

LAPORAN
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN 2
DI SMP NEGERI 13 MAGELANG



Disusun oleh :

Nama : Beni Adhi Ristanto

NIM : 6101409055

**Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan
Rekreasi**

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

PENGESAHAN

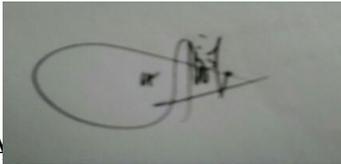
Laporan PPL II ini telah disusun sesuai dengan Pedoman PPL Unnes.

Hari :

Tanggal :

Disahkan oleh:

Koordinator dosen pembimbing



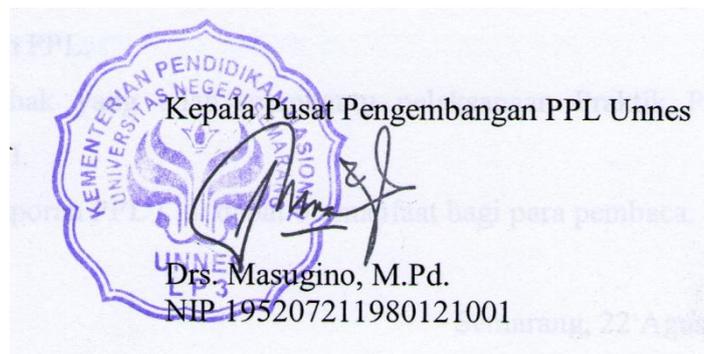
A., M. Pd.
NIP. 19800907 200812 1 002



Kepala SMP N 13 Magelang

Imam Baihaqi, S.Pd

NIP. 19670822 199702 1 003



Kepala Pusat Pengembangan PPL Unnes

Drs. Masugino, M.Pd.

NIP. 195207211980121001

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah serta inayah-Nya sehingga penyusun dapat menyelesaikan laporan Praktik Pengalaman Lapangan di SMP Negeri 13 Magelang. Selama melaksanakan PLL di SMP Negeri 13 Magelang, penulis mendapatkan banyak pengalaman dan ilmu agar menjadi lebih baik. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. H. Soedijono Sastroatmojo, M.Si, Rektor Universitas Negeri Semarang.
2. Drs. Masugino, M.Pd., Kepala UPT PPL UNNES.
3. Agus Widodo Suropto, S.Pd., M.Pd. dosen koordinator PPL di SMP Negeri 13 Magelang.
4. Agus Widodo Suropto, S.Pd., M.Pd dosen pembimbing mahasiswa jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.
5. Imam Baihaqi, S.Pd., kepala SMP Negeri 13 Magelang.
6. Drs. Parjopo selaku koordinator guru pamong.
7. Ari Santoso, S.Pd. Kor., guru pamong praktikan di SMP Negeri 13 Magelang.
8. Bapak dan ibu guru beserta seluruh staf karyawan SMP Negeri 13 Magelang.
9. Rekan-rekan Mahasiswa Praktik Pengalaman Lapangan di SMP Negeri 13 Magelang.
10. Siswa-siswi SMP Negeri 13 Magelang.

Penulis menyaari bahwa dalam laporan ini masih banyak sekali kekurangan, akan tetapi penulis berharap laporan ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Magelang, Oktober 2012

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	iv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan	2
C. Manfaat	2
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Pengertian Praktik Pengalaman Lapangan	4
B. Dasar Pelaksanaan.....	4
C. Status, Peserta, dan Bobot Kredit.....	5
D. Syarat dan Tempat Pelaksanaan.....	5
E. Tugas Guru Praktikan	5
F. Kompetensi Guru	6
BAB III PELAKSANAAN	
A. Waktu.....	7
B. Tempat.....	7
C. Tahap Kegiatan.....	7
D. Materi Kegiatan.....	8
E. Proses Bimbingan.....	9
F. Faktor Pendukung dan Faktor Penghambat.....	10
G. Guru Pomong.....	11
H. Dosen Pembimbing.....	12
BAB IV PENUTUP	
A. Simpulan	13
B. Saran.....	14
LAMPIRAN	

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran kartu bimbingan mengajar

Lampiran presensi mahasiswa praktikan

Lampiran rencana kegiatan mahasiswa

Lampiran daftar hadir dosen

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan aspek penting dalam perkembangan kehidupan masyarakat dan kemajuan bangsa. Untuk mencapai tujuan pendidikan, diperlukan pengelolaan sistem pendidikan yang baik sesuai dengan aturan yang telah ditetapkan. Kualitas pendidik juga menjadi salah satu hal yang mempengaruhi ketercapaian tujuan pendidikan.

Undang-undang No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 4 menyatakan bahwa pendidikan nasional bertujuan mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia Indonesia seutuhnya yaitu manusia yang beriman dan bertakwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa, berbudi luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri serta bertanggung jawab terhadap kemasyarakatan dan kebangsaan. Pencapaian tujuan ini dipengaruhi oleh sistem dan kondisi pendidikan yang ada, terutama tenaga kependidikan. Untuk mencapai tujuan tersebut, tenaga kependidikan harus mempunyai kemampuan dan berkewajiban meningkatkan kemampuan profesi sesuai dengan tuntutan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi untuk membangun bangsa melalui peningkatan sumber daya manusia sebagai generasi penerus.

Universitas Negeri Semarang (Unnes) merupakan salah satu lembaga penghasil tenaga kependidikan profesional dengan salah satu tugasnya untuk menyiapkan tenaga kependidikan yang terdiri dari: tenaga pembimbing, tenaga pengajar, tenaga pelatih, dan tenaga kependidikan lainnya. Dalam kaitannya dengan pengembangan tenaga kependidikan, diperlukan satu strategi dan taktik untuk memperoleh hasil tenaga kependidikan yang profesional, sesuai dengan prinsip-prinsip pendidikan berdasarkan kompetensi pedagogik, kompetensi pribadi, kompetensi profesional, dan kompetensi sosial.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah salah satu strategi dan taktik yang dicanangkan oleh Unnes untuk menyiapkan calon tenaga pendidik

agar siap melaksanakan tugasnya ketika lulus dari Unnes. Praktik Pengalaman Lapangan merupakan semua kegiatan kurikuler yang harus dilakukan oleh mahasiswa praktikan, sebagai pelatihan untuk mengaplikasikan teori yang diperoleh dari semester-semester sebelumnya, sesuai dengan persyaratan yang telah ditetapkan agar mahasiswa praktikan memperoleh pengalaman dan keterampilan lapangan dalam penyelenggaraan pendidikan dan pengajaran di sekolah atau ditempat latihan lainnya. Oleh karena itu, PPL wajib dilaksanakan oleh mahasiswa Program S1 Kependidikan Universitas Negeri Semarang.

PPL berfungsi untuk memberikan bekal kepada mahasiswa praktikan agar mereka memiliki kompetensi profesional, kompetensi personal, dan kompetensi kemasyarakatan.

B. Tujuan PPL

Praktik Pengalaman Lapangan bertujuan membentuk mahasiswa praktikan agar menjadi calon tenaga pendidik yang profesional sesuai dengan prinsip-prinsip pendidikan berdasarkan kompetensi yang meliputi kompetensi paedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi sosial dan kompetensi profesional. Kemudian jika ditinjau dari tujuan khusus, PPL bertujuan sebagai berikut:

1. Menghasilkan sarjana pendidikan yang berkualitas, sehingga dapat mengelola proses pendidikan secara profesional.
2. Memperluas cakrawala pemikiran mahasiswa calon pendidik agar senantiasa dapat berperan aktif dalam proses pembangunan bangsa khususnya dalam pendidikan.
3. Memberikan bekal kepada mahasiswa selaku calon pendidik agar memiliki kualifikasi yang memadai.
4. Mempersiapkan para mahasiswa untuk menjadi sarjana pendidikan yang siap sebagai agen pembaharuan dan dapat mewujudkan transformasi pendidikan.

5. Memantapkan dan meningkatkan pelaksanaan Tri Darma Perguruan Tinggi serta memperoleh masukan-masukan yang berguna bagi Unnes untuk selalu meningkatkan fungsinya sebagai lembaga pendidikan.

C. Manfaat

Manfaat PPL secara umum yaitu memberi bekal kepada mahasiswa praktikan agar memiliki kompetensi profesional, kompetensi paedagogik, kompetensi kepribadian, dan kompetensi sosial. Selain itu, pelaksanaan PPL diharapkan dapat memberikan manfaat terhadap semua komponen yang terkait dalam PPL tersebut, seperti mahasiswa, sekolah, dan Universitas Negeri Semarang.

1. Manfaat bagi Mahasiswa

- a. Mendapatkan kesempatan untuk mempraktikkan ilmu yang diperoleh selama kuliah perkuliahan ditempat PPL.
- b. Mengetahui dan mengenal secara langsung proses belajar mengajar di sekolah latihan.
- c. Memperdalam pengertian dan penghayatan peserta didik tentang pelaksanaan pendidikan.
- d. Mendewasakan cara berpikir, meningkatkan daya penalaran mahasiswa dalam melakukan penelaahan, perumusan, dan pemecahan masalah pendidikan yang ada di sekolah.

2. Manfaat bagi Sekolah

- a. Meningkatkan kualitas pendidikan.
- b. Memberikan masukan kepada sekolah atas hal-hal atau ide-ide baru dalam perencanaan program pendidikan yang akan datang.

3. Manfaat bagi Universitas Negeri Semarang

- a. Memperoleh masukan tentang kasus pendidikan yang dipakai sebagai bahan pertimbangan penelitian.
- b. Memperluas dan meningkatkan jaringan kerja sama dengan sekolah-sekolah latihan.
- c. Memperoleh masukan tentang pelaksanaan PPL, sehingga kurikulum dan metode yang dipakai dapat disesuaikan dengan kebutuhan yang ada di lapangan.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Pengertian Praktik Pengalaman Lapangan

Pengertian Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dalam Peraturan Rektor Universitas Negeri Semarang No. 09 Tahun 2010 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 keterampilan lapangan dalam penyelenggaraan pendidikan dan pengajaran di sekolah atau di tempat latihan lainnya. Kegiatan PPL meliputi praktik mengajar, administrasi, bimbingan dan konseling serta kegiatan yang bersifat kokurikuler dan atau ekstra kurikuler yang berlaku di sekolah/tempat latihan.

PPL bertujuan membentuk mahasiswa praktikan agar menjadi calon tenaga kependidikan yang profesional, sesuai dengan prinsip-prinsip pendidikan berdasarkan kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi profesional, dan kompetensi sosial. PPL berfungsi memberikan bekal kepada mahasiswa praktikan agar mereka memiliki kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi profesional, dan kompetensi sosial. Sedangkan sasarannya adalah agar mahasiswa praktikan memiliki seperangkat pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang dapat menunjang tercapainya penguasaan kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi profesional, dan kompetensi sosial.

B. Dasar Pelaksanaan

Dasar pelaksanaan PPL adalah Peraturan Rektor Universitas Negeri Semarang Nomor 09 Tahun 2010 tentang Pedoman Praktik Pengalaman Lapangan bagi Mahasiswa Program S1 Kependidikan Universitas Negeri Semarang yang terdiri dari XI bab dengan 23 pasal yang memuat semua

peraturan mengenai pelaksanaan PPL di sekolah latihan baik PPL1 maupun PPL2.

C. Status, Peserta, dan Bobot Kredit

Mata kuliah PPL wajib dilaksanakan oleh mahasiswa program kependidikan Universitas Negeri Semarang. Sehingga, peserta PPL adalah mahasiswa program S1 Kependidikan Universitas Negeri Semarang. Mata kuliah ini mempunyai bobot kredit enam Satuan Kredit Semester (6 SKS), yang tersebar dalam PPL1 dengan bobot 2 SKS dan PPL2 dengan bobot 4 SKS. Satu SKS untuk mata kuliah praktik dalam satu semester memerlukan waktu pertemuan: $4 \times 1 \text{ jam (60 menit)} \times 18 = 72 \text{ jam}$.

D. Syarat dan Tempat Pelaksanaan

Syarat yang harus dipenuhi oleh Mahasiswa Program S1 Kependidikan Universitas Negeri Semarang untuk mengikuti PPL2 adalah sebagai berikut.

1. Menempuh minimal 110 SKS, IPK minimal 2,0 dan lulus mata kuliah MKDK, SBM1, SBM2 atau Dasar Proses Pembelajaran 1, Dasar Proses Pembelajaran 2.
2. Mendaftarkan diri sebagai calon peserta PPL secara *online*.
3. PPL2 dilaksanakan setelah PPL1.

Tempat praktik ditetapkan berdasarkan persetujuan Rektor dengan Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten/ Kota, atau pimpinan lain yang setara dan terkait dengan tempat latihan. Penempatan mahasiswa praktikan di tempat latihan ditentukan oleh Pusat Pengembangan PPL Unnes dan instansi lain yang terkait.

E. Tugas Guru Praktikan

Tugas guru praktikan selama mengikuti PPL2 adalah:

1. observasi dan orientasi di tempat praktik;
2. pengajaran model atau pelatihan pengajaran terbimbing;
3. pelatihan pengajaran mandiri dan ujian mengajar;
4. pembuatan media dan perangkat pembelajaran
5. kegiatan ekstrakurikuler seijin kepala sekolah tempat praktik;

6. membantu memperlancar arus informasi dari Unnes ke sekolah latihan dan sebaliknya;
7. menyusun laporan hasil observasi dan orientasi di tempat praktik;
8. menyusun pengurus kelompok praktikan di tempat praktik;
9. mengisi format rencana kegiatan dan format bimbingan PPL yang dijadwalkan.

F. Kompetensi Guru

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

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, kebijakan-kebijakan pemerintah di bidang pendidikan;
3. menguasai materi pembelajaran;
4. menguasai pengelolaan pembelajaran;
5. menguasai evaluasi pembelajaran;
6. memiliki kepribadian, wawasan profesi dan pengembangannya.

Karakteristik guru yang profesional antara lain selalu membuat perencanaan konkret dan rinci 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

A. Waktu

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) 2 dilaksanakan mulai tanggal 31 Juni 2012 sampai dengan 22 Oktober 2012. Pelaksanaan dilakukan pada hari efektif KBM, untuk hari Senin s.d. Kamis pukul 07.15-12.35 WIB, Jum'at pukul 07.30-10.30 WIB, dan Sabtu pukul 07.15-11.55 WIB.

B. Tempat

Praktik Pengalaman Lapangan 2 bertempat di SMP NEGERI 13 MAGELANG, jalan PAHLAWAN NO.164 MAGELANG (0293) 362523.

C. Tahapan Kegiatan

Tahap-tahap kegiatan PPL1 dan PPL2 meliputi:

1. Kegiatan di Kampus, meliputi:

a. Pembekalan

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

b. Upacara Penerjunan

Upacara penerjunan dilaksanakan di depan gedung Rektorat Unnes pada tanggal 31 Juli 2012 pukul 07.00 WIB sampai selesai.

2. Kegiatan di Sekolah Latihan

a. Observasi Lapangan

Kegiatan observasi lapangan di SMP N 13 MAGELANG dilaksanakan pada PPL1 tanggal 1 SAMPAI 11 Agustus 2012. Karena itu, data pengenalan lapangan tidak dilampirkan kembali karena sudah dilampirkan pada Laporan Praktik Pengalaman Lapangan 1 di SMP N 13 MAGELANG.

b. Pengajaran Terbimbing

Pengajaran terbimbing dilakukan oleh mahasiswa praktikan dengan bimbingan guru pamong dan/ atau dosen pembimbing. Artinya guru pamong dan dosen pembimbing ikut meninjau di kelas. Sebelum melakukan pembelajaran di kelas praktikan sudah menyiapkan perangkat pembelajaran seperti silabus dan rencana pelaksanaan pembelajaran yang sudah dikonsultasikan terlebih dulu kepada guru pamong.

c. Pengajaran Mandiri

Pengajaran mandiri dilakukan oleh praktikan dimana guru pamong sudah tidak ikut mendampingi masuk ke kelas. Tetapi, sebelumnya semua perangkat pembelajaran sudah dikonsultasikan kepada guru pamong.

d. Pengawasan Mid Semester Terpadu

Praktikan mendapat tugas menjadi pengawas Mid Semester 1 pada tanggal 8 Oktober s.d. 10 Oktober 2012.

e. Melatih dalam kegiatan ekstrakurikuler OR

Di SMP N 13 MAGELANG mempunyai banyak kegiatan olahraga yang di ekskul kan sehingga mahasiswa praktikan ditugasi untuk membantu mengajar siswa yang ekstra.

f. Penilaian PPL2

Penilaian PPL2 pada mata pelajaran penjasorkes merupakan kewenangan guru pamong mata pelajaran dalam hal ini Bapak Ari Santoso. S. Pd., dan juga dosen pembimbing yaitu Bapak Agus Widodo Suropto. S. Pd., M. Pd. Penilaian berdasarkan pengamatan guru pamong dan dosen pembimbing ketika kegiatan belajar mengajar berlangsung di lapangan..

D. Materi Kegiatan

Materi yang praktikan peroleh berasal dari kegiatan pembekalan PPL, antara lain materi tentang ke-PPL-an, aturan, pelaksanaan serta kegiatan belajar mengajar dengan segala permasalahannya yang mungkin muncul

sedangkan materi yang lain diberikan oleh dosen koordinator, kepala sekolah, serta guru-guru tempat sekolah latihan yang mendapat tugas dari UPT PPL Unnes, seperti:

1. Membuat perangkat pembelajaran atas bimbingan guru pamong.
2. Melaksanakan praktik mengajar atas bimbingan guru pamong dan dosen pembimbing.
3. Mengikuti kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler di sekolah.
4. Mengadakan kegiatan lomba antar mahasiswa PPL dengan guru yang ada di SMP N 13 MAGELANG.

E. Proses Bimbingan

Proses pembimbingan dalam hal ini berkaitan dengan pembimbingan yang dilakukan oleh guru pamong terhadap praktikan yang meliputi penyusunan perangkat pembelajaran, dan pelatihan mengajar. Dalam proses pembimbingan guru pamong juga memberikan masukan yang berarti terhadap kekurangan praktikan sehingga dapat mengetahui dan mengoreksi kekurangan tersebut untuk menjadi lebih baik.

F. Faktor Pendukung dan Penghambat

Dalam suatu kegiatan pasti terdapat faktor yang mendukung maupun faktor yang menghambat. Demikian juga dalam pelaksanaan PPL juga terdapat faktor pendukung dan faktor penghambat.

1. Faktor pendukung
 - a. Kondisi lingkungan sekolah yang kondusif sehingga mendukung proses belajar mengajar.
 - b. Guru pamong yang hampir setiap hari dapat ditemui untuk dimintai saran dan bimbingan.
 - c. Tersedianya beberapa buku penunjang di perpustakaan.
 - d. Kedisiplinan warga sekolah yang baik.
 - e. Kualitas tenaga pengajar yang profesional dibidangnya.
 - f. Pihak SMP N 13 MAGELANG yang menerima dan membimbing guru praktikan dengan baik.

- g. Komunikasi yang baik antara praktikan dengan guru pamong, koordinator guru pamong, dosen pembimbing, dan koordinator dosen pembimbing.
 - h. Pengarahan, kritik, saran dan perbaikan yang membangun melalui kegiatan refleksi oleh guru pamong setelah praktikan melaksanakan KBM.
 - i. Bimbingan dan arahan dosen pembimbing, koordinator guru pamong, dan koordinator dosen pembimbing dalam pelaksanaan PPL secara umum dan penyusunan laporan PPL.
 - j. Siswa SMP N 13 MAGELANG menerima mahasiswa praktikan mengajar kelas mereka dengan sikap ramah dan mengikuti pembelajaran dari praktikan sebagaimana pembelajaran yang dilakukan oleh guru pamong.
2. Faktor penghambat
- a. Kekurangan dan keterbatasan kemampuan praktikan, mengingat masih pada tahap belajar.
 - b. Terkadang praktikan merasa kesulitan menerapkan teori pembelajaran yang sudah dipelajari pada mata kuliah yang didapat, terkait dengan kondisi siswa.
 - c. Pembekalan dan arahan pelaksanaan PPL dari kampus yang belum maksimal.
 - d. Karakteristik siswa yang berbeda sehingga membuat apa yang direncanakan kadang tidak sesuai dengan kondisi lapangan.

G. Guru Pamong

Guru pamong penjasorkes di SMP N 13 MAGELANG masih sangat muda sehingga dapat memudahkan mahasiswa dalam melakukan komunikasi dalam hal bimbingan. Tentunya dengan bobot bimbingan yang sangat membantu guru praktikan.

Guru pamong sangat membantu praktikan, beliau selalu terbuka dalam memberikan masukan, kritik dan saran bagaimana membelajarkan siswa dengan baik. Sehingga hampir dipastikan praktikan tidak mengalami

kesulitan yang berarti selama mengajar di kelas yang beliau ajar yaitu kelas 7 dan 8.

H. Dosen Pembimbing

Dosen pembimbing praktikan beberapa kali datang ke sekolah latihan, membimbing dan memantau dalam mengajar, membantu memberikan solusi dari persoalan yang praktikan hadapi serta dalam pembuatan perangkat pembelajaran yang benar. Dosen pembimbing juga sangat terbuka kepada mahasiswa dan selalu memantau bila mahasiswa mengalami kesulitan. Praktikan selalu diminta oleh dosen pembimbing untuk selalu konsultasi kepada guru pamong terutama terkait masalah persiapan mengajar dan rencana pembelajaran. Hal ini bertujuan agar praktikan lancar dan meminimalkan kesalahan yang dibuat selama mengajar

BAB IV

PENUTUP

A. Simpulan

Dari keseluruhan kegiatan pelaksanaan PPL 2 ini dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut

1. Kegiatan PPL 2 memberikan bekal pengalaman dan keterampilan bagi praktikan dalam mempersiapkan, mengelola, dan mengevaluasi kegiatan belajar mengajar di kelas.
2. PPL sebagai sarana bagi mahasiswa kependidikan untuk berlatih menjadi tenaga pendidik profesional dan kompeten dalam bidangnya, termasuk kompetensi kepribadian sebagai tenaga pendidik.
3. PPL mempersiapkan mahasiswa kependidikan secara fisik dan mental untuk menjadi seorang tenaga pendidik.
4. Tugas seorang guru (praktikan) meliputi merencanakan, mengaktualisasikan, dan mengevaluasi apa yang direncanakan dalam proses pengajaran di kelas. Pedoman utama dalam penyusunan perencanaan pembelajaran adalah garis-garis besar program pengajaran (GBPP). Perencanaan pembelajaran diperlukan untuk memberikan arah bagi pencapaian tujuan belajar.

Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam pembelajaran yang dilakukan, antara lain:

1. Dalam mengaktualisasikan proses pembelajaran, seorang guru (praktikan) harus mempunyai bekal materi yang cukup serta harus mempunyai kemampuan dalam mengelola kelas.
2. Seorang guru (praktikan) harus memiliki kesabaran dalam membimbing siswa yang mempunyai karakter yang berbeda.
3. Seorang guru harus dapat menggunakan strategi pembelajaran yang tepat sehingga siswa dapat mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan.

B. Saran

Dari Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) 2 yang praktikan laksanakan, praktikan menyarankan beberapa hal sebagai berikut.

1. Sebelum terjun ke sekolah latihan sebaiknya praktikan diberi bekal yang cukup agar setelah diterjunkan sudah benar-benar siap untuk mengajar.
2. Penempatan mahasiswa praktikan di sekolah latihan hendaknya disesuaikan dengan kemampuan mahasiswa yang bersangkutan.
3. Mahasiswa PPL diharapkan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah tempat PPL dan dapat memanfaatkan kegiatan ini dengan sebaik-baiknya.

Lampiran rencana kegiatan mahasiswa

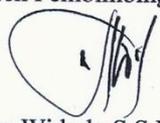
RENCANA KEGIATAN MAHASISWA PPL DI SEKOLAH/TEMPAT LATIHAN

Nama : Beni Adhi Ristanto
 NIM/Prodi : 6101409055
 Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
 Sekolah/tempat latihan : SMP N 13 Magelang

Minggu ke	Hari dan tanggal	Jam	Kegiatan
I	Senin,27/08/2012	4, 5	Mengajar kelas 8D
	Selasa,28/08/2012	5, 6	Konsultasi guru pamong terkait Pengajaran
	Rabu,29/08/2012	3, 4	Mengajar kelas 7E
	Kamis,30/08/2012	8, 9	Briefing siang
	Jum'at,31/08/2012	1, 2	Mengajar kelas 8E
	Sabtu,1/09/2012	8, 9	Briefing siang
II	Senin,02/09/2012	4, 5	Mengajar kelas 8D
	Selasa,03/09/2012	1, 2	Mengajar kelas 7E & ekstra sepakbola
	Rabu,04/09/2012	3, 4	Mengajar kelas 7E & ekstra bola voli
	Kamis,05/09/2012	3, 4	Mengajar kelas 9C
	Jum'at,06/09/2012	1, 2	Mengajar kelas 8E
	Sabtu,07/09/2012	5, 6	Konsultasi mengenai pengambilan nilai siswa
III	Senin,08/09/2012	4-8	Membantu kegiatan rapat wali murid kelas VII
	Selasa,09/09/2012	3, 4	Mengajar kelas 8B & ekstra sepakbola
	Rabu,10/09/2012	8- selesai	Briefing siang & ekstra bulutangkis
	Kamis,11/09/2012	3, 4	mengajar kelas 8H
	Jum'at,12/09/2012	8-selesai	Briefing siang & ekstra Pramuka
	Sabtu,13/09/2012	1, 2	Mengajar kelas 8H

Guru Pamong/Pamong

 Ari Santoso, S.Pd.Kor.
 NIP.19820114 200903 1 003

Dosen Pembimbing

 Agus Widodo S,S.Pd,M.Pd
 NIP. 19800907 200812 1 002

Kepala Sekolah

 Imam Baihaqi, S.Pd.
 NIP.196708221997021003



Lampiran daftar hadir dosen

**DAFTAR HADIR DOSEN PEMBIMBING PPL
PRODI PJKR / 2012**

Sekolah / tempat latihan : SMP N 13 MAGELANG
 Nama / NIP dosen pembimbing : Agus Widodo S. S.Pd, M.Pd./19800907 200812 1 002
 Jurusan / Fakultas : PJKR/FIK

No.	Tanggal	Mahasiswa yang dibimbing	Materi bimbingan	Tanda Tangan
1.	sdasa, 28/08/2012	Berri Adhi Ristanto	Pembagian waktu jadwal ajar	
2.	Jumat/28/09/2012	Berri Adhi Ristanto	Pengurusan kelas dan kekurangan guru praktikan.	
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				

Magelang, 2012
 Kepala Sekolah / Tempat Latihan

 Imam Baihaqi, S.Pd
 NIP. 19670822 199702 1 003



Lampiran kartu bimbingan mengajar

**KARTU BIMBINGAN PRAKTIK MENGAJAR
MAHASISWA UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

Tempat Praktik : SMP N 13 MAGELANG

MAHASISWA		GURU PAMONG				DOSEN PEMBIMBING	
Nama : Beni Adhi Ristanto		Nama : Ari Santoso, S. Pd.		Nama : Agus Widodo S. S.Pd, M.Pd.			
NIM/Prodi : 6101409055/PJKR		NIP : 19560228 198803 1 001		NIP : 19800907 200812 1 002			
Fakultas : Ilmu Keolahragaan (FIK)		Bidang Studi : PENJASORKES		Fakultas : Ilmu Keolahragaan			
No	Tanggal	Materi Pokok	Kelas	Tanda Tangan			
				Dosen pembimbing	Guru pamong		
1	27/8/2012	Tolak Peluru	8D				
2	29/8/2012	Tolak Peluru	7G				
3	31/8/2012	Tolak Peluru	8E				
4	3/9/2012	Sepak bola	8D				
5	5/9/2012	Sepak bola	7G				
6	7/9/2012	Sepak bola	8E				
7	11/9/2012	Bola volly	8B				
8	13/9/2012	Bola volly	7H				

Magelang,

2012



Mengetahui:
Kepala Sekolah
Imam Baihaqi, S.Pd
NIP. 19670822 199702 1 003

Koordinator dosen pembimbing,

Agus Widodo S,S.Pd,M.Pd
NIP. 19800907 200812 1 002



**SMP NEGERI 13 MAGELANG
TAHUN PELAJARAN 2012/2013**

	July 2012					August 2012				September 2012				October 2012				November 2012				December 2012				
Minggu	1	8	15	22	29	5	12	19	26	2	9	16	23/30	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23/30	
Senin	2	9	16	23	30	6	13	20	27	3	10	17	24	8	15	22	29	5	12	19	26	3	10	17	24/31	
Selasa	3	10	17	24	31	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25
Rabu	4	11	18	25	1	8	15	22	29	5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26
Kamis	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27
Jum'at	6	13	20	27	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28
Sabtu	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29

	January 2013					February 2013				March 2013				April 2013				May 2013				June 2013				July 2013					
Minggu	6	13	20	27	3	10	17	24/31	3	10	17	24/31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23/30	7	14	21	28			
Senin	7	14	21	28	4	11	18	25	4	11	18	25	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29		
Selasa	8	15	22	29	5	12	19	26	5	12	19	26	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30		
Rabu	2	9	16	23	30	6	13	20	27	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	11	18	25	31	3	10	17	24	31
Kamis	3	10	17	24	31	7	14	21	28	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	
Jum'at	4	11	18	25	1	8	15	22	1	8	15	22	5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26		
Sabtu	5	12	19	26	2	9	16	23	2	9	16	23	6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27		

KETERANGAN :

- | | | | |
|--|----------------------------------|--|------------------------------------|
| | Kegiatan Orientasi Peserta Didik | | Ulangan Akhir Sem 1/Kenaikan Kelas |
| | Libur awal puasa dan hari raya | | Libur Umum |
| | Upacara Hari Besar Nasional | | Tahun pelajaran 2012/2013 |
| | Kegiatan Tengah Semester | | Libur akhir semester 1 dan 2 |
| | Ujian Nasional Utama | | Pembagian Rapor |
| | Ujian Nasional Susulan | | Tahun pelajaran 2013/2014 |
| | Ujian Sekolah Utama | | |
| | Ujian Sekolah Susulan | | |

Magelang, 1 Juli 2012
Kepala Sekolah

IMAM BAIHAQI, S.Pd.
NIP. 19670822 199701 1 003

PROGRAM TAHUNAN
SMP NEGERI 13 MAGELANG

Mata pelajaran : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Kelas/Semester : VII/Genap

Tahun Pelajaran : 2012/2013

SEMESTER	NO	POKOK BAHASAN	ALOKASI WAKTU	KETERANGAN
I	1	PERMAINAN DAN OLAHRAGA		
		a. Sepakbola	2	
		b. Bola Voli	2	
		c. Bola Basket	2	
		d. Bulu Tangkis	2	
	e. Atletik	2		
	2	AKTIFITAS PENGEMBANGAN	2	
	3	UJI DIRI	2	
	4	AKTIFITAS RITMIK	2	
	5	PENDIDIKAN LUAR SEKOLAH	2	

Mengetahui,

Kepala sekolah

Guru Mata Pelajaran

Imam Baihaqi, S. Pd

Ari Santoso, S.Pd.Kor

NIP.19670822 199702 1 003
200903 1 003

NIP.19820114

**PROGRAM SEMESTER
SMP NEGERI 13 MAGELANG**

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Kelas/Semester : VII/GASAL
Tahun Pelajaran : 2012/2013

NO	POKOK BAHASAN	ALO KAS I	BULAN																											
			JULI					AGUSTUS				SEPTEMBER					OKTOBER				NOVEMBER				DESEMBER					
			1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1	PERMAINAN																													
	SEPAKBOLA	4 jp																												
	BOLA VOLI	4 jp																												
	BOLA BASKET	4 jp																												
	ATLETIK	4 jp																												
2	AKTIFITAS PENGEMBANGAN	4 jp																												
3	UJI DIRI	4 jp																												
4	AKTIFITAS RITMIK	4 jp																												
5	PENDIDIKAN LUAR SEKOLAH	4 jp																												

Mengetahui,
Kepala sekolah

Guru Mata Pelajaran

Imam Baihaqi, S. Pd

Ari Santoso, S. Pd.Kor

NIP.19670822 199702 1 003

NIP.19820114 200903 1 003

PERHITUNGAN KRITERIA KETUNTASAN MINIMAL (KKM)

NAMA SEKOLAH : SMP NEGERI 13 MAGELANG
MATA PELAJARAN : PENJASORKES
KELAS/SEMESTER : 7,8,9/I,II
TAHUN PELAJARAN : 2012/2013

	SEMESTER I	SEMESTER II
KELAS VII	75	75
KELAS VIII	75	75
KELAS IX	75	75

Mengetahui,

Kepala sekolah

Koordinator penjas

Imam Baihaqi, S. Pd

Sunaryanto

NIP.19670822 199702 1 003

NIP.19560228198803 1 001

		percaya diri.	peraturan yang dimodifikasi.						
--	--	---------------	------------------------------	--	--	--	--	--	--

SILABUS PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP NEGERI 13 MAGELANG

Kelas : VII (Tujuh)

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Semester : 1 (satu)

Standar Kompetensi : Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi dasar	Materi pokok/ pembelajaran	Kegiatan pembelajaran	Indikator	Penelitian			Alokasi waktu	Alat/sumber belajar	Nilai karakter
				teknik	Bentuk instrumen	Contoh instrumen			
Mempraktikkan teknik dasar salah satu nomor olahraga bola besar beregu lanjutan serta nilai kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian	Bola voli	<ul style="list-style-type: none"> • Passing atas dan bawah dalam bola voli secara berpasangan atau kelompok • Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk kerja sama dan toleransi 	Melakukan passing atas dan bawah bolavoli <ul style="list-style-type: none"> • Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi • Mengetahui bentuk-bentuk passing atas dan bawah pada permainan bola voli • Kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian 	Tes praktik (Kinerja) Tes tertulis Tes observasi Tes praktik	Tes Contoh Kinerja Lembar observasi Tes Contoh Kinerja	<ul style="list-style-type: none"> • Lakukan teknik dasar passing passing atas dan bawah bolavoli ! • Posisi kedua lengan saat passing atas, adalah <ol style="list-style-type: none"> a. diluruskan dan rapat b. ditekuk dan rapat c. disilang dan rapat 	2x40 menit	Buku teks, Buku referensi, Bolavoli, net, lapangan bolavoli	Disiplin Tekun Tanggung jawab Ketelitian Kerjasama Toleransi Keberanian Percaya diri

SILABUS PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP NEGERI 13 MAGELANG

Kelas : VIII (Delapan)

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Semester : 1 (satu)

Standar Kompetensi : Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi dasar	Materi pokok/ pembelajaran	Kegiatan pembelajaran	indikator	Penelitian			Alokasi waktu	Alat/sumber belajar	Nilai karakter
				teknik	Bentuk instrumen	Contoh instrumen			
Mempraktikkan teknik dasar salah satu nomor olahraga bola besar beregu lanjutan serta nilai kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian	Sepak bola	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan teknik dasar menendang menghentikan bola menggunakan kaki bagian dalam, luar, telapak kaki, dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik. Bermain dengan peraturan dimodifikasi untuk memupuk kerja sama 	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan teknik dasar menendang dan menghentikan bola menggunakan kaki bagian dalam dan luar dengan koordinasi yang baik serta menahan dengan telapak kaki. Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi Mengetahui teknik dasar menendang dan menghentikan bola menggunakan kaki dalam luar. 	<p>Tes praktik (Kinerja)</p> <p>Tes tertulis</p> <p>Tes observasi</p> <p>Tes praktik</p>	<p>Tes Contoh Kinerja</p> <p>Pilihan ganda/uraian singkat</p> <p>Lembar observasi</p> <p>Tes Contoh Kinerja</p>	Lakukan teknik dasar menendang, menghentikan bola dengan kaki bagian dalam, luar, telapak kaki dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.	2x40 menit	Buku teks, Buku referensi, bola kaki, lapangan sepakbola	<p>Disiplin</p> <p>Tekun</p> <p>Tanggung jawab</p> <p>Ketelitian</p> <p>Kerjasama</p> <p>Toleransi</p> <p>Keberanian</p> <p>Percaya diri</p>

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 13 Magelang
Mata pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VII/1
Alokasi Waktu : 2 X 40 menit

A. Standar Kompetensi

Mempraktikkan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

B. Kompetensi Dasar

Mempraktikkan kombinasi teknik dasar atletik dengan baik serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.

C. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan dan memahami olahraga atletik tolak peluru gaya o brien
2. Siswa dapat melakukan olahraga atletik tolak peluru gaya o brien serta dapat melakukan kerjasama dengan menjunjung tinggi sportivitas.
3. Siswa dapat memahami strategi yang digunakan dalam tolak peluru gaya o brain

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

D. Materi Pembelajaran

1. Standing dalam tolak peluru
2. Teknik awalan dan gerakan setelah menolak peluru
3. Melakukan gerakan tolak peluru gaya o brien dengan baik dan benar

E. Bahan Ajar

Tahap luncuran

- Badan bergerak ke depan menuju tumit, tidak mendudukan pinggul
- Kaki bebas ayun/di dorong rendah ke arah balok penahan
- Kaki topang diluruskan diatas tumitnya
- Kaki topang memelihara dengah kontak dengan tanah selama gerak meluncur itu
- Bahu dijaga tetap bidang terhadap belakang lingkaran.

Tahap lepasan

- Berat badan di tumpukan pada telapak kaki kanan bagian depan, lutut kanan ditekuk
- Tumit kaki kanan dan jari-jari kaki kiri ditempatkan segaris
- Pinggul da bahu dipilinkan
- Kepala dan lengan kiri di kunci ke belakang
- Siku kanan membentuk sudut siku-siku dengan badan

Tahap pelepasan peluru

- “serangan” dari lengan pelempar di mulai setelah tubuh dan tungkai – tungkai diluruskan sepenuhnya
- Lengan kiri ditekuk dan ditempatkan dekat badan
- Percepatan diteruskan dengan pergelangan tangan diregangkan sebelumnya
- Kaki-kaki menyentuh tanah untuk melepaskan peluru

Buku referensi (*Drs. Yoyo Bahagia, Gerry A. carr atletik*)

Gambar (*Drs. Yoyo Bahagia, Gerry A. carr atletik*)

F. Metode Pembelajaran

1. Ceramah
2. Demonstrasi
3. Praktik

G. Langkah-langkah Pembelajaran

1. Kegiatan Awal (5 menit):

Dalam kegiatan Awal, guru:

- a) Siswa dibariskan
- b) Berdoa
- c) Mengecek kehadiran siswa
- d) Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti

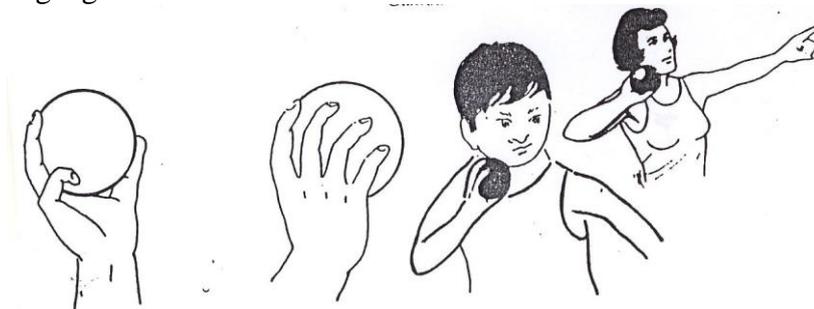
- a. Pemanasan khusus bertujuan untuk mempersiapkan otot-otot dominan dengan melakukan :
- Latihan mata kaki (ankling drill)
 - Drill tendangan tumit (heel kick-up drill)
 - Siswa melakukan push up yang bertujuan untuk meningkatkan kekuatan otot tangan.

2. Kegiatan inti (10 menit):

a)Eksplorasi

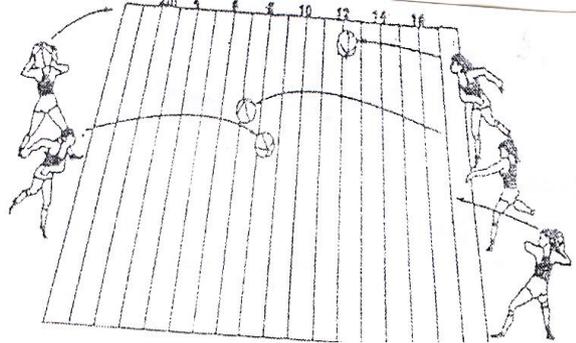
Dalam kegiatan eksplorasi, guru menerangkan langkah – langkah dalam melakukan tolak peluru gaya o brien.

- a. Pengenalan bola
- Timang-timang.
 - Mengelindingkan bola / peluru.
 - Memutar peluru melalui bawah paha.
 - Peluru dipegang kedua tangan dan dilempar keatas dari depan bawah.
 - Peluru dipegang kedua tangan didepan bawah dilempar kebelakang lewat atas kepala.
 - Pegangan bola



- b. Meluncur
- Siswa melakukan berpasangan dua orang bergantian
 - Melakukan satu – satu dengan pasangan mengevaluasi
- c. Standing
- Siswa melakukan satu per satu
 - Siswa melakukan dengan bersamaan (2 kelompok)
 - Bergantian dengan siswa lain mengoreksi
- d. Variasi

- Melakukan tolakan dengan di ganti bola tenis
- Dibagi 2 orang saling berpasangan melakukan bergantian



- e. Menggunakan bola asli
- Melakukan tolakan dengan komperisi 2 kelompok
- Melakukan satu per satu

b)Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

- memfasilitasi peserta didik melalui pemberian tugas, diskusi, dan lain-lain untuk memunculkan gagasan baru baik secara lisan maupun tertulis
- memberi kesempatan untuk berpikir, menganalisis, menyelesaikan masalah, dan bertindak tanpa rasa takut
- memfasilitasi peserta didik dalam pembelajaran kooperatif dan kolaboratif
- memfasilitasi peserta didik berkompetisi secara sehat untuk meningkatkan prestasi belajar
- memfasilitasi peserta didik membuat laporan eksplorasi yang dilakukan baik lisan maupun tertulis, secara individual maupun kelompok

c)Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

- Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
- Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pahaman memberikan penguatan dan penyimpulan
- Guru menambahkan jika dalam pengajaran terjadi kekurangan

3. Kegiatan Penutup (5 menit):

Dalam kegiatan penutup, guru:

- a) Pendinginan (cooling down)
- b) Mengevaluasi proses pembelajaran

- c) Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan dan teknik jalan cepat
- d) Berdoa

H. Alat dan Sumber Belajar

- 1. Buku referensi (*Drs. Yoyo Bahagia, Gerry A. carr atletik*)
- 2. Gambar (*Drs. Yoyo Bahagia, Gerry A. carr atletik*)
- 3. Jam tangan, Peluit, Kun, bola tenis

I. Penilaian

**RUBRIK PENILAIAN
TEKNIK DASAR TOLAK PELURU**

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
1. Arah tolakan apakah sudah efektif 2. Gerakan tangan setelah menolak 3. Posisi tubuh dari awalan hingga setelah melakukan tolakan				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 12				

**RUBRIK PENILAIAN
PERILAKU DALAM TOLAK PELURU O BRIEN**

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
1. Mampu melakukan gerakan dengan baik	
2. Toleransi/menghargai lawan	
3. Percayadiri (bersungguh-sungguh dalam melakukan)	
4. Lapang dada menerima kekalahan	
Jumlah	
Jumlah Skor Maksimal = 4	

RUBRIK PENILAIAN
PEMAHAMAN KONSEP TOLAK PELURU O BRIEN

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
1. Berapa sudut elevasi yang efektif dihasilkan tolakan? 2. Bagaimana posisi tangan yang benar pada saat melakukan tolakan? 3. Apakah posisi punggung tetap membungkuk?				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 12				

Mangelang, 27 Agustus 2012

Mengetahui,
Guru Pamong

Guru Praktikan

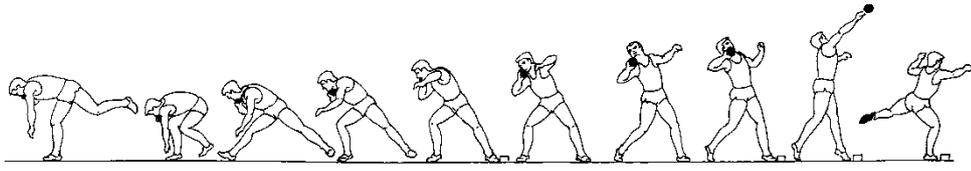
Ari Santoso, S. Pd.Kor

NIP. 19820114 200903 1 003

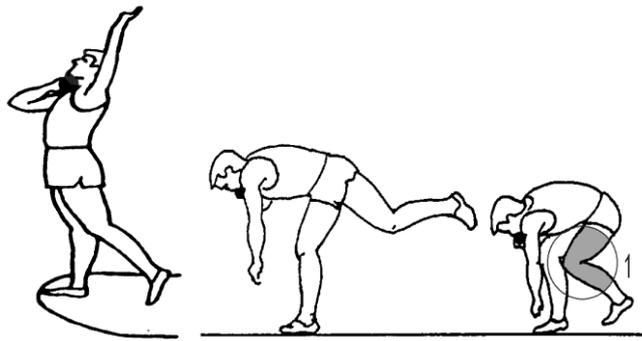
Beni Adhi Ristanto

NIM. 6101409055

I. Media pembelajaran



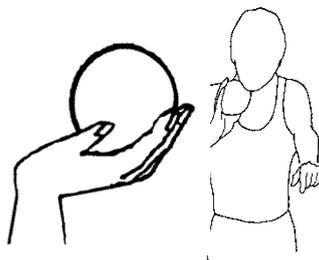
Gambar gerakan keseluruhan



Tahap awalan



Tahap luncuran



Pegangan dan peletakan

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP NEGERI 13 MAGELANG

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas/Semester : VII / I

Standar Kompetensi*

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

Kompetensi Dasar

1.1. Mempraktikan teknik dasar **salah satu** permainan dan olahraga bola besar beregu serta nilai kerja sama, toleransi, percaya diri, memecahkan masalah, menghargai teman keberanian*

Alokasi Waktu : 2 x 40 menit

A. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat melakukan passing atas bolavoli dengan benar
- b. Siswa dapat melakukan passing bawah bolavoli dengan benar
- c. Siswa dapat bermain bolabasket dengan baik menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk nilai kerja sama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai teman

❖ Karakter siswa yang diharapkan :

Disiplin (*Discipline*)

Tekun (*diligence*)

Tanggung jawab (*responsibility*)

Ketelitian (*carefulness*)

Kerja sama (*Cooperation*)

Toleransi (*Tolerance*)

Percaya diri (*Confidence*)

Keberanian (*Bravery*)

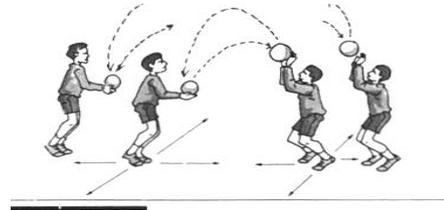
B. Materi Pembelajaran

Permainan Bolavoli

- Passing atas bolavoli
- Passing bawah bolavoli
- Bermain sepakbola menggunakan peraturan yang dimodifikasi

C. Metode Pembelajaran

4. Ceramah
5. Demonstrasi
6. Praktik



D. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

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

2. Kegiatan Inti (55 menit)

▪ Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- Melakukan teknik dasar *passing atas*
- Teknik dasar (*passing atas*) dengan rincian kegiatan sebagai berikut :



- Melakukan *passing atas* dengan cara mendorong bola di tempat (*perorangan*)
- Melakukan *passing atas* dengan cara menangkap lalu mendorong yang diawali dengan bola dilambung di tempat (*perorangan*)
- Melakukan *passing atas* sambil berjalan dan gerak menyamping kanan dan ke kiri (*perorangan*)
- Melakukan *passing atas* bola dilambung teman dari depan di tempat (*berpasangan*)

- memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di lapangan.

▪ ***Elaborasi***

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

- membiasakan peserta didik membaca dan menulis yang beragam melalui tugas-tugas tertentu yang bermakna;
- memfasilitasi peserta didik melalui pemberian tugas, diskusi, dan lain-lain untuk memunculkan gagasan baru baik secara lisan maupun tertulis;
- memberi kesempatan untuk berpikir, menganalisis, menyelesaikan masalah, dan bertindak tanpa rasa takut;
- memfasilitasi peserta didik dalam pembelajaran kooperatif dan kolaboratif;
- memfasilitasi peserta didik berkompetisi secara sehat untuk meningkatkan prestasi belajar;
- memfasilitasi peserta didik membuat laporan eksplorasi yang dilakukan baik lisan maupun tertulis, secara individual maupun kelompok;
- memfasilitasi peserta didik untuk menyajikan hasil kerja individual maupun kelompok;
- Melakukan teknik dasar mengumpan dengan bola diam berhadapan dengan teman
- Melakukan teknik dasar mengumpan dengan bola digelindingkan teman dari depan di tempat
- Strategi pelaksanaan dengan menggunakan model tugas/penugasan
 - guru membagikan bahan ajar, yang berisi deskripsi tugas dan indikator tugas gerak
 - siswa mempelajari tugas ajar dan indikator keberhasilannya
 - siswa memperkirakan waktu yang diperlukan untuk mencapai ketuntasan tugas ajar
 - siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang telah ditentukan sendiri
 - bagi siswa yang belum mampu mencapai target belajar sesuai dengan alokasi waktunya, maka mereka diberi kesempatan untuk memperbaiki target waktu.
 - bagi siswa yang telah berhasil mencapai target sesuai dengan waktu atau lebih cepat, maka mereka diberi kesempatan untuk mencoba permainan bolavoli dengan peraturan yang dimodifikasi.
- Bermain bolavoli dengan peraturan yang dimodifikasi dengan menggunakan teknik dasar passing atas
- memfasilitasi peserta didik melakukan kegiatan yang menumbuhkan kebanggaan dan rasa percaya diri peserta didik.

▪ **Konfirmasi**

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

- Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
- Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan

3. Kegiatan Penutup (10 menit)

Dalam kegiatan penutup, guru:

- bersama-sama dengan peserta didik dan/atau sendiri membuat rangkuman/simpulan pelajaran;
- melakukan penilaian dan/atau refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan secara konsisten dan terprogram;
- memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran;
- merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk pembelajaran remedi, program pengayaan, layanan konseling dan/atau memberikan tugas baik tugas individual maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik;
- maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik;

E. Sumber Belajar

- Ruang terbuka yang datar dan aman
- Bola
- Buku teks
- Buku referensi, *Roji, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas VII*,
- Lembar Kerja Proses Belajar, *Roji, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*

F. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen

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

Tiap perilaku yang di cek (✓) mendapat nilai 1

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = ----- X 30

Jumlah skor maksimal

- *Kuis/embedded test* (kognisi):

Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak dalam permainan bolavoli

Keterangan:

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

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = ----- X 20

Jumlah skor maksimal

- **Nilai akhir yang diperoleh siswa =**

Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis
--

RUBRIK PENILAIAN UNJUK KERJA TEKNIK DASAR PERMAINAN BOLAVOLI

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
<p><i>Melakukan Teknik Dasar Passing Atas dan Bawah</i></p> <p>1. Posisi kedua lutut saat akan melakukan passing atas direndahkan</p> <p>2. Bentuk gerakan lengan saat melakukan passing atas dan bawah mendorong bola ke depan atas</p> <p>3. Posisi badan yang benar saat akan melakukan passing atas dan bawah dalam permainan bolavoli</p> <p>4. Bentuk arah bola hasil passing atas dan bawah dalam</p>				

permainan bolavoli berbentuk parabola				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 16				

**RUBRIK PENILAIAN
PERILAKU DALAM PERMAINAN BOLAVOLI**

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
1. Bekerja sama dengan teman satu tim	
2. Keberanian dalam melakukan gerakan (tidak ragu-ragu)	
3. Mentaati peraturan	
4. Menghormati wasit(sportif)	
5. Menunjukkan sikap bersungguh-sungguh dalam bermain	
JUMLAH	
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 5	

Mangelang, 30 Agustus 2012

Mengetahui,
Guru Pamong

Guru Praktikan

Ari Santoso, S. Pd.Kor
NIP. 19820114 200903 1 003

Beni Adhi Ristanto
NIM. 6101409055

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

SEKOLAH : SMP N 13 Magelang
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VIII / I

Standar Kompetensi*

1. Mempraktikkan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar

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

Alokasi Waktu : 2 x 40 menit

A. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat melakukan variasi kombinasi teknik dasar menedang bola dengan kaki bagian dalam dan luar dengan benar
- b. Siswa dapat melakukan variasi kombinasi teknik dasar menghentikan bola dengan kaki bagian dalam, luar dan telapak kaki dengan benar
- c. Siswa dapat melakukan variasi kombinasi teknik dasar menggiring bola dengan kaki bagian dalam dan luar dengan benar
- d. Siswa dapat bermain sepakbola dengan baik menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk nilai kerja sama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai teman

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

B. Materi Pembelajaran

Permainan Sepakbola

- Variasi dan kombinasi mengumpan dan menghentikan bola menggunakan kaki bagian dalam dan luar
- Variasi dan kombinasi menahan bola menggunakan kaki bagian dalam dan luar serta menahan dengan telapak kaki
- Bermain sepakbola menggunakan peraturan yang dimodifikasi

Bahan ajar

- Melakukan kontrol bola dari lemparan passing teman
- Melakukan kontrol dengan bola tinggi
- Menggiring dengan variasi kontrol bola

C. Metode Pembelajaran

- Demonstrasi
- Timbal balik
- penugasan

D. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

1. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)

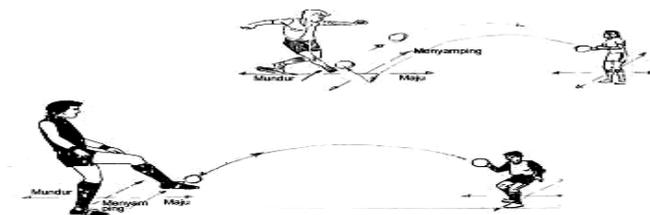
- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

2. Kegiatan Inti (60 menit)

▪ *Eksplorasi*

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- Variasi dan kombinasi teknik dasar (mengumpan dengan kaki bagian dalam dan dalam serta menghentikan bola dengan telapak kaki) dengan rincian kegiatan sebagai berikut :



- Melakukan teknik dasar mengumpan dengan bola dilambung berhadapan dengan teman
- Melakukan teknik dasar mengumpan dengan bola digelindingkan teman dari depan di tempat
- Melakukan teknik dasar mengumpan dengan bola dilambung teman dari depan di tempat dilanjutkan dengan bergerak maju dan mundur
- Melakukan teknik dasar mengumpan secara langsung

▪ *Elaborasi*

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

- Strategi pelaksanaan dengan menggunakan model tugas/penugasan

- guru membagikan bahan ajar, yang berisi deskripsi tugas dan indikator tugas gerak
- siswa mempelajari tugas ajar dan indikator keberhasilannya
- siswa memperkirakan waktu yang diperlukan untuk mencapai ketuntasan tugas ajar
- siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang telah ditentukan sendiri
- bagi siswa yang belum mampu mencapai target belajar sesuai dengan alokasi waktunya, maka mereka diberi kesempatan untuk memperbaiki target waktu.
- bagi siswa yang telah berhasil mencapai target sesuai dengan waktu atau lebih cepat, maka mereka diberi kesempatan untuk mencoba permainan bolavoli dengan peraturan yang dimodifikasi.
- Bermain sepakbola dengan peraturan yang dimodifikasi dengan menggunakan teknik dasar mengumpan dengan kaki bagian dalam

▪ ***Konfirmasi***

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

- Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
- Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan

3. Kegiatan Penutup (10 Menit)

Dalam kegiatan penutup, guru:

- bersama-sama dengan peserta didik dan/atau sendiri membuat rangkuman/simpulan pelajaran;
- melakukan penilaian dan/atau refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan secara konsisten dan terprogram;

- memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran;
- merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk pembelajaran remedi, program pengayaan, layanan konseling dan/atau memberikan tugas baik tugas individual maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik;

F. Alat dan sumber ajar

Bola,tiang, peluit, kun

Septa agung, tri. 2008, *kamus pintar sepakbola*, dioma, Malang.

Sasumpaet, 1992, *teknik-teknik dasar sepakbola*, Jakarta.

G. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> • Variasi dan kombinasi tehnik dasar (menendang dan menghentikan bola menggunakan kaki bagian dalam dan luar) serta menahan bola dengan telapak kaki dengan koordinasi yang baik • Variasi dan kombinasi tehnik dasar menggiring dan menghentikan bola 	Tes praktik (Kinerja)	Tes Contoh Kinerja	Lakukan variasi dan kombinasi menggiring, menendang,menghentikan bola dengan kaki bagian dalam,luar,telapak kaki dan punggung kaki

Keterangan:

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

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

- Pengamatan sikap (afeksi):

Mainkan permainan sepakbola dengan peraturan yang telah dimodifikasi. Taati aturan permainan, kerjasama dengan teman satu tim dan tunjukkan perilaku sportif, keberanian, percaya diri dan menghargai teman

Keterangan:

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

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30$$

- Kuis/*embedded test* (kognisi):

Jawab secara lisan atau peragakan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak dalam permainan sepakbol

Keterangan:

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

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20$$

1. Nilai akhir yang diperoleh siswa =

Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis
--

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
<p><i>Melakukan Variasi dan Kombinasi Teknik Dasar Mengumpan, Menggiring Bola Dengan Kaki Bagian Dalam dan Luar Serta Menahan Bola Dengan Kaki Bagian Dalam, Luar dan Telapak Kaki</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bentuk gerakan kaki saat menendang bola diayun ke depan arah bola 2. Bentuk gerakan kaki saat menggiring bola mendorong bola ke depan arah bola 3. Posisi badan yang benar saat akan melakukan teknik dasar mengumpan dan menggiring dibawa ke depan 4. Bentuk arah bola hasil mengumpan dengan kaki bagian dalam datar di atas tanah/lapangan 5. Saat melakukan teknik gerakan bola selalu dalam kontrol 				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 20				

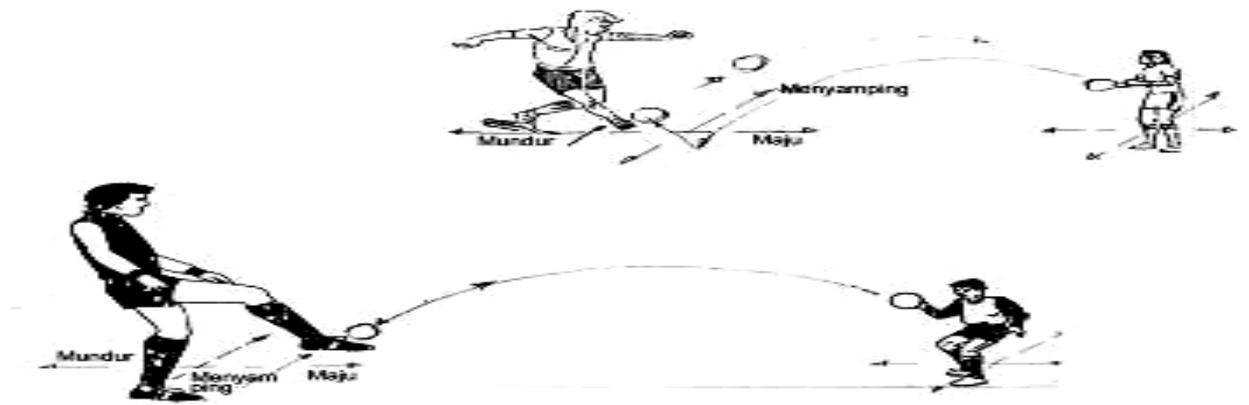
**Mengetahui,
Guru Pamong**

**Senin, 28 Agustus 2012
Guru Praktikan.**

**Ari Santoso, S. Pd
NIP. 19820114 200903 1 003**

**Beni Adhi Ristanto
NIM : 6101409055**

Media ajar



REFLEKSI DIRI

Nama : Beni Adhi Ristanto
NIM : 610140055
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Beni Adhi Ristanto (6101409055), 2012. Praktik Pengalaman Lapangan II (PPL II) SMP Negeri 13 Magelang. Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah kegiatan intra kurikuler yang wajib diikuti oleh mahasiswa Program Kependidikan Universitas Negeri Semarang. PPL II dilaksanakan selama kurang lebih 40 hari yaitu sejak tanggal 27 Agustus – 6 Oktober 2012. Pelaksanaan PPL II mengenai pengalaman langsung guru praktikan untuk melakukan praktik mengajar langsung dengan bimbingan oleh guru pamong dan juga dosen pembimbing lapangan masing-masing.

Dalam penulisan Refleksi Diri ini akan memaparkan hasil pengamatan pada Praktik Pengalaman Lapangan I (PPL I) di SMP Negeri 13 Magelang Magelang terutama mengenai hal-hal yang berkaitan dengan mata pelajaran PENJASORKES.. Setelah melakukan pengamatan model-model pembelajaran yang dilaksanakan guru dalam Proses Belajar-Mengajar, memahami kurikulum yang berlaku, berkonsultasi dengan guru pamong tentang Silabus, RPP, dan berdiskusi tentang tata cara penanganan siswa.

Hasil dari pelaksanaan PPL II yang telah dilakukan oleh praktikan adalah sebagai berikut :

➤ **Kekuatan dan Kelemahan Bidang Studi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

Dalam dunia pendidikan diadakan mata pelajaran olahraga selain mengajak hidup sehat dengan berolahraga secara teratur. Dan bisa membangun

perkembangan motorik siswa dalam mendapatkan materi pelajaran lainnya. Pembelajaran olahraga juga mengajarkan kedisiplinan terhadap siswa, hal inilah yang menjadi kekuatan mata pelajaran penjasorkes, adapun kelemahan mata pelajaran ini sangat kecil hanya beberapa siswa saja itupun karna mereka belum sadar akan pentingnya memiliki tubuh yang sehat, dan pada sarana prasarana yang kurang memadai baik dari adanya lapangan dan alat peraga yang terbatas, hal inilah biasanya yang membuat pendidikan olahraga tidak mampu berkembang disuatu sekolah. Untuk itu dari beberapa pengalaman yang kami peroleh ini menjadikan kami mengerti mengenai kelemahan mata pelajaran yang praktikan ampu, sehingga praktikan dapat mencari solusinya.

➤ **Ketersediaan Sarana dan Prasarana KBM di Sekolah**

Pada umumnya sarana dan prasarana yang ada di SMP Negeri 13 Magelang sudah baik diantaranya adalah lapangan sepakbola, lapangan voli, lapangan basket, bak pasir untuk lompat jauh, dan juga lapangan bulutangkis yang di SMP N 13 Magelang *in door*.

➤ **Kualitas Guru Pamong dan Dosen Pembimbing**

Kualitas guru pamong Bapak Ari Santoso, S.Pd adalah sosok seorang guru yang sangat ramah terhadap siswa terutama guru praktikan. Sehingga menciptakan suasana yang baik begitu juga komunikasi yang baik antara siswa, guru pamong dan juga guru praktikan. Komunikasi yang baik membuat berjalannya kegiatan praktikan sangat berjalan dengan baik.

Kualitas dosen pembimbing sangat membantu kami di dalam memberikan motivasi pada praktikan di dalam pelaksanaan PPL I. Dan diharapkan juga dari nasehat, bimbingan dan arahnya dapat menjadikan kami seorang tenaga pendidik yang handal. Dengan bimbingan dari bapak Agus Widodo Suropto, S.Pd., M.Pd akan menjadikan guru praktikan lebih mudah dalam menjalankan kegiatan pengajaran di sekolah.

➤ **Kualitas Pembelajaran**

Kualitas pembelajaran di SMP Negeri 13 Magelang sudah cukup bagus, siswa selalu ingin menggali pengetahuan yang banyak dari gurunya. Didalam

pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan guru memberikan materi menyesuaikan keadaan lapangan karena terbatasnya sarana prasarana, namun ini tidak mengurangi keinginan dan semangat siswa untuk menerima pelajaran dari guru.

➤ **Kemampuan Diri Praktikan**

Dengan melihat kondisi pembelajaran di sekolah tersebut, tentu saja kemampuan dari guru praktikan masih sangat kurang mengingat banyak hal baru di luar akademis yang ada di lapangan yang tidak didapatkan di perkuliahan. Hal ini menjadi tantangan bagi guru praktikan untuk bisa meningkatkan kemampuan dan kepercayaan dirinya sebagai seorang pendidik.

➤ **Nilai Tambah yang Diperoleh Praktikan setelah PPL II**

Dalam melakukan pembelajaran apa yang sudah di siapkan dalam perangkat belum bisa dijalankan di lapangan karena adanya masing-masing latar belakang siswa yang berbeda, sehingga guru praktikan di tuntun untuk mampu lebih mampu menguasai metode-metode pembelajaran yang lebih efektif dan efisien bagi siswa

➤ **Saran Pengembangan bagi Sekolah**

Saran bagi SMP Negeri 13 Magelang adalah dilakukannya upaya pengembangan terus menerus agar tercipta SMP Negeri 13 Magelang yang berkualitas, mampu bersaing, dan mampu menciptakan sekolah yang bertaraf internasional dengan mengedepankan prinsip-prinsip dalam olahraga.

Demikian uraian refleksi diri dari praktikan setelah melakukan observasi dan berbagai kegiatan selama PPL I di SMP Negeri 13 Magelang.

Mengetahui,

Guru pamong

Ari Santoso, S. Pd.

NIP : 19820114 200903 1 003

Magelang, 10 Oktober 2012

Praktikan

Beni Adhi Ristanto

NIM : 6101409055