

**LAPORAN**  
**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN 2**  
**DI SMA NEGERI 3 PEKALONGAN**



**Disusun oleh**

**Nama** : Panca Ayu Saputri  
**NIM** : 610140904  
**Program studi** : PJKR / PJKR,SI

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
**UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**  
**TAHUN 2012**

## PENGESAHAN

Laporan PPL2 ini telah disusun sesuai dengan Pedoman PPL Unnes.

Hari :

Tanggal :

Disahkan oleh:

Koordinator dosen pembimbing



Drs. R. Sugiyanto, SU  
NIP.19471201 197501 1 001

Kepala Sekolah



Drs. Abdur Rozak  
NIP.19650802 199203 1 008

Kepala Pusat Pengembangan PPL Unnes

Drs. Masugino, M.Pd.  
NIP 19520721 198012 1 001

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penyusun panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, nikmat dan hidayah-Nya sehingga penyusun dapat menyelesaikan tugas Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) 2 di SMA Negeri 3 Pekalongan tahun ajaran 2012/2013 hingga terselesainya penyusunan laporan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)2 dengan baik.

Laporan Praktik Pengalaman Lapangan 2 ini disusun sebagai salah satu syarat dalam penyelesaian program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)2 untuk mencapai kelulusan Sarjana Kependidikan (S1) di Universitas Negeri Semarang. Dengan kerendahan hati penyusun mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan dan penyusunan laporan Praktik Pengalaman Lapangan(PPL) 2 ini di SMA Negeri 3 Pekalongan, terkhusus kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Sudijono Sastroatmodjo, M.Si. selaku Rektor Universitas Negeri Semarang.
2. Drs. Masugino, M.Pd selaku Kepala Pusat Pengembangan PPL Universitas Negeri Semarang.
3. Drs. R. Sugiyanto, SU. selaku Koordinator Dosen Pembimbing PPL SMA Negeri 3 Pekalongan.
4. Drs. Supriyono,S.Pd.,M.Or, selaku Dosen Pembimbing di SMA Negeri 3 Pekalongan.
5. Bapak Drs. Abdur Rozak, selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 3 Pekalongan.
6. Bapak Mardiyanto, S.Pd, selaku guru pamong untuk segala kritik, saran, nasehat, dan bimbingannya.
7. Segenap Bapak dan Ibu guru serta karyawan SMA Negeri 3 Pekalongan.
8. Siswa – siswi SMA Negeri 3 Pekalongan, khususnya kelas X dan XII.
9. Bapak dan ibu rekan-rekan praktikan di SMA Negeri 3 Pekalongan.

10. Semua pihak yang telah membantu selama pelaksanaan PPL 2 dan terselesaikannya Laporan PPL 2 ini.

Selaku penyusun laporan Praktik Pengalaman Lapangan 2 ini penyusun menyadari masih banyak sekali kekurangan dan jauh dari sempurna. Oleh karena itu penyusun mengharapkan saran dan kritik untuk kesempurnaan laporan Praktik Pengalaman Lapangan 2 ini. Demikian Laporan Praktik Pengalaman Lapangan II ini disusun dengan harapan bisa bermanfaat bagi para pembaca pada umumnya dan penyusun khususnya. Terimakasih.

Semarang, September 2012

Penyusun

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI .....	v
DAFTAR LAMPIRAN .....	vii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Tujuan .....	2
C. Manfaat PPL.....	2
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
A. Dasar Hukum .....	4
B. Status, Peserta, Bobot Kredit dan Tahapan .....	4
C. Persyaratan dan Tempat .....	5
D. Tugas Guru di Sekolah dan Kelas .....	5
E. Tugas Guru Praktikan .....	6
F. Kompetensi Guru .....	7
<b>BAB III PELAKSANAAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN</b>	
A. Waktu dan Tempat .....	8
B. Tahapan dan Materi Kegiatan .....	8
C. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan.....	8
D. Materi Kegiatan .....	11
E. Proses Pembimbingan .....	12
F. Hal-Hal yang Mendukung dan Menghambat Kegiatan PPL II .....	12
G. Guru Pamong .....	12
H. Dosen Pembimbing .....	13

BAB IV PENUTUP

A. Kesimpulan .....	14
B. Saran .....	14

REFLEKSI DIRI

LAMPIRAN

## **DAFTAR LAMPIRAN**

### **Lampiran 1. Perangkat Pembelajaran Penjaskes :**

- a. Jadwal Guru Praktik Mengajar
- b. Rincian Hari Belajar Efektif dan Hari Libur
- c. KKM
- d. Program Tahunan
- e. Program Semester
- f. Silabus
- g. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

### **Lampiran 2. Kegiatan Praktikan di Sekolah Latihan**

- a. Kalender Pendidikan
- b. Jadwal Mata Pelajaran Penjaskes
- c. Jadwal Ekstra Kurikuler
- d. Jadwal Piket Jaga Masuk Sekolah
- e. Penilaian Hasil Belajar Siswa
- h. Buku Rencana Kegiatan Mingguan

### **Lampiran 3. Daftar Siswa dan Daftar Hadir Siswa yang Diajar**

### **Lampiran 4. Daftar Hadir dan Kartu Bimbingan**

- a. Daftar Nama Mahasiswa PPL Unnes
- b. Daftar Hadir Praktikan
- c. Daftar Hadir Dosen Pembimbing
- d. Daftar Hadir Koordinator Dosen Pembimbing
- e. Daftar Guru Pamong
- f. Kartu Bimbingan Praktik Mengajar/Kependidikan

### **Lampiran 5. Refleksi Diri**

### **Dokumentasi**

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Dalam Undang-Undang nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab XI pasal 39 ayat 2 disebutkan bahwa pendidik merupakan tenaga profesional yang bertugas merencanakan dan melaksanakan proses pembelajaran, menilai hasil pembelajaran, melakukan pembimbingan dan pelatihan, serta melakukan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat, terutama bagi pendidik pada perguruan tinggi. Untuk mengatasi era globalisasi dalam dunia pendidikan, upaya memenuhi kebutuhan, keberadaan, dan keprofesionalan pendidik harus selalu ditingkatkan, termasuk mempersiapkan calon tenaga pendidik yang kelak akan menjadi pendidik dalam dunia pendidikan.

Universitas Negeri Semarang (UNNES) merupakan salah satu Lembaga Pendidikan tinggi yang didalamnya mengampuh program studi kependidikan dan non-kependidikan. Program kependidikan bertujuan untuk menghasilkan tenaga-tenaga kependidikan yang profesional. Oleh sebab itu, supaya dapat menghasilkan lulusan tenaga kependidikan yang profesional dan memiliki kualitas kinerja yang bagus sebagai calon pendidik maka mahasiswa prodi pendidikan wajib untuk mengikuti mata kuliah Praktik Pengalaman Lapangan (PPL).

Program Pengalaman Lapangan (PPL) juga ditujukan untuk menghasilkan tenaga kependidikan yang bertanggung jawab, berdisiplin, dan mengetahui tata cara sebagai mestinya seorang guru. Supaya dapat mencapai tujuan tersebut mahasiswa telah dibekali dengan berbagai mata kuliah yang akan menunjang terhadap kegiatan PPL dan menunjang terhadap pengembangan profesionalismenya nanti dilapangan yang sebenarnya. Praktik Pengalaman Lapangan 2 (PPL 2) merupakan lanjutan dari Praktik Pengalaman Lapangan 1 (PPL 1) yang telah praktikan lalui dan sudah terselesaikan dalam wujud laporan dengan hasil berbagai macam observasi yang telah ditentukan dari pihak Unit Pelaksana Teknis Praktik Pengalaman Lapangan (UPT PPL) Universitas Negeri Semarang.

### **B. Tujuan**

Tujuan utama dari Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah membentuk mahasiswa praktikan agar dapat menjadi calon tenaga pendidik yang profesional sesuai



dengan prinsip-prinsip pendidikan berdasarkan kompetensi yang meliputi kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi profesional dan kompetensi sosial. Disamping itu, ada beberapa tujuan khusus yang hendak dicapai melalui kegiatan PPL ini, antara lain :

1. Mempersiapkan para mahasiswa untuk menjadi sarjana pendidikan yang siap sebagai agen pembaharuan dan dapat mewujudkan transformasi pendidikan, sehingga dapat mengelola proses pendidikan secara profesional.
2. Menambah pengetahuan dan pemikiran mahasiswa sebagai calon pendidik nantinya agar dapat berperan aktif dalam proses pembangunan bangsa Indonesia khususnya dalam bidang pendidikan dan memiliki seperangkat pengetahuan, sikap dan keterampilan yang dapat menunjang tercapainya penguasaan empat kompetensi pokok seorang guru profesional.
3. Memberi bekal bagi mahasiswa praktikan agar memiliki pengalaman secara nyata tentang pengajaran di sekolah. Sehingga diharapkan mahasiswa praktikan juga memiliki pengetahuan dan keterampilan yang menunjang tercapainya penguasaan kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi profesional, dan kompetensi sosial.

### **C. Manfaat PPL**

Dengan melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan 2(PPL 2) diharapkan dapat memberikan manfaat terhadap semua komponen yang terkait, yaitu mahasiswa (praktikan), sekolah, dan perguruan tinggi yang bersangkutan.

1. Manfaat bagi praktikan
  - a. Mahasiswa mendapatkan kesempatan untuk mempraktikkan bekal ilmu yang telah diperolehnya selama kuliah ke dalam kelas yang sesungguhnya, meningkatkan pemahaman mahasiswa mengenai model-model pembelajaran yang dilaksanakan di dalam kelas, dan mengenai cara-cara penyusunan perangkat pembelajaran seperti program tahunan, program semester, Silabus dan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).
  - b. Mahasiswa diharapkan mempunyai bekal yang menunjang tercapainya penguasaan kompetensi profesional, personal, dan kemasyarakatan serta mengetahui dan mengenal secara langsung proses belajar mengajar di sekolah latihan.

2. Manfaat bagi sekolah
  - a. Sekolah latihan memperoleh masukan dan timbal balik yang diharapkan bisa digunakan untuk memperbaiki dan mengembangkan kualitas pendidikan di masa mendatang serta memperoleh transfer pengetahuan mengenai metode-metode dan model-model pembelajaran terkini sesuai dengan bidang studi yang berkaitan.
  - b. Mempererat kerjasama antara sekolah latihan dengan perguruan tinggi yang bersangkutan yang dapat bermanfaat bagi para lulusannya kelak.
3. Manfaat bagi Universitas Negeri Semarang
  - a. Memperoleh masukan tentang perkembangan pelaksanaan PPL sehingga kurikulum, metode dan pengelolaan proses belajar mengajar di instansi atau sekolah terkait yang dipakai sebagai bahan pertimbangan penelitian.
  - b. Memperluas dan meningkatkan jaringan kerjasama dengan pihak-pihak sekolah latihan terkait.
  - c. Memperoleh gambaran nyata tentang perkembangan pembelajaran yang terjadi di sekolah- sekolah dalam masyarakat.
  - d. Menghasilkan lulusan S1 program kependidikan yang berkualitas, memiliki pengalaman dan pemahaman yang cukup di bidang pendidikan.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### ***A. Dasar Hukum***

Praktik Pengalaman Lapangan(PPL) adalah semua jenis kegiatan kurikuler yang harus dilakukan oleh mahasiswa Universitas Negeri Semarang, sebagai pelatihan untuk menerapkan teori yang diperoleh dalam semester-semester sebelumnya, sesuai dengan persyaratan yang telah ditetapkan agar mereka memperoleh pengalaman dan ketrampilan lapangan dalam penyelenggaraan pendidikan dan pengajaran di sekolah atau di tempat latihan lainnya. Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan(PPL) meliputi: praktik mengajar, praktik administrasi, praktik bimbingan dan konseling serta kegiatan yang bersifat kokurikuler dan atau ekstrakurikuler yang berlaku di sekolah/tempat latihan. Pelaksanaan PPL ini mempunyai dasar hukum sebagai landasan pelaksanaannya yaitu :

1. Undang-Undang No.20 Tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional (Lembaran Negara Tahun 2003 No.78, Tambahan Lembaran Negara No.4301).
2. Peraturan Pemerintah No. 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan (Lembaran Negara Tahun 2005. No.41, Tambahan Lembaran Negara No.4496).
3. Surat Keputusan Rektor Universitas Negeri Semarang
  - a. No.162/0/2004, tentang penyelenggaraan pendidikan di Universitas Negeri Semarang.
  - b. Surat Keputusan Rektor No 17/0/2011 tentang Pedoman Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) bagi mahasiswa program kependidikan Universitas Negeri Semarang.

#### ***B. Status, Peserta, Bobot Kredit, dan Tahapan***

Setiap mahasiswa program kependidikan Universitas Negeri Semarang wajib melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), karena kegiatan ini merupakan bagian integral dari kurikulum pendidikan tenaga kependidikan (berupa Mata Kuliah) berdasarkan kompetensi yang termasuk di dalam struktur program kurikulum.

Adapun mahasiswa yang wajib mengikuti PPL ini meliputi mahasiswa program S1, Program Diploma, Program Akta, dan program lain. Mata kuliah ini mempunyai bobot kredit 6 SKS, dengan rincian PPL 1 sebanyak 2 SKS dan PPL 2 sebanyak 4 SKS. Sedangkan 1 SKS setara dengan 4 x 1 jam (60 menit) x 18 = 72 jam.

### ***C. Persyaratan dan Tempat***

Ada beberapa persyaratan yang harus dipenuhi oleh mahasiswa (khususnya program S1) sebelum untuk dapat mengikuti PPL 2, sebagai berikut :

1. Mahasiswa telah mengumpulkan minimal 110 SKS, termasuk didalamnya lulus mata kuliah: SBM II / IBM II / daspro II, dibuktikan dengan menunjukkan KHS kumulatif.
2. Telah lulus mengikuti PPL 1.
3. Memperoleh persetujuan dari Ketua Jurusan / Dosen Walinya dan telah mendaftarkan MK PPL 2 dalam KRS.

Tempat Praktik ditetapkan berdasarkan persetujuan Rektor dengan Kepala Dinas Pendidikan Propinsi Jawa Tengah atau pimpinan lain yang setara dan terkait dengan tempat latihan. Mahasiswa memilih sendiri sekolah latihan yang diinginkannya tetapi harus disesuaikan dengan sekolah-sekolah mana saja yang bekerja sama dengan UNNES untuk melakukan kegiatan PPL ini . Yang harus diperhatikan yaitu, mahasiswa praktikan menempati tempat latihan yang sama sejak dari PPL 1 sampai PPL 2.

### ***D. Tugas Guru di Sekolah dan Kelas***

Guru sebagai tenaga pengajar di jenjang pendidikan dasar maupun menengah harus mempunyai kualitas diri sendiri serta mengembangkan kepribadiannya sebagai salah satu upaya mencapai tujuan pendidikan nasional. Selain itu guru perlu menjaga citra dirinya sehingga dapat dijadikan teladan bagi siswa dan lingkungan. Berikut ini adalah tugas dan tanggung jawab guru di sekolah dan di kelas sebagai pengajar, pendidik, anggota sekolah maupun sebagai anggota masyarakat.

1. Tugas dan kewajiban guru selaku pengajar :
  - a. Mengadakan persiapan mengajar seperlunya sesuai dengan kurikulum yang berlaku.
  - b. Datang mengajar di sekolah setiap hari kerja.
  - c. Mengadakan evaluasi pelajaran secara teratur dan kontinu sesuai teknik evaluasi yang berlaku.
  - d. Ikut memelihara tata tertib kelas dan sekolah.

- e. Ikut membina hubungan baik antara sekolah dengan orang tua dan masyarakat serta antara sekolah dengan berbagai golongan masyarakat dan pemerintah daerah setempat.
2. Tugas dan kewajiban guru sebagai pendidik :
    - a. Senantiasa menjunjung tinggi dan mewujudkan nilai-nilai yang terkandung dalam Pancasila,
    - b. Guru wajib mencintai anak didik dan profesinya serta selalu menjadikan dirinya teladan bagi anak didiknya.
    - c. Guru wajib selalu menyelaraskan pengetahuan dan meningkatkan pengetahuan dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi.
    - d. Guru senantiasa memperhatikan norma-norma, etika, dan estetika dalam berpakaian dan berhias.
    - e. Guru senantiasa wajib meningkatkan keselarasan, kesenian, dan keseimbangan jasmani dan rohaninya sehingga terwujud penampilan pribadi yang baik.

### ***E. Tugas Guru Praktikan***

Tugas guru praktikan selama mengikuti Praktik Pengalaman Lapangan 2 adalah:

1. Pengajaran model atau pelatihan pengajaran terbimbing oleh guru pamong dan dosen pembimbing serta pengajaran mandiri dan ujian mengajar.
2. Kegiatan ekstrakurikuler seijin kepala sekolah tempat praktik.
3. Membantu memperlancar arus informasi dari UNNES ke sekolah latihan dan sebaliknya.
4. Menyusun laporan hasil PPL 2 di tempat praktik.
5. Menyusun pengurus kelompok praktikan di tempat praktik.
6. Mengisi format rencana kegiatan dan format bimbingan PPL yang dijadwalkan.

### ***F. Kompetensi Guru***

Kompetensi yang harus dimiliki oleh seorang guru agar para guru profesional dalam tugasnya, adalah sebagai berikut:

1. Memahami landasan pendidikan, yaitu landasan filosofis, sosiologis, kultural, psikologis, ilmiah, dan teknologis.
2. Memahami wawasan pendidikan, yaitu wawasan tentang asas-asas pendidikan, aliran-aliran pendidikan secara garis besar, teori belajar, perkembangan anak didik, tujuan pendidikan nasional, dan kebijakan-kebijakan pemerintah di bidang pendidikan.

3. Menguasai materi pembelajaran, menguasai pengelolaan pembelajaran dan menguasai evaluasi pembelajaran.
4. Memiliki kepribadian, wawasan profesi, dan pengembangannya.

Karakteristik guru yang profesional antara lain selalu membuat perencanaan konkret dan detail untuk dilaksanakan dalam kegiatan pembelajaran; menempatkan siswa sebagai arsitek pembangun gagasan dan guru berfungsi melayani dan berperan sebagai mitra siswa, bersikap kritis dan berani menolak kehendak yang kurang edukatif, bersikap kreatif dalam membangun, dan menghasilkan karya pendidikan seperti pembuatan alat bantu belajar, analisis materi pembelajaran, penyusunan alat penilaian, dan lainnya.

## **BAB III**

### **PELAKSANAAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN**

#### **A. Waktu**

Praktik Pengalaman Lapangan 2 dilaksanakan mulai tanggal 13 Oktober 2012 sampai dengan 20 Oktober 2012. Pelaksanaannya dilakukan setiap hari, untuk hari senin sampai dengan kamis dan sabtu dimulai pukul 07.00 – 13.45, sedangkan hari jum'at dimulai pukul 07.00 – 11.00.

#### **B. Tempat**

Kegiatan PPL dilaksanakan di SMA Negeri 3 Pekalongan, yaitu Jl. Progo 28 Kota Pekalongan.

#### **C. Tahapan Kegiatan**

Mulai semester gasal tahun akademik 2012-2013, pelaksanaan PPL I dan PPL 2 sudah digabung menjadi satu waktu pelaksanaan, yaitu 3 bulan. Pelaksanaan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL 2) terdiri dari beberapa kegiatan yaitu:

1. Kegiatan di kampus, meliputi:

a. Pembekalan

Pembekalan dilakukan di kampus selama 3 hari yaitu mulai tanggal 24 Juli 2012 sampai 26 Juli 2012.

b. Upacara Penerjunan

Upacara penerjunan dilaksanakan di depan gedung Rektorat UNNES pada tanggal 30 Agustus 2012 pukul 07.30 WIB sampai selesai.

2. Kegiatan inti

a. Observasi Lapangan

Kegiatan pengenalan lapangan di SMA Negeri 3 Pekalongan dilaksanakan pada PPL 1 yaitu tanggal 2 Agustus 2012 – 11 Agustus 2012. Dengan demikian, data observasi lapangan tidak dilampirkan kembali karena sudah dilampirkan pada laporan PPL 1.

b. Pelaksanaan Kegiatan Belajar Mengajar terbimbing

Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar terbimbing dilakukan oleh mahasiswa praktikan dibawah bimbingan guru pamong dan dosen pembimbing. Artinya guru pamong dan dosen pembimbing ikut masuk kelas. Sebelum masuk kelas,

praktikan sudah menyiapkan perangkat pembelajaran seperti silabus dan rencana pengajaran yang sudah dikonsultasikan terlebih dulu kepada guru pamong dan dosen pembimbing.

c. Pengajaran mandiri

Dalam pengajaran mandiri, praktikan diberikan hak untuk berkreasi dalam merancang pembelajaran yang akan dilakukan di kelas. Tetapi sebelumnya semua perangkat pembelajaran sudah dikonsultasikan kepada guru pamong. Pengajaran mandiri dilakukan selama kurang lebih dua setengah bulan di kelas praktik. Dalam melaksanakan KBM guru harus mempunyai beberapa ketrampilan mengajar antara lain:

1) Membuka/Mengawali Kegiatan Belajar Mengajar

Dalam membuka pelajaran guru mengucapkan salam kemudian dilanjutkan dengan berdoa dan presensi siswa untuk mengetahui jumlah siswa yang hadir maupun yang tidak hadir.

2) Komunikasi Dengan Siswa

Komunikasi dengan siswa itu yang terpenting untuk memudahkan guru menyampaikan materi pembelajaran. Komunikasi yang dimaksud yaitu komunikasi dua arah, guru menerangkan dan siswa mendengarkan dan bertanya.

3) Penggunaan Metode Pembelajaran

Dalam proses pembelajaran menggunakan metode pembelajaran disesuaikan dengan jenis tugas/ kegiatan-kegiatan pembelajaran sehingga akan menjadi lebih seimbang dan efisien dengan PBM.

4) Penggunaan Media Pembelajaran

Media pembelajaran yang digunakan harus sesuai dengan pokok bahasan yang diajarkan. Penggunaan media inipun perlu didukung dengan buku-buku penunjang lainnya serta sarana dan prasarana.

5) Memberikan Penguatan

Pemberian penguatan kepada siswa adalah suatu motivasi tersendiri agar siswa menjadi lebih tertarik pada materi pembelajaran, guru harus memperhatikan cara dan metode penguatan yang benar agar lebih mengena.

6) Mengkondisikan Situasi Siswa



Dalam mengkondisikan kegiatan belajar mengajar di kelas, tindakan yang dilakukan antara lain: praktikan tidak hanya berdiri didepan kelas sewaktu proses pembelajaran. Kadang di tengah, di belakang, dan di pinggir.

7) Memberikan Pertanyaan

Pertanyaan harus sesuai dengan materi yang diberikan.

8) Menilai Hasil Belajar

Penilaian hasil belajar siswa selain berdasarkan pada tugas-tugas yang telah diberikan juga berdasarkan hasil ulangan harian. Tugas-tugas ini dapat diberikan pada setiap akhir bab atau setiap akhir pokok bahasan yang telah diberikan.

9) Menutup Pelajaran

Menutup pelajaran oleh guru dimulai dari menyimpulkan materi yang telah diberikan kemudian memberikan tugas-tugas rumah untuk materi pada pertemuan berikutnya maupun tugas dari apa yang telah diajarkan.

d. Pelaksanaan ujian praktik mengajar

Pelaksanaan ujian praktik mengajar umumnya dilaksanakan pada minggu terakhir praktik. Ujian praktik mengajar dinilai oleh guru pamong dan dosen pembimbing yang bersangkutan dengan melihat secara langsung proses belajar mengajar di kelas.

e. Bimbingan penyusunan laporan

Dalam menyusun laporan, praktikan mendapat bimbingan dari berbagai pihak yaitu: guru pamong, dosen pembimbing, dosen koordinator, dan pihak lain yang terkait sehingga laporan ini dapat disusun tepat pada waktunya.

#### ***D. Materi Kegiatan***

Materi kegiatan PPL ini adalah:

- 1) Membuat perangkat pembelajaran atas bimbingan guru pamong.
- 2) Melaksanakan praktik mengajar atas bimbingan guru pamong dan dosen pembimbing.
- 3) Mengikuti kegiatan ekstra kurikuler di sekolah
- 4) Kegiatan Belajar Pembelajaran

Kegiatan pembelajaran terbagi menjadi :

✓ Kegiatan awal

Salam pembuka, cek kehadiran siswa, penyampaian motivasi, penyampaian tujuan pembelajaran, dan penyampaian materi prasyarat

✓ Kegiatan inti

Kegiatan inti merupakan penyampaian materi pembelajaran yang model pelaksanaannya sesuai dengan RPP yang telah dibuat oleh praktikan.

✓ Kegiatan akhir

Latihan mengerjakan tugas, penguatan materi, kesempatan tanya jawab, penarikan kesimpulan, pemberian PR, dan salam penutup

Dalam pelaksanaan pengajaran, praktikan mendapat tugas dari guru pamong untuk mengajar di dua belas kelas yaitu kelas X1 sampai dengan X6, tiga kelas XII IPA dan tiga kelas XII IPS. Kurikulum yang dipakai adalah kurikulum 2006 yang sering disebut sebagai Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP).

### ***E. Proses Pembimbingan***

Proses bimbingan sekolah untuk mahasiswa praktikan dilakukan oleh Guru Pamong, Kepala Sekolah, Koordinator Guru Pamong, Dosen Pembimbing, dan Dosen Koordinator. Bimbingan yang dilakukan berupa bimbingan persiapan belajar pembelajaran, proses pembelajaran, tindak lanjut belajar pembelajaran dan juga bimbingan kompetensi. Dalam proses bimbingan mahasiswa dan guru pamong saling memberi masukan dan komentar untuk memperbaiki proses belajar mengajar di SMA Negeri 3 Pekalongan.

### ***F. Hal-Hal yang Mendukung dan Menghambat Kegiatan PPL 2***

Dalam kegiatan PPL 2 ada beberapa factor yang mendukung maupun yang menghambat dalam pelaksanaannya.

Hal-hal yang mendukung, antara lain :

- a. Guru pamong hampir setiap hari bisa ditemui dengan mudah, sehingga apabila praktikan ingin melakukan bimbingan dapat dilaksanakan dengan mudah dan juga guru pamong memberikan kebebasan berkreasi sehingga proses pembelajaran bisa maksimal.
- b. Sarana dan prasarana di sekolah latihan sudah cukup memadai, ketersediaan buku-buku penunjang di perpustakaan dan warga sekolah yang baik-baik.

Hal-hal yang menghambat, antara lain :

- a. Kemampuan praktikan dalam mengelola kelas yang masih kurang.

- b. Masih kurang perhatiannya siswa terhadap mahasiswa PPL saat kegiatan belajar mengajar berlangsung.

### ***G. Guru Pamong***

Guru pamong penjasorkes di SMA Negeri 3 Pekalongan merupakan guru yang sudah berpengalaman dalam mengajar mata pelajaran penjasoekes, sehingga sudah cukup menguasai proses pembelajaran baik didalam kelas maupun di luar kelas. Guru pamong praktikan adalah Bapak Mardiyanto,S.Pd. Beliau mengajar 6 kelas X, tiga kelas XII IPS dan empat kelas XII IPA . Guru pamong sangat membantu praktikan, beliau selalu terbuka dalam memberikan masukan, kritik dan saran bagaimana membelajarkan siswa dengan baik. Kemajuan kemampuan praktikan dan perbaikan dalam mengajar sedikit banyak juga dipengaruhi oleh masukan-masukan dan motivasi yang diberikan oleh guru pamong.

### ***H. Dosen Pembimbing***

Dosen pembimbing praktikan adalah Drs.Supriyono S.Pd.,M.Or. Dosen pembimbing praktikan mempunyai kesibukan di kampus, akan tetapi beliau selalu menyempatkan untuk membimbing mahasiswa PPLnya di sekolah latihan. Dosen pembimbing sangat membantu praktikan dan juga sangat terbuka kepada mahasiswa dan selalu memantau bila mahasiswa mengalami kesulitan. Praktikan selalu diminta oleh dosen pembimbing untuk selalu konsultasi terhadap persiapan mengajar dan jalannya proses belajar mengajar di kelas yang diampu praktikan. Hal ini bertujuan agar praktikan lancar dan meminimalkan kesalahan yang dibuat selama mengajar.

Demikian seluruh pelaksanaan kegiatan PPL 2 tahun ajaran 2012/ 2013 di SMA Negeri 3 Pekalongan telah dilaksanakan oleh praktikan.

## **BAB IV**

### **PENUTUP**

#### ***A. Kesimpulan***

Berdasarkan uraian serta pengalaman praktikan selama mengikuti dan melaksanakan PPL 2 di SMA Negeri 3 Pekalongan, praktikan memberikan kesimpulan sebagai berikut:

1. Secara umum, kegiatan PPL yang dilaksanakan di SMA 3 Pekalongan berjalan dengan baik dan lancar.
2. Kegiatan PPL sangat bermakna dan bermanfaat bagi mahasiswa praktikan sebagai calon guru untuk membina sikap profesionalisme.
3. Komunikasi antara mahasiswa praktikan dan pihak sekolah sangat baik sehingga terjalin hubungan timbal balik yang saling menguntungkan.
4. Bimbingan yang diberikan oleh guru pamong maupun dosen pembimbing sangat berpengaruh kepada mahasiswa praktikan untuk menambah pengetahuannya.
5. Kegiatan PPL memberikan pengalaman yang baru dan mengesankan bagi mahasiswa praktikan mengenai dunia pendidikan atau pengajaran khususnya di kelas dan secara umum di sekolah.

#### ***B. Saran***

Dari kegiatan PPL yang telah dilaksanakan, praktikan dapat memberikan beberapa saran diantaranya :

1. Kualitas pelaksanaan PPL semakin ditingkatkan lagi agar kegiatan PPL dapat berlangsung lebih baik dan bagus dari tahun ke tahun.
2. Mahasiswa PPL diharapkan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah latihan dan memanfaatkan kegiatan PPL ini dengan sebaik-baiknya sebagai bekal untuk menjadi tenaga pendidik yang profesional.
3. Mahasiswa PPL harus lebih bertanggung jawab dan menjaga kedisiplinannya selama menjalankan tugasnya sebagai mahasiswa praktikan PPL.
4. Untuk Lembaga Universitas Negeri Semarang sosialisasi kegiatan PPL harus ditingkatkan lagi dengan sekolah latihan agar terjalin kerjasama yang baik.

## REFLEKSI DIRI

Panca Ayu Saputri(6101409034), 2012. Praktik Pengalaman Lapangan 2 (PPL 2) SMA Negeri 3 Pekalongan. Jurusan Pendidikan Kesehatan Jasmani dan Rekreasi. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang.

Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) adalah semua kegiatan kurikuler yang harus dilakukan oleh mahasiswa praktikan, sebagai pelatihan untuk menerapkan teori yang diperoleh dalam semester-semester sebelumnya, sesuai dengan persyaratan yang telah ditetapkan agar mereka memperoleh pengalaman dan ketrampilan lapangan dalam penyelenggaraan pendidikan dan pengajaran di sekolah atau tempat latihan lainnya. Kegiatan Praktek Pengalaman Lapangan meliputi praktik mengajar, praktik bimbingan dan konseling serta kegiatan yang bersifat kurikuler dan atau ekstrakurikuler yang berlaku di sekolah atau tempat latihan. Salah satu sekolah yang menjadi tempat latihan bagi mahasiswa praktikan UNNES adalah SMA Negeri 3 Pekalongan yang berlokasi di Jalan Raya Progo NO.28 Pekalongan. Kegiatan PPL dilaksanakan dalam 2 tahap yaitu PPL 1 yang dilaksanakan tanggal 30 Juli sampai 11 Agustus 2012, sedangkan PPL 2 dilaksanakan tanggal 13 Agustus sampai 20 Oktober 2012.

Dalam kegiatan PPL 1 mahasiswa praktikan berada di sekolah dengan kegiatan latihan selama 2 minggu untuk melakukan observasi dan orientasi sesuai dengan mata pelajaran masing-masing. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, SMA Negeri 3 Pekalongan terakreditasi A. Proses Belajar Mengajar( PBM ) mulai menerapkan kurikulum terbaru yaitu KTSP (Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan). SMA Negeri 3 Pekalongan termasuk dalam kategori Sekolah Mandiri. Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PENJASORKES) di SMA Negeri 3 Pekalongan untuk kelas X, XII IPA dan XII IPS menggunakan metode pemberian materi ajar secara teori dulu pada bulan Agustus ini dikarenakan bertepatan dengan bulan Ramadhan sedangkan praktik gerak banyak digunakan setelah bulan Ramadhan, hal ini bertujuan untuk menciptakan siswa SMA Negeri 3 Pekalongan dapat menguasai materi praktik dengan baik dan benar sesuai dengan apa yang telah diajarkan dan mampu menciptakan atlet-atlet yang dapat di kembangkan sesuai dengan bidangnya. Sedangkan di dalam PPL 2 mahasiswa praktikan menerapkan dan melaksanakan proses pembelajaran kurikuler di sekolah latihan. Di dalam penulisan refleksi diri ini akan dipaparkan hasil pelaksanaan Proses Belajar Mengajar(PBM) pada Praktik Pengalaman Lapangan 2(PPL 2) di SMA Negeri 3 Pekalongan terutama mengenai hal-hal yang berkaitan dengan mata pelajaran Penjasorkes.

Adapun hal yang dapat dilaporkan itu dalam refleksi diri PPL 2 adalah sebagai berikut :

### **1. Kekuatan dan Kelemahan Pembelajaran PENJASORKES di SMA NEGERI 3 PEKALONGAN**

#### **a. Kekuatan Pembelajaran PENJASORKES**

Mata pelajaran Penjasorkes merupakan mata pelajaran yang memiliki kekhasan tersendiri dibandingkan dengan mata pelajaran yang lain. Didalamnya terdapat istilah teratur, terukur dan terarah, yaitu Kegiatan yang dilakukan secara rutin, mempunyai tolak ukur kemampuan pelaku olahraganya, dan memiliki tujuan yang pasti dalam penyampaian Proses Belajar Mengajar( PBM )PENJASORKES itu sendiri. Pelajaran PENJASORKES memfokuskan pada pembentukan karakter diri pada setiap siswa-siswi sebagai cerminan dari suatu karakter bangsa, selain itu untuk membentuk dan menjaga kebugaran siswa serta mampu mengarahkan minat dan bakat siswa-siswi dalam bidang olahraga agar dapat dikembangkan dan ditekuni supaya dapat menjadi salah satu prestasi yang membanggakan bagi siswa-siswi, orang tua, sekolah dan Bangsa Indonesia.

b. Kelemahan Pembelajaran PENJASORKES

Dalam kelemahan pembelajaran PENJASORKES di SMA Negeri 3 Pekalongan yaitu minimnya ketersediaan sarana dan prasarana olahraga. Sehingga mengurangi efektifitas dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, oleh karena itu seorang pendidik kurang dalam mengoptimalkan kegiatan belajar mengajar di sekolah tersebut.

**2. Ketersediaan Sarana dan Prasarana PBM di SMA NEGERI 3 PEKALONGAN**

Sarana dan Prasarana Proses Belajar Mengajar (PBM) di SMA Negeri 3 Pekalongan cukup memadai. Kondisi Lingkungan sekolah, ruang kelas, perlengkapan PBM seperti *white board*, *portable LCD* proyektor, multimedia, buku pegangan siswa, dan buku pegangan guru sudah tersedia dengan baik, gedung sekolah kondisinya baik dan masih terus dalam proses perbaikan.

Sarana dan Prasarana di dalam pembelajaran PENJASORKES di SMA Negeri 3 Pekalongan telah memiliki beberapa alat praktek olahraga, akan tetapi belum maksimal.

**3. Kualitas Guru Pamong dan Dosen Pembimbing**

Guru pamong pelajaran PENJASORKES adalah Mardiyanto,S.Pd. Praktikan banyak mendapatkan bimbingan dan pengarahan terkait segala hal yang berhubungan dengan kegiatan belajar mengajar. Dari observasi yang praktikan lakukan, beliau adalah sosok guru yang berpenampilan baik dan ramah, beliau menguasai konsep PENJASORKES. Dari hasil wawancara siswa- siswi kelas X dan XII mengatakan bahwa dalam menyampaikan materi mudah dimengerti. Selain itu beliau bisa mengolah kelas dengan baik dengan memberikan metode pembelajaran yang sesuai keadaan siswa. Pembelajaran yang dilakukan sudah mengikuti kurikulum yang berlaku. Hal ini dapat dilihat dari pembelajaran yang berpusat pada siswa, sehingga siswa merupakan subyek pembelajaran, sedangkan guru menjadi moderator dalam belajar siswa- siswi. Beliau mengajar tidak memberi kesan menakutkan pada siswa. Proses pembelajaran lebih bersifat *rilaks* tapi masih memperhatikan tujuan dari pembelajaran.

Dosen pembimbing untuk mahasiswa praktikan bidang Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah Bpk. Supriyono, S.Pd, M.Or. Beliau merupakan salah satu dosen terbaik di jurusan Pendidikan Jasmani kesehatan dan Rekreasi ( PJKR ) di Fakultas Ilmu Keolahragaan UNNES yang mampu membimbing mahasiswa PPL calon guru dengan baik. Harapan kami untuk UNNES agar dalam mempersiapkan PPL ini direncanakan jauh-jauh hari agar semuanya tertib, lancar dan bermutu serta bermanfaat bagi semua kalangan.

**4. Kualitas Pembelajaran di SMA NEGERI 3 PEKALONGAN**

Kualitas pembelajaran di SMA Negeri 3 Pekalongan sudah cukup baik, di sana sudah menerapkan KTSP (Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan). Guru-guru yang mengajar juga sesuai dengan bidang yang mereka kuasai. Di sekolah ini terdapat 35 guru termasuk kepala sekolah yang memiliki tugas yang disesuaikan dengan bidang keahlian masing-masing. Dengan adanya guru yang memiliki keahlian bidang tertentu, dapat menunjang kualitas pembelajaran menjadi lebih baik.

**5. Kemampuan Diri Praktikan**

Sebelum mengikuti PPL 1 dan PPL 2, Mahasiswa praktikan telah mendapatkan dasar-dasar Proses Pembelajaran, Evaluasi Pembelajaran dan Hasil Pembelajaran PENJASORKES. Selain itu, praktikan juga telah melaksanakan *microteaching* dan pembekalan materi mata kuliah yang didapat, *microteaching* dan pembekalan PPL dapat menjadi bekal bagi mahasiswa praktikan untuk praktik mengajar di sekolah

latihan. Praktikan berharap kelak akan menjadi calon guru yang menjunjung tinggi nilai profesionalitas dan dapat menciptakan suasana belajar yang kondusif dan menyenangkan. Namun terlepas dari semua itu diri praktikan masih sangat terbatas dan masih dalam tahap belajar. Oleh sebab itu, berbagai arahan, bimbingan, saran dan dorongan dari guru pamong dan dosen pembimbing sangat praktikan butuhkan guna menambah wawasan dan pengetahuan bagi praktikan.

#### **6. Nilai Tambah Yang Diperoleh Mahasiswa Mengikuti PPL 2**

Banyak yang didapat diperoleh praktikan selama melakukan PPL 2, diantaranya adalah memperoleh gambaran mengenai kegiatan belajar mengajar yang meliputi variasi mengajar, metode pembelajaran, sumber belajar yang digunakan, membuat RPP, silabus, PROTA, PROMES, memahami masalah-masalah belajar siswa dan cara mengatasinya, memahami kompetensi yang harus dimiliki oleh seorang guru, dan mengetahui model-model pembelajaran yang diterapkan di sekolah. Praktikan dapat melihat dan menjadi bagian dari PBM secara nyata, mengetahui cara guru mengajar dan interaksinya dengan siswa secara sesungguhnya, sehingga dengan nilai tambah tersebut, praktikan berharap dapat menerapkannya di kemudian hari.

#### **7. Saran Pengembangan Bagi Sekolah Latihan Dan UNNES**

##### **a. Bagi Sekolah**

Bagi pihak sekolah latihan sebaiknya meningkatkan, sarana dan prasarana untuk menunjang proses pembelajaran. Guru-guru di sekolah juga hendaknya menerapkan model-model pembelajaran yang inovatif dan kreatif, untuk meningkatkan hasil pembelajaran di SMA NEGERI 3 Pekalongan.

##### **b. Bagi UNNES**

Bagi pihak UNNES sebaiknya terus menjaga hubungan baik dengan pihak-pihak yang dapat menunjang kelancaran mahasiswa dalam pelaksanaan kegiatan PPL atau yang lainnya. Pihak UNNES diharapkan dalam menjalin kerjasama di sekolah latihan selalu jelas dalam pembagian dan pemberitahuan koordinator guru pamong, dosen pembimbing dan juga penempatan untuk mahasiswa PPL dilaksanakan lebih mudah lagi dengan tidak menggunakan sistem buka tutup dalam pemilihan lokasi tempat sekolah latihan sehingga dalam persiapan, penempatan dan penerjunan tidak membutuhkan waktu yang lama, lebih efektif dan efisien, agar kegiatan PPL dapat berlangsung dengan lebih baik lagi. Kemudian juga untuk dosen pembimbing agar mahasiswa mendapat bimbingan pada awal masuk.

Demikianlah bentuk refleksi diri yang praktikan sampaikan, semoga apa yang telah praktikan tulis bisa menjadi masukan yang berharga bagi semua pihak yang berkaitan. Mahasiswa praktikan mengucapkan terima kasih.

Pekalongan, 30 September 2012

Mengetahui  
Guru pamong

Mahasiswa Praktikan

Mardiyanto, S.Pd  
NIP. 19660104 200212 1 001

Panca Ayu Saputri  
NIM. 6101409034