LAPORAN
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN II
DI SMK PGRI 2 SALATIGA

Disusun Oleh :

Nama : Kurnia Pramukanthi Asih

NIM : 6101409127

Prodi : PJKR

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
TAHUN 2012

PENGESAHAN

Laporan PPL2 ini telah disusun sesuai dengan Pedoman PPL Unnes.

Hari : senin

Tanggal : 8 Oktober 2012

Disahkan oleh :

Koordinator dosen pembimbing	Kepala Sekolah
Dr. Partono Thomas, MS	Heriyanta, S.Pd.
NIP 19521219 198203 1 002	NIP 19651101 199003 1 010

Kepala Pusat Pengembangan PPL Unnes

Drs. Masugino, M.Pd.

NIP 19520721 198012 1 001

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat, taufiq dan hidayah-Nya sehingga kami dapat menyelesaikan kegiatan dan laporan Praktik Pengalaman Lapangan II (PPL II) di SMK PGRI 2 Salatiga.

Laporan ini merupakan hasil dari Praktik Pengalaman Lapangan II (PPL II) yang berorientasi pada penyusunan perangkat pembelajaran dan praktek belajar mengajar di kelas. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Pejabat Rektor Universitas Negeri Semarang sekaligus Pelindung Pelaksanaan PPL , Prof. Dr. Sudijono Sastroatmodjo, M.Si
2. Koordinator PPL Universitas Negeri Semarang dan Penanggung jawab Pelaksanaan PPL , Drs. Masugino, M.Pd
3. Dosen Koordinator PPL di SMK PGRI 2 Salatiga, Dr. Partono Thomas, MS
4. Dosen Pembimbing PPL Jurusan pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi Drs. Mugiyo Hartono, M.Pd.
5. Kepala Sekolah SMK PGRI 2 Salatiga yang dengan hati terbuka telah menerima kedatangan kami, Heriyanta S.Pd
6. Koordinator Guru Pamong SMK PGRI 2 Salatiga, Kuntoro S.Pd selaku wakil kepala bidang kurikulum.
7. Guru Pamong Pendidikan jasmani di SMK PGRI 2 Salatiga, Eko Sungkono Hadi, S.Pd yang dengan bijak bersedia memberikan bimbingan dan arahan bagaimana menjadi seorang guru yang Profesional.
8. Segenap guru, staff, dan karyawan sekolah di SMK PGRI 2 Salatiga.
9. Semua pihak yang telah membantu terlaksananya kegiatan PPL 2 di SMK PGRI 2 Salatiga ini, yang tidak bisa kami sebutkan satu persatu.
10. Rekan-rekan seperjuangan PPL di SMK PGRI 2 Salatiga yang selalu memberikan dukungan dan semangat menjadi calon guru teladan.

Semoga amal kebaikan dari semua pihak yang telah berperan mendapatkan restu dari Tuhan Yang Maha Esa. Besar harapan kami semoga

kegiatan PPL ini memberikan manfaat kepada penulis khususnya dan pihak-pihak yang terkait lainnya pada umumnya.

Salatiga,8 Oktober 2012

Praktikan

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i
HALAMAN PENGESAHAN ii
KATA PENGANTAR iii
DAFTAR ISI v
DAFTAR LAMPIRAN vii
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang..... 1
B. Tujuan..... 2
C. Manfaat..... 2
BAB II LANDASAN TEORI 3
A. Dasar Hukum..... 3
B. Visi dan Misi Sekolah Latihan 4
C. Moto Sekolah 4
BAB III PELAKSANAAN 6
A. Waktu..... 6
B. Tempat..... 6
C. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan..... 6
1. Penerjunan ke Sekolah latihan..... 6
2. Pelatihan Mengajar dan Tugas Keguruan (Pengajaran Terbimbing).. 6
3. Pelatihan Mengajar dan Tugas Keguruan (Pengajaran Mandiri)..... 7
4. Pelaksanaan Ujian Program Mengajar..... 7
5. Penyusunan Laporan PPL..... 7
D. Proses Pembimbingan 8
1. Bimbingan dengan Guru Pamong 8
2. Bimbingan dengan Dosen Pembimbing..... 8
E. Hal-hal yang Mendukung dan Menghambat selama PPL..... 8

a. Hal-hal yang Menghambat..... 8
b. Hal-hal yang Mendukung……..... 8
BAB IV SIMPULAN DAN SARAN..... 10
A. Simpulan..... 10
B. Saran..... 10
REFLEKSI DIRI..... 12

DAFTAR LAMPIRAN

Jadwal Praktikan Mengajar
Kalender Pendidikan Tahun Ajaran 2010/2011
Daftar Inventaris Peralatan Olahraga
Program Tahunan
Program Semester
Silabus
Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan salah satu kegiatan pendidikan yang harus ditempuh oleh setiap mahasiswa perguruan tinggi Universitas Negeri Semarang (UNNES) khususnya jurusan pendidikan. Salah satu tugas UNNES adalah menyiapkan tenaga kependidikan ynag terdiri dari : tenaga pembimbing, tenaga pengajar, tenaga pelatih, dan tenaga kependidikan lainnya. Kompetensi calon tenaga kependidikan sebagaimana disebut diatas, wajib mengikuti proses pembentukan kompetensi yaitu melalui kegiatan PPL.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) bertujuan untuk membina serta menciptakan calon tenaga pendidik (guru) yang profesional, bertanggung jawab dan berdisiplin serta mengetahui tata cara dan aturan yang harus dijalankan sebagai seorang tenaga pendidik yang professional. Untuk mencapai tujuan tersebut, mahasiswa telah dibekali dengan berbagai mata kuliah yang akan menunjang terhadap kegiatan PPL dan menunjang terhadap pengembangan profesionalismenya nanti di lapangan yang sebenarnya.

Program Pengalaman Lapangan yang kami laksanakan di SMK PGRI 2 Salatiga diharapkan dapat mengembangkan dan mendapatkan pengalaman baru dalam proses pendidikan terhadap calon-calon tenaga kependidikan. Adapun mata kuliah yang diberikan selama mengikuti perkuliahan di UNNES yang akan diterapkan di lapangan meliputi mata kuliah bidang studi yang berkaitan dengan program jurusan kami dan sesuai dengan bidang studi yang kami ikuti meliputi:

1. Perkembangan Peserta Didik
2. Perencanaan Pengajaran
3. Strategi Belajar Mengajar
4. Evaluasi Pengajaran

B. Tujuan

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) bertujuan untuk membentuk mahasiswa praktikan agar menjadi calon tenaga kependidikan yang profesional, sesuai denagan prinsip-prinsip pendidikan berdasarkan kompetensi, yang meliputi ; kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi profesional dan kompetensi sosial.

C. Manfaat PPL

1. Manfaat Bagi Praktikan

- Praktikan dapat secara langsung mengetahui cara-cara pembuatan perangkat pembelajaran seperti rpp,Silabus, prota, Promes sebagai alat penunjang proses pembelajaran disekolah yang dibimbing oleh guru pamong masing-masing.
- Praktikan mampu mengetehui mengetahui tata cara dan aturan yang harus dijalankan sebagai seorang tenaga pendidik yang bertanggung jawab, disiplin dan professional.

2. Manfaat Bagi Sekolah

Dengan adanya PPL yang pertama kali dilaksanakan di SMK PGRI 2 Salatiga diharapkan dapat meningkatkan kualitas tenaga pendidik dan profesionalisme guru SMK PGRI 2 Salatiga agar mampu membawa SMK PGRI 2 Salatiga menjadi sekolah terbaik disalatiga.

3. Manfaat Bagi UNNES

Memperoleh masukan tentang perkembangan pelaksanaan PPL, sehingga kurikulum, metode, dan pengelolaan proses belajar mengajar di instansi atau sekolah dapat disesuaikan dengan tuntutan yang ada di lapangan. Memperluas dan meningkatkan jaringan dan kerja sama dengan sekolah yang terkait agar memperoleh masukan tentang kasus pendidikan yang dipakai sebagai bahan pertimbangan penelitian

BAB II
LANDASAN TEORI

A. Dasar pelaksanaan PPL

Dasar dari pelaksanaan Program pengalaman lapangan II adalah:

1. Undang – Undang :
   a. UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional
   b. UU No. 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen
2. Peraturan Pemerintah :
   a. No. 60 Tahun 1999 tentang Pendidikan Tinggi
   b. No. 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan
3. Keputusan Presiden :
   a. No. 271 Tahun 1965 tentang Pengesahan Pendirian IKIP Semarang
   b. No. 124 /M Tahun 1999 tentang Perubahan Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan (IKIP) Semarang, Bandung dan Medan menjadi Universitas
   c. No. 132 /M Tahun 2006 tentang Pengangkatan Rektor Universitas Negeri Semarang
4. Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 278/O/1999 tentang Organisasi dan Tata Kerja Universitas Negeri Semarang
5. Keputusan Menteri Pendidikan Nasional :
   a. Nomor 234/U/2000 tentang Pedoman Pendirian Perguruan Tinggi
   b. Nomor 225/O/2000 tentang Pedoman Penyusunan Kurikulum pendidikan tinggi dan Penilaian Hasil Belajar
   c. Nomor 045/U/2002 tentang Kurikulum Inti
   d. Nomor 201/O/2003 tentang Perubahan Kepmendikbud. Nomor 278/O/1999 tentang Organisasi dan Tata Kerja Universitas Negeri Semarang
6. Keputusan Rektor :

a. Nomor 46/O/2001 tentang Jurusan dan Program Studi di Lingkungan Fakultas serta program studi pada Program Pascasarjana Universitas Negeri Semarang
b. Nomor 162/O/2004 tentang Penyelenggaraan Pendidikan di Universitas Negeri Semarang
c. Nomor 163/O/2004 tentang Pedoman Penilaian Hasil Belajar Mahasiswa Universitas Negeri Semarang
d. Nomor 35/O/2006 tentang Pedoman Praktik Pengalaman Lapangan Bagi Mahasiswa Program Kependidikan Universitas Negeri Semarang

B. Visi dan Misi Sekolah

1. VISI

Menjadi Lembaga Pendidikan yang mampu menghasilkan tamatan yang kompetitif, bermatabat, dan cinta tanah air

2. MISI

a. Menghasilkan tenaga kerja yang profesional sesuai dengan keahliannnya sehingga mampu berkompetisi di era global

b. Menghasilkan tamatan yang jujur, bermoral baik, disiplin, kreatif, inovatif dan produktif serta mencintai budaya sendiri

c. Mengubah pesrta didik dari status beban menjadi aset pembangunan yang produktif

d. Membekali peserta didik dengan jiwa dan semangat wirausaha sehingga bisa mengembangkan diri secara berkelanjutan

3. MOTTO

"IS THE BEST"

Inovatif dalam berkarya

Sportif dalam tindakan

Teguh dalam iman

Harmonis dalam kebersamaan

Etika selalu dijaga

Berkarya sepanjang masa

Efektif dalam bekerja

Sehat jasmani dan rohani 65

Tercapai semua cita-cita

BAB III
PELAKSANAAN

A. Waktu

Program Pengalaman Lapangan (PPL) II di SMK PGRI 2 Salatiga dilaksanakan mulai tanggal 13 Agustus 2012, dan berakhir pada tanggal 20 Oktober 2012.

B. Tempat

Program Pengalaman Lapangan II di SMK PGRI 2 Salatiga yang beralamatkan di Jl Nakula Sadewa I, Kembang Arum RT 02 RW 03 Kelurahan Mangunsari kec. Sidomukti, Salatiga.

C. Tahap Pelaksanaan Kegiatan

1. Penerjunan Kesekolah Latihan

Program Pengalaman Lapangan dilaksanakan selama 3 (tiga) bulan sesuai dengan jadwal yang ditentukan oleh UPT PPL UNNES yaitu mulai tanggal 30 Juli 2012 sampai dengan 20 Oktober 2012. Penyerahan mahasiswa PPL kepada Kepala Sekolah SMK PGRI 2 Salatiga dilaksanakan pada hari Senin tanggal 30 Juli 2012 oleh dosen koordinator PPL UNNES di SMK PGRI 2 Salatiga, Dr. Partono Thomas, MS.

2. Pelatihan Mengajar dan Tugas Keguruan (Pengajaran Terbimbing)

Di SMK PGRI 2 Salatiga menggunakan kurikulum KTSP. Praktikan merasa perlu untuk mengetahui lebih mendalam tentang sistem pengajaran yang dipakai oleh guru Penjas yang mengajar. Untuk itu praktikan melakukan pengajaran model (pengajaran terbimbing) dengan bimbingan guru pamong yang dilaksananakan selama kurang lebih satu minggu pada minggu pertama praktik. Kemudian setelah dirasa cukup oleh guru pamong yang bersangkutan, praktikan diberi kesempatan untuk mengajar di depan kelas secara mandiri.

Sedangkan tugas keguruan lainnya yang dilaksanakan di SMK PGRI 2 Salatiga antara lain yaitu membuat perangkat pembelajaran. Perangkat pembelajaran yang dimaksud antara lain adalah

1. Program Tahunan (Prota)

2. Program Semester (Promes)
3. Silabus
4. Rencana Pelaksnaan Pengajaran (RPP)

3. Pelatihan Mengajar dan Tugas Keguruan (Pengajaran Mandiri)

Pelatihan mengajar mandiri dilaksanakan mulai minggu ke-2 sampai minggu terakhir PPL. Sedangkan tugas keguruan lainnya yang dilaksanakan di SMK PGRI 2 Salatiga antara lain setiap satu minggu sekali yaitu hari Senin diadakan upacara bendera, upacara pada hari Besar Nasional. Selain itu, mahasiswa PPL menjadi bagian dari kegiatan ekstra kulikuler yang diselenggarakan disekolah dan panitia (sebagai Pengawas) Ujian Tengah Semester Ganjil Tahun Ajaran 2010 – 2011 sejak tanggal 11 Oktober – 16 Oktober 2008.

Selain membuat perangkat pembelajaran dan mengikuti kegiatan intra sekolah, dalam melaksanakan KBM guru (praktikan) harus mempunyai beberapa ketrampilan mengajar antara lain: membuka pelajaran, apersepsi, komunikasi dengan siswa, penggunaan variasi model pembelajaran, mengkondisikan siswa, menggugah siswa untuk bertanya, memberikan unpan balik, menilai hasil belajar dan menutup pelajaran.

4. Pelaksanaan Ujian Program Mengajar

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

5. Penyusunan Laporan PPL

Penyusunan laporan akhir PPL II dilaksanakan pada minggu terakhir PPL II. Dalam penyusunan laporan akhir PPL II ini, praktikan mengkonsultasikan penyusunan laporan kepada dosen pembimbing dan guru pamong masing-masing untuk mendapatkan masukan-masukan tentang isi laporan akhir tersebut.

D. Proses Pembimbingan

Selama PPL di SMK PGRI 2 Salatiga, praktikan selalu menjaga komunikasi dan hubungan baik dengan guru pamong maupun dosen pembimbing, yaitu melalui bimbingan secara intern.

1. Proses Bimbingan Dengan Guru Pamong

Waktu **:** Setiap Saat

Hal-hal yang dikoordinasikan:

- Bahan mengajar
- Pembuatan silabus
- Pembuatan RPP, Prota dan Promes
- Penilaian (kognitif, afektif dan psikomotorik)
- Pemberian tugas
- Penggunaan media
- Penggunaan modifikasi metode Pembelajaran
- Hal-hal lain yang berhubungan dengan tugas-tugas keguruan

2. Proses Bimbingan Dengan Dosen Pembimbing

Waktu **:** setiap kali dosen pembimbing datang ke sekolah latihan

Hal-hal yang dikoordinasikan:

- Kesulitan-kesulitan selama PPL di sekolah latihan
- Bimbingan materi dan penggunaan metode yang efektif untuk PBM
- Masalah-masalah yang menghambat selama PPL di sekolah latihan
- Pelaksanaan ujian praktek mengajar.

E. Hal-hal yang Mendukung dan Menghambat Selama PPL

1. Hal-hal yang menhambat selama PPL

- Ketersediaan sarana dan prasarana yang kurang mendukung saat proses pembelajaran (ketidak tersediaan lapangan sehingga siswa harus berbagi untuk menggunakan lapang yang berada dilingkungan sekolah dan jarak tempuhnya cukup menyita waktu pembelajaran)

2. Hal-hal yang mendukung saat PPL

- Guru pamong dan dosen pembimbing selalu siap apabila praktikan memerlukan bimbingan
- Guru pamong dan dosen pembimbing selalu objektif dalam evaluasi
- Kondisi siswa yang mendukung dalam proses PBM, dalam hal ini siswa SMK PGRI 2 Salatiga aktif dan selalu siap dalam menerima materi pelajaran
- Guru pamong memberikan kebebasan berkreasi sehingga proses pembelajaran bisa maksimal
- Adanya komunikasi yang baik dengan guru pamong maupun dosen pembimbing

BAB IV
KESIMPULAN

A. Simpulan

Berdasarkan uraian serta pengalaman praktikan selama mengikuti dan melaksanakan PPL II di SMK PGRI 2 Salatiga, maka praktikan dapat memberikan kesimpulan sebagai berikut:

1. Pelaksanaan PPL merupakan proses pencarian pengalaman yang mutlak diperlukan bagi setiap pendidik.
2. Supaya mampu mengelola kelas dengan baik, seorang guru harus bisa :
   - Menguasai bahan atau materi yang akan disampaikan
   - Mampu menyesuaikan tujuan khusus pembelajaran dengan materi yang akan disampaikan.
   - Mampu menciptakan kondisi kelas yang kondusif.
   - Terampil memanfaatkan media, memilih sumber belajar dan memodifikasi pembelajaran.
3. Dalam setiap pelaksanaan proses belajar mengajar guru harus senantiasa memberikan motivasi kepada muridnya.
4. Dalam setiap permasalahan baik itu yang berhubungan dengan materi maupun dengan anak didik, praktikan harus berkonsultasi dengan guru pamong yang bersangkutan.
5. Bimbingan yang diberikan oleh guru pamong sangat berpengaruh kepada praktikan.

B. Saran

1. Untuk Mahasiswa PPl
   - Senantiasa menjaga dan menjalin komunikasi yang baik dengan sesama mahasiswa PPL maupun dengan guru-guru, siswa dan staf karyawan sekolah.
   - Mahasiswa PPL senantiasa saling membantu selama PPL berlangsung
2. Untuk Pihak Sekolah

Sebagai mahasiswa PPLmembutuhan banyak dukungan, bantuan dan motivasi untuk dapat melaksanakan tugasnya dalam kegiatan PPl secara maksimal, baik dari siswa, guru dan staf kariyawan.

Saran-saran di atas hanyalah merupakan keinginan praktikan. Itu semua mudah-mudahan menjadi masukan bagi semua pihak untuk dapat meningkatkan mutu pendidikan yang telah ada.

REFLEKSI DIRI

Nama : Kurnia Pramuknthi Asih

Nim : 6101409127

Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Puji syukur alhamdulillah praktikan panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga dapat melaksanakan PPL 2 dengan baik. Kegiatan Praktik Pengalaaman Lapangan (PPL) merupakan suatu rangkaian kegiatan kurikuler UNNES dalam mencetak tenaga pendidik yang kompeten dan profesional sebagai bagian integral dari program studi kependidikan yang wajib diikuti dan dilaksanakan oleh mahasiswa calon guru. Kegiatan PPL 2 ini dimaksudkan untuk memberi bekal dan pengalaman pada mahasiswa mengenai situasi dan kondisi yang sebenarnya dalam penyelenggaran pendidikan di sekolah, serta lebih mematangkan kemampuan mahasiswa menjadi calon guru yang berkompeten. Kegiatan PPL ini berfungsi memberikan bekal pada mahasiswa praktik agar memiliki kompetensi pedagogik,kepribadian,profesional, dan kompetensi sosial.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan mata kuliah yang harus dilaksanakan oleh seluruh mahasiswa semester VII program kependidikan Universitas Negeri Semarang. PPL 2 yang dilaksanakan 13Agustus sampai 20 Oktober 2012. Dalam PPL 2 mahasiswa terjun langsung untuk melakukan proses belajar mengajar di kelas sesuai dengan jurusan masing-masing. Melalui kegiatan observasi yang dilaksanakan dalam PPL 1, diharapkan dalam PPL 2 ini mahasiswa memiliki bekal untuk mampu berinterksi dan berperan serta dalam dunia pendidikan sehingga mahasiswa dapat memahami dan mengenal proses pendidikan serta belajar mengajar yang berlangsung di sekolah.

Dalam hal ini penulis melaksanakan kegiatan Program Pengalaman Lapangan di SMK PGRI 2 Salatiga yang beralamatkan di Jl Nakula Sadewa I, Kembang Arum RT 02 RW 03 Kelurahan Mangunsari kec. Sidomukti, Salatiga. Berdasarkan hasil observasi yang dilaksanakan selama PPL 2 di SMK PGRI 2 Salatiga, saya berpendapat bahwa SMK PGRI 2 Salatiga merupakan sekolah yang berkualitas sangat baik terbukti dengan akeditasi A. SMK PGRI 2 Salatiga

memiliki beberapa jurusan yaitu akutansi, administrasi perkantoran dan pemasaran namun untuk tahun ini SMK PGRI 2 Salatiga menambah satu jurusan baru yaitu persiapan grafika.

A. Kekuatan dan kelemahan Mata Pelajaran Penjas

1. Kekuatan Mata Pelajaran Penjas

Pelajaran olahraga mempunyai banyak peran penting dalam kehidupan sehari-hari misalkan saja menyehatkan tubuh dan memperlancar aliran darah sehingga dapat menunjang aktivitas tubuh agar lebih baik.

Siswa SMK PGRI 2 Salatiga menjadi lebih antusias mengikuti pelajaran olahraga dikarenakan kedekatan antara guru penjas sekolah tersebut dengan siswa sangat baik sehingga siswa lebih merasa nyaman dan senang jika mengikuti pelajaran tersebut. Dalam proses pembelajaran guru penjas selalu menerapkan sistem "santai tapi serius". Penjas lebih sering melakukan proses pembelajaran diluar kelas sehinga menjadikan suasana belajar lebih bebas dan dijadikan refresing untuk siswa karena siswa cenderung jenuh belajar di dalam kelas terus menerus .

2. Kelemahan Mata Pelajaran Penjas

90% siswa SMK PGRI 2 adalah siswa putri dan 10 %nya adalah siswa putra pembelajaran olahraga dilaksanakan seadanya saja karena perbandingan siswa putri yang sangat besar dibandingkan dengan yang putra. Pembelajara penjas di sekolah tersebut belum mengalami modifikasi pembelajaran sehingga kurang menarik perhatian siswa putri.

B. Ketersediaan Sarana dan Prasarana Proses Belajar Mengajar di Sekolah Latihan

Sarana dan prasarana yang ada di sekolah masih kuarang memadai. Kegiatan pembelajaran juga masih menggantungkan lapangan yang ada di desa sekitar sekolah tersebut. Sehingga untuk melakukan proses belajar mengajar juga kurang baik, tetapi dengan adanya guru yang berpengalaman maka akan menjadikan suasana belajar menjadi lebih baik.

C. Kualitas Guru Pamong dan Dosen Pembimbing

Guru pamong pelajaran Penjas adalah Eko Sungkono Hadi, S.Pd. Dari observasi yang praktikan lakukan, beliau adalah sosok guru yang berpenampilan baik,ramah dan dekat dengan siswa; beliau menguasai teori penjas. Dari hasil wawancara salah satu siswa mengatakan bahwa bapak Eko Sungkono Hadi merupakan sosok guru yang menyenangkan. Selain itu beliau bisa mengelola kelas dengan baik dengan memberikan metode pembelajaran yang sesuai keadaan siswa. Selain itu, dalam melaksanakan proses pengajaran, sudah menerapkan standar kompetensi dan kompetensi dasar sesuai dengan kurikulum. Pembelajaran disesuaikan dengan materi yang diajarkan, tidak hanya dengan metode ceramah namun juga dengan metode praktikum.

Sedangkan dosen pembimbing PPL di SMK 2 Salatiga adalah, Drs. Mugiyo Hartono, M.Pd. Beliau adalah salah satu Dosen Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi di Universitas Negeri Semarang

D. Kemampuan Diri Praktikan

Sebelum melaksanakan PPL, mahasiswa telah menempuh mata kuliah minimal 110 SKS tanpa nilai E dan juga mata kuliah yang berkaitan dengan kependidikan. Selain itu, Sebelum mengikuti PPL , praktikan telah mendapatkan dasar-dasar Proses Pembelajaran, Evaluasi Pembelajaran dan Hasil Pembelajaran Penjas dan praktikan juga telah melaksanakan *microteaching* dan pembekalan. Mata kuliah yang didapat, *microteaching* dan pembekalan PPL dapat menjadi bekal bagi mahasiswa praktikan untuk praktek mengajar di sekolah latihan.

E. Nilai Tambah yang diperoleh Mahasiswa Mengikuti PPL II

Banyak hal yang dapat diperoleh praktikan selama melaksanakan PPL 2, diantaranya adalah ilmu pengetahuan, pengalaman dan cara mengajar yang baik dan benar. Praktikan secara nyata dapat melaksanakan dan mengetahui bagaimana PBM tersebut dilaksanakan, bagaimana cara guru mengajar, interaksi dengan siswa serta mengetahui tingkah laku siswa di dalam maupun di luar kelas,

sehingga dengan bekal yang ada, praktikan dapat menerapkannya dan melaksanakan pembelajaran dengan lebih baik lagi dikemudian hari.

F. Saran pengembangan bagi sekolah latihan dan Universitas Negeri Semarang

a. Bagi sekolah

Bagi pihak sekolah latihan sebaiknya meningkatkan, sarana dan prasarana untuk menunjang proses pembelajaran. Guru-guru di sekolah juga hendaknya menrapakan model-model pembelajaran yang PAIKEM GEMBROT (pembelajaran aktif, inovatif, kreatif dan menyenangkan gembira berbobot) untuk meningkatkan hasil pembelajaran di SMK PGRI 2 Salatiga.

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.

Demikianlah bentuk refleksi diri yang praktikan sampaikan, semoga apa yang telah praktikan tulis bisa menjadi masukan yang berharga bagi semua pihak yang berkaitan. Dan dengan penuh kerendahan hati praktikan ucapkan terimakasih

Salatiga, 8 Oktober 2012

Mengetahui,
Guru pamong

Eko Sungkono Hadi, S.Pd

MahasiswaPraktikan

Kurnia Pramukanthi Asih

Lampiran

JADWAL PRAKTIK MENGAJAR

HARI	JAM	KELAS	RUANG
SENIN	1-2 3-4	XII D XII B	A 8 A6
KAMIS	1-2 3-4	XI C XIIC	C 1 A 7
JUMAT	1-2 4-5	XII F XII E	B 5 B 4
SABTU	1-2 3-4	XII A XI D	A 5 -

KALENDER PENDIDIKAN
SMK PGRI 2 SALATIGA
TAHUN PELAJARAN 2012/2013
SEMESTER GENAP
KELAS XII

NO	BULAN	HARI							JUMLAH HARI EFEKTIF	MINGGU KE	KETERANGAN
		SEN	SEL	RABU	KAM	JUM	SAB	MING			
7	JANUARI 2013		1	2	3	4	5	6	5	20	1 : Libur Tahun Baru
		7	8	9	10	11	12	13	6	21	24 : Maulud Nabi Muhammad SAW
		14	15	16	17	18	19	20	6	22	
		21	22	23	24	25	26	27	5	23	
		28	29	30	31				4	24	**Hari Efektif : 25**
8	FEBRUARI 2013					1	2	3	2	24	4 - 7 : Prediksi UKK Sekolah
		4	5	6	7	8	9	10	2	25	10 : Hari Raya Imlek
		11	12	13	14	15	16	17	6	26	18 - 22 : Prediksi UKK Nasional
		18	19	20	21	22	23	24			25 - 29 : Ujian Praktik Sekolah
		25	26	27	28						**Hari Efektif : 24**
9	MARET 2013					1	2	3			1 - 2 : Ujian Praktik Sekolah
		4	5	6	7	8	9	10	6	27	12 - 17 : Pekan Uji Kompetensi/UTS
		11	12	13	14	15	16	17	5	28	12 : Hari Raya Nyepi; 25 : Ujian Teori Kejuruan
		18	19	20	21	22	23	24	6	29	26 - 30 : Prediksi Ujian Sekolah; 29 : Wafat Isa Al-Masih
		25	26	27	28	29	30	31			**Hari Efektif : 19**
10	APRIL 2013	1	2	3	4	5	6	7	2	30	1 - 4 : Prediksi Ujian Sekolah
		8	9	10	11	12	13	14	4	30	12 : Kegiatan Mujahadah
		15	16	17	18	19	20	21			13 : Administrasi Ujian Nasional
		22	23	24	25	26	27	28			15 - 17 : Prediksi Ujian Nasional
		29	30								**Hari Efektif : 15**
11	MEI 2013			1	2	3	4	5			9 : Hari Raya Waisak
		6	7	8	9	10	11	12			25 : Kenaikan Isa Al Masih
		13	14	15	16	17	18	19			
		20	21	22	23	24	25	26			
		27	28	29	30	31					**Hari Efektif : 24**
12	JUNI 2013						1	2			
		3	4	5	6	7	8	9			6 : Hari Besar Isro' Mi'roj Nabi Muhammad SAW
		10	11	12	13	14	15	16			
		17	18	19	20	21	22	23			
		24	25	26	27	28	29	30			
JUMLAH									59	11	**Jumlah hari efektif = 59 ; Minggu efektif = 11**

Salatiga, Juni 2012

KEPALA SEKOLAH

Heriyanta, S.Pd.

NIP 19651101 199003 1 010

INVENTARIS PERALATAN OLAHRAGA
SMK PGRI 2 SALATIGA

NO	ALAT	JUMLAH	BAIK	RUSAK	KET
1	Matras	4	3	1	Kempes
2	Bola volly	4	4	-	-
3	Bola basket	3	3	-	-
4	Raket batminton	2	2	-	-
5	Cakram	4	3	1	-
6	Peluru	4	4	-	-
7	Net volly	1	-	1	-
8	Net batminton	1	1	-	-
9	Bat tenes meja	4	3	1	-
10	Net tenes meja	1	1	-	-
11	Meja tenes meja	1	1	-	-
12	Tiang batminton	2	2	-	-
13	Tiang lmpt tinggi	2	2	-	-
14	Cone	5	5	-	-
15	Balok tumpu	1 set	-	-	-
16	Tongkat estafet	1 set	-	-	-

PROGRAM TAHUNAN

Program Keahlian : Akuntansi – Administrasi Perkantoran -Pemasaran
Mata Diklat : Penjasorkes
Kelas : X / 2011 – 2012

Semester	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Keterangan
I	1. Permainan dan Olah raga Bola besar: - Sepak bola	3 x pertemuan	3 x pertemuan : 6 x 45 menit
	2. Permainan dan Olah raga Bola besar : - Bola Voli	3 x pertemuan	3 x pertemuan : 6 x 45 menit
	3. Permainan dan Olah raga Bola besar : - Bola Basket	3 x pertemuan	3 x pertemuan : 6 x 45 menit
	4. Kebugaran Jasmani (Hakikat kebugaran jasmani, latihan peningkatan kelincahan, latihan peningkatan kecepatan, dan latihan peningkatan kekuatan)	3 x pertemuan	3 x pertemuan : 6 x 45 menit
	5. Permainan dan Olah raga Bola kecil : -Softball/Kasti/Roundes	2 x pertemuan	2 x pertemuan : 4 x 45 menit
	6. Aktivitas Senam Lantai	3 x pertemuan	3 x pertemuan : 6 x 45 menit
		17 Minggu	
II	1. Aktivitas Ritmik	6 x pertemuan	6 x pertemuan : 12 x 45 menit
	2. Senam Irama	6 x pertemuan	6 x pertemuan : 12 x 45 menit
	3. Renang	5 x pertemuan	5 x pertemuan : 10 x 45 menit
	4. Penerapan Pola Hidup Sehat	2 x pertemuan	2 x pertemuan : 4 x 45 menit
		19 Minggu	

Mengetahui
Kepala Sekolah

Salatiga,1 Juli 2011
Guru Mata Diklat

Hariyanta S.pd
NIP: 19651101 199003 1 010

Eko Sungkono Hadi.S.Pd

Program Keahlian : Akuntansi , Administrasi Perkantoran, Pemasaran **Tingkat / Semester : X / I**
Mata Diklat : PENJASORKES **Tahun Diklat : 2011 – 2012**

NO	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Minggu Ke															
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1.	~ Aktivitas permainan bola besar	3 @ 45																
2.	~ Aktivitas permainan bola kecil	3 @ 45																
3.	~ Aktivitas Atletik	3 @ 45																
4.	~ Aktivitas Kebugaran Jasmani	3 @ 45																
	TTS																	
5.	~ Aktivitas Senam	1 @ 45																
6	~ Aktivitas Ritmik	2 @ 45																
7	~ Aktivitas Akuatik	1 @ 45																
8	~ Aktivitas Luar Sekolah	1 @ 45																
	TAS																	

Mengetahui
Kepala Sekolah

Hariyanta S.Pd
NIP: 19651101 199003 1 010

Salatiga, 1 Juli 2011
Guru Mata Diklat

Eko Sungkono H, S.Pd

PROGRAM SEMESTER

Program Keahlian : Akuntansi – Pemasaran **Tingkat : XI**
Mata Diklat : PENJASORKES **Tahun Diklat : 2011 – 2012**

NO	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Minggu Ke															
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	**PSG**																	
2	~ Aktivitas Permainan bola besar dan bola kecil	8 @ 45																
3	~ Aktivitas Senam dan Aktivitas Ritmik	7 @ 45																
4	~ Renang	4 @ 45																
	TAS																	

Mengetahui
Kepala Sekolah

Salatiga, 1 Juli 2011
Guru Mata Diklat

Hariyanta S.Pd
NIP: 19651101 199003 1 010

Eko Sungkono, S.Pd

PROGRAM TAHUNAN

Program Keahlian : Akuntansi – Administrasi Perkantoran -Pemasaran
Mata Diklat : Penjasorkes

	1. Aktivitas Ritmik	6 x pertemuan	6 x pertemuan : 12 x 45 menit

Kelas	**: XI / 2011 – 2012** 2. Senam Irama	6 x pertemuan	6 x pertemuan : 12 x 45 menit
	3. Renang	5 x pertemuan	5 x pertemuan : 10 x 45 menit
	4. Penerapan Pola Hidup Sehat	2 x pertemuan	2 x pertemuan : 4 x 45 menit
		19 Minggu	

Semester	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Keterangan
I	1. Permainan dan Olah raga Bola besar: - Sepak bola	3 x pertemuan	3 x pertemuan : 6 x 45 menit
	2. Permainan dan Olah raga Bola besar : - Bola Voli	3 x pertemuan	3 x pertemuan : 6 x 45 menit
	3. Permainan dan Olah raga Bola besar : - Bola Basket	3 x pertemuan	3 x pertemuan : 6 x 45 menit
	4. Kebugaran Jasmani (Hakikat kebugaran jasmani, latihan peningkatan kelincahan, latihan peningkatan kecepatan, dan latihan peningkatan kekuatan)	3 x pertemuan	3 x pertemuan : 6 x 45 menit
	5. Permainan dan Olah raga Bola kecil : -Softball/Kasti/Roundes	2 x pertemuan	2 x pertemuan : 4 x 45 menit
	6. Aktivitas Senam Lantai	3 x pertemuan	3 x pertemuan : 6 x 45 menit
		17 Minggu	

Mengetahui
Kepala Sekolah

Hariyanta S.pd
NIP: 19651101 199003 1 010

Salatiga,1 Juli 2011
Guru Mata Diklat

Eko Sungkono S.Pd

Program Keahlian : Akuntansi , Administrasi Perkantoran, Pemasaran **Tingkat : XII**
Mata Diklat : PENJASORKES **Tahun Diklat : 2011 – 2012**

NO	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Minggu Ke														
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

1.	~ Aktivitas permainan bola besar (lanjutan)	3 @ 45																
2.	~ Aktivitas permainan bola kecil (lanjutan)	3 @ 45																
3.	~ Aktivitas Atletik	3 @ 45																
4.	~ Aktivitas Kebugaran Jasmani	3 @ 45																
	TTS																	
5.	~ Aktivitas Senam	1 @ 45																
6	~ Aktivitas Ritmik	2 @ 45																
7	~ Aktivitas Akuatik	1 @ 45																
8	~ Aktivitas Luar Sekolah	1 @ 45																
	TAS																	

Mengetahui
Kepala Sekolah

Hariyanta S.Pd

NIP: 19651101 199003 1 010

Salatiga, 1 Juli 2011
Guru Mata Diklat

Eko Sungkono H, S.Pd

PROGRAM TAHUNAN

Program Keahlian : Akuntansi – Administrasi Perkantoran -Pemasaran
Mata Diklat : Penjasorkes
Kelas : XII / 2011 – 2012

Semester	Materi Pokok	Alokasi Waktu	Keterangan
I	1. Permainan dan Olah raga Bola besar: - Sepak bola (lanjutan)	3 x pertemuan	3 x pertemuan : 6 x 45 menit
	2. Permainan dan Olah raga Bola besar : - Bola Voli (lanjutan)	3 x pertemuan	3 x pertemuan : 6 x 45 menit
	3. Permainan dan Olah raga Bola besar : - Bola Basket	3 x pertemuan	3 x pertemuan : 6 x 45 menit
	4. Kebugaran Jasmani (Hakikat kebugaran jasmani, latihan peningkatan kelincahan, latihan peningkatan kecepatan, dan latihan peningkatan kekuatan)	3 x pertemuan	3 x pertemuan : 6 x 45 menit
	5. Atletik : Lari jarak dekat, lari jarak sedang.	2 x pertemuan	2 x pertemuan : 4 x 45 menit
	6. Aktivitas Senam Lantai	3 x pertemuan	3 x pertemuan : 6 x 45 menit
		17 Minggu	
II	1. Aktivitas Ritmik	3 x pertemuan	3 x pertemuan : 6 x 45 menit
	2. Senam Irama	5 x pertemuan	5 x pertemuan : 10 x 45 menit
	3. Renang	3 x pertemuan	3 x pertemuan : 6 x 45 menit
	4. Penerapan Pola Hidup Sehat	2 x pertemuan	2 x pertemuan : 4 x 45 menit
	5. UPK Sekolah	1 x pertemuan	
	6. UPK Nasional	1 x pertemuan	
	7. Ujian Sekolah	1. x pertemuan	
	8. Try Out UN	1 x pertemuan	
	9. Ujian Sekolah	1 x pertemuan	
	10. Ujian Nasional	1 x pertemuan	
		19 Minggu	

Mengetahui
Kepala Sekolah

hariyanta S.pd
NIP: 19651101 199003 1 010

Salatiga, Juli 2011
Guru Mata Diklat

Eko Sungkono Hadi.S.Pd

NAMA SEKOLAH : SMK PGRI 2 Salatiga
MATA PELAJARAN : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
KELAS/SEMESTER : XI/1
STANDAR KOMPETENSI : Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dengan teknik dan nilai nilai yang terkandung di dalamnya.
KODE KOMPETENSI : 1
ALOKASI WAKTU : 12 X 45 Menit

KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR	MATERI PEMBELAJARAN	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU			SUMBER BELAJAR	KARAKTER	KEWIRAUSAHAAN/EKONOMI KREATIF
					TM	PS	PI			
1.1 Mempraktikkan keterampilan teknik bermain salah satu permainan olahraga bola besar secara sederhana serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri **)	• Melakukan teknik dasar dalam permainan bola basket	**Bola basket** • Teknik dasar bola basket (passing,shooting dan lay up)	• Siswa berpasangan melakukan teknik dasar passing • Siswa melakukan kegiatan shoting dengan jarak 2-3 meter dari ring • Siswa melakukan teknik dasar lay up	Tes perbuatan Tes tertulis	2	2		Buku panduan taktik, strategi permainan bola basket Lapangan bola basket, ring, bola, pluit, stop watch, corong	Kerja sama, Kejujuran, Semangat Percaya diri. Kreatif	Disiplin. Mandiri. Rasa ingan tahu. Motivasi kuat untuk bisa. Berani mengambil resiko.
2.1 Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab, menghargai teman	• Melakukan rangkaian senam lantai berguling ke depan dilanjutkan lenting tengkuk diatas peti lompat	• Rangkaian senam lantai dengan menggunakan alat.	• Secara bergantian siswa melakukan latihan berguling depan dan belakang dilanjutkan latihan lenting tengkuk diatas peti dengan mengutamakan keselamatan	Tes perbuatan				Buku sumber pendidikan jasmani kelas X SMA, Agus Mukholid, Yudhistira, Surakarta, 2004	Kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri.	Disiplin. Mandiri. Rasa ingan tahu. Motivasi kuat untuk bisa. Berani mengambil resiko
2.2 Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab, menghargai teman	• Melakukan rangkaian senam lantai tanpa menggunakan alat	• Rangkaian senam lantai tanpa alat	• Melakukan latihan berguling depan dan belakang dilanjutkan latihan lenting tengkuk dengan mengutamakan keselamatan					Matras , Stop watch, pluit		

NAMA SEKOLAH : SMK PGRI 2 Salatiga
MATA PELAJARAN : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
KELAS/SEMESTER : XII/1
STANDAR KOMPETENSI : Mempraktikkan keterampilan permainan olahraga dengan peraturan yang sebenarnya dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya
KODE KOMPETENSI : 1
ALOKASI WAKTU : 16 X 45 Menit

KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR	MATERI PEMBELAJARAN	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU			SUMBER BELAJAR	KARAKTER	KEWIRAUSAHAAN/ EKONIMI KREATIF
					TM	PS	PI			
1.1 Mempraktikkan teknik atletik dengan menggunakan peraturan yang sesungguhnya serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri **)	• Atletik cabang tolak peluru junior	**Melakukan teknik tolak peluru dengan peraturan sesungguhnya**	• Secara klasikal melakukan pemanasan dengan running ABC dilanjutkan latihan lari kijang untuk meningkatkan daya ledak otot kaki • Secara bergantia siswa melakukan latihan awalan tolak peluru • Secara bergantian siswa melakukan rangkaian gerakan tolak peluru.	Tes perbuatan		4		Panduan belajar bermain bola basket Lapangan , bola cone, pluit, stop watch	Kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri.	Disiplin. Mandiri. Rasa ingan tahu. Motivasi kuat untuk bisa. Berani mengambil resiko.
2.1 Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan olahraga bola besar lanjutan dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri**)	• Melakukan berbagai teknik dasar basket	**Permainan bola basket** • Teknik passing, shooting dan lay up	• Siswa berpasangan melakukan teknik dasar passing • Siswa melakukan kegiatan shoting dengan jarak 2-3 meter dari ring • Siswa melakukan teknik dasar lay up	Tes perbuatan				Buku sumber: Gerry A. Carr,(2000), Atletik Untuk Sekolah, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.	Kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri.	Disiplin. Mandiri. Rasa ingan tahu. Motivasi kuat untuk bisa. Berani mengambil resiko

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Sekolah : SMK PGRI 2 SALATIGA
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XI / I
Alokasi Waktu : 2x45

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 : 3 x 2 x 45 menit (3 x pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran

a. Siswa dapat melakukan passing bolabasket dari depan dada, dengan benar
b. Siswa dapat melakukan passing bolabasket dengan dipantul, dengan benar
c. Siswa dapat melakukan passing bolabasket melalui atas kepala, dengan benar
d. 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 Bolabasket

- Passing atas bolabasket dari depan dada, pantul dan dari atas kepala
- Taknik dasar shooting dan lay up
- Bermain bolabasket menggunakan peraturan yang dimodifikasi

C. Metode Pembelajaran

1. Modeling
2. Resiprokal / timbalbalik
3. Bertanya
4. Menemukan(Inguiri)
5. Refleksi diri

D. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan 1 (2 x 45 menit)

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

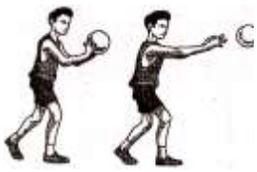
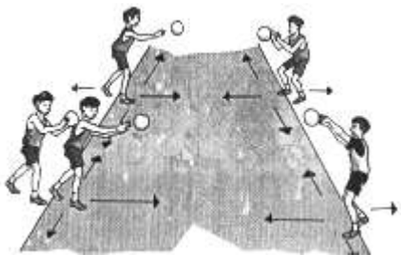
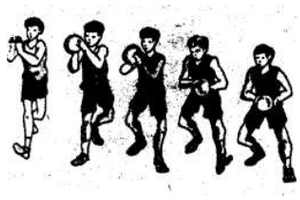
- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

2. Kegiatan Inti (60 menit)

- ***Eksplorasi***

  Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

  - *Melakukan teknik dasar passing dari depan dada*
  - Teknik dasar (passing bolabasket dari depan dada, dan menangkap) dengan rincian kegiatan sebagai berikut :

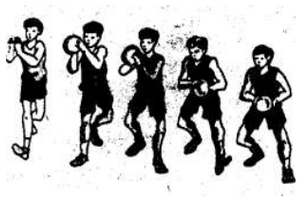




    - Melakukan passing dari dada dengan cara mendorong bola ke arah teman di hadapannya (perorangan), di tempat
    - Melakukan passing dari dada dengan cara mendorong bola ke arah teman di hadapannya (perorangan), bergerak depan, belakang, ke kanan dan kiri
    - Melakukan passing dari dada dengan cara mendorong bola ke arah teman di hadapannya formasi berbanjar dan lingkaran sambil bergerak
  - memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di lapangan.

- ***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 bolabasket dengan peraturan yang dimodifikasi dengan menggunakan teknik dasar passing dari depan dada
  - Teknik dasar (passing bolabasket dengan dipantul, dan menangkap) dengan rincian kegiatan sebagai berikut :



- Melakukan passing pantul dengan cara mendorong bola ke bawah arah teman di hadapannya (perorangan), di tempat
- Melakukan passing pantul dengan cara mendorong bola ke bawah arah teman di hadapannya (perorangan), bergerak depan, belakang, ke kanan dan kiri
- Melakukan passing pantul dengan cara mendorong bola ke bawah arah teman di hadapannya formasi berbanjar dan lingkaran sambil bergerak

☞ 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 bolabasket dengan peraturan yang dimodifikasi dengan menggunakan teknik dasar passing pantul

☞ 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

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

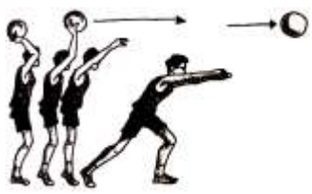
tugas baik tugas individual maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik;

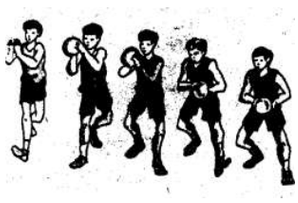
Pertemuan 2 (2 x 45 menit)

1. **Kegiatan Pendahuluan (15 menit)**
   - Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan
   - Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran
2. **Kegiatan Inti (60 menit)**
   - ***Eksplorasi***

     Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

     ☞ Teknik dasar (passing dari atas kepal, dan menangkap) dengan rincian kegiatan sebagai berikut :





     - Melakukan passing dari atas kepala dengan cara mengayun bola ke depan lururs arah teman di hadapannya (perorangan), di tempat
     - Melakukan passing dari atas kepala dengan cara mengayun bola ke depan lururs arah teman di hadapannya(perorangan), bergerak depan, belakang, ke kanan dan kiri
     - Melakukan passing dari atas kepala dengan cara mengayun bola ke depan lururs arah teman di hadapannya formasi berbanjar dan lingkaran sambil bergerak

     ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di lapangan.

   - ***Elaborasi***

     Dalam kegiatan elaborasi, guru:

     ☞ Strategi pelaksanaan dengan menggunakan model resiprokal/timbal-balik
       - guru mengatur siswa agar berpasang-pasangan
       - guru membagikan bahan ajar, yang berisi deskripsi tugas dan indikator tugas gerak kepada setiap pasangan
       - siswa mempelajari tugas gerak dan indikator keberhasilannya
       - siswa membagi tugas, siapa yang pertama kali menjadi pelaku dan siapa yang menjadi pengamat
       - siswa melaksanakan tugas gerak, dan berganti peran bilamana pelaku sudah berhasil menampilkan gerak sesuai dengan indikator yang telah ditentukan

     ☞ Bermain bolabasket dengan peraturan yang dimodifikasi dengan menggunakan teknik dasar passing dari atas kepala

     ☞ 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

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;

Pertemuan 3 (2 x 45 menit)

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

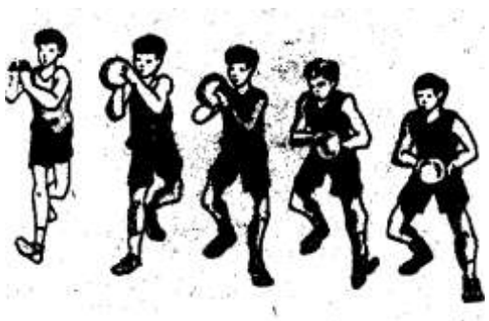
- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

2. Kegiatan Inti (60 menit)

- ▪ ***Eksplorasi***

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- ☞ Teknik dasar (passing bolabasket dari atas kepala, dada dan pantul serta menangkap) dengan rincian kegiatan sebagai berikut :



- ▪ Melakukan passing dari atas kepala, pantul dan dari dada dengan cara berpasangan, di tempat
- ▪ Melakukan passing dari atas kepala, pantul dan dari dada dengan cara berpasangan bergerak depan, belakang, ke kanan dan kiri
- ▪ Melakukan passing dari atas kepala, pantul dan dari depan dada dengan cara formasi berbanjar dan lingkaran sambil bergerak

- ☞ Setiap siswa melakukan teknik shoting kepapan dengan tiga kali kesempatan.
  - Sikap Pertama adalah berdiri tepat disamping ring basket dengan sudut tertentu dengan mengangkat salah satu kaki. Lay Up Kanan dimana berada pada kiri lawan menggunakan kaki kiri sebagai tumpuan dengan mengangkat kaki kanan disertai melemparkan bola menggunakan tangan kanan. Untuk Lay Up kiri meggunakan gerakan sebaliknya.
  - Sikap Kedua adalah menggunakan awalan triple threat kemudian melangkahkan kaki untuk melakukan Lay Up, gerakan kaki dilakukan sebanyak dua langkah. Lay Up dilakukan seperti sikap pertama.
  - Sikap Ketiga adalah telah menempatkan kaki kanan didepan untuk Lay Up kanan, dan melangkah seperti sikap kedua.
  - Sikap Keempat adalah sama seperti sikap ketiga tetapi pada awalan ditambahkan satu pantulan bola sebelum melaksanakan Lay Up.
  - Sikap Kelima adalah sama seperti sikap ketiga tetapi pada awalan ditambahkan beberapa pantulan sesuai keinginan pemain, kemudian melakukan Lay Up
  - Sikap Keenam adalah mendrible (berjalan) bola dahulu pada awalan sebelum Lay Up denagn jarak tertentu dimana tidak terlalu jauh dari ring (dari garis tiga angka) perlu diperhatikan bahwa kita harus konsentrasi pada saat pantulan terakhir drible untuk melakukan Lay Up.
  - Sikap ketujuh adalah melakukan Lay Up dengan sesungguhnya, dari garis tengah dengan awalan mendrible dan berkonsentrasi melakukan Lay Up, perhatikan langkah saat akan memulai gerakan.

- ☞ Melakukan teknik shoting dengan memberikan tiga kali kesempatan kepada siswa
- ☞ melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran; dan
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di lapangan.

- ***Elaborasi***

  Dalam kegiatan elaborasi, guru:

  - ☞ Strategi pelaksanaan dengan menggunakan model resiprokal/timbal-balik
    - guru mengatur siswa agar berpasang-pasangan
    - guru membagikan bahan ajar, yang berisi deskripsi tugas dan indikator tugas gerak kepada setiap pasangan
    - siswa mempelajari tugas gerak dan indikator keberhasilannya
    - siswa membagi tugas, siapa yang pertama kali menjadi pelaku dan siapa yang menjadi pengamat
    - siswa melaksanakan tugas gerak, dan berganti peran bilamana pelaku sudah berhasil menampilkan gerak sesuai dengan indikator yang telah ditentukan

- ☞ Bermain bolabasket dengan peraturan yang dimodifikasi dengan menggunakan teknik dasar passing bolabasket dari atas kepala, dada dan pantul serta menangkap, Bermain **lempar tangkap bola dengan menggunakan gawang bendera kecil, jumlah pemain 8 – 10 orang**
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan kegiatan yang menumbuhkan kebanggaan dan rasa percaya diri peserta didik.

- ***Konfirmasi***

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

- ☞ memberikan umpan balik positif dan penguatan dalam bentuk lisan, tulisan, isyarat, maupun hadiah terhadap keberhasilan peserta didik,
- ☞ memberikan konfirmasi terhadap hasil eksplorasi dan elaborasi peserta didik melalui berbagai sumber,
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan refleksi untuk memperoleh pengalaman belajar yang telah dilakukan,
- ☞ memfasilitasi peserta didik untuk memperoleh pengalaman yang bermakna dalam mencapai kompetensi dasar:
  - ➢ berfungsi sebagai narasumber dan fasilitator dalam menjawab pertanyaan peserta didik yang menghadapi kesulitan, dengan menggunakan bahasa yang baku dan benar;
  - ➢ membantu menyelesaikan masalah;
  - ➢ memberi acuan agar peserta didik dapat melakukan pengecekan hasil eksplorasi;
  - ➢ memberi informasi untuk bereksplorasi lebih jauh;
  - ➢ memberikan motivasi kepada peserta didik yang kurang atau belum berpartisipasi aktif.

3. Kegiatan Penutup

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;

E. Sumber Belajar

- Ruang terbuka yang datar dan aman
- Bola
- Buku teks
- Buku referensi***, Roji, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas XI***,
- 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**
Aspek Psikomotor • Melakukan passing bola dari (dada, pantul dan atas kepala)	Tes praktik (Kinerja)	Tes Contoh Kinerja	• Lakukan teknik dasar passing bola dari (dada, pantul dan atas kepala) !
• Bermain bola basket dengan peraturan yang dimodifikasi	Tes tertulis	Pilihan ganda/uraian singkat	• Posisi kedua lengan setelah melakukan passing bola basket, adalah . a. diluruskan ke depan b. ditekuk di depan badan c. disilang di depan badan d. diduluskan ke samping
Aspek Kognitif • Mengetahui bentuk-bentuk passing bola dari (dada,pantul dan atas kepala)			
Aspek Afektif • Kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian	Tes observasi	Lembar observasi	• Melakukan kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian

1. Teknik penilaian:
   - Tes unjuk kerja (psikomotor):
     Lakukan teknik dasar passing (dada, pantul dan dari atas kepala serta menangkap)
     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 bolbasket 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 (√) memdapat nilai 1

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlahskor yang diperoleh}}{} \times 30$$

Jumlah skor maksimal

- Kuis/*embedded test* (kognisi):
  Jawab secara lisan atau peragakan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak dalam permainan bolabasket

  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

2. Rubrik Penilaian

RUBRIK PENILAIAN
UNJUK KERJA TEKNIK DASAR PERMAINAN BOLABASKET

Aspek Yang Dinilai	**Kualitas Gerak**			
	1	**2**	**3**	**4**
Melakukan Teknik Dasar Passing Dari Depan Dada, Pantul dan dari Atas Kepala 1. Posisi awal bola saat akan melakukan pasing dari depan dada dipegang depan dada 2. Bentuk gerakan lengan saat melakukan passing dari depan dana dan pantul mendorong bola ke depan 3. Posisi bola yang benar saat akan melakukan passing dari atas kepala, dipegang di atas kepala 4. Posisi lengan akhir gerakan passing bolabasket lurus ke depan dan rileks 5. posisi badan dan lengan saat melakukan shooting 6. posisi badan saat melakukan lay up				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 24				

RUBRIK PENILAIAN
PERILAKU DALAM PERMAINAN BOLABASKET

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	

RUBRIK PENILAIAN
PEMAHAMAN KONSEP GERAK DALAM PERMAINAN BOLABASKET

Pertanyaan yang diajukan	**Kualitas Jawaban**			
	1	**2**	**3**	**4**
1. Bagaimana posisi kedua lengan setelah kamu melakukan passing bolabasket ? 2. Bagaimana posisi badan setelah kamu melakukan passing bolabasket ? 3. Bagaimana posisi lengan dan badan saat melakukan shooting? 4. Bagaimana posisi badan saat melakukan lay up?				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 8				

Mengetahui,
Guru pamong

Eko Sungkono Hadi, S.Pd

MahasiswaPraktikan

Kurnia Pramukanthi Asih

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	**: SMK PGRI 2 Salatiga**
Mata Pelajaran	**: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan**
Kelas/Semester	**: XI/I**
Alokasi Waktu	**: 2x45 menit**

A. Standar Kompetensi

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

B. Kompetensi Dasar

1.1 Mempraktikan kombinasi teknik dasar senam lantai dengan baik serta nilai kerjasama , toleransi , percaya diri, keberanian, menghargai lawan,bersedia berbagi tempat dan peralatan.

C. Alokasi Waktu : 2x2x45 menit

D. Tujuan Pembelajaran

a. Siswa dapat mnjelaskan pengertian roll depan
b. Siswa dapat mengetahui awalan saat akan melakukan roll depan
c. Siswa dapat mengetahui sikap badan saat akan melakukan roll depan
d. Siswa dapat mengetahui teknik gerakan saat melakukan roll depan
e. Siswa dapat melakukan pendaratan yang benar

1. Karakter siswa yang diharapkan :
   a. Disiplin (*Discipline*)
   b. Tekun (*diligence*)
   c. Tanggungjawab (*responsibility*)
   d. Ketelitian (*carefulness*)
   e. Kerja sama (*Cooperation*)
   f. Toleransi (*Tolerance*)
   g. Percaya diri (*Confidence*)
   h. Keberanian (*Bravery*)

E. Materi Pembelajaran

1. Roll depan

2. Roll belakang
3. Sikap lilin

F. Metode Pembelajaran

6. Modeling
7. Resiprokal / timbalbalik
8. Bertanya
9. Menemukan(Inguiri)
10. Refleksi diri

G. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

a) Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan
b) Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

2. Kegiatan Inti (40 menit)

a) Eksplorasi

1. Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

Melakukan roll depan, roll belakang dan sikap lilin dengan rincian kegiatan sebagai berikut :

1) Melakukan teknik posisi badan yang benar dalam roll depan
2) Melakukan teknik teknik urutan gerakan kaki
3) Melakukan teknik teknik urutan gerakan lengan
4) Melakukan teknik pernafasan dan koordinasi gerakan
5) Menggulingkan badan dari sikap jongkok dengan memeluk kedua lutut dalam roll depan. Adapun cara melakukannya adalah sebagai berikut.
   - Berjongkok kedua telapak tangan menempel matras.
   - Angkat pinggul keatas hingga kedua kaki lurus
   - Masukkan kepala diantara kedua lengan bersamaan kedua sikut ditekuk.
   - Gulingkan badan ke depan dan dengan cepat kedua tangan memeluk kedua lutut dirapatkan ke dada.
6) Melakukan roll depan secara keseluruhan. Dari sikap berdiri hingga gerakan roll depan. Adapun caranya adalah sebagai berikut:

- Langkah awal berdiri tegak, kaki rapat, tangan lurus ke atas dan pandangan kedepan.
- Guling depan dengan awalan tangan menyentuh matras dagu menempel ke dada dilanjutkan guling tengkuk, punggung, pinggul, dan kaki, ketika menguling kaki ditekuk dan berakhir kaki lurus dan rapat, pada saat mengguling rileks saja jangan kaku, ini akan mempermudah gerakan.
- Lagkah akhir berdiri sejenak pandangan kedepan dengan perlahan tangan di tarik ke atas lurus lalu turunkan lagi secara berlahan, ini untuk mengembalikan keseimbangan setelah melakukan roll

7) Melakukan roll belakang dengan rincian gerakan sebagai berikut:
Senam lantai roll belakang adalah gerakan badan berguling kearah belakang melalui bagian belakang badan mulai dari panggul bagian belakang, pinggang, punggung dan tengkuk Cara melakukan :
   - Berdiri tegap dan kedua tangan diangkat lurus keatas membentuk huruf "V".
   - Lalu pandangan lurus ke depan
   - Kemudian ikuti dengan menekuk kedua lutut hingga agak jongkok atau setengah jongkok dan tangan lurus kedepan
   - Lalu gulingkan badan ke belakang dengan tangan siap menyanggah dan memberi dorongan agar mendapat gulingan yang maksimal
   - Pada saat berguling kaki lurus dan saat menjatuhkan kaki dijatuhkan jauh di atas kepala
   - Lalu kembali keposisi semula yakni berdiri tegak dengan pandangan mata ke arah depan
8) Melakukan gerakan sikap lilin.

b) Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

1) 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.

2) Strategi pelaksanaan dengan menggunakan model resiprokal/timbal-balik
   - guru mengatur siswa agar berpasang-pasangan
   - guru membagikan bahan ajar, yang berisi deskripsi tugas dan indikator tugas gerak kepada setiap pasangan
   - siswa mempelajari tugas gerak dan indicator keberhasilannya
   - siswa membagi tugas, siapa yang pertama kali menjadipelakudansiapa yang menjadi pengamat.
   - Siswa melaksanakan tugas gerak, dan berganti peran bilamana pelaku sudah berhasil menampilkan gerak sesuai dengan indikator yang telah ditentukan.

c) Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

1) memberikan umpan balik positif dan penguatan dalam bentuk lisan, tulisan, isyarat, maupun hadiah terhadap keberhasilan peserta didik,
2) memberikan konfirmasi terhadap hasil eksplorasi dan elaborasi peserta didik melalui berbagai sumber,
3) memfasilitasi peserta didik melakukan refleksi untuk memperoleh pengalaman belajar yang telah dilakukan,
4) memfasilitasi peserta didik untuk memperoleh pengalaman yang bermakna dalam mencapai kompetensi dasar:
   - berfungsi sebagai narasumber dan fasilitator dalam menjawab pertanyaan peserta didik yang menghadapi kesulitan, dengan menggunakan bahasa yang baku dan benar;
   - membantu menyelesaikan masalah;
   - memberi acuan agar peserta didik dapat melakukan pengecekan hasil eksplorasi;
   - memberi informasi untuk bereksplorasi lebih jauh;

- memberikan motivasi kepada peserta didik yang kurang atau belum berpartisipasi aktif.

9) Kegiatan Penutup (5 Menit)

Dalam kegiatan penutup, guru:

1) bersama-sama dengan peserta didik dan/atau sendiri membuat rangkuman/simpulan pelajaran;
2) melakukan penilaian dan/atau refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan secara konsisten dan terprogram;
3) memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran;

H. **Sumber dan Alat Belajar**

- Ruang terbuka yang datar dan aman (Bangsal senam)
- Matras, peluit, jam
- Buku teks, ***Permainan kecil***
- Buku referensi ***, Roji, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas VII***,
- Lembar Kerja Proses Belajar, Roji, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

I. **Evaluasi**

Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	**Penilaian**		
	Teknik	**Bentuk Instrumen**	**Contoh Instrumen**
Aspek Psikomotor • Melakukan gerakan guling depan (roll depan)	Tes praktik (Kinerja)	Tes Contoh Kinerja	Lakukan gerakan guling depan (roll depan)
Aspek Kognitif • Mengetahui bentuk –bentuk gerakan guling depan (roll depan)	Tes tertulis	Pilihan ganda/uraian singkat	Sebutkan bentuk –bentuk gerakan ketika melakukan roll depan
Aspek Afektif			

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	**Bentuk Instrumen**	**Contoh Instrumen**
• Percaya diri, kerja sama, disiplin, keberanian, dan keselamatan	Tes observasi	Lembar observasi	Percaya diri, kerja sama, disiplin, keberanian, dan keselamatan
Aspek Psikomotor • Melakukan gerakan guling belakang (roll belakang), roll	Tes praktik (Kinerja)	Tes Contoh Kinerja	Lakukan gerakan guling belakang (roll belakang)
Aspek Kognitif • Mengetahui bentuk –bentuk gerakan roll belakang	Tes tertulis	Pilihan ganda/uraian singkat	Sebutkan bentuk –bentuk gerakan melakukan guling belakang (roll belakang)
Aspek Afektif • Percaya diri, kerja sama, disiplin, keberanian, dan keselamatan	Tes Observasi	Lembar observasi	Percaya diri, kerja sama, disiplin, keberanian, dan keselamatan
Aspek Psikomotor • Melakukan gerakan sikap lilin	Tes praktik (Kinerja)	Tes Contoh Kinerja	Lakukan gerakan sikap lilin
Aspek Kognitif • Mengetahui bentuk bentuk gerakan sikap lilin	Tetulis	Pilihan ganda/ uraian singkat	Sebutkan bentuk-bentuk gerakan sikap lilin
Aspek Afektif • Percaya diri, kerja sama, disiplin, keberanian, dan keselamatan	Tes observasi	Lembar observasi	Percaya diri, kerja sama, disiplin, keberanian, dan keselamatan

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen

1. Teknik penilaian:

   - Tes unjuk kerja (psikomotor):

   Lakukan gerak roll depan terlebih dahulu lalu dilanjutkan dengan melakukan gerakan guling belakang (roll belakang)

   Keterangan:

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

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

   - Pengamatan sikap (afeksi):

   Melakukan gerak rangkai roll depan, dilanjutkan dengan roll belakang, kemudian dilanjutkan dengan gerak rangkai roll depan dan roll belakang dengan menanamkan nilai keberanian, kedisiplinan, keluesan dan estetika

   Keterangan:

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

   Jumlah skor yang diperoleh

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

Mengetahui,
Guru pamong

Eko Sungkono Hadi, S.Pd

MahasiswaPraktikan

Kurnia Pramukanthi Asih

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Sekolah	**:**	**SMK PGRI 2 SALATIGA**
Mata Pelajaran	:	**Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan**
Kelas/Semester	**:**	**XII / I**
Alokasi Waktu	**:**	**2x45 menit**

Standar Kompetensi*

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

Kompetensi Dasar

1.3. Mempraktikan teknik dasar permainan dan olahraga perorangan atletik serta nilai disiplin, percaya diri dan kejujuran

Alokasi Waktu : 2x 2 x 45 menit (2 x pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran

a. Siswa dapat melakukan teknik dasar awalalan, dengan benar
b. Siswa dapat melakukan teknik dasar memegang peluru, dengan benar
c. Siswa dapat melakukan teknik dasar menolak peluru, dengan benar
d. Siswa dapat melakukan lomba menolak peluru dengan peraturan yang dimodifikasi, dengan baik

❖ **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

Tolak Peluru Awalan Menyamping

- Teknik dasar lari posisi awalan, memegang peluru dan menolak
- Lomba lompat menolak peluru dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai disiplin, percaya diri dan kejujuran

C. Metode Pembelajaran

1. Modeling
2. Resiprokal / timbalbalik
3. Bertanya
4. Menemukan(Inguiri)

5. Refleksi diri

D. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan 1-2

1 Kegiatan Pendahuluan [15 menit]

c) Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan

d) Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

2 Kegiatan Inti

- ***Eksplorasi***

  Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

  ☞ Melakukan teknik dasar posisi awalan, memegang peluru dan menolak, dengan rincian kegiatan sebagai berikut :

- Melakukan teknik dasar gerakan menolak peluru dari posisi berdiri di tempat menggunakan bola dengan dua tangan dilanjutkan dengan satu tangan berhadapan (berkelompok/berpasangan)
- Melakukan teknik dasar gerakan menolak peluru dari posisi berdiri posisi melangkah dan menyamping formasi berbanjar dan lingkaran (berkelompok)

☞ memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di lapangan.

- ***Elaborasi***

  Dalam kegiatan elaborasi, guru:

  ☞ Strategi pelaksanaan dengan menggunakan model tugas/penugasan

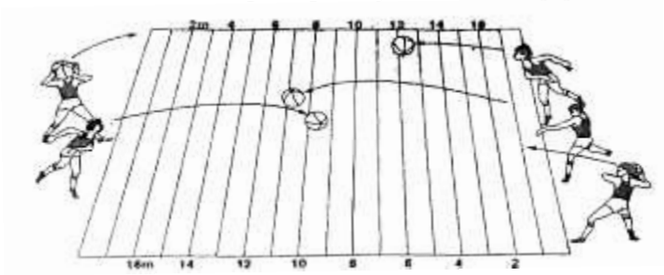
  - guru membagikan bahan ajar, yang berisi deskripsi tugas dan indikator tugas gerak
  - siswa mempelajari tugas ajar dan indikator keberhasilannya
  - siswa memperkirakan waktu yang diperlukan untuk mencapai ketuntasan tugas ajar
  - siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang telah 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.

  ☞ Strategi pelaksanaan dengan menggunakan model resiprokal/timbal-balik

  - guru mengatur siswa agar berpasang-pasangan

- guru membagikan bahan ajar, yang berisi deskripsi tugas dan indikator tugas gerak kepada setiap pasangan
- siswa mempelajari tugas gerak dan indikator keberhasilannya
- siswa membagi tugas, siapa yang pertama kali menjadi pelaku dan siapa yang menjadi pengamat
- siswa melaksanakan tugas gerak, dan berganti peran bilamana pelaku sudah berhasil menampilkan gerak sesuai dengan indikator yang telah ditentukan

☞ Lomba menolak peluru dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai disiplin, percaya diri dan kejujuran



☞ 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

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;

E. Sumber Belajar

- Ruang terbuka yang datar dan aman
- Bendera start dan finish
- Buku teks
- Buku referensi, ***, Roji, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas XI***,
- Lembar Kerja Proses Belajar, ***Roji***, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

D. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	**Bentuk Instrumen**	**Contoh Instrumen**
Aspek Psikomotor • Melakukan posisi awalan • Melakukan teknik dasar memegang peluru dan menolak • Melakukan lomba menolak peluru dengan peraturan yang dimodifikasi	Tes praktik (Kinerja)	Tes Contoh Kinerja	Lakukan teknik dasar tolak peluru awalan menyamping !
Aspek Kognitif • Mengetahui bentuk-bentuk teknik dasar awalan, memegang peluru dan menolak	Tes tertulis	Pilihan ganda/urai-an singkat	Posisi badan yang benar saat awalan menolak peluru gaya menyamping , adalah
Aspek Afektif • Disiplin, semangat, sportifitas, percaya diri dan kejujuran	Tes observasi	Lembar observasi	Disiplin, semangat, sportifitas, percaya diri dan kejujuran

1. Teknik penilaian:
   - Tes unjuk kerja (psikomotor):

     Lakukan teknik dasar tolak peluru gaya menyamping

     Keterangan:

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

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

   - Pengamatan sikap (afeksi):

     Lakukan teknik dasar tolak peluru gaya menyamping dengan peraturan yang telah dimodifikasi dan nilai percaya diri serta kejujuran

     Keterangan:

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

     Jumlah skor yang diperoleh

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

   - Kuis/*embedded test* (kognisi):

Jawab secara lisan atau peragakan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak dalam teknik dasar tolak peluru gaya menyamping

Keterangan:

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

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

- Nilai akhir yang diperoleh siswa =

Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis

2. Rubrik Penilaian

RUBRIK PENILAIAN

UNJUK KERJA TEKNIK DASAR TOLAK PELURU GAYA MENYAMPING

Aspek Yang Dinilai	**Kualitas Gerak**			
	1	**2**	**3**	**4**
1. Arah gerakan menolak saat peluru, ke depan atas 2. Posisi badan saat akan menolak peluru menyamping arah gerakan 3. Bentuk gerakan pinggang saat menolak peluru diputar ke samping, depan dan atas 4. Pelepasan peluru yang benar dari pegangan tangan saat menolak peluru ketika lengan telah lurus ke depan				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 16				

RUBRIK PENILAIAN

PERILAKU DALAM TOLAK PELURU GAYA MENYAMPING

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	***CEK (√)***
1. Percaya diri	
2. Kejujuran (tidak bermain curang)	
3. Menunjukkan sikap bersungguh-sungguh dalam lomba	
JUMLAH	
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 3	

RUBRIK PENILAIAN
PEMAHAMAN KONSEP TOLAK PELURU GAYA MENYAMPING

Pertanyaan yang diajukan	**Kualitas Jawaban**			
	1	**2**	**3**	**4**
1. Bagaimana posisi awal saat akan menolak peluru ? 2. Bagaimana bentuk gerakan lengan yang benar pada saat melakukan tolak peluru ? 3. Bagaimana posisi peluru yang benar pada saat dipegang untuk melakukan tolakan ?				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 12				

Mengetahui,
Guru pamong

Eko Sungkono Hadi, S.Pd

MahasiswaPraktikan

Kurnia Pramukanthi Asih

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Sekolah	**: SMK PGRI 2 SALATIGA**
Mata Pelajaran	**: Penjas Orkes**
Kelas/Semester	**: XII / I**
Alokasi Waktu	**: 2x45**

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

Kompetensi Dasar **:** Mempraktikkan teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola kecil lanjutan dengan baik serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan

Alokasi Waktu **:** 2x2x 45 menit (2 pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran

a. Siswa dapat Memgang stick dan memukul (swing dan bunch) secara berkelompok
b. Siswa dapat Melakukan variasi teknik dasar berpasangan atau kelompok
c. Siswa dapat Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi

❖ **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

Soft Ball

- Teknik dasar Memgang stick dan memukul (swing dan bunch) secara berkelompok
- Bermain dengan Alat dan peraturan yang dimodifikasi (bola kasti)

C. Metode Pembelajaran

- Pertemuan 1& 2 = penugasan & resiprokal/timbal-balik

D. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan 1 & 2

1. Kegiatan Pendahuluan [15 Menit]

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

2. Kegiatan Inti [60 menit]

- ***Eksplorasi***

  Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

  - ☞ Melakukan teknik dasar Memgang stick dan memukul (swing dan bunch)
  - ☞ Melakukan variasi teknik dasar
  - ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di lapangan.

- ***Elaborasi***

  Dalam kegiatan elaborasi, guru:

  - ☞ Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi
  - ☞ Mengetahui bentuk variasi dan kombinasi teknik dasar megangan stick , dan pukulan (swing dan bunch)
  - ☞ Kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan
  - ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan kegiatan yang menumbuhkan kebanggaan dan rasa percaya diri peserta didik.

- ***Konfirmasi***

  Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

  - ☞ 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 [15menit]

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;

E. Sumber Belajar

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

D. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	**Bentuk Instrumen**	**Contoh Instrumen**
Aspek Psikomotor • Memgang stick dan memukul (swing dan bunch) • Melakukan variasi teknik dasar • Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi	Tes praktik (Kinerja)	Tes Contoh Kinerja	Lakukan vriasi dan kombinasi teknik dasar pegangan stick pukulan swing dan bunch !
Aspek Kognitif • Mengetahui bentuk variasi dan kombinasi teknik dasar megangan stick , dan pukulan (swing dan bunch)	Tes tertulis	Pilihan ganda/urai-an singkat	Posisi badan yang benar saat melakukan pukulan bunch, adalah a. menghadap arah bola b. membelakangi arah bola c. menyamping arah bola d. memutar arah bola
Aspek Afektif • Kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan	Tes observasi	Lembar observasi	Kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan

Mengetahui,
Guru pamong

Eko Sungkono Hadi, S.Pd

MahasiswaPraktikan

Kurnia Pramukanthi Asih