
5	Rabu, 18 Oktober 2017	III	1 - 3	Latihan keseimbangan	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan gerak keseimbangan dengan berjalan, berjalan dengan ujung kaki, tumit dan berjalan di atas garis.</li> <li>2. Melakukan gerak keseimbangan duduk membentuk huruf V, duduk dalam posisi jongkok.</li> <li>3. Melakukan gerak keseimbangan berdiri dengan berbagai variasi, membuat sikap kapal terbang, menekuk lutut ke depan dan ke belakang.</li> </ul>	27
6	Rabu 25 Oktober 2017	IV	1 - 3	Modifikasi Latihan kekuatan otot	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan gerak dasar melempar satu dan dua tangan.</li> <li>2. Melakukan variasi gerak dasar melempar dengan jarak</li> </ul>	25

				bahu dan dada	4m,6m,8m.. 3. Melakukan permaianan modifikasi melempar dan menangkap dengan benar.	
7	Selasa, 31 Oktober 2016	V	1 - 3	Kebugaran lari cepat dan lari bolak-balik	Melakukan gerakan lari cepat dan lari bolak-balik	30
8	Jumat, 3 November 2017	I	1 - 3	Berlari lurus melewati garis dan berlari lurus secara kelompok dengan estafet	1. Melakukan gerakan berlari satu arah dengan tepat. 2. Melakukan gerakan berlari satu arah secara berkelompok dengan penuh kerjasama. 3. Melakukan gerakan berlari diatas garis dengan benar	28
9	Rabu, 8 November 2017	III	1 - 3	Aktifitas ritmik tanpa musik	1. Melakukan gerak dasar mengayun lengan dengan baik 2. Melakukan gerak dasar menekuk lutut dengan baik 3. Melakukan gerak dasar kombinasi mengayun dan menekuk lutut	27

Dalam kegiatan belajar mengajar (KBM), terbagi atas dua bagian yaitu praktek mengajar terbimbing dan praktek mengajar mandiri. Dalam praktek mengajar terbimbing mahasiswa dibimbing dalam persiapan dan pembuatan materi, sedangkan praktek mengajar mandiri mahasiswa diberi kesempatan untuk mengelola proses belajar secara penuh, namun demikian bimbingan dan pemantauan dari guru tetap dilakukan.

### 1) Praktek mengajar terbimbing

Praktek mengajar terbimbing adalah praktek mengajar dengan pendampingan oleh guru pembimbing di dalam ataupun luar kelas. Waktu pelaksanaannya sesuai kesepakatan dengan guru pembimbing.

#### Praktek mengajar mandiri

Dalam praktek mengajar mandiri, praktikan tanpa disertai oleh guru pembimbing di dalam kelas. Guru pembimbing hanya sebatas mengarahkan pada saat sebelum praktek mengajar, yaitu pada saat menyiapkan RPP, dan materi mengajar.

### 2) Umpaman balik

Selama delapan kali (8 kali) Praktik Pengalaman Lapangan, praktikan banyak mendapat bimbingan dan arahan dari guru pembimbing mengenai proses belajar mengajar, terutama dalam hal cara penyampaian materi, cara menguasai

kelas, dan evaluasi, sehingga pada saat mahasiswa PLT memberikan materi sudah mempunyai bekal informasi yang dapat digunakan selama kegiatan belajar mengajar di dalam ataupun luar kelas, selain itu guru pembimbing itu sangat membantu mahasiswa PLT karena masukan-masukannya yang membangun antara lain:

- a) Guru pembimbing dapat melakukan koreksi terhadap persiapan pembelajaran yang telah dibuat oleh mahasiswa PLT.
- b) Guru pembimbing juga dapat melakukan komunikasi timbal balik tentang materi yang akan diajarkan.
- c) Guru pembimbing memberi masukan tentang cara mengajar yang baik.
- d) Guru pembimbing memberi acuan dan masukan bagaimana cara membuat evaluasi materi yang baik dan benar.

Dalam praktik mengajar mahasiswa PLT dituntut mampu mengelola kelas agar kegiatan belajar mengajar dapat berjalan lancar dan mampu menciptakan suasana harmonis dan kondusif. Untuk itu ada beberapa langkah yang perlu diperhatikan yaitu:

- a) Pembukaan dengan doa dan mengadakan presensi agar guru mengetahui jumlah siswa yang hadir serta upaya lebih mengenal siswa,
- b) Melakukan apersepsi dengan tujuan untuk mengingat kembali materi yang telah disampaikan sebelumnya,
- c) Menyampaikan materi pelajaran, yaitu dengan metode yang bervariasi supaya menimbulkan ketertarikan pada siswa dan menggunakan media pembelajaran yang tersedia.
- d) Evaluasi, yaitu dilakukan agar guru mengetahui sejauh mana pemahaman para siswa terhadap materi yang telah disampaikan.

#### b. Metode

Metode mengajar adalah cara untuk mempermudah siswa mencapai tujuan belajar atau prestasi dan keburukan, sehingga metode mengajar yang dipilih memainkan peranan utama dalam meningkatkan prestasi belajar siswa. Metode mengajar yang dipilih disesuaikan dengan tujuan belajar belajar. Metode mengajar bersifat prosedural dan merupakan rencana menyeluruh yang berhubungan dengan penyajian materi pelajaran. Masing-masing metode mengajar mempunyai kebaikan dan materi pelajaran yang akan diajarkan.

Metode yang digunakan selama kegiatan praktek mengajar adalah penyampaian materi dengan menggunakan metode tanya jawab, ceramah interaktif, diskusi, penugasan, dan Demonstrasi. Demonstrasi dan Penugasan adalah metode yang digunakan untuk membelajarkan peserta dengan cara menceritakan dan memperagakan suatu langkah-langkah penggeraan sesuatu. Demonstrasi merupakan praktek yang diperagakan kepada peserta. Karena itu, demonstrasi dapat dibagi menjadi dua tujuan: demonstrasi proses untuk memahami langkah demi langkah; dan demonstrasi hasil untuk memperlihatkan atau memperagakan hasil dari sebuah proses. Biasanya, setelah demonstrasi dilanjutkan dengan

praktek oleh peserta sendiri. Sebagai hasil, peserta akan memperoleh pengalaman belajar langsung setelah melihat, melakukan, dan merasakan sendiri. Tujuan dari demonstrasi yang dikombinasikan dengan praktek adalah membuat perubahan pada rana keterampilan.

### 1. Tujuan dan Manfaat Metode Demonstrasi dan Penugasan

#### a) Manfaat Metode Demonstrasi dan Penugasan

- 1) Perhatian anak dapat lebih dipusatkan
- 2) Proses belajar anak lebih terarah pada materi yang sedang dipelajari.
- 3) Pengalaman dan kesan sebagai hasil pembelajaran lebih melekat dalam diri anak

Di samping itu, metode demonstrasi memiliki 2 fungsi, yaitu :

- 1) Dapat dipergunakan untuk memberikan ilustrasi dalam menjelaskan informasi kepada anak.
- 2) Membantu meningkatkan daya pikir anak dalam meningkatkan kemampuan mengenal, mengingat, berpikir. Metode demonstrasi memberikan kesempatan kepada anak untuk memperkirakan apa yang akan terjadi, bagaimana hal itu dapat terjadi, dan mengapa hal itu terjadi.

#### b) Tujuan Metode Demonstrasi dan Penugasan

Demonstrasi merupakan satu wahana untuk memberikan pengalaman belajar agar anak dapat menguasai kemampuan yang diharapkan dengan lebih baik. Tujuan metode demonstrasi dan penugasan adalah peniruan terhadap model yang dapat dilakukan dan memberikan pengalaman belajar melalui penglihatan dan pendengaran.

### 1. Rancangan Kegiatan

Secara umum persiapan yang perlu dilakukan guru dalam merancang kegiatan demonstrasi adalah sebagai berikut :

#### a. Menetapkan tujuan dan tema kegiatan demonstrasi

Dalam menetapkan tujuan demonstrasi guru mengidentifikasi perbuatan-perbuatan apa yang akan diajarkan kepada anak dalam pernyataan-pernyataan yang spesifik dan operasional (teknis). Dalam menetapkan tema yang harus diperhatikan guru adalah tema yang dekat dengan kehidupan anak, menarik dan menantang aktivitas belajar anak.

1) Menetapkan bentuk demonstrasi yang dipilih

Sebelum menetapkan kegiatan, guru menentukan bentuk demonstrasi, misalnya dengan cara penjelasan.

2 ) Menetapkan bahan dan alat yang diperlukan

Ada dua jenis bahan dan alat yang dibutuhkan yaitu :

a) Bahan dan alat yang diperlukan oleh guru untuk mendemonstrasikan sesuatu.

b) Bahan dan alat yang diperlukan anak untuk menirukan contoh yang dilakukan guru.

3 ) Menetapkan langkah kegiatan demonstrasi

Langkah-langkah ini bersifat fleksibel tergantung jenis kegiatan.

b. Media Pembelajaran

Media yang dimiliki sekolah ini sederhana atau sama dengan media yang digunakan pada sekolah lain pada umumnya, yaitu papan tulis putih (whiteboard). Dengan kondisi yang semacam ini, praktikan harus berupaya untuk membuat media dan alternatif agar siswa mampu memahami materi yang disampaikan. Media yang digunakan praktikan untuk memperlancar kegiatan pembelajaran yaitu dengan membuat media gambar yang berkaitan dengan materi pembelajaran.

c. Evaluasi Pembelajaran

Evaluasi adalah proses penimbangan yang diberikan kepada nilai materi ataupun metode tertentu untuk tujuan atau maksud tertentu pula. Sedangkan penilaian adalah proses pengumpulan dan pengolahan informasi untuk mengukur pencapaian hasil belajar peserta didik. Evaluasi dapat dibagi menjadi dua yaitu secara kuantitatif maupun kualitatif. Evaluasi pembelajaran yang digunakan dalam mata pelajaran pendidikan jasmani yaitu dengan memberikan tugas individu (mempraktikkan materi yang telah di ajarkan), tugas kelompok, tanya jawab, latihan soal dan test tertulis (Ulangan Harian), dan keaktifan siswa selama KBM berlangsung.

Untuk mengetahui seberapa jauh daya serap siswa terhadap materi yang diberikan mahasiswa PLT memberikan tes kepada siswa. Tes ini meliputi :

- b. Proses, dilakukan selama KBM berlangsung. Tes ini berupa tanya jawab kepada siswa mengenai materi yang sedang dibahas.
- c. Apersepsi, dilakukan pada awal pelajaran kira-kira selama 10 menit. Tes ini dilakukan secara lisan berupa tanya jawab mengenai materi minggu kemarin. Tes ini

- memiliki tujuan untuk mengetahui sejauh mana siswa dapat menyerap materi yang telah diberikan.
- d. Tes formatif, dilakukan setelah selesai materi satu pokok bahasan. Tes ini disajikan dalam bentuk tes praktikum.

Nilai tes siswa SD Negeri Keprek selama mahasiswa PLT melakukan kegiatan belajar mengajar dapat dilihat pada lampiran.

Hasil kegiatan PLT, sebagai berikut :

### **1. Program PLT Individu**

#### **a. Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)**

- |                       |   |   |
|-----------------------|---|---|
| 1) Bentuk kegiatan    | : | Penyusunan rencana pelaksanaan pembelajaran   |
| 2) Tujuan kegiatan    | : | Mempersiapkan pelaksanaan KBM                 |
| 3) Sasaran            | : | Materi dan Praktik kelas 1, 2, 3, 4, 5, dan 6 |
| 4) Waktu pelaksanaan  | : | Sebelum praktik mengajar                      |
| 5) Tempat pelaksanaan | : | SD Negeri Keprek                              |
| 6) Peran mahasiswa    | : | Pelaksana                                     |

#### **b. Praktik mengajar**

- |                       |   |  |
|-----------------------|---|--|
| 1) Bentuk kegiatan    | : | Mengajar di kelas dan luar kelas   |
| 2) Tujuan kegiatan    | : | Menerapkan sistem pembelajaran di sekolah dengan menggunakan ilmu yang telah dimiliki. |
| 7) Sasaran            | : | Materi Praktik kelas 1, 2, 3, 4, 5, dan 6  |
| 3) Waktu pelaksanaan  | : | (lampiran Program dan pelaksanaan harian)  |
| 4) Tempat pelaksanaan | : | Ruang Kelas dan luar kelas   |
| 5) Peran mahasiswa    | : | Pelaksana  |

#### **c. Penyusunan Perangkat Pembelajaran**

- |                       |   |   |
|-----------------------|---|---|
| 1) Bentuk kegiatan    | : | Silabus, Lembar Kerja Siswa, Hand out, Praktikum. |
| 2) Tujuan kegiatan    | : | Administrasi rencana pembelajaran                 |
| 8) Sasaran            | : | Materi dan Praktik kelas 1, 2, 3, 4, 5, dan 6     |
| 3) Waktu pelaksanaan  | : | September - November 2017                         |
| 4) Tempat pelaksanaan | : | SD Negeri Keprek                                  |
| 5) Peran mahasiswa    | : | Pelaksana   |

#### **d. Pembuatan Media Pembelajaran**

- |                       |  |
|-----------------------|--|
| 1) Bentuk kegiatan    | : Media Pembelajaran berbentuk gambar  |
| 2) Tujuan kegiatan    | : Menambah media pembelajaran agar siswa lebih tertarik untuk mengikuti pelajaran dan membantu siswa agar lebih paham dengan materi yang diajarkan |
| 9) Sasaran            | : Materi dan Praktik kelas 1, 2, 3, 4, 5, dan 6  |
| 3) Waktu pelaksanaan  | : September - November 2017  |
| 4) Tempat pelaksanaan | : SD Negeri Kepek  |
| 5) Peran mahasiswa    | : Pelaksana  |

#### **2. Pelaksanaan Praktik Persekolahan**

Praktik persekolahan merupakan aktivitas lain selain praktik KBM di dalam kelas yang secara tidak langsung membantu pelaksanaan KBM. Kegiatan praktik persekolahan ini bertujuan memberikan pengalaman dan pengetahuan bagi seorang guru di luar jam mengajar. Kegiatan tersebut meliputi:

##### **A. Piket Guru**

Piket ruang guru ini dilakukan oleh setiap mahasiswa PLT sesuai dengan jadwal yang telah disepakati, dan di waktu tidak ada jadwal mengajar di kelas. Tugas piket ruang guru antara lain :

- a. Menggantikan guru untuk menyampaikan tugas, ketika guru yang bersangkutan berhalangan hadir
- b. Mengkoordinasikan kejadian selama proses belajar mengajar kepada koordinator piket

##### **B. Piket Perpustakaan**

Piket perpustakaan ini dilakukan oleh setiap mahasiswa PLT sesuai dengan jadwal yang telah disepakati, dan di waktu tidak ada jadwal mengajar di kelas. Tugas piket perpustakaan antara lain :

- a. Membantu petugas perpustakaan untuk melakukan proses inventarisasi buku-buku baru
- b. Membantu petugas perpustakaan untuk melayani siswa kalau ada peminjaman buku ataupun pengembalian buku

##### **C. Piket T.U / Administrasi**

Piket T.U dilakukan oleh setiap mahasiswa PLT sesuai dengan jadwal yang telah disepakati, dan di waktu tidak ada jadwal mengajar di kelas. Tugas piket T.U misalnya

melayani keperluan guru seperti lembar presensi, rekap nilai dan silabus.

##### **D. Membantu Administrasi Guru**

Mahasiswa membantu administrasi guru berupa membantu melakukan rekapan presensi siswa sebanyak 6 kelas.

#### E. Pembuatan Laporan PLT

Mahasiswa harus melengkapi administrasi berupa laporan pelaksanaan PLT sebagai salah satu syarat untuk kelulusan mata kuliah PLT. Pembuatan laporan ini sudah dimulai sejak akhir bulan September sampai bulan November. Laporan PLT ini terdiri dari 3 bab yang membahas mengenai persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Selain itu juga dilengkapi beberapa lampiran seperti RPP, data Guru, data Siswa, laporan mingguan / catatan harian, Matrik Program Kerja, dll.

#### F. Pendampingan Lomba Lari Maraton

Pendampingan lomba ini merupakan salah satu kegiatan di luar kelas karena mahasiswa PLT membantu guru pjok untuk menyeleksi siswa dalam mempersiapkan perlombaan lari maraton yang di mulai dari lapangan Kaliagung Sentolo. Perlombaan ini diselenggarakan oleh KONI Kulonprogo sebagai salah satu peringatan Hari Jadi Kulonprogo ke 66 . Peserta terdiri dari 3 siswa kelas 5.

#### G. Pendampingan Lomba Gobak Sodor

Pendampingan lomba ini merupakan salah satu kegiatan di luar kelas karena mahasiswa PLT membantu guru pjok untuk menyeleksi siswa dalam mempersiapkan perlombaan gobak yang di laksanakan di lapangan Pengasih dan lapangan Alun-Alun Wates. Perlombaan ini diselenggarakan oleh Dinas Kebudayaan Kulonprogo sebagai salah satu peringatan Hari Jadi Kulonprogo ke 66 . Peserta terdiri 2 siswa perwakilan dari siswa kelas 5 dan 6.

#### H. Penerjunan dan Penarikan

Kegiatan PLT ini diawali dengan penerjunan ke lokasi PLT ( SD Negeri Kepek ) pada tanggal 15 September 2017 dan diakhiri dengan penarikan yang dilakukan pada tanggal 15 November 2017.

### C. Teknik Evaluasi dan Refleksi Hasil Kegiatan PLT

#### 1. Teknik Evaluasi

Untuk mengetahui seberapa jauh daya serap siswa terhadap materi yang diberikan mahasiswa PLT memberikan tes kepada siswa. Tes ini meliputi :

- a. Proses, dilakukan selama KBM berlangsung. Tes ini berupa pertanyaan dan praktikum.

- b. Apersepsi, dilakukan pada awal pelajaran. Tes ini dilakukan secara lisan berupa tanya jawab mengenai materi minggu kemarin. Tes ini memiliki tujuan untuk mengetahui sejauh mana siswa dapat menyerap materi yang telah diberikan.

Nilai tes siswa kelas 1, 2, 3, 4, 5, dan 6 selama mahasiswa PLT melakukan kegiatan belajar mengajar dapat dilihat pada lampiran.

## **2. Refleksi Hasil Kegiatan PLT**

Secara umum Mahasiswa PLT dalam melaksanakan PLT tidak banyak mengalami hambatan yang berarti justru mendapat pengalaman dan dapat belajar untuk menjadi guru yang baik dengan bimbingan guru pembimbing masing-masing di sekolah. Adapun hambatan-hambatan yang muncul dalam pelaksanaan kegiatan PLT adalah sebagai berikut:

### **1. Hambatan Saat Menyiapkan Materi Pelajaran**

Saat menyiapkan materi pelajaran, hal-hal yang menghambat antara lain karena mahasiswa praktikan, baru mengetahui mata pelajaran apa yang akan diajarkan beberapa hari sebelum proses mengajar berlangsung, hal ini dikarenakan adanya miss komunikasi antara guru praktikan yang berkaitan dengan urutan materi yang akan di berikan.

Solusi yang dilakukan pada saat menyiapkan materi adalah materi pelajaran disiapkan dengan mengacu kepada buku-buku acuan yang diperoleh dari perpustakaan sekolah, dan silabus.

### **2. Hambatan Dari Siswa**

Siswa masih kurang disiplin dalam mengikuti pelajaran. Perilaku siswa yang sulit dikendalikan sehingga memerlukan penanganan khusus dalam proses pembelajaran dan memerlukan kesabaran dalam penyampaian materi yang diajarkan. Disini guru harus bisa memahami karakter siswanya dan harus bisa menjadi teman, orang tua serta guru itu sendiri sesuai dengan kondisi yang sedang berlangsung.

Solusi yang dilakukan adalah secara umum siswa yang masih mengobrol masih dapat dikendalikan dengan sesuatu yang menarik perhatian siswa. Untuk mengantisipasi siswa yang merasa jemu dan kelelahan, seorang guru harus mempunyai strategi pembelajaran yang menarik, seperti menyuruh siswa ambil air minum, memberikan sedikit cerita dan motivasi yang masih

berhubungan dengan materi atau jurusannya. Hal ini menjadikan penyampaian materi dari praktikan tidak menjadikan masalah.

### 3. Hambatan Dari Sekolah

Hambatan dari sekolah secara umum terletak pada minimnya sarana dan media pembelajaran yang dimiliki. Hambatan ini menjadikan kondisi proses belajar mengajar menjadi kurang kondusif. Namun hal ini dapat diatasi dengan adanya modifikasi disetiap pelaksanaan pembelajaran sehingga dapat berjalan sebagaimana mestinya.

Dari beberapa hambatan yang dihadapi maka penulis melakukan refleksi pelaksanaan PLT di SD Negeri Kepek. Pengalaman sebelum praktikan mengajar adalah membuat satuan pembelajaran dan rencana pelaksanaan pembelajaran, yang telah disesuaikan dengan silabus dan kurikulum yaitu KTSP dan K13.

Selama pelaksanaan PLT, tanggapan dari sekolah sangat baik dalam arti praktikan diberikan kesempatan seluas-luasnya untuk melaksanakan proses belajar mengajar sesuai satuan pembelajaran dan rencana pelaksanaan pembelajaran yang telah disusun.

Selama proses belajar mengajar berlangsung banyak sekali hal-hal yang dapat menjadi sebuah pelajaran dan pengalaman serta menambah pengetahuan bagi penulis dalam menghadapi siswa yang memiliki karakteristik yang beragam, baik yang aktif maupun pasif. Selain itu penulis juga dapat mengakrabkan diri serta melakukan pendekatan dengan siswa secara keseluruhan.

## **BAB III**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Setelah dilaksanakannya kegiatan Praktek Lapangan Terbimbing (PLT) di SD Negeri Kepek, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Seluruh kegiatan PLT mendapatkan dukungan sepenuhnya dari pihak sekolah dengan memberikan berbagai fasilitas berupa bahan dan alat kerja sehingga pelaksanaan kegiatan dapat berjalan dengan lancar tanpa adanya masalah yang berarti. Dukungan diberikan oleh pihak sekolah dengan sepenuhnya, dan sekolah sangat antusias atas pelaksanaan kegiatan tersebut.
2. Praktek Lapangan Terbimbing (PLT) merupakan suatu sarana bagi mahasiswa UNY untuk dapat menerapkan langsung ilmu yang telah diperoleh di bangku kuliah dengan program studi atau konsentrasi masing-masing. Dengan terjun ke lapangan maka kita akan berhadapan langsung dengan masalah yang berkaitan dengan proses belajar mengajar di sekolah baik itu mengenai manajemen sekolah maupun manajemen pendidikan dan akan menuju proses pencarian jati diri dari mahasiswa yang melaksanakan PLT tersebut.
3. Praktek Lapangan Terbimbing (PLT) akan menjadikan mahasiswa untuk dapat mendalami proses belajar mengajar secara langsung, menumbuhkan rasa tanggung jawab dan profesionalisme yang tinggi sebagai calon pendidik dan pengajar serta mengasah kemampuan dan mental mahasiswa dalam proses belajar mengajar di Sekolah.

4. Keberhasilan proses belajar mengajar tergantung kepada unsur utama (guru, murid, orang tua dan perangkat sekolah) ditunjang dengan sarana dan prasarana pendukung.

## B. Saran

### 1. Bagi Pihak SD Negeri Kepek

- a. Agar lebih meningkatkan hubungan baik dengan pihak UNY yang telah terjalin selama ini sehingga akan timbul hubungan timbal balik yang saling menguntungkan.
- b. Program yang dijalankan secara berkelanjutan hendaknya tetap dijaga dan dilanjutkan serta dimanfaatkan semaksimal mungkin dan seefektif mungkin.
- c. Untuk dapat menambah sarana dan prasarana pembelajaran, seperti alat bantu KBM khususnya olahraga, media pembelajaran.

### 2. Bagi Pihak Universitas Negeri Yogyakarta

- a. Agar lebih meningkatkan hubungan dengan sekolah-sekolah yang menjadi tempat PLT, supaya terjalin kerjasama yang baik untuk menjalin koordinasi dan mendukung kegiatan praktik lapangan dan praktik mengajar, baik yang berkenaan dengan kegiatan administrasi maupun pelaksanaan PLT di lingkungan sekolah.
- b. Program pembekalan PLT hendaknya lebih diefisiensikan, dioptimalkan dan lebih ditekankan pada permasalahan yang sebenarnya yang ada dilapangan agar hasil pelaksanaan PLT lebih maksimal.
- c. Agar bimbingan dan dukungan moril dari dosen pembimbing tetap dipertahankan dan lebih ditingkatkan agar mahasiswa praktikan dapat menjalankan tugas mengajarnya dengan penuh percaya diri.
- d. Hendaknya permasalahan teknik di lapangan yang dihadapi oleh mahasiswa praktikan yang melaksanakan PLT saat ini maupun

sebelumnya dikaji dan dicari solusinya untuk diinformasikan kepada mahasiswa PLT yang akan datang agar mereka tidak mengalami permasalahan yang sama.

### **3. Bagi Mahasiswa**

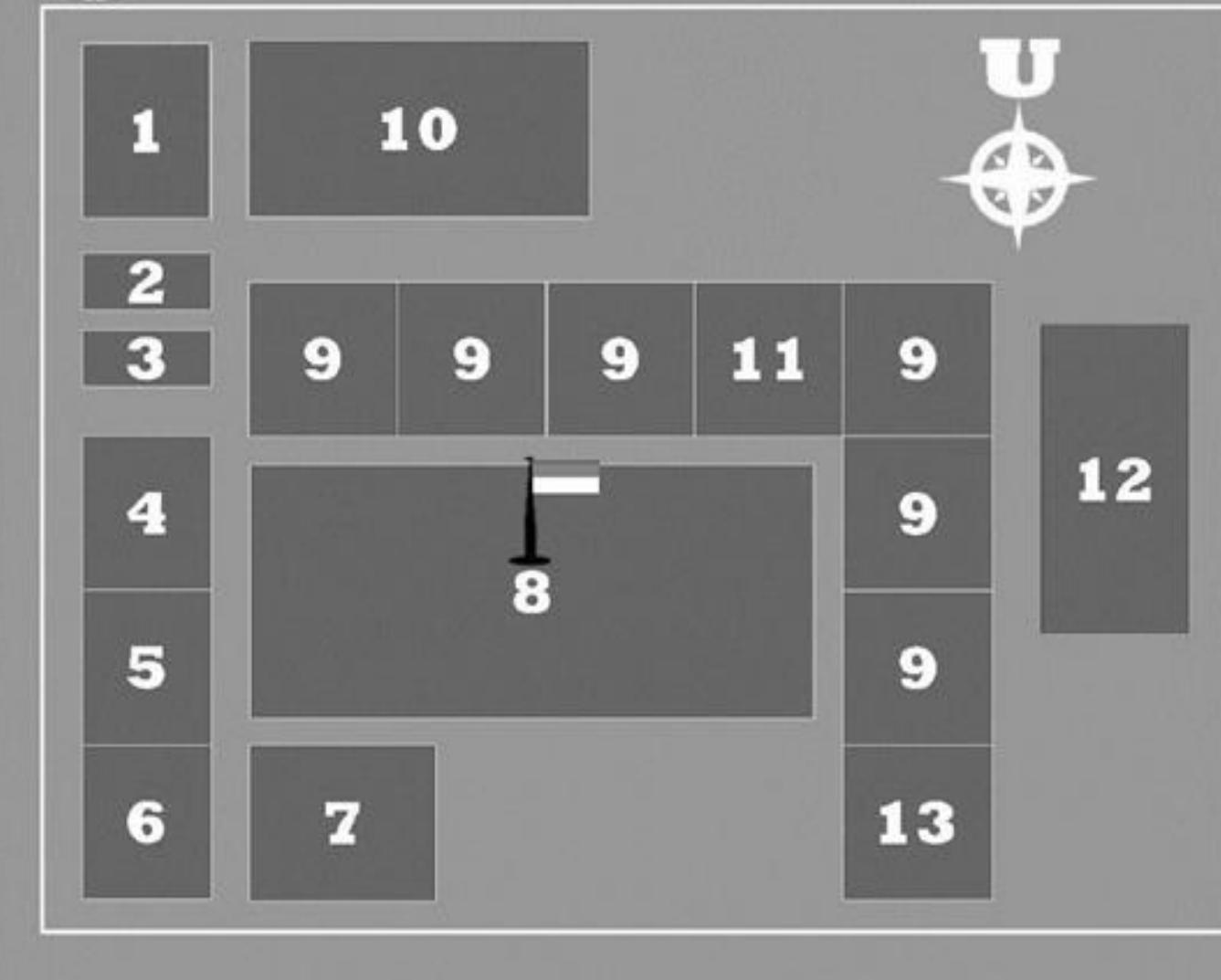
- a. Hendaknya sebelum mahasiswa praktikan melaksanakan PLT terlebih dahulu mempersiapkan diri dalam bidang pengetahuan teori atau praktek, keterampilan, mental dan moral sehingga mahasiswa dapat melaksanakan PLT dengan baik dan tanpa hambatan yang berarti.
- b. Hendaknya mahasiswa praktikan senantiasa menjaga nama baik lembaga atau almamater, khususnya nama baik diri sendiri selama melaksanakan PLT dan mematuhi segala tata tertib yang berlaku pada sekolah tempat pelaksanaan PLT dengan memiliki disiplin dan rasa tanggung jawab yang tinggi.
- c. Hendaknya mahasiswa PLT memanfaatkan waktu dengan seefektif dan seefisien mungkin untuk mendapatkan pengetahuan dan pengalaman mengajar, serta manajemen sekolah dan memanajemen pribadi secara baik dan bertanggung jawab.
- d. Mahasiswa praktikan harus mampu memiliki jiwa untuk menerima masukan dan memberikan masukan sehingga mahasiswa dapat melaksanakan pekerjaan-pekerjaan yang diberikan oleh pihak sekolah yang diwakili oleh guru pembimbing dan senantiasa menjaga hubungan baik antara mahasiswa dengan pihak sekolah baik itu dengan para guru, staf atau karyawan dan dengan para peserta diklat itu sendiri.
- e. Hendaknya mahasiswa PLT mempersiapkan rencana pelaksanaan pembelajaran dan materi pembelajaran beberapa hari sebelum praktik dilaksanakan sebagai pedoman dalam mengajar, supaya pada saat mengajar dapat menguasai materi dengan baik dan sering berkonsultasi pada guru dan dosen pembimbing sebelum dan sesudah mengajar, supaya bisa diketahui kelebihan, kekurangan dan permasalahan selama mengajar. Dengan demikian proses pembelajaran akan mengalami peningkatan kualitas secara terus menerus.
- f. Menjaga sikap dan tingkah laku selama berada di dalam kelas maupun didalam lingkungan sekolah, agar dapat terjalin interaksi dan kerjasama yang baik dengan pihak yang bersangkutan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Tim Penyusun Panduan PLT. 2017. *Panduan PLT*. Yogyakarta
- Tim Pembekalan PLT UNY. 2017. *Materi Pembekalan PLT 2017*. Yogyakarta
- Data Informasi Keadaan Fisik SD Negeri Kepek. 2017. Pengasih Kulon Progo



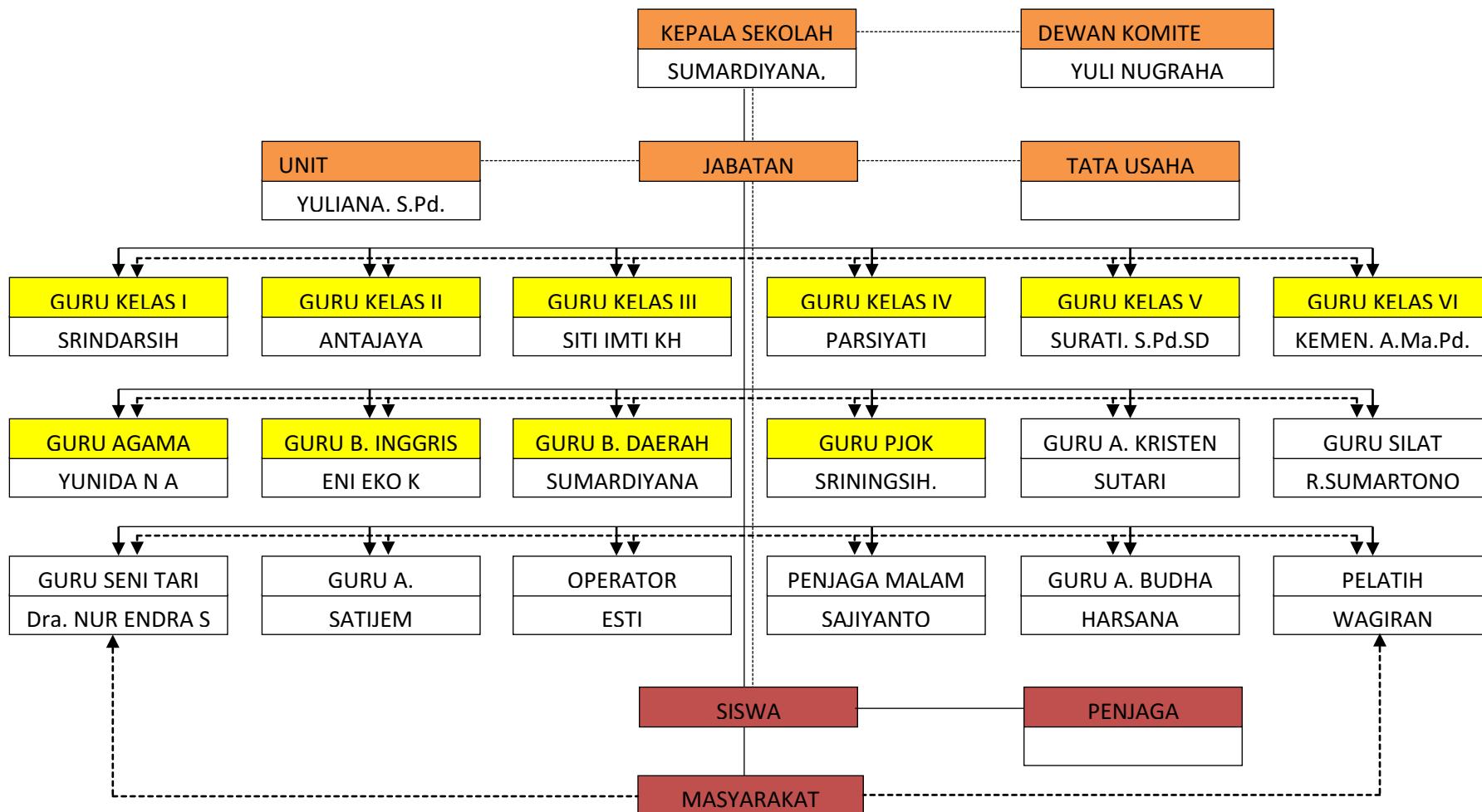
# Denah Lokasi SD Negeri Kepek



## KETERANGAN :

1. R. Kegiatan Ekstrakurikuler
2. WC Guru
3. WC Siswa
4. R. Kepala Sekolah
5. R. Guru/ Kantor
6. Dapur
7. Mushola
8. Lapangan Upacara
9. R Kelas I Sampai VI
10. Perpustakaan
11. R UKS
12. Lapangan Volly
13. Tempat Parkir

## Bagan Struktur Organisasi SD Negeri Kepek



DAFTAR NAMA SISWA/SISWI KELAS 1 SD N KEPEK

NO	NAMA	JENIS KELAMIN
		L/P
1.	ADELIA RAHMA WATI	P
2.	AGUSTINA JOLIN N	P
3.	ARDHI ENDRAWAN	L
4.	ATHIYYA ELVA PRATISTA	P
5.	BIMA RAHMA DHANI	L
6.	CLARISSA EVFILIANA C	P
7.	DAIB BIMA RAHMAWANTO	L
8.	DAFFA ARDIYANSYAH SAPUTRA	L
9.	DONY KURNIAWAN	L
10.	DARIN MUSYAFI	P
11.	DESTI ERLINA	P
12.	DEVI BAGAN PUTRI	P
13.	FELISA DEA FRENANDIKA	P
14.	HASNA SAFIRA	P
15.	JONI ISDIYANTO	L
16.	JULIA EKA PRTIWI	P
17.	KESSYA FRAGITA B	P
18.	KIRANA TITANIA D	P
19.	MEYSA AYUMNI PURNAMA S	P
20.	MUHAMMAD ILHAM	L
21.	NIZAM DWI SAPUTRA	L
22.	PUTRI AYU KUSUMA	P
23.	QONITA AMALIA	P
24.	RAHMA OKTA RIANI	P
25.	REYHAN EGA PUTRA	L
26.	TRI VITRA RAHMAWATI	P
27.	WIRATAMA EDI NUGROHO	L
28.	WIWIT FITRIANINDYA	P

DAFTAR NAMA SISWA/SISWI KELAS 2 SD N KEPEK

NO	NAMA	JENIS KELAMIN
		L/P
1.	ADE ATHA WIRATAMA	L
2.	ADINTA RAMA DINI	P
3.	ALYA DWI AVIDIANA	P
4.	AMELIA ELFIRA KHAIRUNISA	P
5.	AMELIA KHALISHAH PUTRI	P
6.	ANDANG PRADIKA	L
7.	ARDINA MARFIYANI	P
8.	CLARESTA NAZUWA	P
9.	DINDA NILAM SARI	P
10.	ERFINA DAMAYANTI	P
11.	FAUZAN DWI KHOIRUL IMAM	L
12.	GIZZA ARSHY PERMATA P	P
13.	HANUNG MULTAZAM MASYUR	L
14.	HAYUNINGTYAS MAHARANI	P
15.	HERNANDA PUTRA KURNIAWAN	L
16.	IRA PUTRI ZAHARA R	P
17.	LUTHFI KHOIRUNNISA	P
18.	MAHIRA TRAPSILA	-
19.	MEYSA PUTRI R	P
20.	MUH YUNUS	L
21.	NABILA PUSPANINGRUM	P
22.	NAUFAL MUFLIN MUYASSAR	L
23.	REHAN ALIF SETYAWAN	L
24.	SHAFIA RAJEKNI DANICA	P
25.	SHANIA AULIA EKA ADI	P
26.	SIGIT ARYA PINANGGIH	L
27.	TRI WAHYU ROHMAN	L
28.	VEGA ALIYA PUTRI	P
29.	ZAKHI NUR RAHMAN	L

DAFTAR NAMA SISWA/SISWI KELAS 3 SD N KEPEK

NO	NAMA	JENIS KELAMIN
		L/P
1.	ADITYA PRIHATIN N	L
2.	AKHDAN FALIH	L
3.	ALPRADITA AGATAMA P	L
4.	ANDIKA SAPUTRA	L
5.	ARIF SETIA BUDI	L
6.	AULIA ARDIYANTI	P
7.	AUREL ADINDA P	P
8.	AZHALEA CHIKA G	P
9.	BAGUS SETIAWAN	L
10.	BUSTNUL ARIFIN	L
11.	CARISSA PUTRI UNTARA	P
12.	CESA ARIANI	P
13.	FAHRIZAL YANUARTA	L
14.	FERDHANA SYACH P	L
15.	IKSAN FAHRIZA	L
16.	KEVIN JULIO WANDA	L
17.	NAFSIA AGISTA NURAINI	P
18.	NUR MAULIDA R	P
19.	PANJI REVRANDRA P	L
20.	RAHMA FATONITA	P
21.	RAIHAN ALIEP ARDIANSYAH	L
22.	RAIHAN SATYA PRATAMA	L
23.	RAIFAN ALIEP ALFIANSYAH	L
24.	RENO BAYU PRABOWO	L
25.	RIKO SATYA ADINATA	L
26.	ZAKY AFIAH	L
27.	ZASKIA AYUMI PUTRI	P

DAFTAR NAMA SISWA/SISWI KELAS 4 SD N KEPEK

NO	NAMA	JENIS KELAMIN
		L/P
1.	AMELIA FARADHANI	P
2.	ARDAN OKTA SAPUTRA	L
3.	AULIA SYAFIQAH S	P
4.	DANANG SURAJA	L
5.	DEMAS CAHYA W	L
6.	DWI AMELIA PUTRI N	P
7.	FAHDA ABDILLAH P.I	L
8.	FARHAN YUSUF	L
9.	MARSYA PUTRI V	P
10.	MAYA NORI ASYIRA	P
11.	MUH ASROFIL G	L
12.	MUH YUSUF	L
13.	NASHWA LAILA H	P
14.	NAURA ARGIA G	P
15.	NAWANGSIH NUGRAHA J	P
16.	NICO ARBECO W	L
17.	NUGRAHENI FITRI	P
18.	PANJI GIRI SOKO	L
19.	RADITYA BAGUS S	L
20.	RAISAH ARIFAH	P
21.	REISYA DISTI I	P
22.	ROSI NAVIAN SAPUTRA	L
23.	SALIQ DAMAR P	L
24.	SUCI NUR HIDAYAH	P
25.	SYAFIQ RAHMADHANI	L

DAFTAR NAMA SISWA/SISWI KELAS 5 SD N KEPEK

NO	NAMA	JENIS KELAMIN
		L/P
1.	ADIRA ARMINTASARI	P
2.	AFRIZAL GUNTUR F	L
3.	ALVIN BAGUS WIJAYA	L
4.	ANGGIK ARDIYANTO	L
5.	ANTON AU NURROHMAN S	L
6.	ARIS YULIANTO	L
7.	CANDRA CAHYA S	L
8.	CANDRA FEBRIANYANTO	L
9.	DAFFA RAHMAT DANI	L
10.	DANDA MUH F	L
11.	DEWI NUR FATIMAH	P
12.	DWI YULIASARI	P
13.	FEBRIANA AYU N	P
14.	FRISTYO DIRGA F	L
15.	JENI DANIA S.P	P
16.	MUH KEVIN M	L
17.	MUH RIFQI A	L
18.	NISRINA ARI N	P
19.	NOVITA FARAH R	P
20.	RAFAEL ARYA P	L
21.	REHAN PRAMANA	L
22.	RIDWAN PERMANA	L
23.	RISMA RIHANDINI	P
24.	SAFIRA DWI A	P
25.	TOMY HANDA S	L
26.	ULFAH NUR C	P
27.	YOSHIKA UNTARI S	P
28.	YULI ARDIANTI	P
29.	ZAHRANI AL MAISYAROH	P
30.	FERNANDA BAGUS SAPUTRA	L

DAFTAR NAMA SISWA/SISWI KELAS 6 SD N KEPEK

NO	NAMA	JENIS KELAMIN
		L/P
1.	ANNISA USWATUN HASANAH	P
2.	ARDIAN EKA WARDANA	L
3.	ARLIN YULIA PUTRI	P
4.	DATIN KURNIA ISNAIN	P
5.	DELFIANA SALSAH PUTRI	P
6.	DENASYA TRI IVANA	P
7.	DEVA AMANTA SAPUTRA	L
8.	DEVINA OCTA NUGRAHENI	P
9.	DWI HARIYANTI	P
10.	DWI SETYAWAN	L
11.	FENDI EKA STYAWAN	L
12.	FENDI ALFIC SETIAWAN	L
13.	FIGO PRATAMA	L
14.	JONI LUDIANSYAH	L
15.	KHARISMA FITRI AULIA	P
16.	MAHESA DYO PRATAMA	L
17.	MAIDA ELFINA	P
18.	MUH FAUZAN WIMA . S	L
19.	MUH NUR FAIZI	L
20.	NADIYA SELVA ALIN M. A	P
21.	NADYA KUMALA	P
22.	NAUFAL STYAWAN	L
23.	NOVI NOERFITRIANI	P
24.	RAKHA DANENDRA PRANATA	L
25.	RETNO ADININGSIH	P
26.	RISMIATI NURUL FATIMAH	P
27.	RIFALDI DIMAS TIANSYAH	L
28.	SANDI ASNA AULIA	P
29.	VETI YULIANA	P
30.	WAHYU ZUDA KURNIAWAN	L
31.	WISNU SYAHRUL RAMADAN	L
32.	YENI MARWAH	P
33.	YOGA AFRIL PRASETYO	L
34.	MAICEL	L

Kelas	Jam	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat
I	07.00-07.35	Upacara	P. Agama	Matematika	B. Indonesia	Senam
	07.35-08.10	B. Indonesia	P. Agama	Matematika	B. Indonesia	Penjaskes
	08.10-08.45	B. Indonesia	Matematika	B. Indonesia	PKn	Penjaskes
	08.45-09.20	IPS	Matematika	B. Indonesia	PKn	Penjaskes
	09.20-09.35					
	09.35-10.10	IPS	IPA	SBK	B. Jawa	TT/PKn
	10.10-10.45	Matematika	IPA	SBK	B. Jawa	
	10.45-11.20	TT/IPA	TT/IPA	TT/B. Indonesia	TT/IPS	
	11.20-11.35					
	11.35-12.10					
	12.10-12.45					
II	07.00-07.35	Upacara	Matematika	Penjaskes	P. Agama	Senam
	07.35-08.10	B. Indonesia	Matematika	Penjaskes	P. Agama	Matematika
	08.10-08.45	B. Indonesia	B. Jawa	Penjaskes	B. Indonesia	IPS
	08.45-09.20	Matematika	B. Jawa	Penjaskes	B. Indonesia	IPS

Kelas	Jam	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat
III	09.20-09.35					
	09.35-10.10	PKn	B. Indonesia	IPA	SBK	P.Agama
	10.10-10.45	PKn	B. Indonesia	IPA	SBK	TT/IPA
	10.45-11.20	TT/IPA	TT/Matematika	TT/PKn	TT/B. Indonesia	
	11.20-11.35					
	11.35-12.10					
	12.10-12.45					
	07.00-07.35	Upacara	Matematika	Penjaskes	IPA	Jumat Bersih
	07.35-08.10	Matematika	Matematika	Penjaskes	IPA	B. Indonesia
	08.10-08.45	Matematika	P. Agama	Penjaskes	IPS	B. Indonesia
	08.45-09.20	B. Indonesia	P. Agama	Penjaskes	IPS	P. Agama
	09.20-09.35					
	09.35-10.10	B. Indonesia	B. Indonesia	SBK	B. Jawa	P. Agama
	10.10-10.45	PKn	B. Indonesia	SBK	B. Jawa	TTT/IPS
	10.45-11.20	PKn	TT/B. Indonesia	TT/Matematika	TT/IPA	

Kelas	Jam	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat
IV	11.20-11.35					
	11.35-12.10	TT/IPA	TT/IPA	TT/Matematika	TT/IPA	
	12.10-12.45					
	07.00-07.35	Upacara	B. Indonesia	Penjaskes	B. Jawa	Jumat Bersih
	07.35-08.10	P. Agama	B. Indonesia	Penjaskes	B. Jawa	P. Agama
	08.10-08.45	P. Agama	Matematika	Penjaskes	B. Inggris	P. Agama
	08.45-09.20	Matematika	Matematika	Penjaskes	B. Inggris	SBK
	09.20-09.35					
	09.35-10.10	Matematika	SBK	Matematika	IPA	SBK
	10.10-10.45	IPA	SBK	Matematika	IPA	TT/B. Jawa
	10.45-11.20	IPA	IPS	B. Indonesia	B. Indonesia	TT/B. Jawa
	11.20-11.35					
	11.35-12.10	TT/PKn	TT/IPA	B. Indonesia	TT/IPS	
	12.10-12.45	TT/PKn	TT/IPA	TT/IPA	TT/IPS	
V	07.00-07.35	Upacara	Penjaskes	B. Indonesia	B. Inggris	Jumat Bersih

Kelas	Jam	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat
VI	07.35-08.10	Matematika	Penjaskes	B. Indonesia	B. Inggris	B. Indonesia
	08.10-08.45	Matematika	Penjaskes	P. Agama	IPA	B. Indonesia
	08.45-09.20	IPA	Penjaskes	P. Agama	IPA	SBK
	09.20-09.35					
	09.35-10.10	IPA	PKn	Matematika	IPS	SBK
	10.10-10.45	P. Agama	PKn	Matematika	B. Jawa	TT/B. Indonesia
	10.45-11.20	P. Agama	B. Indonesia	IPS	B. Jawa	
	11.20-11.35					
	11.35-12.10	TT/IPA	TT/PKn	IPS	TT/IPS	
	12.10-12.45	TT/IPA	TT/PKn	TT/IPA	TT/IPS	
	07.00-07.35	Upacara	B. Indonesia	Matematika	IPA	Jumat Bersih
	07.35-08.10	Penjaskes	B. Indonesia	Matematika	IPA	Matematika
	08.10-08.45	Penjaskes	IPS	IPS	Matematika	Matematika
	08.45-09.20	Penjaskes	B. Jawa	IPS	Matematika	SBK
	09.20-09.35					

Kelas	Jam	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat
	09.35-10.10	Penjaskes	B. Jawa	B. Indonesia	B. Inggris	SBK
	10.10-10.45	B. Indonesia	SBK	P. Agama	B. Inggris	TT/IPA
	10.45-11.20	B. Indonesia	SBK	P. Agama	P. Agama	TT/IPA
	<i>11.20-11.35</i>					
	11.35-12.10	TT/PKn	TT/B. Indonesia	TT/Matematika	P. Agama	
	12.10-12.45	TT/PKn	TT/B. Indonesia	TT/Matematika	TT/IPA	

**JADWAL MENGAJAR**

Minggu ke	Senin KELAS 6	Selasa KELAS 5	Rabu KELAS 4-3	Kamis KELAS 2	Jumat KELAS 1
<b>SEPTEMBER</b>					
1	18	19	20	21	22
	-	Lisa	Bayu + Adhi	Dimas	Ibnu
2	25	26	27	28	29
	Lisa	Bayu	Adhi + dimas	Ibnu	lisa
<b>OKTOBER</b>					
3	2	3	4	5	6
	Bayu	Adhi	Dimas + ibnu	Lisa	Bayu
4	9	10	11	12	13
	Adhi	Dimas	Ibnu + lisa	Bayu	Adhi
5	16	17	18	19	20
	Dimas	Ibnu	Lisa + bayu	Adhi	Dimas
6	23	24	25	26	27
	Ibnu	Lisa	Bayu + adhi	Dimas	Ibnu
<b>OKTOBER-NOVEMBER</b>					
7	30	31	1	2	3
	Lisa	Bayu	Adhi + dimas	Ibnu	Lisa
8	6	7	8	9	10
	Bayu	Adhi	Dimas + ibnu	Lisa	Bayu



Universitas Negeri Yogyakarta

MATRIK

**MATRIKS PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING  
TAHUN 2017  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SD NEGERI KEPEK**

Alamat: Kepek, Pengasih, Pengasih, kulon Progo

NAMA SEKOLAH	: SD Negeri Kepek	NAMA MAHASISWA	: Eka Lisa Fitriana
ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA	: Kepek, Pengasih, Pengasih, Kulon Progo	NIM	: 14604221040
GURU PEMBIMBING	: Sriningsih, A. Ma. Pd	FAK/JUR/PRODI	: FIK /POR /PGSD Penjas
		DOSEN PEMBIMBING	: F. Suharjana, M.Pd

No	Program dan Kegiatan PPL	Jumlah Jam /Minggu									Jumlah
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	
1	Penerjunan Mahasiswa PPL	3									
2	Observasi Kelas										
	a. Kegiatan pembelajaran		6								
	b. Media pembelajaran	3	6								
	c. Pengamatan lingkungan	3	6								
3	Mendalami Silabus										
	a. Persiapan	2	2								

	b. Pelaksanaan	3	2							
4	Penyusunan Rencana Program Pembelajaran (RPP)									
	a. Persiapan		2	2	2	2	2	2	2	
	b. Pelaksanaan dan konsultasi		4	4	4	4	4	4	4	
	c. Evaluasi dan tindak lanjut		2	2	2	2	2	2	2	
5	Praktik Mengajar									
	a. Persiapan		1	1	1	1	1	1	1	
	b. Pelaksanaan		2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	
	c. Evaluasi dan tindak lanjut		1	1	1	1	1	1	1	
6	Evaluasi Hasil Belajar Siswa		1	1	1	1	1	1	1	
7	Rekapitulasi Nilai Siswa		1	1	1	1	1	1	1	
8	Pendampingan Mengajar		2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	
9	Pelaksanaan piket									
	a. Piket TU		1	1	1	1	1	1	1	
	b. Piket Perpustakaan		1	1	1	1	1	1	1	
	c. Piket Guru		1	1	1	1	1	1	1	
10	Kegiatan Tambahan									

	a. Upacara		1	1	1	1	1	1	1	1	
	b. Pendampingan Lomba Gobak Sodor			5							
	c. Pendampingan Lari Marathon			4							
	d. Perbaikan fasilitas sekolah				4			6	10	8	
	e. Kegiatan Ekstrakurikuler		6	6	6	6	6	6	6	6	
	f. Pendampingan Kegiatan Persami						12				
11	Penarikan Mahasiswa PPL									4	
12	Penyusunan Laporan									12	
	Jumlah	14	49	36	29	25	37	31	35	49	305

Mengetahui/Menyetujui :

Kepala Sekolah SD Negeri Kepek



Sumardiyyana, S. Pd

NIP : 196105251982011003

Dosen Pembimbing Lapangan

F. Suharjana, M. Pd

NIP : 195807061984031002

Mahasiswa PLT

Eka Lisa Fitriana

NIM : 14604221040

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN ( RPP )

**PJOK**

Satuan Pendidikan : SD N Kepek  
Kelas / Semester : 1 /1  
Tema : Diriku (Tema 1)  
Sub Tema : Aku Istimewa (Sub Tema 4 )  
Jenis Kegiatan : Permaianan Sederhana Menelusuri Jejak  
Pembelajaran ke :  
Alokasi waktu : 90 menit

### **A. TUJUAN PEMBELAJARAN**

1. Dengan menyimak penjelasan guru, siswa mampu mengidentifikasi Sikap berjalan lentur dan seimbang dengan tepat.
2. Setelah mengidentifikasi siswa mampu mempraktikkan sikap berjalan lentur dan seimbang melalui permainan menelusuri jejak dengan baik.

### **B. KOMPETENSI INTI**

1. Menerima Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
2. Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, dan guru.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati [mendengar, melihat, membaca] dan bertanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah dan di sekolah.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlaq mulia.

### **C. KOMPETENSI DASAR**

**Muatan : PJOK**

Kompetensi	Indikator
3.4 Memahami prosedur menjaga sikap tubuh (duduk, membaca, berdiri, jalan), dan bergerak secara lentur serta seimbang dalam rangka pembentukan tubuh melalui permainan sederhana dan atau tradisional.	3.4.4 Menjelaskan prosedur menjaga sikap berjalan secara lentur dan seimbang dalam rangka pembentukan tubuh melalui permainan sederhana dan atau tradisional

<p>4.4 Mempratikkan prosedur menjaga sikap tubuh (duduk, membaca, berdiri, jalan), dan bergerak secara lentur serta seimbang dalam rangka pembentukan tubuh melalui permainan sederhana dan atau tradisional.</p>	<p>4.4.4 Mempraktikkan prosedur menjaga sikap berjalan secara lentur dan seimbang dalam rangka pembentukan tubuh melalui permainan sederhana dan atau tradisional</p>
---	---

#### D. MATERI

1. Sikap berjalan seimbang dan lentur.
2. Bermain menelusuri jejak.

#### E. PENDEKATAN & METODE

Pendekatan : *Scientific*

Strategi : *Cooperative Learning*

Teknik : *Example Non Example*

Metode : Permainan, Tanya Jawab, Diskusi dan Praktek

#### F. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Kegiatan Pendahuluan</b>	<p>1. Guru memberikan salam dan mengajak berdoa menurut agama dan keyakinan masing-masing,</p> <p>2. Melakukan komunikasi tentang kehadiran siswa.</p> <p>3. Mengajak berdinamika dengan tepuk kompak dan lagu yang relevan.</p> <p>4. Guru menyiapkan fisik dan psikhis anak dalam mengawali kegiatan pembelajaran serta menyapa anak.</p> <p>5. Menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini.</p> <p>6. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan pemanasan.</p>	15 menit
<b>Kegiatan Inti</b>	<p><b>Bermain Menelusuri Jejak</b></p> <p>1. Guru mengajak siswa untuk bermain menelusuri jejak.</p> <p>2. Guru mengajak siswa untuk berjalan mengitari lapangan dengan memperhatikan sikap berjalan lentur dan seimbang sebagai bagian dari pemanasan.</p> <p>3. Guru mengajak siswa untuk bermain menelusuri jejak.</p>	45 menit

	 <p>Udi nadia teman-teman bermain menyusuri jejak. Tepat kelompok berjalan bersama-sama. Siti dan Udi n berdiri paling depan. Sikap berjalan Udi nadia Siti paling lurus dan seimbang. Yang lain mengikuti di belakangnya. Kemampuan setiap anak berbeda-beda. Namun semua bekerja sama.</p> <p>Kelompok Udi berhasil mencapai tujuan akhir. Kelompok Siti tertinggal di belakang. Siti, Dayu, dan Lari tidak kecewa. Karena semua anak istimewa.</p>	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Guru menyampaikan bahwa siswa akan dibagi menjadi beberapa kelompok dan setiap kelompok harus menyusuri line/garis lapangan basket yang berada di halaman sekolah.</li> <li>5. Setiap kelompok bertugas untuk tetap menjaga barisannya agar tetap seimbang.</li> <li>6. Guru menyampaikan bahwa diperlukan sikap berjalan seimbang agar dapat menyusuri jejak dengan tepat.</li> <li>7. Guru juga menyampaikan bahwa diperlukan kerjasama dengan teman kelompok agar tidak terjatuh saat berjalan.</li> <li>8. Setelah seluruh siswa menyimak peragaan guru, guru meminta siswa untuk membagi kelompok.</li> <li>9. Setiap kelompok diminta untuk menyusuri jejak secara bergiliran.</li> <li>10. Setelah itu diberi sistem kompetisi, yang bertujuan untuk mengetahui kelompok mana yang berjalan seimbang, tepat, cepat dan kompak.</li> <li>11. Guru mengamati sikap berjalan siswa apakah seimbang atau tidak.</li> </ol>	
<b>Kegiatan Penutup</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Selesai melakukan permainan, ajak siswa untuk melakukan pendinginan sebelum kembali ke kelas.</li> <li>2. Guru memberikan penguatan dan kesimpulan.</li> <li>3. Siswa diberikan kesempatan berbicara /bertanya dan menambahkan informasi dari siswa lainnya.</li> <li>4. Guru menyampaikan pesan moral hari ini dengan bijak.</li> <li>5. Setelah selesai berolahraga, ingatkan siswa untuk mengganti pakaian olahraga</li> <li>6. Salam dan do'a penutup</li> </ol> <p><b>Kegiatan bersama Orang tua:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa diminta untuk mengurutkan anggota keluarga</li> </ul>	15 menit

	<p>berdasarkan tinggi badan, mulai dari yang paling tinggi hingga yang paling pendek.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Memberi informasi kepada siswa mengenai asal daerah ayah dan ibunya.</li> </ul>	
--	--	--

#### G. SUMBER DAN MEDIA

1. Buku Pedoman Guru Tema 1 Kelas 1 dan Buku Siswa Tema 1 Kelas 1 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2016).
2. Software Pengajaran kelas 1 SD/MI dari JGC.
3. Video/slide/gambar tentang menelusuri jejak.
4. Cone

#### H. PENILAIAN

Penilaian terhadap proses dan hasil pembelajaran dilakukan oleh guru untuk mengukur tingkat pencapaian kompetensi peserta didik. Hasil penilaian digunakan sebagai bahan penyusunan laporan kemajuan hasil belajar dan memperbaiki proses pembelajaran. Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan dan praktek/unjuk kerja sesuai dengan rubrik penilaian sebagai berikut.

1. Penilaian Sikap: Observasi selama kegiatan berlangsung.

**Contoh lembar observasi sikap :**

Nama : Arora

Kelas/Sem : Kelas I/Sem 1

Pelaksanaan pengamatan: Di luar/di dalam pembelajaran

No	Aspek yang diamati	Tanggal	Catatan guru
1.	Berani	7/01/2016	Berani menelusuri jejak tanpa takut terjatuh.
2.	Percaya diri	7/01/2016	Berjalan dengan seimbang.
3.			

2. Penilaian Keterampilan

Kriteria	 Sangat Baik 4	 Baik 3	 Cukup 2	 Perlu Pendampingan 1
1. Mempraktikkan sikap berjalan lentur dan seimbang	Melakukan gerakan tanpa intervensi guru	Melakukan gerakan dengan intervensi minimal	Gerakan kurang seimbang dan perlu intervensi yang cukup	Belum mampu melakukan gerakan dengan seimbang

**Centang (✓) sesuai kriteria**

- Kriteria penilaian masing-masing memiliki poin 25 di setiap bobot angka. Jika bobotnya 4, maka skornya adalah  $4 \times 25 = 100$ , dan seterusnya

a. Mempraktikkan sikap berjalan lentur dan seimbang

No.	Nama Siswa	Melakukan gerakan tanpa intervensi guru	Melakukan gerakan dengan intervensi minimal	Gerakan kurang seimbang dan perlu intervensi yang cukup	Belum mampu melakukan gerakan dengan seimbang	Predikat
1.	Dayu	✓	-	-	-	Sangat Baik
2.	Udin	-	✓	-	-	Baik
3.	...					

**Catatan Guru**

1. Masalah :.....
2. Ide Baru :.....
3. Momen Spesial :.....

Keprek, 29 September 2017

Mengetahui

Guru PJOK SD N Keprek

Mahasiswa

Sriningsih, A. Ma.Pd.

Eka Lisa fitriana

NIP : 19641129 198403 2 002

NIM : 14604221040

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
( RPP )**

Satuan Pendidikan : SD N KEPEK  
Kelas/Semester : 1 (satu)/1 (satu)  
Tema : 4. Keluargaku  
Sub Tema : 2. Kegiatan Keluargaku  
Pembelajaran : 2. Berlari lurus satu arah secara estafet (dengan bola tenis )  
4. Berlari lurus satu arah secara estafet (dengan bola tenis )  
Hari / Tanggal : Jumat, 3 November 2017  
Alokasi Waktu : 4x35 menit

**A. Tujuan Pembelajaran**

1. Dengan mengamati contoh yang diberikan oleh guru, siswa dapat menjelaskan prosedur gerakan berlari satu arah dengan tepat.
2. Dengan mengamati contoh yang diberikan oleh guru, siswa dapat mempraktikkan prosedur gerakan berlari satu arah secara berkelompok dengan penuh kerjasama
3. Dengan melakukan berlari di atas garis siswa dapat berlari lurus dengan benar.
4. Dengan melakukan berlari lurus secara berkelompok siswa dapat melatih kekompakkan

**B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi**

KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR
------------------	-----------

3.1	Memahami gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.	3.1.1 3.1.2	Menjelaskan gerak dasar berlari secara lurus dengan melewati garis.  Menjelaskan gerak dasar berlari lurus secara berkelompok dengan melakukan estafet
4.1	Mempraktikkan gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.	4.1.1 4.1.2	Mempraktikkan gerak dasar berlari secara lurus melewati garis.  Mempraktikkan gerak dasar berlari lurus secara berkelompok dengan melakukan estafet

### C. Materi Pembelajaran

1. Berlari lurus melewati garis
2. Berlari lurus secara berkelompok dengan estafet

### D. Model dan Pendekatan Pembelajaran

1. Model : Klasikal

### E. Metode Pembelajaran

Permainan, Penugasan, Tanya Jawab, Diskusi, Ceramah

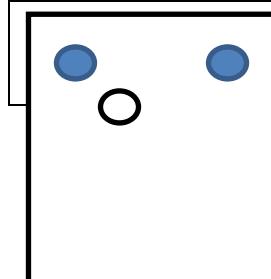
### F. Media Pembelajaran

1. Cone
2. Lapangan / halaman/ GOR
3. Bola tenis

### G. Sumber Belajar

1. Dari anak
2. Lingkungan keluarga dan lingkungan sekolah
3. Buku Pedoman Guru  
Yusfina Hendrifiana, dkk. 2017. *Tematik Terpadu Kurikulum 2013 untuk SD/MI Kelas 1 (Tema 4. Keluargaku)*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
4. Buku Peserta Didik  
Yusfina Hendrifiana, dkk. 2017. *Tematik Terpadu Kurikulum 2013 untuk SD/MI Kelas 1 (Tema 4. Keluargaku)*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

### H. Langkah-langkah Pembelajaran:

Gambar	Uraian Kegiatan	Alokasi Waktu
	<b>Pendahuluan</b> 1. Guru mengucapkan salam untuk memulai pembelajaran.	12 menit

	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Guru membuka pelajaran dengan menyapa siswa dan menanyakan kabar mereka.</li> <li>3. Guru memberi tugas kepada salah seorang siswa untuk memimpin doa</li> <li>4. Guru konfirmasi tentang kehadiran siswa</li> <li>5. Guru memberikan motivasi kepada siswa agar semangat mengikuti pembelajaran yang akan dilaksanakan.</li> <li>6. Guru melakukan kegiatan apersepsi berupa pertanyaan terkait dengan materi yang akan diajarkan:             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Apa jenis olahraga yang pernah dilakukan bersama keluarga ?</li> <li>b. Kapan kalian berolahraga dengan anggota keluarga ?</li> </ol> </li> <li>7. Guru menginformasikan tema dan sub tema pembelajaran, tujuan pembelajaran dan manfaat mempelajari materi.</li> <li>8. Guru melakukan kegiatan penyegaran untuk membuat siswa bersemangat dan mengajak siswa bersiap dengan melakukan gerakan pemanasan, yakni permainan menjala ikan :             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Guru mengumpulkan semua siswa menjadi 3 bersaf.</li> <li>b. Guru menunjuk 4 siswa untuk menjadi jala, ( 1 jala terdiri dari 2 siswa ), siswa yang lain bertugas menjadi ikan.</li> <li>c. Guru membatasi lapangan sebesar 2 lapangan bulutangkis.</li> <li>d. Jika ada siswa yang menjadi ikan keluar dari batas lapangan maka langsung bergantian menjadi jala.</li> <li>e. Tugas jala yaitu berusaha menangkap ikan, sedangkan tugas ikan menghindar agar tidak tertangkap oleh jala.</li> <li>f. Jika jala berhasil menangkap ikan, maka siswa yang menjadi jala yang sebelah kanan berubah menjadi ikan dan ikan yang tertangkap bergantian menjadi jala sebelah kiri.</li> </ol> </li> </ol>	
	<p><b>Inti</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru menyapa beberapa siswa untuk menanyakan keadaannya.</li> <li>2. Peserta didik dikumpulkan menjadi 3 saf seperti waktu awal untuk di beri penjelasan untuk melakukan materi yang akan diajarkan yaitu :</li> </ol> <p><b>a. Berlari lurus secara individu</b>          Siswa secara bergantian berlari dari titik a ke titik b dan kembali ke titik a.          Prosedur dalam berlari satu arah:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Posisi badan agak condong ke depan</li> <li>- Pandangan mata ke depan</li> <li>- Berlari dengan koordinasi gerakan tangan dan kaki sesuai.</li> </ul>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arah berlari lurus (tidak menyamping) menuju satu arah.</li> </ul> <p><b>b. Berlari lurus satu arah secara estafet</b></p> <p>Siswa secara berkelompok berkompetisi berlari estafet</p> <p>Cara melakukan :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bagi siswa menjadi 4 kelompok ( a, b, c, d )</li> <li>- Lakukan berlari lurus secara estafet menggunakan bola tenis.</li> <li>- Orang pertama berlari lurus dari titik a ke b dan kembali ke titik a.</li> <li>- Sampai di titik a, siswa pertama menyerahkan bola kepada siswa yang ada di barisan kedua. Siswa pertama menuju barisan paling belakang. Selanjutnya siswa yang kedua melakukan hal yang sama.</li> <li>- Lakukan sampai orang terakhir</li> </ul>	
	<p><b>Penutup</b></p> <p><b>Pendinginan :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan permainan ular naga : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tunjuk 2 siswa untuk menjadi perangkap</li> <li>- Siswa yang lain baris menjadi satu kemudian berlari di bawah tangan orang yang menjadi perangkap dan bernyanyi ular naga</li> <li>- Siswa yang terperangkap diberi 2 pilihan untuk berdiri dibelakang siswa yang menjadi perangkap.</li> </ul> </li> <li>2. Peserta didik dengan bimbingan guru menyimpulkan materi pelajaran dan bercerita tentang pengalaman peserta didik dalam pembelajaran.</li> <li>3. Guru mengadakan refleksi untuk mengingat kembali materi dan hal-hal penting dalam pembelajaran yang baru saja dilaksanakan.</li> <li>4. Guru menginformasikan tugas lanjutan kepada peserta didik berupa tugas untuk belajar lagi di rumah dan mengulang gerakan yang telah di pelajari saat pembelajaran.</li> <li>5. Guru memotivasi peserta didik untuk mempersiapkan materi pembelajaran selanjutnya.</li> <li>6. Guru menugaskan salah satu peserta didik untuk memimpin berdo'a.</li> <li>7. Guru mengucapkan salam untuk mengakhiri pembelajaran.</li> </ol>	8 menit

### I. Penilaian Hasil Pembelajaran

#### 1. Prosedur penilaian

Penilaian proses

- a. Penilaian Sikap
- b. Penilaian Pengetahuan
- c. Penilaian Ketrampilan

#### 2. Instrumen Penilaian

- a. Penilaian sikap melalui observasi dan pencatatan sikap peserta didik dalam pembelajaran.

b. Penilaian Pengetahuan

1. Olahraga apa yang bisa dilakukan bersama keluarga ?
2. Bagaimana cara berlari dengan benar ?
3. Bagaimana pandangan mata saat berlari ?
4. Bagaimana sikap tangan saat berlari ?

c. Penilaian Ketrampilan

1. Lakukan berlari lurus mengikuti garis !
2. Lakukan berlari lurus dengan pandangan mata kedepan !
3. Lakukan berlari lurus secara berkelompok !
4. Lakukan berlari lurus dengan estafet !

1. Aspek penilaian sikap

No.	Nama Peserta Didik	Aspek				Jumlah Skor	Nilai
		Tanggung jawab	Percaya diri	Kedisiplinan	Kerjasama		
1							
2							
3							
4							
5							

Keterangan skor :

Skor 4 apabila aspek selalu muncul

Skor 3 apabila aspek sering muncul

Skor 2 apabila aspek kadang muncul

Skor 1 apabila aspek pernah muncul

2. Aspek penilaian tes pengetahuan

No.	Nama	Menjawab pertanyaan	Juml	Nilai

	Peserta Didik	Bagaimana cara berlari dengan benar	Olahraga apa yang bisa dilakukan bersama keluarga	Kapan waktu yang tepat untuk berolahraga dengan keluarga	Bagaiman pandangan mata saat berlari	ah Skor	
1							
2							
3							
4							
5							

Keterangan skor :

Skor 4 apabila peserta didik dapat menjawab dengan benar.

Skor 3 apabila peserta didik dapat menjawab dengan sebagian besar benar.

Skor 2 apabila peserta didik dapat menjawab dengan sebagian kecil benar.

Skor 1 apabila peserta didik dapat menjawab dengan bimbingan.

Skor maksimal 16

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor Perolehan}}{16} \times 100$$

### 3. Aspek penilaian berlari lurus

No	Nama peserta didik	Aspek			Jumlah skor	Nilai
		Gerakan kaki	Gerakan lengan	Pandangan mata		
1						
2						
3						
4						
5						

Keterangan skor :

Aspek ke-1 dan ke-3

1= apabila siswa pernah melakukan.

2= Apabila siswa dapat melakukan dengan benar.

3= Apabila siswa dapat melakukan gerakan dengan benar dan sesuai perintah.

Skor maksimal 9

$$\text{Nilai} = \frac{\text{SkorPerolehan}}{9} \times 100$$

**Mengetahui,**  
**Guru Pamong SD N Kepek**

**Kepek, 3 November 2017**  
**Mahasiswa**

( SRIKNINGSIH , A.Ma.Pd )  
NIP : 19610525 198201 1 003

( EKA LISA FITRIANA )  
NIM : 14604221040

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
( RPP )**

<b>Nama Sekolah</b>	<b>: SD N KEPEK</b>
<b>Mata Pelajaran</b>	<b>: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan</b>
<b>Kelas/Semester</b>	<b>: 2( dua )/ I (Satu )</b>
<b>Pertemuan ke</b>	<b>: 6 (enam )</b>
<b>Alokasi Waktu</b>	<b>: 4 x 35 Menit</b>

**Standar Kompetensi** : 2. Mempraktikkan latihan dasar kebugaran jasmani dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

**Kompetensi Dasar** : 2.2 Mempraktikkan berbagai aktivitas untuk melatih keseimbangan statis dan dinamis, serta nilai disiplin dan estetika.

**Indikator :**

- a. Membiasakan bergerak dengan benar
- b. Melakukan gerakan berjalan tegak
- c. Melakukan gerakan duduk yang benar
- d. Melakukan gerakan berdiri tegak
- e. Melakukan gerakan berdiri dalam keadaan istirahat

---

**I Tujuan Pembelajaran :**

- a. Siswa dapat membiasakan bergerak dengan benar
- b. Siswa dapat melakukan gerakan berjalan tegak
- c. Siswa dapat melakukan gerakan duduk yang benar
- d. Siswa dapat melakukan gerakan berdiri tegak

- 
- e. Siswa dapat melakukan gerakan berdiri dalam keadaan istirahat
- f. Siswa dapat melakukan latihan keseimbangan
- 

**II. Materi Ajar (Materi Pokok):**

- Latihan keseimbangan

---

❖ **Karakter siswa yang diharapkan : Disiplin ( *Discipline* )**

Tanggung jawab ( *responsibility* )

Kerja sama ( *Cooperation* )

Percaya diri ( *Confidence* )

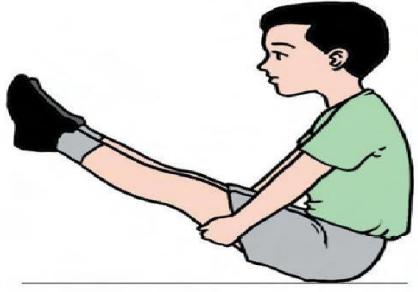
Keberanian ( *Bravery* )

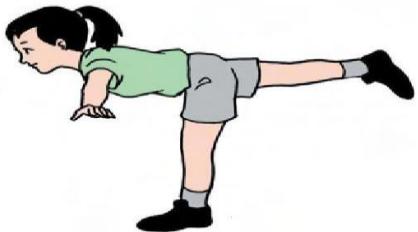
**III Metode Pembelajaran:**

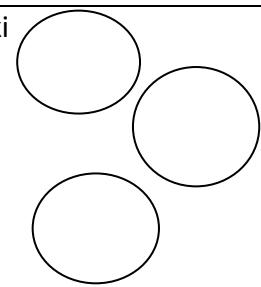
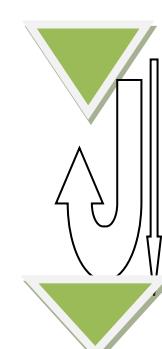
- Ceramah
- Demonstrasi
- Praktek

**IV. Langkah-langkah Pembelajaran :**

No	Kegiatan pembelajaran	Gambar	Alokasi waktu
1.	<b>Kegiatan awal</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Siswa diminta untuk baris 2 shaf</li> <li>b. Berdoa terlebih dahulu kemudian berhitung, presensi dan pemanasan Statis dan Dinamis</li> <li>c. Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran</li> </ul>	 	

2.	<p><b>Kegiatan inti</b></p> <p><b>a. Eksplorasi</b></p> <p>Dalam kegiatan eksplorasi, guru:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☞ Siswa diminta baris 3 shaf</li> <li>☞ Siswa dapat melakukan latihan keseimbangan</li> <li>☞ Melakukan gerakan keseimbangan dengan posisi badan dalam berbaring depan dan belakang</li> <li>☞ Melakukan gerakan keseimbangan duduk membentuk huruf V</li> <li>☞ Melakukan gerakan keseimbangan berdiri dengan berbagai variasi, membuat sikap kapal terbang, menekuk lutut ke depan atau belakang</li> <li>☞ Melakukan gerakan keseimbangan dengan berjalan, berjalan meniti balok titian, berjalan dengan ujung kaki, tumit, dan berjalan di atas garis</li> <li>☞ melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran; dan</li> <li>☞ memfasilitasi peserta</li> </ul>	<p><b>▼ bergerak dengan benar</b></p> <p>ayo duduk duduk yang baik tubuh selalu tegak</p>  <p><i>perjasaokes sd/mi kelas II 41</i></p>  <p><b>▼ latihan keseimbangan</b></p> <p>ayo berdiri berdiri satu kaki tangan direntangkan kaki ditekuk satu bertahanlah sebentar bergantian kaki</p>  <p><i>38 latihan dasar kebugaran jasmani</i></p>	

	<p>didik melakukan percobaan di lapangan.</p>	  	
	<p><b>b. Elaborasi</b></p> <p>Dalam kegiatan elaborasi, guru:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☞ Siswa dibagi menjadi 3 kelompok</li> <li>☞ Permainan ini dibuat secara kompetisi</li> <li>☞ Pertama perkelompok baris berbanjar kebelakang</li> <li>☞ Selanjutnya orang pertama melakukan gerakan pertama dengan lompat jingkat yang melewati kunci secara menyilang atau zig zag</li> <li>☞ Gerakan kedua siswa diminta lompat melewati simpai</li> </ul>	 <p>Lompat jingkat</p>    	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ Gerakan ketiga siswa diminta membuat formasi kapal terbang dengan tumpuan kaki secara bergantian</li> <li>➢ Gerakan ke empat siswa diminta jalan jinjit melewati garis atau rafia</li> <li>➢ Siswa kembali lagi dengan melakukan gerakan yang sama</li> <li>➢ Setelah selesai melakukan siswa bergantian dan berpindah posisi di belakang</li> <li>➢ Dan kelompok yang menyelesaikan terlebih dahulu itulah yang menjadi pemenang dan mendapat poin 2</li> </ul> <p><b>c. Konfirmasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa diminta baris 2 shaf</li> <li>- Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa</li> <li>- Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan</li> </ul>	<p>Lompat kaki satu</p>  <p>Sikap kapal terbang</p>  <p>Jalan jinjit</p>   	
3.	<p><b>Kegiatan penutup</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa diminta baris 2 shaf</li> <li>- Kemudian melakukan pendinginan</li> <li>- Setelah pendinginan selesai guru memberi tugas-tugas, evaluasi, dan proses pembelajaran</li> <li>- Berhitung, berdoa dan bubar</li> </ul>	 	

## V Alat dan Sumber Belajar:

- Buku Penjaskes kls. 2
- Pluit
- Simpai / rintangan
- Cone
- Rafia
- Balok titian

## VI. Penilaian:

*Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran*

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan latihan keseimbangan dalam berbaring</li> <li>• Melakukan Latihan keseimbangan duduk</li> <li>• Melakukan latihan keseimbangan dalam berdiri</li> <li>• Melakukan latihan keseimbangan sambil berjalan</li> </ul>	Non Tes	Tes Keterampilan /Perbuatan Soal Praktek	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peragakan latihan keseimbangan dalam berbaring</li> <li>• Peragakan Latihan keseimbangan duduk</li> <li>• Peragakan latihan keseimbangan dalam berdiri</li> <li>• Peragakan latihan keseimbangan sambil berjalan</li> </ul>

### FORMAT KRITERIA PENILAIAN

#### PRODUK (HASIL DISKUSI)

No.	Aspek	Kriteria	Skor
1.	Konsep	* semua benar * sebagian besar benar * sebagian kecil benar * semua salah	4 3 2 1

#### PERFORMANSI

No.	Aspek	Kriteria	Skor
1.	Pengetahuan	* Pengetahuan * kadang-kadang Pengetahuan * tidak Pengetahuan	4 2 1

	2.	Praktek	* aktif Praktek * kadang-kadang aktif * tidak aktif	4 2 1	
	3.	Sikap	* Sikap * kadang-kadang Sikap * tidak Sikap	4 2 1	

**LEMBAR PENILAIAN**

No	Nama Siswa	Performan			Produk	Jumlah Skor	Nilai
		Pengetahuan	Praktek	Sikap			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							

Mengetahui,  
**Guru Pamong SD N Kepek**

**Kepek, 5 September 2017**  
**Mahasiswa**

( SRININGSIH , A.Ma.Pd )  
**NIP : 19610525 198201 1 003**

( EKA LISA FITRIANA )  
**NIM : 14604221040**

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
( RPP )**

<b>Nama Sekolah</b>	<b>: SD N KEPEK</b>
<b>Mata Pelajaran</b>	<b>: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan</b>
<b>Kelas/Semester</b>	<b>: 3 ( Tiga )/ I (Satu )</b>
<b>Pertemuan ke</b>	<b>: 7 ( tujuh )</b>
<b>Alokasi Waktu</b>	<b>: 4 x 35 Menit</b>

**Standar Kompetensi** : 3. Mempraktikkan gerak senam lantai, senam ketangkasan dasar dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

---

**Kompetensi Dasar** : 3.1 Mempraktikkan keseimbangan dalam bentuk senam lantai dasar, serta nilai keselamatan, disiplin dan keberanian

**Indikator :**

- a. Keseimbangan bertumpu pada kaki kiri (bergantian)
  - b. Keseimbangan variasi belakang
  - c. Gerak dasar keseimbangan
  - d. Gerakan keseimbangan kapal terbang
  - e. Gerakan keseimbangan sikap lilin
-

---

**I Tujuan Pembelajaran :**

- a. Siswa dapat melakukan keseimbangan bertumpu pada satu kaki kiri (bergantian)
  - b. Siswa dapat melakukan keseimbangan variasi belakang
  - c. Siswa dapat melakukan keseimbangan kapal terbang
  - d. Siswa dapat melakukan keseimbangan sikap lilin
  - e. Siswa dapat melakukan gerakan senam lantai
  - f. Siswa dapat mengetahui gerakan-gerakan senam lantai
  - g. Melatih kekuatan
- 

**II. Materi Ajar (Materi Pokok):**

- Latihan senam lantai dalam bentuk keseimbangan
- 

**❖ Karakter siswa yang diharapkan : Disiplin ( *Discipline* )**

Tanggung jawab ( *responsibility* )

Kerja sama ( *Cooperation* )

Percaya diri ( *Confidence* )

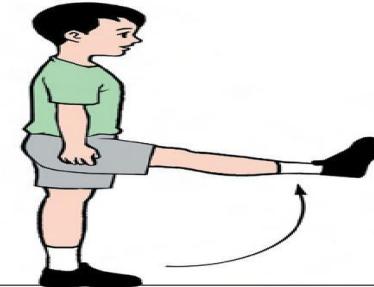
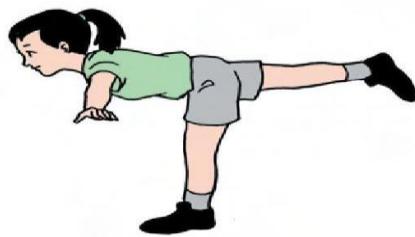
Keberanian ( *Bravery* )

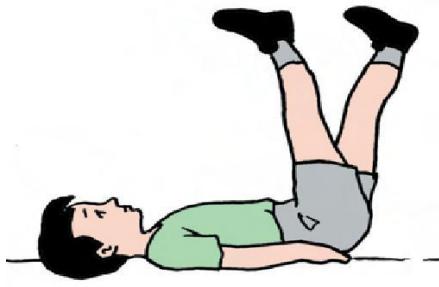
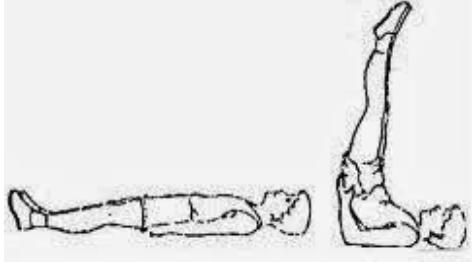
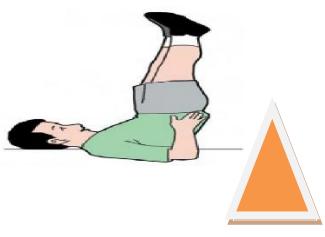
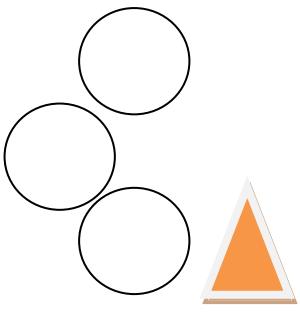
**III Metode Pembelajaran:**

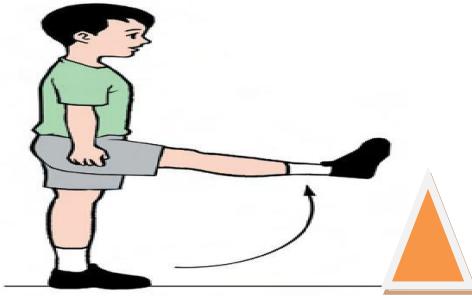
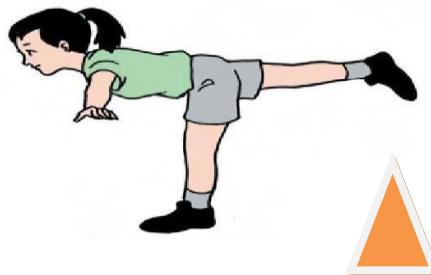
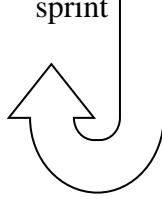
- Ceramah
- Demonstrasi
- Praktek

**IV. Langkah-langkah Pembelajaran :**

No	Kegiatan pembelajaran	Gambar	Alokasi waktu
1.	<b>Kegiatan awal</b> <ol style="list-style-type: none"><li>a. Siswa diminta untuk baris 2 shaf</li><li>b. Berdoa terlebih dahulu kemudian berhitung, presensi dan pemanasan Statis dan Dinamis</li><li>c. Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran</li></ol>	 	

2.	<p><b>Kegiatan inti</b></p> <p><b>a. Eksplorasi</b></p> <p>Dalam kegiatan eksplorasi, guru:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☞ Siswa diminta baris 3 shaf</li> <li>☞ Siswa dapat melakukan latihan keseimbangan</li> <li>☞ Melakukan gerakan keseimbangan berdiri dengan berbagai variasi, berdiri kaki satu lurus dan kaki satu diangkat lurus kebelakang dan lurus kedepan secara bergantian, membuat sikap kapal terbang, menekuk lutut ke depan atau belakang dan sikap lilin</li> <li>☞ melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran; dan</li> <li>☞ memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di lapangan.</li> </ul>	<p><b>▼ latihan keseimbangan</b></p> <p>ayo berdiri berdiri satu kaki tangan direntangkan kaki ditekuk satu bertahanlah sebentar bergantian kaki</p> <p>berdiri satu kaki kaki lurus ke depan</p>  <p>38 latihan dasar keseimbangan pokok</p>   

		  
	<p><b>b. Elaborasi</b></p> <p>Dalam kegiatan elaborasi, guru:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☞ Siswa dibagi menjadi 3 kelompok</li> <li>☞ Permainan ini dibuat secara kompetisi</li> <li>☞ Pertama perkelompok baris berbanjar kebelakang</li> <li>☞ Pertama siswa diminta untuk sikap lilin dengan hitungan <math>2 \times 8</math></li> <li>☞ Kedua dilanjukan dengan lompat jingkat</li> <li>☞ Ketiga berdiri kaki satu dengan mengangkat satu kaki lurus kedepan secara bergantian</li> <li>☞ Keempat melakukan gerakan pesawat</li> </ul>	<p>a. Sikap lilin dihitung <math>2 \times 8</math></p>  <p>b. jingkat / engkleng</p>  <p>c. Berdiri kaki satu dengan mengangkat satu kaki lurus kedepan bergantian</p>

	<p>terbang secara bergantian</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☞ Dan kelima setelah selesai melakukan siswa lari sprint untuk kembali kekelompok masing secara bergantian dan berpindah posisi di belakang</li> <li>☞ Dan kelompok yang menyelesaikan terlebih dahulu itulah yang menjadi pemenang dan mendapat poin 2</li> </ul> <p><b>c. Konfirmasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa diminta baris 2 shaf</li> <li>- Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa</li> <li>- Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan</li> </ul>	 <p>d. Sikap kapal terbang bergantian</p>  <p>e. Kembali kebarisan kelompok dengan lari sprint</p>   
--	---	---

<b>3.</b> <b>Kegiatan penutup</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa diminta baris 2 shaf</li> <li>- Kemudian melakukan pendinginan</li> <li>- Setelah pendinginan selesai guru memberi tugas-tugas, evaluasi, dan proses pembelajaran</li> <li>- Berhitung , berdoa dan bubar</li> </ul>		
---	--	--

<b>V Alat dan Sumber Belajar:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Buku Penjaskes kls. 3</li> <li>• Poa</li> <li>• Cone dan simpai</li> <li>• Pluit</li> </ul>
--

#### VI Penilaian:

*Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran*

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan keseimbangan bertumpu pada satu kaki kiri (bergantian)</li> <li>• Melakukan keseimbangan variasi belakang</li> <li>• Melakukan gerak dasar keseimbangan</li> <li>• Melakukan gerakan keseimbangan kapal terbang</li> <li>• Melakukan gerakan sikap lilin</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pemberian tugas (perorangan)</li> </ul>	<p>Tes Praktek</p> <p>Tes praktek</p> <p>Tes praktek</p> <p>Tes praktek</p> <p>Tes praktek</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lakukanlah gerakan kaki tekuk bersila bergantian, masing-masing 5 detik</li> <li>• Lakukanlah gerakan keseimbangan dengan variasi belakang dengan benar</li> <li>• Lakukan gerakan mengangkat satu kaki</li> <li>• Lakukan gerakan keseimbangan kapal terbang</li> <li>• lakukan gerakan sikap lilin</li> </ul>

#### FORMAT KRITERIA PENILAIAN



**PRODUK ( HASIL DISKUSI )**

No.	Aspek	Kriteria	Skor
1.	Konsep	* semua benar * sebagian besar benar * sebagian kecil benar * semua salah	4 3 2 1



**PERFORMANSI**

No.	Aspek	Kriteria	Skor
1.	Pengetahuan	* Pengetahuan * kadang-kadang Pengetahuan * tidak Pengetahuan	4 2 1
2.	Praktek	* aktif Praktek * kadang-kadang aktif * tidak aktif	4 2 1
3.	Sikap	* Sikap * kadang-kadang Sikap * tidak Sikap	4 2 1

**LEMBAR PENILAIAN**

No	Nama Siswa	Performan			Produk	Jumlah Skor	Nilai
		Pengetahuan	Praktek	Sikap			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							

Mengetahui,

Guru Pamong SD N Kepek

Kepek , 18 Oktober 2017

Mahasiswa

( SRININGSIH, A. Ma. Pd. )

NIP : 19641129 198403 2 002

(EKA LISA FITRIANA )

NIM : 14604221040

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

**Sekolah**

: SD N KEPEK

**Mata Pelajaran**

: Pendikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

**Kelas/ Semester**

: III (tiga)/ I (gasal)

**Alokasi Waktu**

: 4 x 35 menit

**Hari, Tanggal**

: Rabu, 08 November 2016

### **Standar Kompetensi**

- 4. Mempraktikkan gerak dasar melalui aktivitas ritmik dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya**

### **Kompetensi Dasar**

- 4.1 Mempraktikkan gerak dasar mengayun dan menekuk lutut dalam aktivitas ritmik sederhana tanpa musik, serta nilai percaya diri dan disiplin.**

#### **A. Indikator**

1. Melakukan gerak dasar mengayun lengan
2. Melakukan gerak dasar menekuk lutut
3. Melakukan gerak dasar memindahkan badan
4. Melakukan gerak kombinasi mengayun dan menekuk lutut

#### **B. Tujuan Pembelajaran**

1. Siswa dapat melakukan gerak dasar mengayun lengan dengan baik
2. Siswa dapat melakukan gerak dasar menekuk lutut dengan baik
3. Siswa dapat melakukan gerak dasar memindahkan badan dengan baik
4. Siswa dapat melakukan gerak kombinasi mengayun dan menekuk lutut

#### **C. Materi Pembelajaran**

Mengayun dan menekuk lutut dalam aktivitas ritmik sederhana tanpa musik

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

Metode Komado, Ceramah, Demonstrasi, dan Latihan

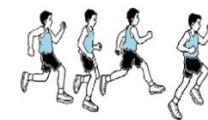
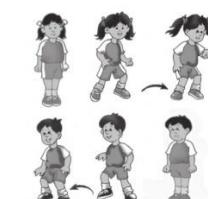
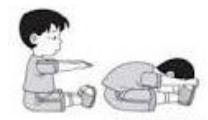
## E. Media Pembelajaran

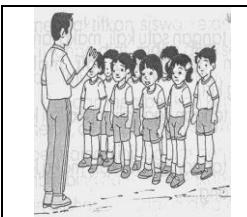
1. Media: Gambar Gerakan Mengayun dan Menekuk Lutut.
2. Alat: Kun

## F. Langkah-Langkah Pembelajaran

Gambar	Kegiatan Pembelajaran	Alokasi Waktu
     	<p>A. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru membariskan siswa menjadi 2 shaf.</li> <li>2. Guru menyuruh siswa untuk berhitung.</li> <li>3. Guru memimpin berdo'a sesuai keyakinan dan kepercayaan masing-masing.</li> <li>4. Guru mempresensi siswa.</li> <li>5. Guru menyampaikan materi yang akan disampaikan yaitu gerak dasar mengayun dan menekuk lutut.</li> <li>6. Guru menyuruh siswa untuk berlari keliling lapangan</li> <li>7. menyuruh siswa untuk melakukan pemanasan:</li> </ol> <p>a. Peregangan statis:</p> <p>Kepala didorong menghadap ke atas, bawah, kiri, dan kanan. Tangan Tarik keatas, ke samping kanan, kiri, kemdian kaki rapat dan tangan menyentuh lantai. Kedua kaki disilangkan, tangan didorong ke bawah. Tangan diulur ke samping dengan tangan lain menahan. Tangan ditekuk kebelakang kepala. Kaki diangkat keatas, kedepan, belakang, dan dilanjut kaki satunya, dst.</p> <p>b. Peregangan dinamis:</p>	20 Menit

	<p>Kedua tangan didepan kemudian lurus kesamping. Tangan kanan diatas, tangan kiri dibawah (samping) ayunkan. Tangan membentuk huruf “S”. Kedua tangan diulur ke bawah dan ke atas, dst</p> <p><b>B. Inti</b></p> <p>Siswa ditarikkan membentuk formasi setengah lingkaran dilanjutkan dengan pembelajaran sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Eksplorasi             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Guru bertanya kepada siswa tentang gerak mengayun dan menekuk lutut.</li> <li>b. Guru berinteraksi dengan siswa tentang gerak mengayun dan menekuk lutut.</li> <li>c. Guru menjelaskan gerak mengayun dan menekuk lutut.</li> </ol> </li> <li>2. Elaborasi             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Siswa melakukan gerakan mengayunkan lengan ke depan, belakang, samping kanan, samping kiri.</li> <li>b. Siswa melakukan gerakan menekuk lutut dengan mencium lutut, lompat jangkit, lompat tanpa awalan.</li> <li>c. Siswa melakukan gerakan memindahkan badan ke arah depan, belakang, kanan, kiri.</li> <li>d. Siswa melakukan gerakan kombinasi mengubah arah dan memindahkan badan dengan aba-aba peluit.</li> </ol> </li> </ol>	
		110 Menit





### 3. Konfirmasi

- Guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya tentang gerak mengayun dan menekuk lutut yang belum dipahami siswa.
- Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalah pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan.

### C. Penutup

- Guru membariskan siswa menjadi 2 shaf dan merentangkan kedua tangan (mengatur jarak)
- Guru memimpin pendinginan dengan pelemasan diperbanyak pada bagian tangan dan kaki
- Guru menyuruh siswa untuk merapat.
- Guru mengevaluasi pembelajaran dan memperbaiki kesalahan yang mungkin terjadi.
- Guru memimpin siswa untuk berhitung, kemudian memimpin do'a dan dibubarkan.

		10 Menit

## G. Penilaian

### 1. Instrumen Penilaian

#### a. Lembar Afektif (Sikap)

No	Perilaku yang diharapkan	Nilai				
		1	2	3	4	5
1.	Berdo'a dengan khusuk dan tertib					
2.	Bersungguh-sungguh melakukan latihan gerakan					
3.	Mentaati dan mengikuti pelajaran dengan baik					
4.	Bertanggung jawab					
TOTAL		20				

#### b. Lembar Kognitif (Pengetahuan)

No	Perilaku yang diharapkan	Nilai				
		1	2	3	4	5
1.	Jelaskan cara mengayunkan lengan?					
2.	Bagaimana posisi lengan saat memutarkan tangan?					
3.	Bagaimana posisi kaki saat mencium lutut?					

4.	Bagaimana badan ketika mengubah arah saat berputar?				
5.	Bagaimana tangan ketika mengubah arah saat berputar?				
6.	Bagaimana kaki ketika mengubah arah saat berputar?				
TOTAL				30	

c. Lembar Psikomotor (Keterampilan)

No	Perilaku yang diharapkan	Nilai				
		5	10	15	20	25
1.	Melakukan gerak dasar mengayun dengan baik					
2.	Melakukan gerak dasar menekuk lutut dengan baik					
TOTAL		50				

Nilai Akhir = Nilai Afektif + Nilai Kognitif + Nilai Psikomotorik
---

Lembar penilaian

No	Nama Siswa	Perilaku			Jumlah Skor
		Afektif	Kognitif	Psikomotorik	
1.					
dst.					

Mengetahui,  
Guru Pamong SD N Keprek

Keprek , 08 November 2017  
Mahasiswa

( SRIINGSIH, A. Ma. Pd. )  
NIP : 19641129 198403 2 002

(EKA LISA FITRIANA )  
NIM : 14604221040

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

**Sekolah : SD N KEPEK**

**Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan**

**Kelas/Semester: IV (Empat) / 1 (Satu)**

**Hari / Tanggal : Rabu , 25 Oktober 2017**

**Materi Pokok : Melempar dan Menangkap dalam permainan Handball**

**Alokasi Waktu : 1 Kali Pertemuan ( 4 x 35 menit )**

### **A. KOMPETENSI INTI**

1. Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
2. Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman dan guru.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati [mendengar, melihat, membaca] dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, sekolah.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas dan logis dan sistematis, dalam karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

### **B. KOMPETENSI DASAR DAN INDIKATOR**

**Muatan :PJOK**

No	Kompetensi Dasar	Indikator
3.2	Memahami variasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, manipulative, sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional	3.2.1 Mengenal permainan hand ball 3.3.1 Menyebutkan macam-macam teknik dasar dalam permainan hand ball
4.2	Mempratikkan variasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, manipulative, sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional	3.3.2 Mampu melakukan variasi gerak dasar melempar dan menangkap 3.3.3 Mempratikkan variasi gerak dasar melempar dan menangkap dengan jarak 4m,6m,8m 3.3.4 Mempratikkan variasi gerak dasar melempar dan menangkap dengan lintasan zig-zag

**C. Tujuan Pembelajaran:**

1. Siswa dapat melakukan variasi gerak dasar melempar menggunakan satu tangan dan dua tangan dengan benar
2. Siswa dapat melakukan variasi gerak dasar menangkap dengan benar
3. Siswa mampu mempratikkan variasi gerak dasar melempar dengan jarak yang 4m,6m,8m.
4. Siswa mampu mempratikkan variasi gerak dasar melempar dan menangkap bola zig zag dengan benar
5. Siswa mampu mempratikkan permainan modifikasi melempar dan menangkap dengan benar

**D. Materi Pembelajaran:**

1. Aktivitas Permainan
2. Modifikasi latihan kekuatan otot bahu dan dada

**E. Metode atau Gaya Mengajar:**

1. Demontrasi
2. Ceramah

**F. Sumber Belajar**

<http://infopenjasorkes.blogspot.com/2015/11/latihan-untuk-meningkatkan-daya-tahan.html>

**G. Media dan bahan Pembelajaran**

1. Alat Pembelajaran
  - a. Cone
  - b. Bola tangan
2. Media Pembelajaran

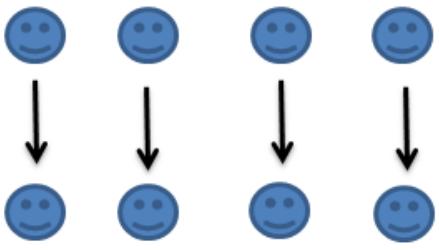
-

**H. Langkah-langkah Pembelajaran:**

Kegiatan	Gambar
<b>Pendahuluan (10 Menit)</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Berbaris, memberi salam, berdoa dan Presensi.</li><li>2. Guru mempertanyakan keadaan dan kondisi kesehatan peserta didik,</li></ol>	

<p>jika ada yang sakit peserta didik bersangkutan tidak perlu mengikuti aktivitas fisik, tapi harus tetap berada di pinggir lapangan olahraga.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini.</li> <li>4. Minta satu/beberapa siswa untuk memimpin pemanasan di depan teman-teman yang lain.</li> <li>5. Siswa melakukan pemanasan dengan tahapan:             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peregangan: mempraktikkan gerakan non lokomotor:                     <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memutar pinggang.</li> <li>• Menekuk badan, tangan, dan kaki.</li> <li>• Memiringkan badan.</li> <li>• Membentang tangan dan kaki.</li> <li>• Memutar badan menghadap ke kiri, ke kanan, dan ke belakang.</li> </ul> </li> </ol> </li> </ol>	 <p>Gambar pada saat pendahuluan.</p>
---	---

### ❖ Kegiatan Inti

Uraian Gerakan	Gambar
<p>Permainan modifikasi variasi gerak dasar lempar dengan uraian sebagai berikut:</p> <p><b>Kegiatan 1</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Siswa di bariskan 2 banjar .saling berhadapan atau berpasangan</li> <li>b. Guru meminta siswa untuk mengatur jarak setiap banjarnya dengan merentangkan kedua tangan.</li> <li>c. Setelah itu siswa melakukan teknik melempar dalam permainan hand ball yaitu siswa melakukan lemparan menggunakan satu tangan :             <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lemparan dari atas bahu (javelin pass)</li> </ol> </li> </ol>	

- |   |  |
|---|--|
| <p>2. Lemparan dari samping badan ( side pass)</p> <p>d. Setelah melakukan lemparan menggunakan satu tangan ,siswa diminta melakukan lemparan dengan menggunakan dua tangan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lemparan dari atas kepala ( over head pass)</li> <li>2. Lemparan dada ( Over chest pass)</li> <li>3. Lemparan dari bawah lengan ( over underhand pass)</li> </ol> <p>e. Kemudian setelah melakukan lemparan siswa diminta melakukan gerak dasar menangkap yaitu</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tangkapan dua tangan dari atas</li> <li>2. Tangkapan dua tangan dari depan</li> </ol> <p>f. Kegiatan dilakukan dengan jarak yang akan ditentukan oleh guru.</p> |  |
|---|--|

**Kegiatan 2 :**

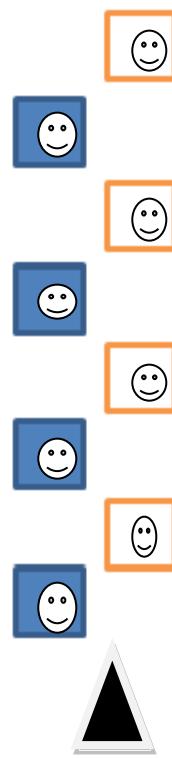
- a. Siswa ditarikkan menjadi 4 kelompok , dan 2 kelompok lainnya saling berhadapan
- b. Permainannya yaitu misal kelompok 1 membawa bola kedepan setelah itu disusul kelompok 2 ke depan tugasnya menghadang hadangi pemain kelompok 1 dengan cara kedua tangan berada di samping kanan kiri .
- c. Setelah itu siswa yang membawa bola melempar ke pemain yang selanjutnya pada kelompok 2 dengan tidak sampai direbut dengan siswa yang menghadang hadangi tadi
- d. Permainan dilakukan tersebut dilakukan secara berulang sampai semua siswa merasakan melempar ,menghadangi hadangi serta menangkap.



**Kegiatan 3**

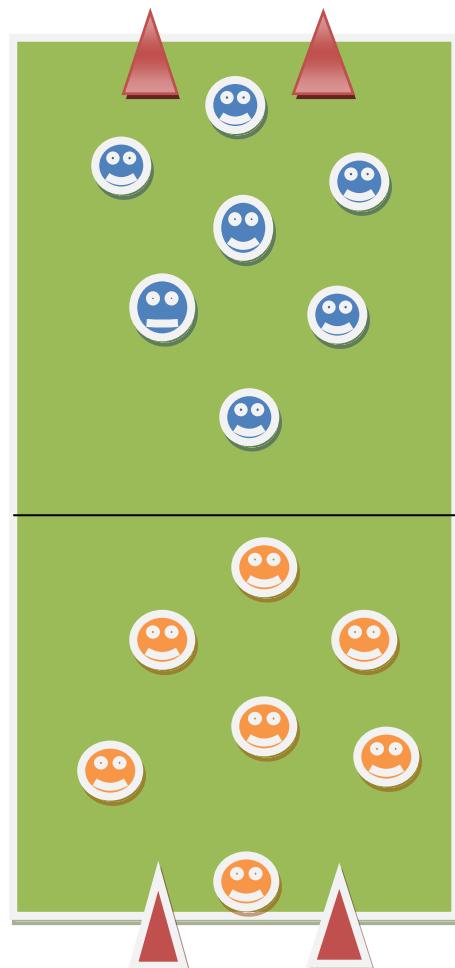
- a. Siswa di bariskan menjadi 4 bershaps saling berhadapan (zig zag ) .dan dibagi menjadi 2 kelompok
- b. Guru meminta siswa untuk mengatur jarak antara banjar dengan meregangkan

- kedua tangan
- Setelah itu siswa melakukan permainan kompetisi yaitu melakukan lemparan dari ketiga diatas dengan teman kelompoknya dengan formasi zig zag .
  - Dan setelah sampai pada teman terakhir siswa yang terakhir harus menembakkan bola tersebut di cone sampai jatuh.
  - Siapa yang paling pertama dan dapat menjatuhkan cone itulah pemenangnya.



**Kegiatan 4:**

- Siswa di bagi menjadi 2 kelompok putra sendiri dan putri sendiri
- Setelah itu siswa melakukan permainan sebenarnya.
- Yang menjadi pemenang adalah kelompok yang banyak mencetak skor ke gawang lawan



❖ Penutup (10 menit)

Kegiatan	Gambar
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pendinginan:           <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Guru membimbing siswa untuk melakukan pendinginan sebagai berikut: Guru menyiapkan atau membariskan siswa menjadi 2 shaf. Guru menjelaskan pendinginan kepada siswa.</li> <li>b. Siswa di bariskan menjadi 2 banjar saling berhadapan . dan guru meminta siswa untuk menggerakkan kedua kakinya kanan kiti serta tangan juga diangkat keatas / dirileks kan .</li> <li>c. Kemudia setelah itu dilakukan guru meminta siswa melecutkan tanganya ke bawah dengan mengeluarkan nafas atau berteriak sekeras kerasnya.</li> </ul> </li> <li>➤ Guru membariskan peserta didik menjadi tiga barisan.</li> <li>➤ Guru mengecek jumlah peserta didik dengan menghitung peserta didik.</li> <li>➤ Guru dan siswa mengoreksi bersama pembelajaran yang sudah dilakukan.</li> <li>➤ Guru menjelaskan kesimpulan pembelajaran yang sudah dilakukan.</li> <li>➤ Guru memberikan instruksi untuk melakukan doa penutup.</li> </ul>	

## I. Penilaian Pembelajaran

### I.1. Penilaian Sikap Spritual

a) Teknik Penilaian

Pengamatan oleh guru

b) Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Lembar pengamatan sikap spiritual

Nama : .....

Kelas : .....

Petugas Pengamatan : .....

1) Petunjuk Penilaian

Berikan tanda cek (v) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

2) Rubrik Penilaian Sikap Spritual

NO	ASPEK PENGAMATAN	SKOR
1.	Berdoa sebelum memulai pembelajaran.	
2.	Mengucapkan rasa syukur atas karunia Tuhan.	
3.	Memberi salam sebelum dan sesudah menyampaikan pendapat/presentasi.	
4	Berdoa setelah selesai pembelajaran	
	<b>JUMLAH SKOR</b>	

c) Pedoman penskoran

1) Penskoran

Skor 4 = Jika semua indikator muncul

Skor 3 = jika hanya 3 indikator yang muncul

Skor 2 = jika hanya 2 idikator yang muncul

Skor 1 = jika hanya 1 atau tidak ada indikator yang muncul/ditunjukan.

2) Pengolahan skor

Skor maksimum = 4

Skor perolehan peserta didik = SP (jumlah skor)

Nilai sikap yang diperoleh peserta didik =  $SP/4 \times 4$

Rentang nilai sikap spiritual:

Nilai ketuntasan kompetensi sikap dituangkan dalam bentuk angka dan predikat, yakni 1,00 – 4,00 untuk angka yang ekivalen dengan predikat Kurang (K), Cukup (C), Baik (B), dan Sangat Baik (A) sebagaimana tertera pada tabel berikut.

NILAI KETUNTASANSIKAP SPIRITUAL	
ANGKA	PREDIKAT
4.00	Sangat Baik (A)
3.00	Baik (B)
2.00	Cukup (C)
1.00	Kurang (K)

## I.2. Penilaian Sikap Sosial

a) Teknik Penilaian

Pengamatan oleh guru

b) Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Lembar pengamatan sikap sosial

Nama : .....

Kelas : .....

Petugas Pengamatan : .....

1) Petunjuk Penilaian

Berikan tanda cek (V) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

2) Rubrik Penilaian Sikap Sosial

NO.	ASPEK	SKOR
1.	<b>Kerja Sama</b>	
	a) Anggota melibatkan diri dan mengambil peran secara aktif dalam kelompok.	
	b) Dapat mengutarakan pendapat dalam satu kelompok	
	c) Tidak mengganggu kelompok lain	
2.	<b>Sportifitas</b>	
	a) Mengikuti aktivitas dengan taat pada peraturan yang berlaku.	
	b) Menghormati sesama teman dan guru dalam melakukan aktivitas.	
	c) Tidak menyalahkan teman yang lain apabila terjadi kesalahan dalam melakukan sesuatu.	
3.	<b>Disiplin</b>	
	a) Hadir tepat waktu.	
	b) Menggunakan pakaian olahraga dengan rapih	

	c) Memakai sepatu pada saat berolahraga	
	d) Mengerjakan tugas yang telah di berikan sebelumnya	
	<b>JUMLAH SKOR</b>	

c) Pedoman Penskoran

1) Penskoran

Skor 4, jika seluruh indikator ditunjukkan oleh teman yang diamati.

Skor 3, jika dua indikator ditunjukkan oleh teman yang diamati.

Skor 2, jika satu indikator ditunjukkan oleh teman yang diamati.

Skor 1, jika tidak ada indikator ditunjukkan oleh teman yang diamati.

2) Pengolahan skor

Skor maksimum = 4

Skor perolehan peserta didik = SP (jumlah skor)

Nilai sikap yang diperoleh peserta didik =  $SP/4 \times 4$

Rentang nilai sikap:

Nilai ketuntasan kompetensi sikap dituangkan dalam bentuk angka dan predikat, yakni 1,00 – 4,00 untuk angka yang ekuivalen dengan predikat Kurang (K), Cukup (C), Baik (B), dan Sangat Baik (A) sebagaimana tertera pada tabel berikut.

<b>NILAI KETUNTASAN SIKAP SOSIAL</b>	
<b>ANGKA</b>	<b>PREDIKAT</b>
4.00	Sangat Baik (A)
3.00	Baik (B)

2.00	Cukup (C)
1.00	Kurang (K)

### I.3 Penilaian Pengetahuan

a) Teknik Penilaian

Ujian tulis

b) Instrumen Penilaian dan Pedoman Penilaian

Soal pilihan ganda

Nama : .....

Kelas : .....

1. Salah satu teknik dasar dalam hand ball adalah ...
  - a. Melempar
  - b. Pasing bawah
  - c. Menendang
  - d. Servis
2. Posisi yang benar pada saat akan menangkap bola .....
  - a. Membungkuk
  - b. Terlentang
  - c. Miring
  - d. Menghadap belakang
3. Posisi tangan jika menerima bola chess pass adalah .....
  - a. Didepan
  - b. Samping
  - c. Belakang
  - d. Atas
4. Lemparan bola dari atas disebut adalah ..
  - a. Chess pass

- b. Over head pass
  - c. Javelin pass
  - d. Side pass
5. Posisi kaki pada saat menengkap bola adalah
- a. Rapat
  - b. Sedikit melebar
  - c. Diangkat keatas
  - d. Atas bawah

### **Kunci Jawaban**

1	A
2	A
3	A
4	B
5	B

c) Pedoman penskoran

a. Penskoran

Skor 3 setiap jawaban benar.

b. Pengolahan skor

Skor maksimum = 15

Skor perolehan peserta didik = SP (jumlah skor)

Nilai sikap yang diperoleh peserta didik:  $SP/15 \times 4$

Rentang nilai pengetahuan:

Nilai ketuntasan kompetensi pengetahuan dan keterampilan dituangkan dalam bentuk angka dan huruf, yakni 1,0 – 4,0 untuk angka yang ekuivalen dengan huruf D sampai dengan A sebagaimana tertera pada tabel berikut.

**NILAI KETUNTASAN PENGETAHUAN**

ANGKA	PREDIKAT
4.00	Sangat Baik (A)
3.00	Baik (B)
2.00	Cukup (C)
1.00	Kurang (K)

#### I.4 Penilaian Keterampilan

a. Lembar pengamatan proses modifikasi latihan kekuatan otot dan bahu

1) Teknik Penilaian

- Mengamati

2) Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Peserta didik diminta untuk melakukan modifikasi latihan kekuatan otot  
dan bahu ..

Nama : .....

Kelas : .....

Petugas Pengamatan: .....

a) Petunjuk Penilaian

Berikan tanda cek (v) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta  
didik menunjukkan atau menampilkan keterampilan gerak yang diharapkan.

b) Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak

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			
<b>JUMLAH SKOR</b>				

C) Pedoman penskoran

➤ Penskoran

- Sikap awalan melakukan gerakan

Indikator Penskoran:

1. Posisi badan membungkuk sedikit
2. Posisi badan seperti rileks
3. Kedua kaki dalam posisi diregangkan

Skor Baik jika : ketiga indikator terpenuhi.

Skor Sedang jika : hanya dua indikator terpenuhi.

Skor Kurang jika : hanya satu indikator terpenuhi.

- Sikap pelaksanaan melakukan gerakan

Indikatot penskoran :

1. Posisi badan siap menerima bola dengan punggung dibungkukan sedikit
2. Tangan terdapat berada di depan
3. Kedua kaki agak diregangkan

Skor Baik jika : ketiga indikator terpenuhi.

Skor Sedang jika : hanya dua indikator terpenuhi.

Skor Kurang jika : hanya satu indikator terpenuhi.

- Sikap akhir melakukan gerakan

Indikatot penskoran :

1. Posisi badan seperti dibungkukkan

2. Posisi badan rileks

3. Pandangan ke depan melihat bola

Skor Baik jika : ketiga indikator terpenuhi.

Skor Sedang jika : hanya dua indikator terpenuhi.

Skor Kurang jika : hanya satu indikator terpenuhi.

d) Pengolahan skor

Skor maksimum: 9

Skor perolehan peserta didik: SP

Nilai keterampilan yang diperoleh peserta didik:  $SP/9 \times 4$

Rentang nilai keterampilan:

Nilai ketuntasan kompetensi pengetahuan dan keterampilan dituangkan dalam bentuk angka dan huruf, yakni 1,0 – 4,0 untuk angka yang ekuivalen dengan huruf D sampai dengan A sebagaimana tertera pada tabel berikut.

NILAI KETUNTASAN PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN	
ANGKA	PREDIKAT
4.00	Sangat Baik (A)
3.00	Baik (B)
2.00	Cukup (C)

1.00	Kurang (K)
------	------------

Mengetahui

Kepek, 25 Oktober 2017

Guru PJOK

Mahasiswa

**Sriningsih, A, Ma. Pd.**

**Eka Lisa Fitriana**

NIP : 19641129 198403 2 002

NIM. 14604221040

### **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

**(RPP)**

**Sekolah** : SD Negeri Kepek

**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

**Kelas/Semester** : 5 (lima)/1 (satu)

**Pertemuan ke** : 6

**Alokasi Waktu** : 4 x 35 menit

**Standar Kompetensi** : 1. Mempraktekkan latihan dasar kebugaran jasmani dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

**Kompetensi Dasar** : 2.2 Mempraktikkan aktivitas untuk kecepatan kualitas gerak yang meningkat serta nilai kerja keras, disiplin, kerjasama dan kejujuran.

**Indikator** : Melakukan gerakan :

- Lari cepat
- Lari bolak-balik

#### **A. Tujuan Pembelajaran**

- a. Siswa dapat melakukan gerakan lari cepat
- b. Siswa dapat melakukan gerakan lari bolak-balik

- ❖ **Karakter siswa yang diharapkan :** Displin ( Discipline)  
 Tanggung jawab (Responsibility)  
 Kerja sama ( Coorperation)  
 Percaya diri ( Confidence)

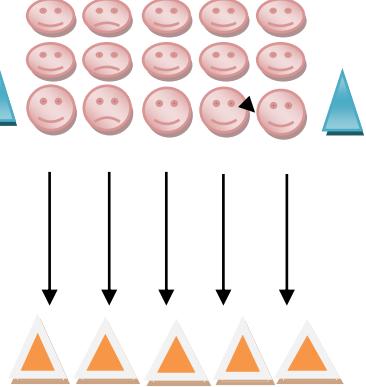
#### B. Materi Pembelajaran

- Kebugaran lari cepat**
- Kebugaran lari bolak-balik**

#### C. Metode Pembelajaran

- Ceramah
- Demontrasi
- Penugasan
- Latihan
- Tanya jawab

#### D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

No	Kegiatan pembelajaran	Gambar	Alokasi waktu
1.	<b>Kegiatan awal</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>Siswa diminta untuk baris 2 shaf</li> <li>Berdoa terlebih dahulu kemudian berhitung, presensi dan pemanasan inti</li> <li>Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran</li> </ol>		
2.	<b>Kegiatan inti</b> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>Eksplorasi</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>LARI CEPAT</b>            Kegiatan pertama            - Siswa diminta untuk baris 3 shaf            - Kemudian siswa diminta untuk lari cepat/sprint dengan jarak 10 meter            - Urutannya dimulai dari barisan pertama            - Setelah melakukan lari siswa kembali kebarisan masing-masing dengan berjalan</li> <li>➤ <b>LARI BOLAK-BALIK</b></li> </ul> </li> </ol>		

	<p>Kegiatan kedua</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa diminta untuk baris 3 shaf</li> <li>- Kemudian siswa diminta lari dari kun 1 ke kun 2 , kun 2 kembali ke kun 1, lalu kun 1 ke kun 3, kun 3 kembali ke kun 1</li> <li>- Dilakukan secara bergantian</li> </ul>	<p>b. Kegiatan kedua lari bolak-balik</p>	
	<p><b>e. Elaborasi</b></p> <p><b>Kegiatan pertama</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa di bagi menjadi 3 kelompok</li> <li>- Kemudian siswa diminta untuk lari sprint dengan jarak 15 meter</li> <li>- Dengan memasukkan bola ke dalam kranjang</li> <li>- Setelah itu siswa berhenti di finish dan menunggu teman yang lain melakukan</li> <li>- Kegiatan ini dimainkan secara kompetisi</li> <li>- Yang menyelesaikan pertama itulah kelompok yang menjadi pemenang</li> </ul> <p><b>Kegiatan kedua</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa dibagi menjadi 3 kelompok</li> <li>- Kemudian siswa diminta lari bolak balik dengan memindahkan bola di kranjang 1 ke kranjang 2</li> <li>- Lakukan secara bergantian</li> <li>- Yang menjadi pemenang yaitu</li> </ul>	<p><b>a. Kegiatan pertama lari cepat dengan variasi</b></p> <p><b>b. kegiatan kedua lari bolak-balik dengan variasi</b></p>	

	<p>kelompok yang paling pertama yang sudah melakukan lari.</p> <p><b>f. Konfirmasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa diminta baris 2 shaf</li> <li>- Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa</li> <li>- Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan</li> </ul>	 	
3.	<p><b>Kegiatan penutup</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa diminta baris 2 shaf</li> <li>- Kemudian melakukan pendinginan</li> <li>- Setelah pendinginan selesai guru memberi tugas-tugas, evaluasi, dan proses pembelajaran</li> <li>- Berhitung, berdoa dan bubar</li> </ul>	 	

#### E. Sumber Belajar

- Buku teks,
- Buku referensi
- Tim Abdi Guru
- Kebugaran (Jasmani)

#### F. Penilaian

Indikator Pencapaian Kompetensi	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen/ Soal
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan gerakan:</li> <li>Lari cepat</li> <li>Lari bolak-balik</li> </ul>	Test perorangan	Test ketrampilan Test praktik	Lakukanlah kekuatan bahu Lakukanlah kekuatan otot dada

		Test demonstrasi	Lakukanlah daya tahan
--	--	------------------	-----------------------

1. Rubrik Penilaian

**RUBRIK PENILAIAN**  
**UNJUK KERJA PERMAINAN LARI CEPAT / SPRINT**

ASPEK YANG DINILAI	KUALITAS GERAK			
	1	2	3	4
1. Lari Cepat 2. Lari bolak – balik				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL				

**FORMAT KRITERIA PENILAIAN**

 **PRODUK (HASIL DISKUSI)**

No.	Aspek	Kriteria	Skor
1.	Konsep	* semua benar * sebagian besar benar * sebagian kecil benar * semua salah	4 3 2 1

 **PERFORMANSI**

No.	Aspek	Kriteria	Skor
1.	Pengetahuan	* Pengetahuan	4
		* kadang-kadang Pengetahuan	2
		* tidak Pengetahuan	1
2.	Praktek	* aktif Praktek	4
		* kadang-kadang aktif	2
		* tidak aktif	1
3.	Sikap	* Sikap	4
		* kadang-kadang Sikap	2
		* tidak Sikap	1

#### LEMBAR PENILAIAN

No	Nama Siswa	Performan			Produk	Jumlah Skor	Nilai
		Pengetahuan	Praktek	Sikap			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							

#### CATATAN :

*Nilai = ( Jumlah skor : jumlah skor maksimal ) X 10.*

 *Untuk siswa yang tidak memenuhi syarat penilaian KKM maka diadakan Remedial.*

Mengetahui

Kepek, 31 Oktober 2017

Guru PJOK

Mahasiswa

**Sriningsih, A, Ma. Pd.**

NIP : 19641129 198403 2 002

**Eka Lisa Fitriana**

NIM. 14604221040

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

**(RPP)**

**Sekolah**

**: SD Negeri Kepek**

<b>Mata Pelajaran</b>	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
<b>Kelas/Semester</b>	: 6 (enam)/1 (satu)
<b>Pertemuan ke</b>	: 2
<b>Alokasi Waktu</b>	: 3 x 35 menit
<b>Standar Kompetensi</b>	: 1. Mempraktikkan berbagai gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya.
<b>Kompetensi Dasar</b>	: 1.2 Mempraktikkan gerak dasar salah satu permainan bola besar dengan koordinasi yang baik dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerja sama, sportivitas dan kejujuran.
<b>Indikator</b>	<p>: a. Memahami sejarah, alat, dan ukuran lapangan bola basket.</p> <p>b. Melakukan gerakan mendrible, melempar bola, memasukan bola ke ring, pivot/bertumpu satu kaki.</p> <p>c. Bermain basket dengan peraturan sederhana.</p>

#### **A. Tujuan Pembelajaran**

- a. Siswa dapat memahami sejarah dan mengenal peralatan basket
- b. siswa dapat melakukan gerakan : mendrible, menembak, pivot dengan benar
- c. siswa dapat bermain basket dengan peraturan sederhana

#### **❖ Karakter siswa yang diharapkan : Displin ( Discipline)**

Tanggung jawab (Responsibility)  
 Kerja sama ( Coorperation)  
 Percaya diri ( Confidence)

#### **B. Materi Pembelajaran**

- Latihan/gerak dasar basket:drible, lemparan, menembak, pivot
- Permainan bola basket

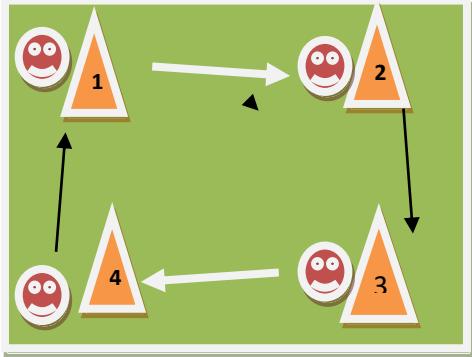
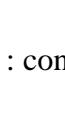
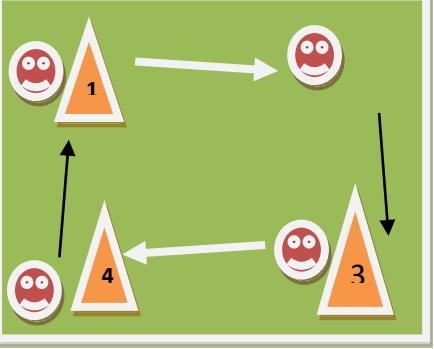
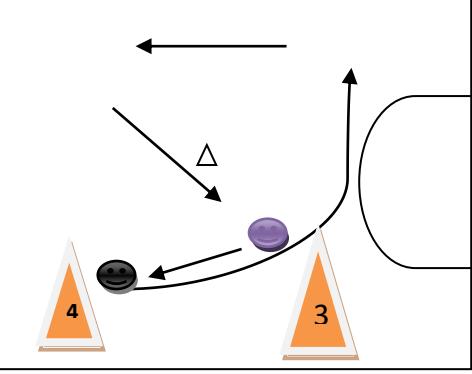
#### **C. Metode Pembelajaran**

- Ceramah
- Demontrasi
- Penugasan

- Latihan
- Tanya jawab

#### D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

No	Kegiatan pembelajaran	Gambar	Alokasi waktu
1.	<p><b>Kegiatan awal</b></p> <p>g. Siswa diminta untuk baris 2 shaf h. Berdoa terlebih dahulu kemudian berhitung, presensi dan pemanasan inti i. Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran</p> <p>Cara bermain :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa diminta untuk hompimpa terlebih dahulu</li> <li>2. Setelah melakukan hompimpa yang kalah menjadi penjaga/ pengejar</li> <li>3. Dan ada satu siswa yang berada diluar barisan sebagai umpan agar penjaga mengejar siswa tersebut</li> <li>4. Siswa diminta membuat beberapa kelompok</li> <li>5. Setelah itu penjaga mengejar siswa yang menjadi umpan. Agar siswa yang menjadi umpan tersebut tidak bias dikejar harus berlari dan menempati di depan barisan.</li> <li>6. Kemudian yang harus bergantian lari, siswa yang berada di barisan paling belakang jika siswa yang menjadi umpan menempati didepan barisan tersebut</li> <li>7. Dan barisan yang paling belakang harus menempati barisan paling depan secara bergantian dan bebas bias menempati dikelompok mana saja.</li> <li>8. Setelah itu siswa yang menjadi umpan tertangkap atau tersentuh maka siswa tersebut bergantian menjadi penjaga/ pengejar</li> <li>9. Jika siswa yang menjadi umpan keluar dari area atau batas yang sudah ditentukan maka siswa tersebut harus menjadi penjaga</li> <li>10. Dan yang menjadi pemenang yaitu siswa yang tidak pernah</li> </ol>		

	menjadi penjaga atau yang jarang menjadi penjaga	
2.	<p><b>Kegiatan inti</b></p> <p><b>g. Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Melempar bola</b></li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa dibagi menjadi 4 kelompok</li> <li>- Setiap kelompok berisi 8 orang atau bisa lebih</li> <li>- Setiap kelompok membuat formasi segiempat yang saling berhadapan.</li> <li>- Kemudian bola pertama dipegang orang 1 lalu saat peluit di mulai bola di passing ke orang 2 , orang 2 mempassing ke orang 3, orang 3 mempassing ke orang 4, orang 4 mempassing ke orang 1 dan begitu seterusnya.</li> <li>- Dilakukan secara bergantian</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Mendrible bola</b></li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa dibagi menjadi 4 kelompok</li> <li>- Setiap kelompok berisi 8 orang atau bisa lebih</li> <li>- Setiap kelompok membuat formasi segiempat yang saling berhadapan.</li> <li>- Kemudian orang 1 membawa bola dan mendrible bola ke orang 2, orang 2 mendrible bola ke orang 3, orang 3 mendrible bola ke orang 4, orang 4 mendrible bola ke orang 1 dan begitu seterusnya sampai peluit selesai dibunyikan.</li> <li>- Dilakukan secara bergantian</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Memasukkan bola ke ring</b></li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa dibagi menjadi 4 kelompok , masing-masing kelompok terdiri dari 8 orang bisa jadi lebih</li> <li>- Kemudian orang 1 mengoper bola ke orang 2, lalu orang 2</li> </ul>	 <p>Keterangan</p>  : siswa  -  : cone  

	<p>mendrible bola melewati cone lalu mengoper bola ke orang 3, orang 3 mengoper ke orang 4, dan orang ke 4 melakukan shooting atau memasukkan bola dalam ring, setalah itu orang 4 berpindah tempat ke orang 1.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dilakukan secara bergantian</li> </ul> <p><b>h. Elaborasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa dibagi menjadi 5 kelompok</li> <li>- Kemudian siswa diminta bermain basket dengan permainan yang di modifikasi</li> <li>- Lalu salah satu siswa ada perwakilan untuk menentukan undian siapa yang menang dan kalah</li> <li>- Setelah mengetahui siapa yang menang dan kalah permainan bisa dimulai</li> </ul> <p><b>i. Konfirmasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa diminta baris 2 shaf</li> <li>- Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa</li> <li>- Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan</li> </ul>	<p>Keterangan :</p>  <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;"></td> <td style="width: 50%;"></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;"></td> <td style="text-align: center;"></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;"></td> <td style="text-align: center;"></td> </tr> </table> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;"></td> <td style="width: 50%;"></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;"></td> <td style="text-align: center;"></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;"></td> <td style="text-align: center;"></td> </tr> </table> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;"></td> <td style="width: 50%;"></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;"></td> <td style="text-align: center;"></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;"></td> <td style="text-align: center;"></td> </tr> </table>																		
3.	<p><b>Kegiatan penutup</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa diminta baris 2 shaf</li> <li>- Kemudian melakukan pendinginan</li> <li>- Setelah pendinginan selesai guru memberi tugas-tugas, evaluasi, dan proses pembelajaran</li> <li>- Berhitung , berdoa dan bubar</li> </ul>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;"></td> <td style="width: 50%;"></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;"></td> <td style="text-align: center;"></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;"></td> <td style="text-align: center;"></td> </tr> </table> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;"></td> <td style="width: 50%;"></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;"></td> <td style="text-align: center;"></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;"></td> <td style="text-align: center;"></td> </tr> </table> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;"></td> <td style="width: 50%;"></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;"></td> <td style="text-align: center;"></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;"></td> <td style="text-align: center;"></td> </tr> </table>																		

#### E. Sumber Belajar dan media pembelajaran

Sumber belajar

- Buku Penjasorkes kls VI

Media dan alat pembelajaran

- Lapangan basket
- Bola basket
- Cone

**F. Penilaian**

Indikator Pencapaian Kompetensi	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrument Soal
1. Memahami sejarah, alat dan ukuran lapangan bola basket. 2. Mendrible bola 3. Melempar bola 4. Memasukan bola ke ring 5. Pivot/bertumpu satu kaki 6. Bermain basket dengan peraturan sederhana	Test (perorangan)	Test ketrampilan	Demonstrasikan gerakan : <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Melempar bola</li> <li>2. Mendrible bola</li> <li>Memasukkan bola ke ring</li> </ul>

1. Rubrik Penilaian

**RUBRIK PENILAIAN**  
**UNJUK KERJA PERMAINAN SEPAK BOLA**

ASPEK YANG DINILAI	KUALITAS GERAK			
	1	2	3	4
1. Mendrible rendah, tinggi dengan satu tangan 2. Melempar dengan dua dan satu tangan 3. Menembak dengan dua dan satu tangan 4. Melakukan pivot 5. Bermain basket dengan peraturan yang dimodifikasi				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL				

**FORMAT KRITERIA PENILAIAN**

**PRODUK (HASIL DISKUSI)**

No	Aspek	Kriteria	Skor
1	Konsep	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Semua benar</li> <li>• Sebagian besar benar</li> <li>• Sebagian kecil benar</li> <li>• Semua salah</li> </ul>	4 3 2 1

## **PERFORMANSI**

No	Aspek	Kriteria	Skor
1	Konsep	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pengetahuan</li> <li>• Kadang-kadang pengetahuan</li> <li>• Tidak pengetahuan</li> </ul>	4 2 1
2	Praktek	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktif praktik</li> <li>• Kadang-kadang aktif</li> <li>• Tidak aktif</li> </ul>	4 2 1
3	Sikap	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sikap</li> <li>• Kadang-kadang sikap</li> <li>• Tidak sikap</li> </ul>	4 2 1

### **LEMBAR PENILAIAN**

No	Nama siswa	Performan			Produk	Jumlah skor	Nilai
		pengetahuan	Praktek	Sikap			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							

### **CATATAN :**

**Nilai = ( jumlah skor : jumlah skor maksimal ) X 10.**

**Untuk siswa yang tidak memenuhi syarat penilaian KKM maka diadakan Remidial.**

**Kepek, 25 September 2017**

**Mengetahui**

**Guru PJOK SD N Kepek**

**Mahasiswa**

**Sriningsih, A. Ma.Pd.**

**Eka Lisa fitriana**

**NIP : 19641129 198403 2 002**

**NIM : 14604221040**





**LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**CATATAN HARIAN PLT**

**TAHUN:2017**

NAMA MAHASISWA : EKA LISA FITRIANA

NAMA SEKOLAH : SD Negeri Keprek

NO. MAHASISWA : 14604221040

ALAMAT SEKOLAH : Keprek, Pengasih, Pengasih, Kulon Progo.

FAK/JUR/PR.STUDI : FIK/POR/ PGSD PENJAS

No.	Hari, tanggal	Pukul	Nama Kegiatan	Hasil Kualitatif/ Kuantitatif	Keterangan/ Paraf DPL
1.	Jumat,15 September 2017	08.00 – 11.00	Penerjungan PLT di SD N Keprek	Kegiatan ini diikuti oleh 5 mhs, 2 guru sebagai perwakilan Kepala Sekolah dan 1 DPL. Penyerahan mhs kepada pihak sekolah oleh DPL dan diterima oleh guru sebagai wakil kepala sekolah secara simbolis.  Kegiatan ini diikuti oleh 5 mhs untuk melakukan observasi di sekolah dengan	

		11.00-14.00	Obsevasi	melihat sarana prasarana penjas yang ada.	
2.	Senin, 18 September 2017	07.00-08.00	Upacara Bendera	Kegiatan ini diikuti oleh 5 mhs dan seluruh warga sekolah yang meliputi kepala sekolah, guru, dan siswa kels 1-6 kegiatan tentang pengenalan mhs PLT.  Kegiatan ini diikuti oleh 5 mhs. Observasi Rpp, Silabus, Prota, Prosem dan pembagian mengajar terbimbing oleh guru PJOK.	
		08.30-14.00	Observasi		
3.	Selasa, 19 September 2017	07.00-09.20	Pendampingan Mengajar	Diikuti 5 mhs, 1 mhs sebagai pengajar, 4 mhs lainnya sebagai pendamping. 1 guru PJOK sebagai guru pamong, Materi yang diberikan gerak dasar permainan sepak bola.  Diikuti oleh 5 mhs. Membahas tentang membat RPP dan Matrik.	

		09.30-14.00	Menyusun RPP dan Matrik		
4.	Rabu, 20 September 2017	07.00-09.20  13.00-14.00	Pendampingan Mengajar  Ekstra OR	<p>Diikuti oleh 5 mhs, 1 mhs sebagai guru, 4 lainnya sebagai pendamping.</p> <p>Diikuti 5 mhs, 2 mhs ekstra catur 3 mhs ekstra basket. Diikuti oleh siswa kelas 4-6.</p>	
5.	Jumat, 22 September 2017	07.00-08.00  08.00-09.20  09.30-11.00	Senam  Pendampingan Mengajar  Membuat jadwal PLT	<p>Diikuti siswa kls 1-6, guru sebanyak 5 dan 5 mhs PLT. Kegiatan senam dilaksanakan secara rutin setiap hari jumat.</p> <p>Diikuti oleh 5 mhs, 1mhs sebagai guru 4 mhs sebagai pendamping. Guru PJOK sebagai pamong.</p> <p>Diikuti 5 mhs, membahas tentang pembuatan jadwal mengajar.</p> <p>Diikuti siswa kls 4-6. Pendamping dan menyeleksi gobak sodor. 1 guru PJOK</p>	

		12.30-14.00	Seleksi Gobak Sodor	sebagai pelatih dan menyeleksi untuk perwakilan kecamatan.	
6.	Senin, 25 September 2017	07.00-08.00  08.00-09.20  10.00-13.30	Upacara Bendera  Pendampingan Mengajar  Kerja Bakti	Kegiatan ini diikuti oleh 5 mhs dan seluruh warga sekolah yang meliputi kepala sekolah, guru, dan siswa kels 1-6 kegiatan ini secara rutin dilaksanakan di hari senin.  Diikuti oleh 5 mhs, 1mhs sebagai guru 4 mhs sebagai pendamping. Guru PJOK sebagai pamong.  Kegiatan diikuti 5 mahasiswa, seluruh guru dan siswa, kegiatan meliputi membersihkan lingkungan sekolah dan pengecatan pagar sekolah. Kegiatan ini dilakukan karena akan ada penyuluhan kesehatan dari dinas terkait.	
7.	Selasa, 26 September	07.00-09.20	Pendampingan Mengajar	Diikuti 5 mhs, 1 mhs sebagai pengajar, 4	

	2017			mhs lainnya sebagai pendamping. 1 guru PJOK sebagai guru pamong, Materi yang diberikan gerak dasar permainan sepak bola.  Diikuti oleh 5 mhs. Membahas tentang membat RPP dan Matrik.	
8.	Rabu, 27 September 2017	07.00-09.20  13.00-14.30	Pendampingan Mengajar  Ekstra OR	Diikuti oleh 5 mhs, 1 mhs sebagai guru, 4 lainnya sebagai pendamping.  Diikuti 5 mhs, 2 mhs ekstra catur 3 mhs ekstra basket. Diikuti oleh siswa kelas 4-6.	
9	Kamis, 28 september 2017	07.00-09.20	Pendampingan Mengajar	Diikuti oleh 5 mhs, 1mhs sebagai guru 4 mhs sebagai pendamping. Guru PJOK sebagai pamong.	
		09.00-12.00	Menyusun catatan harian	Menyusun catatan harian dan lembar penilaian, kegiatan ini diikuti oleh 5 mahasiswa PLT UNY	

		12.00-13.00	Pendampingan lomba	Diikuti 5 mhs, kegiatan ini dilakukan mendampingi siswa dalam lomba ( Agama)	
10	Jumat, 29 September 2017	07.00-09.20	Pendampingan Mengajar	Diikuti oleh 5 mhs, 1mhs sebagai guru 4 mhs sebagai pendamping. Guru PJOK sebagai pamong.	
		13.00-15.30	Ekstra pramuka	Diikuti 5 mhs, kegiatan ini dilakukan mendampingi siswa dalam pengajaran pramuka	
11	Senin, 02 Oktober 2017	07.00-09.20	Pendampingan Mengajar	Diikuti oleh 5 mhs, 1mhs sebagai guru 4 mhs sebagai pendamping. Guru PJOK sebagai pamong.	
		09.30-11.00	Pengarsipan	Diikuti 5 mhs, kegiatan ini dilakukan mengarsipkan buku dan semuanya	
12	Selasa, 03 oktober 2017	07.00-09.20	Pendampingan Mengajar	Diikuti oleh 5 mhs, 1mhs sebagai guru 4 mhs sebagai pendamping. Guru PJOK sebagai pamong.	
		09.00-10.00	Seleksi lomba lari	Diikuti 5 mhs, kegiatan ini dilakukan mendampingi siswa kelas 5 dalam seleksi lomba lari	

13	Rabu, 04 Oktober 2017	07.00-09.20  10.00-11.30	Pendampingan Mengajar  Pendaftaran Lomba Lari	<p>Diikuti oleh 5 mhs, 2 mhs sebagai guru, 3 mhs sebagai pendamping. Guru PJOK sebagai pamong. Mengajar kelas 3 dan 4</p> <p>Diikuti 5 mhs, mendaftarkan 4 nama siswa yang akan mewakili SD Kepek dalam lomba lari marathon di KONI Kulonprogo.</p>	
14	Kamis, 05 Oktober 2017	07.00-09.20  09.30-11.30  13.00-15.00	Pendampingan Mengajar  Revitalisasi Pagar Sekolah  Pramuka	<p>Diikuti oleh 5 mhs, 2 mhs sebagai guru, 3 mhs sebagai pendamping. Guru PJOK sebagai pamong. Mengajar kelas 2</p> <p>Diikuti oleh 5 mhs, mengecat pagar sekolah guna menyambut dokter-dokter yang berkunjung ke SD N Kepek.</p> <p>Diikuti oleh 5 mhs, diikuti kelas 4, 5 dan 6. Hari ini belajar tali temali.</p>	
15	Jumat, 06 Oktober 2017	07.00-08.00	Senam	Mengikuti senam yang selalu dilaksanakan setiap hari jumat. Senam diikuti oleh semua warga sekolah. Senam yang diikuti adalah senam angguk 1 yang dipandu oleh ibu guru olahraga SD Kepek dan siswa perempuan kelas 6.	

		08.00-09.20	Pendampingan Mengajar	Diikuti 5 mahasiswa, 5 guru dan 180 siswa  Diikuti oleh 5 mhs, 2 mhs sebagai guru, 3 mhs sebagai pendamping. Guru PJOK sebagai pamong. Mengajar kelas 1.	
16	Senin, 09 Oktober 2017	08.00-13.00	Pendampingan Lomba Permainan Tradisional	Diikuti oleh 5 mhs, mendampingi siswa SD N Kepek yang mengikuti lomba gobak sodor di alun-alun Wates.	
17	Selasa, 10 Oktober 2017	06.00-10.00	Pendampingan Lomba Lari	Diikuti oleh 5 mahasiswa, dan guru pamng. Mendampingi siswa yang mengikuti lomba lari marathon dalam rangka memperingati hari jadi Kulonprogo	
18	Senin, 16 Oktober 2017	07.00-09.20	Pendampingan mengajar	Diikuti oleh 5 mhs, 1 mhs sebagai guru, 4 mhs sebagai pendamping. Guru PJOK sebagai pamong. Mengajar kelas 6.	
19	Selasa, 17 Oktober 2017	07.00-09.20	Pendampingan mengajar	Diikuti oleh 5 mhs, 1 mhs sebagai guru, 4 mhs sebagai pendamping. Guru PJOK sebagai pamong. Mengajar kelas 5.	

20	Rabu, 18 Oktober 2017	07.00-09.20  12.00-14.30	Pendampingan mengajar  Ekstra OR	Diikuti oleh 5 mhs, 2 mhs sebagai guru, 3 mhs sebagai pendamping. Guru PJOK sebagai pamong. Mengajar kelas 6.  Diikuti 5 mhs, 2 mhs ekstra catur 3 mhs ekstra voli. Diikuti oleh siswa kelas 4-6.	
21.	Kamis/19-10-2017	07.00-09.20	Pendampingan Mengajar	Diikiuti 5 mhs, 1 mhs sebagai pengajar, 4 mhs lainnya sebagai pendamping, 1 guru PJOK sebagai guru pamong.	
22.	Jumat/20-10-2017	07.00-09.20  16.00-19.00	Pendampingan Mengajar  Pendampingan Kemah Hari 1	Diikiuti 5 mhs, 1 mhs sebagai pengajar, 4 mhs lainnya sebagai pendamping, 1 guru PJOK sebagai guru pamong.  Diikuti 5 mhs, Kepala Sekolah, 2 guru, dan 3 Pendamping Pramuka	
23.	Senin/23-10-2017	07.00-08.00	Upacara Bendera	Kegiatan ini diikuti oleh 5 mhs dan seluruh warga sekolah yang meliputi Kepala Sekolah, Guru, dan Siswa-siswi kelas 1-6.	

		08.00-09.20	Pendampingan Mengajar	Diikuti 5 mhs, 1 mhs sebagai pengajar, 4 mhs lainnya sebagai pendamping, 1 guru PJOK sebagai guru pamong.	
24.	Selasa/24-10-2017	07.00-09.20	Pendampingan Mengajar	Diikuti 5 mhs, 1 mhs sebagai pengajar, 4 mhs lainnya sebagai pendamping, 1 guru PJOK sebagai guru pamong.	
25.	Rabu/25-10-2017	07.00-09.20  13.00-15.00	Pendampingan Mengajar  Mengajar Ekstra OR	Diikuti 5 mhs, 1 mhs sebagai pengajar, 4 mhs lainnya sebagai pendamping, 1 guru PJOK sebagai guru pamong.  Diikuti 5 mhs, 2 mhs mengajar catur, 1 mhs mengajar pingpong, 1 mhs mengajar basket, 1 mhs mengajar bulutangkis	
26.	Kamis/26-10-2017	07.00-09.20	Pendampingan Mengajar	Diikuti 5 mhs, 1 mhs sebagai pengajar, 4 mhs lainnya sebagai pendamping, 1 guru PJOK sebagai guru pamong.	
27.	Jumat/27-10-2017	07.00-09.20	Pendampingan Mengajar	Diikuti 5 mhs, 1 mhs sebagai pengajar, 4 mhs lainnya sebagai pendamping, 1 guru PJOK sebagai guru pamong.	
28	Senin/30-10-2017	07.00-08.00	Upacara Bendera	Kegiatan ini diikuti oleh 5 mhs dan seluruh warga sekolah yang meliputi Kepala Sekolah, Guru, dan Siswa-siswi	

		08.00-09.20	Pendampingan Mengajar	kelas 1-6  Diikuti 5 mhs, 1 mhs sebagai pengajar, 4 mhs lainnya sebagai pendamping, 1 guru PJOK sebagai guru pamong.	
29	Selasa/31-10-2017	07.00-09.20	Pendampingan Mengajar	Diikuti 5 mhs, 1 mhs sebagai pengajar, 4 mhs lainnya sebagai pendamping, 1 guru PJOK sebagai guru pamong.	
31	Rabu/01-11-2017	07.00-09.20	Pendampingan Mengajar	Diikuti 5 mhs, 1 mhs sebagai pengajar, 4 mhs lainnya sebagai pendamping, 1 guru PJOK sebagai guru pamong.	
32	Kamis/02-11-2017	07.00-09.20	Pendampingan Mengajar	Diikuti 5 mhs, 1 mhs sebagai pengajar, 4 mhs lainnya sebagai pendamping, 1 guru PJOK sebagai guru pamong.	
33	Jumat/03-11-2017	07.00-07.30	Senam Pagi	Diikuti siswa kls 1-6, guru sebanyak 5 dan 5 mhs PLT. Kegiatan senam dilaksanakan secara rutin setiap hari jumat.  Diikuti 5 mhs, 1 mhs sebagai pengajar, 4 mhs lainnya sebagai pendamping, 1 guru PJOK sebagai guru pamong.	
		07.30-09.20	Pendampingan Mengajar		

		13.00-16.00	Revitalisasi Lapangan Basket	<p>Diikuti 5 mhs, 1 mhs sebagai pengajar, 4 mhs lainnya sebagai pendamping, 1 guru PJOK sebagai guru pamong.</p> <p>Revitalilasi Lapangan Basket diikuti 5 mhs dengan garis lapangan basket</p>	
34	Senin/06-11-2017	07.00-08.00 08.00-09.20	Upacara Pendampingan Mengajar	<p>Kegiatan ini diikuti oleh 5 mhs dan seluruh warga sekolah yang meliputi Kepala Sekolah, Guru, dan Siswa-siswi kelas 1-6</p> <p>Diikuti 5 mhs, 1 mhs sebagai pengajar, 4 mhs lainnya sebagai pendamping, 1 guru PJOK sebagai guru pamong.</p>	
35	Selasa/07-11-2017	07.00-09.20	Pendampingan Mengajar	Diikuti 5 mhs, 1 mhs sebagai pengajar, 4 mhs lainnya sebagai pendamping, 1 guru PJOK sebagai guru pamong.	
36	Rabu/08-11-2017	07.00-09.20	Pendampingan Mengajar	Diikuti 5 mhs, 1 mhs sebagai pengajar, 4 mhs lainnya sebagai pendamping, 1 guru PJOK sebagai guru pamong.	
37	Kamis/09-11-2017	07.00-09.20	Pendampingan Mengajar	Diikuti 5 mhs, 1 mhs sebagai pengajar, 4 mhs lainnya sebagai pendamping, 1 guru PJOK sebagai guru pamong.	
38	Jumat/10-11-2017	07.00-07.30	Senam Pagi	Diikuti siswa kls 1-6, guru sebanyak 5 dan 5 mhs PLT. Kegiatan senam	

		07.30-09.20	Pendampingan Mengajar	dilaksanakan secara rutin setiap hari jumat.  Diikuti 5 mhs, 1 mhs sebagai pengajar, 4 mhs lainnya sebagai pendamping, 1 guru PJOK sebagai guru pamong	
39	Senin/13-11-2017	07.00-08.00  09.00-12.00	Upacara  Pembuatan Mading	Kegiatan ini diikuti oleh 5 mhs dan seluruh warga sekolah yang meliputi Kepala Sekolah, Guru, dan Siswa-siswi kelas 1-6.  Dilakukan oleh 5 mhs. Kegiatan ini meliputi pembelian bahan dan pembuatan mading sekolah	
40	Selasa/14-11-2017	08.00-12.00  13.00-16.00	Menyiapkan Ruangan Tempat Perpisahan  Pembuatan permainan Tradisional engklek	Diikuti 5 mhs. Kegiatan meliputi penataan meja dan kursi serta membersihkan ruangan perpustakaan  Diikuti 5 mhs. Kegiatan meliputi pembuatan garis permainan tradisional engklek	
41	Rabu/15-11-2017	09.00-11.00	Penarikan dan Perpisahan PLT	Diikuti 5 mhs, DPL,dan 9 Guru. Kegiatan meliputi penarikan sekaligus perpisahan dengan penyerahan kenang-kenangan ke pihak sekolah	

## **Lampiran Rekapitulasi Biaya atau Dana PLT SD Negeri Kepek**



**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**TAHUN 2017**

**Nama Lokasi** : SD Negeri Kepek  
**Alamat Lokasi** : Kepek, Pengasih, Pengasih, Kulon Progo  
**Nama Mahasiswa** : Eka Lisa Fitriana  
**Dosen Pembimbing** : F. Suharjana

No	Nama	Hasil kuantitatif/kualitatif	Serapan Dana (dalam Rupiah)					Jumlah
			Swada ya Masyara kat	Mahasiswa	Sekolah	UNY	Sponsor	

INDIVIDU								
1.	Praktik mengajar terbimbing kelas 5	Print RPP	-	Rp 7.000,00	-	-	-	Rp 7.000,00
2.	Praktik mengajar kelas 6	Print RPP	-	Rp 6.000,00	-	-	-	Rp 6.000,00
3.	Praktik mengajar kelas 1	Print RPP	-	Rp 7.000,00	-	-	-	Rp 7.000,00
4.	Praktik mengajar kelas 2	Print RPP	-	Rp 5.000,00	-	-	-	Rp 5.000,00
5.	Praktik mengajar kelas 3	Print RPP	-	Rp 5.000,00	-	-	-	Rp 5.000,00

6.	Praktik mengajar kelas 4	Print RPP	-	Rp 7.000,00	-	-	-	Rp 7.000,00
7.	Praktik mengajar kelas 5	Print RPP	-	Rp 6.000,00	-	-	-	Rp 6.000,00
8.	Praktik mengajar kelas 1	Print RPP	-	Rp 7.000,00	-	-	-	Rp 7.000,00
9.	Praktik mengajar kelas 3	Print RPP	-	Rp 5.000,00	-	-	-	Rp 5.000,00
<b>TOTAL</b>			-	Rp 55.000,00	-	-	-	Rp 55.000,00
<b>KELOMPOK</b>								

10.	Konsumsi PLT	Membeli galon untuk keperluan minum sehari-hari saat PLT	-	Rp 25.000,00	-	-	-	Rp 25.000,00
11.	Print, Fotocopy, ATK	Keperluan tersebut untuk mendukung kegiatan selama melaksanakan PLT. Berupa print, fotocopy dan pembelian alat tulis yang semua itu untuk keperluan kelompok dan sekolah.	-	Rp 51.900,00	-	-	-	Rp 51.900,00
12.	Pengecatan line lapangan basket, badminton, takraw, engklek, tiang pull up dan pembuatan jaring ring basket.	Membeli cat besi 9 kaleng , 1 thiner, 3 kuas, 30 meter tali tambang kecil.	-	Rp 195.000,00	-	-	-	Rp 195.000,00
13.	Pembuatan mading	Membeli gabus, kertas manila, kertas asturo, push pin, print gambar , dll.	-	Rp 78.800,00	-	-	-	Rp 78.800,00
14.	Kenang- Kenangan	Kenang-Kenangan ini berupa plakat, stiker, banner ucapan selamat datang dan poster.	-	Rp 264.500,00	-	-	-	Rp 264.500,00

15.	Acara Perpisahan	Keperluan selama acara perpisahan yaitu konsumsi untuk perpisahan .	-	Rp102.500,00	-	-	-	Rp102.500,00
<b>Total</b>				<b>Rp 717.700,00</b>				<b>Rp 717.700,00</b>

## DOKUMEN HASIL KEGIATAN

Penerjunan	Observasi
	
Praktik Mengajar	Pendampingan Mengajar
	
Pelaksanaan Piket	Upacara
	
Pendampingan Lomba Gobak Sodor	Pendampingan Lomba Maraton

	
Kegiatan Ekstrakurikuler	Pendampingan Kegiatan Persami
	
Perbaikan fasilitas sekolah	Penarikan Mahasiswa PPL
	