

LAPORAN
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN 2
DI SD NEGERI PATEMON 01
KECAMATAN GUNUNG PATI KOTA SEMARANG



Disusun oleh

Nama : Dewantoro Fardiansah

NIM : 6102409022

Prodi : PGPJSD S1

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2011

PENGESAHAN

Laporan PPL 2 ini telah disusun sesuai dengan Pedoman PPL UNNES.

Hari : Selasa

Tanggal : 9 Oktober 2012

Disahkan oleh :

Koordinator Dosen Pembimbing

Kepala Sekolah



Drs. Uen Hartiwan, M.Pd
NIP. 195304111983031001



Sri Hartati, M.Pd
NIP. 196511141986092001



Kapus Pengembangan PPL UNNES
Drs. Masugino, M.Pd
NIP. 19520721 198012 1 001

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik dan hidayah-Nya sehingga praktikan dapat menyusun laporan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan 2 yang telah dilaksanakan di SD NEGERI PATEMON 01 Kota Semarang.

Pada kesempatan ini praktikan ingin menyampaikan permintaan maaf atas segala kekurangan dan kesalahan yang praktikan lakukan selama PPL berlangsung baik sengaja maupun tidak sengaja kepada semua pihak yang bersangkutan. Praktikan ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Drs. Masugino, M.Pd selaku Kepala Pusat Pengembangan PPL Unnes,
2. Drs. Uen Hartiwan, M.Pd. selaku dosen koordinator PPL di SD N Patemon 01
PPL di SD Negeri Patemon 01
3. Drs. Uen Hartiwan, M.Pd Selaku dosen pembimbing PPL di SD Negeri Patemon 01
4. Sri hartati M. Pd selaku kepala sekolah SD Negeri Patemon 01
5. Bambang sutiarmo selaku guru pamong mata pelajaran Penjasorkes SD Negeri Patemon 01
6. Seluruh guru, staf, dan karyawan SD Negeri Patemon 01
7. Rekan-rekan praktikan yang telah memberikan dukungan dan bantuan
8. Segenap siswa-siswi SD Negeri Patemon 01 dan
9. Semua pihak yang telah membantu dari awal sampai akhir pelaksanaan PPL di SD Negeri Patemon 01 Kecamatan Semarang Barat Kota Semarang

Penyusun sebagai manusia biasa tidak tertutup kemungkinan banyak kekurangannya dan kesempurnaan hanya milik Allah SWT. Oleh karena itu, kritik dan saran sangat praktikan harapkan demi perbaikan laporan ini di masa mendatang. Akhir kata semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan praktikan pada khususnya.

Semarang, 7 Oktober 2012

Penyusun

DAFTAR ISI

	Halaman
Judul	i
Pengesahan	ii
Kata Pengantar	iii
Daftar Isi	v
Daftar Lampiran	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Praktik Pengalaman Lapangan II	2
C. Manfaat Praktik Pengalaman Lapangan II	2
BAB II LANDASAN TEORI	4
A. Pengertian Praktik Pengalaman Lapangan	4
B. Dasar Pelaksanaan	4
C. Tahap- Tahap Praktek Pengalaman Lapangan	6
D. Fungsi Praktek Pengalaman Lapangan	6
E. Status, Peserta, Bobot Kredit	6
F. Tugas Guru di Sekolah dan Kelas	7
G. Tugas Guru Praktikkan	8
H. Kompetensi Guru	8
BAB III PELAKSANAAN	10
A. Waktu	10
B. Tempat	10
C. Tahapan Kegiatan	10

D. Materi Kegiatan	11
E. Proses dan Materi Bimbingan	11
F. Faktor Pendukung dan Penghambat Pelaksanaan PPL	12
G. Pembimbingan Oleh Guru Pamong	13
H. Pembimbingan Oleh Dosen Pembimbing	13
BAB IV PENUTUP	14
A. Simpulan	14
B. Saran	14

REFLEKSI DIRI

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Universitas negeri Semarang adalah lembaga pendidikan tinggi keguruan (LPTK) yang salah satu misinya ialah menyiapkan, mencetak tenaga pendidik yang mampu dan mempunyai kompetensi untuk siap bertugas dalam bidang pendidikan sesuai dengan bidangnya. Sehingga mahasiswa kependidikan harus menempuh program Praktik pengalaman lapangan (PPL) di sekolah latihan dengan jangka waktu tiga bulan.

Perkembangan dunia pendidikan semakin membaik, dikarenakan sumber daya untuk menunjang kebutuhan manusia semakin baik. Sehingga manusia dituntut untuk dapat bersaing menjadi yang terdepan diantara yang lainnya. Oleh sebab itu, perbaikan sumber daya pendidik senantiasa dikembangkan dengan beberapa pelatihan atau seminar untuk mengikuti segala macam perkembangan pendidikan.

Kemajuan teknologi saat ini tidak dapat dihindari dan dibendung lagi. Sebagai insan pendidik dan pembawa perubahan, seorang guru dituntut sebagai seorang yang profesionalisme didalam bidangnya. Untuk itu sebagai calon pendidik, kita harus dapat berselaras dengan kemajuan teknologi dan harus dapat merubah paradigma pembelajaran sehingga lebih inovatif dan berdaya saing sehingga tidak monoton dan kaku.

Pendidik adalah insan atau orang yang tugasnya tidak hanya menularkan ilmu kepada siswa, tetapi lebih daripada itu. Pendidik adalah insan yang dapat merubah perilaku, moral serta menumbuhkan tanggungjawab kepada calon penerus bangsa. Untuk itu, pendidik adalah orang yang memiliki peranan besar dan ikut andil dalam membentuk karakter siswa. Tidak hanya sebagai panutan, tetapi pendidik lebih mengarah mencetak kader bangsa yang bermutu kelak.

B. Pengertian Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)

Praktik pengalaman lapangan adalah salah satu mata kuliah jurusan kependidikan yang tugasnya menerapkan teori selama menjadi mahasiswa di sebuah instansi atau lembaga kependidikan. Mahasiswa diterjunkan langsung di sekolah latihan untuk mempraktekkan secara langsung program pendidikan di semester - semester sebelumnya. Mahasiswa praktikan diterjunkan di sekolah untuk mengaplikasikan prodi atau jurusanya sebagai seorang guru secara langsung.

Program PPL ini bekerjasama dengan dinas pendidikan di beberapa Kabupaten wilayah regional sebuah Universitas. Pihak Universitas langsung bertanggungjawab kepada dinas pendidikan sebuah wilayah kota / kabupaten dalam program ini. Dalam pelaksanaannya, pihak Universitas juga harus dapat bekerjasama dengan baik kepada sekolah latihan yang dituju.

C. Tujuan

Praktik Pengalaman Lapangan bertujuan untuk :

- a. Sebagai salah satu syarat untuk memenuhi tugas mata kuliah Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di Universitas Negeri Semarang (UNNES).
- b. Membentuk mahasiswa praktikan agar menjadi calon tenaga kependidikan (guru) yang professional dan berkompeten.
- c. Membekali mahasiswa praktikan dengan seperangkat pengetahuan, sikap dan keterampilan yang dapat menunjang tercapainya penguasaan kompetensi profesional, personal dan kemasyarakatan.

D. Manfaat

Manfaat PPL memberi bekal pada mahasiswa praktikan agar memiliki kompetensi profesional, kompetensi personal dan kompetensi kemasyarakatan. Dengan melaksanakan PPL diharapkan dapat memberikan manfaat terhadap semua komponen yang terkait yaitu mahasiswa, sekolah dan Perguruan Tinggi yang bersangkutan.

1. Manfaat bagi mahasiswa :

- a) Memberikan bekal yang dapat menunjang tercapainya penguasaan kompetensi profesional, kompetensi personal dan kompetensi kemasyarakatan.
 - b) Memberikan pengalaman yang berharga untuk terjun secara langsung di dunia pendidikan.
 - c) Mendapatkan kesempatan untuk mempraktikkan bekal yang diperoleh selama perkuliahan.
 - d) Memberikan wawasan dan pengetahuan baru yang mungkin belum diterima selama perkuliahan.
2. Manfaat bagi sekolah :
- a) Meningkatkan kualitas dan pengetahuan baru di bidang pendidikan dalam membimbing anak didik
 - b) Meningkatkan hubungan kerjasama dengan UNNES sebagai salah satu lembaga yang meluluskan para calon tenaga pendidik (guru).
3. Manfaat bagi Universitas Negeri Semarang :
- a) Mendapatkan masukan tentang keadaan pendidikan yang sesungguhnya terlaksana saat ini, sehingga memberikan tambahan informasi untuk pengembangan bahan ajar dan kajian penelitian di bidang pendidikan.
 - b) Meningkatkan hubungan kerjasama dengan instansi sekolah terkait.
 - c) Memperoleh masukan tentang perkembangan pelaksanaan PPL, sehingga kurikulum, metode dan pengelolaan bimbingan dan konseling di instansi atau sekolah dapat disesuaikan dengan tuntutan yang ada di lapangan.
 - d) Membantu dalam upaya peningkatan kualitas lulusan, karena mendapatkan tambahan pengalaman bagi mahasiswa khususnya program studi kependidikan.
- Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan ini diharapkan mampu memberikan manfaat bagi semua komponen yang bersangkutan yaitu mahasiswa praktikan, sekolah dan Perguruan Tinggi yang bersangkutan.

BAB II LANDASAN TEORI

A. Pengertian Praktek Pengalaman Lapangan

Perkembangan masyarakat modern khususnya dalam bidang pendidikan semakin terspesialisasikan. Hal tersebut menuntut adanya peningkatan layanan pendidikan baik penyelenggaraan praktik kependidikan maupun proses penyiapan tenaga kependidikan. Untuk itu Universitas Negeri Semarang sebagai salah satu Lembaga Pendidikan Tingkat Keguruan (LPTK) di Indonesia yang bertugas menghasilkan tenaga kependidikan, telah melakukan berbagai upaya untuk meningkatkan mutu lulusan antara lain dengan menjalin kerjasama dengan pihak-pihak yang berkompeten dalam penyelenggaraan pendidikan yang biasa disebut Praktik Pengalaman Lapangan (PPL).

Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) adalah semua kegiatan kurikuler yang harus dilakukan dan diikuti oleh mahasiswa praktikan, sebagai pelatihan untuk menerapkan teori yang telah didapat sebelumnya di bangku perkuliahan yang 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.

B. Dasar Pelaksanaan

Pada dasarnya program Praktik Pengalaman Lapangan merupakan salah satu rangkaian dari kegiatan terpadu UPT PPL UNNES sebagai LPTK. Dalam hal ini UPT PPL memiliki tanggung jawab teknis dan kewenangan untuk melaksanakan program tersebut.

Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan ini mempunyai dasar pelaksanaan, yaitu :

1. Keputusan Menteri Pendidikan Nasional No. 232/U/2000 tentang Pedoman Penyusunan Kurikulum Pendidikan Tinggi dan Penilaian Hasil Belajar
2. Peraturan Pemerintah No. 60/61 Tahun 2000 tentang Otonomi Perguruan Tinggi
3. Undang-Undang RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional
4. Undang- Undang Republik Indonesia No.14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen
5. Keputusan Rektor No.45/O/2001 tentang Penyelenggaraan Pendidikan di Universitas Negeri Semarang
6. Keputusan Rektor No.46/O/2001 tentang Jurusan dan Program Studi di Lingkungan Fakultas serta Program Studi pada Program Pasca Sarjana Universitas Negeri Semarang
7. Surat Keputusan Rektor No.35/O/2006 tentang Pedoman Pelaksanaan Praktek Pengalaman Lapangan.

Program ini wajib dilaksanakan oleh mahasiswa Universitas Negeri Semarang khususnya program pendidikan. Melalui program ini, diharapkan para mahasiswa calon guru dapat memenuhi kriteria agar mahasiswa benar-benar siap untuk diterjunkan dalam dunia pendidikan dengan bekal yang didapatkannya dalam PPL ini, sehingga program ini mutlak diperlukan untuk memungkinkan dikuasainya kemampuan professional keguruan yang kompleks oleh para calon guru yang mempersyaratkan penguasaan secara bertahap. Oleh karena itu tahap-tahap dalam PPL harus disusun secara cermat sehingga latihan dapat membuahkan hasil secara maksimal.

C. Tahap- Tahap Praktek Pengalaman Lapangan

Pada tahap-tahap latihan pengajaran terdapat perubahan ketentuan terdahulu. Saat ini PPL dilaksanakan dua kali :

1. PPL I

Tahap ini merupakan tahap awal, di mana mahasiswa belum terjun secara langsung dalam proses belajar mengajar. Pada tahap ini mahasiswa melakukan observasi dan orientasi tentang kondisi fisik sekolah latihan dan melakukan pengamatan pengajaran.

2. PPL II

Tahap ini merupakan penerjunan langsung bagi mahasiswa dalam dunia pendidikan di mana mereka berperan secara aktif sebagai pendidik dalam sekolah-sekolah latihan.

D. Fungsi Praktek Pengalaman Lapangan

Menurut Bab I pasal 4 (Pedoman PPL UNNES), fungsi dari Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah memberikan bekal kepada mahasiswa praktikan agar mereka memiliki kompetensi profesional, kompetensi personal dan kompetensi kemasyarakatan.

E. Status, Peserta, Bobot Kredit

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

Mahasiswa yang wajib mengikuti PPL ini adalah mahasiswa kependidikan jenjang S1, Program Diploma, Program Akta dan Program lain.

Mata kuliah ini mempunyai bobot kredit 6 SKS, dengan perincian PPL 1 sebanyak 2 SKS dan PPL 2 sebanyak 4 SKS.

F. Tugas Guru di Sekolah dan Kelas

Guru sebagai tenaga pengajar di jenjang pendidikan dasar maupun menengah harus mempunyai kualitas diri sendiri serta mengembangkan kepribadiannya sebagai salah satu upaya mencapai tujuan pendidikan Nasional. Selain itu guru perlu menjaga citra dirinya sehingga dapat dijadikan teladan dan contoh bagi murid pada khususnya dan lingkungan pada umumnya. Berikut ini tugas dan tanggung jawab guru

1. Tugas dan kewajiban guru selaku pengajar
 - a. Mengadakan persiapan mengajar yang sesuai dengan kurikulum yang berlaku.
 - b. Datang mengajar di sekolah setiap hari kerja.
 - c. Mengadakan evaluasi pelajaran secara teratur dan kontinyu sesuai tehnik evaluasi yang berlaku.
 - d. Ikut membina hubungan baik antara sekolah dengan orang tua dan masyarakat serta lingkungannya.
 - e. Membina hubungan baik antara sekolah dengan berbagai golongan masyarakat dan pemerintah daerah setempat.

1. Tugas dan kewajiban guru sebagai pendidik
 - a. Senantiasa menjunjung tinggi dan mewujudkan nilai- nilai yang terkandung dalam Pancasila dan UUD 1945
 - b. Guru wajib mencintai anak didik dan profesinya serta selalu menjadikan dirinya sebagai teladan bagi anak didiknya.
 - c. Guru harus senantiasa memperhatikan norma- norma yang berlaku, etika dan estetika dalam berpakaian dan berhias baik di dalam ataupun luar sekolah.
 - d. Guru wajib selalu menyelaraskan pengetahuan dan meningkatkan pengetahuan dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi
 - e. Guru senantiasa wajib meningkatkan keselarasan, kesenian dan keseimbangan jasmani dan rohaninya sehingga terwujud penampilan pribadi yang baik.

G. Tugas Guru Praktikan

Tugas guru praktikan selama mengikuti Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) II adalah :

1. Observasi dan orientasi di tempat praktik.
2. Pengajaran model atau pelatihan pengajaran terbimbing.
3. Pelatihan pengajaran mandiri dan ujian mengajar.
4. Kegiatan kurikuler seizin kepala sekolah tempat praktik.
5. Membantu memperlancar arus informasi dari UNNES ke sekolah latihan dan atau sebaliknya.
6. Menyusun laporan hasil observasi dan orientasi di tempat praktik.
7. Menyusun pengurus kelompok praktikan di tempat praktik.
8. Mengisi format rencana kegiatan dan format bimbingan PPL yang dijadwalkan.

H. Kompetensi Guru

Kompetensi yang harus dimiliki oleh seorang guru agar para guru mempunyai tingkat keprofesionalan yang berimbang dalam tugasnya, adalah sebagai berikut :

1. Memahami landasan pendidikan, yaitu landasan filosofis, sosiologis, kultural, psikologis, ilmiah dan teknologis.
2. Memahami wawasan pendidikan, yaitu wawasan mengenai 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 pendidikan
4. Menguasai pengelolaan kelas
5. Menguasai evaluasi pembelajaran
6. Memiliki kepribadian, wawasan profesi dan pengembangannya.

Karakteristik guru yang profesional antara lain selalu membuat perencanaan pembelajaran yang konkret dan detail untuk dilaksanakan dalam kegiatan pembelajaran, menempatkan siswa sebagai arsitek

pembangun gagasan dan guru berfungsi melayani dan berperan sebagai mitra siswa, bersikap kritis dan berani menolak kehendak yang kurang edukatif, bersikap kreatif dalam membangun dan menghasilkan karya pendidikan seperti pembuatan alat bantu belajar, analisis materi pembelajaran, penyusunan alat penilaian dan lainnya.

BAB III

PELAKSANAAN

A. WAKTU

Pelaksanaan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan Mahasiswa PGSD, SI dilaksanakan mulai pada tanggal 30 Juli sampai dengan 20 Oktober 2012.

Hal ini ditetapkan berdasarkan persetujuan rektor UNNES dengan kepala kantor wilayah departemen pendidikan nasional atau pimpinan yang sesuai.

B. TEMPAT

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) II bertempat di SDN Patemon 01 Kecamatan Gunung Pati Kota Semarang, SD Negeri Patemon 01 terpilih menjadi tempat Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dengan mempertimbangkan hal-hal diantaranya :

1. Ada guru Penjasorkes
2. Sudah menggunakan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP).
3. Letak sekolah strategis.
4. Fasilitas pendukung pendidikan sudah memadai.

C. TAHAPAN KEGIATAN

Kegiatan Pelaksanaan PPL terdiri dari:

1. Kegiatan observasi, kegiatan observasi dilaksanakan oleh mahasiswa peserta PPL di SD Negeri Patemon 01 Kota Semarang pada tanggal 30 Juli sampai dengan 11 Agustus 2012. Kegiatan yang dilakukan pada program PPL I ini adalah
 - a. Observasi mengenai keadaan / kondisi fisik sekolah latihan SD Negeri Patemon 01 Kota Semarang yaitu mengenai bangunan- bangunan yang ada di lingkungan SD Negeri Patemon 01 Kota Semarang beserta kondisinya.

- b. Observasi mengenai struktur organisasi sekolah. Hal-hal yang diobservasi antara lain fungsi dan peranan dari tiap-tiap komponen yang ada dalam struktur organisasi sekolah.
 - c. Observasi mengenai sistem administrasi sekolah. Dalam hal ini dilakukan observasi terhadap fungsi dan peranan dari Tata Usaha (TU) sekolah.
 - d. Observasi mengenai proses / kegiatan belajar mengajar oleh guru pamong, guru maple, dan guru kelas di dalam kelas.
 - e. Observasi mengenai seluk beluk kurikulum yang digunakan di SD Negeri Patemon 01 Kota Semarang
2. Kegiatan praktek kemampuan mengajar (PPL2) terdiri dari :
- a. PPL2 secara terbimbing
Setiap mahasiswa PPL diharuskan praktek mengajar pada kelas I-VI dengan membuat RPP. Tiap RPP dipratkan sesuai dengan waktu pelaksanaannya dengan bimbingan dari guru pamong dan dosen pembimbing
 - b. PPL2 secara mandiri
Pada PPL mandiri ini peserta PPL diharuskan praktek mengajar pada kelas II-V dengan membuat rancangan pelaksanaan pembelajaran yang diajarkan pada praktek mandiri tanpa dibimbing lagi oleh guru pamong dan dosen pembimbing,
 - c. Ujian PPL2, dilaksanakan pada tanggal 8 Oktober 2012.

D. MATERI KEGIATAN

Materi yang praktikan peroleh dari kegiatan pembekalan PPL, antara lain materi tentang ke PPL-an, aturan pelaksanaan serta kegiatan belajar dan mengajar dengan segala permasalahan yang mungkin muncul saat kita melakukan praktik mengajar di lapangan. Sedangkan materi yang lain

diberikan oleh Dosen Koordinator, Kepala Sekolah serta Guru Pamong dari sekolah yang bersangkutan.

E. PROSES DAN MATERI BIMBINGAN

Proses pembimbingan dilakukan oleh guru pamong dan dosen pembimbing secara periodik dan setiap saat ketika mahasiswa selaku guru praktikan membutuhkan bimbingan. Waktu bimbingan dilakukan selama PPL I dan PPL II berlangsung yakni dari tanggal 30 Juli hingga 20 Oktober 2012.

Materi bimbingan yang diberikan yakni mengenai berbagai aspek kemampuan/kompetensi guru, metode dan materi pengajaran, serta penilaian terhadap siswa. Selain itu juga materi mengenai pemanfaatan media dan penanggulangan faktor penghambat dalam proses pengajaran.

F. FAKTOR PENDUKUNG DAN PENGHAMBAT PELAKSANAAN PPL

1. Hal-hal yang Mendukung Kegiatan PPL

- a. SD Negeri Patemon 01 menerima mahasiswa PPL dengan sangat baik.
- b. Ruang kelas yang kondusif untuk Kegiatan Belajar Mengajar (KBM)
- c. Tersedianya berbagai fasilitas penunjang pengajaran seperti perpustakaan, lapangan olahraga serta sarana prasarana olahraga yang cukup lengkap
- d. Guru Pamong yang hampir setiap hari dapat ditemui untuk dimintai saran dan bimbingan
- e. Tersedianya buku- buku penunjang di Perpustakaan
- f. Kedisiplinan warga sekolah yang sangat baik
- g. Siswa SD Negeri Patemon 01 menerima mahasiswa praktikan dengan baik dan ramah dan mengikuti pembelajaran dengan baik pula

2. Hal-Hal yang Menghambat Kegiatan PPL

- a. Waktu pengajaran yang berkurang ketika di bulan Ramadhan yakni hanya 30 menit untuk 1 jam pelajaran.
- b. Materi/ bahan ajar yang menurut saya cukup banyak sehingga penjelasan dari guru berjalan lambat dan berulang.

- c. Kurangnya persiapan dan penguasaan materi pengajaran oleh guru praktikan.
- d. Siswa kadang tidak mengikuti pembelajaran dengan baik

G. PEMBIMBINGAN OLEH GURU PAMONG

Pembimbingan oleh guru pamong yakni dengan Bapak Bambang Sutiarto selaku pengampu mata pelajaran penjasorkes kepada mahasiswa selaku guru praktikan sangat sering atau intensif dilakukan mulai dari PPL I hingga PPL II berakhir. Bimbingan dilakukan periodik tiap minggu saat sebelum dan setelah praktik pengajaran di kelas oleh guru praktikan. Guru Pamong memberikan masukan kritik dan saran pada guru praktikan mengenai proses pengajaran yang telah berlangsung. Hal ini bertujuan agar proses pengajaran yang dilakukan guru praktikan pada pertemuan selanjutnya berlangsung lebih baik dari sebelumnya.

Bimbingan ini bagi guru praktikan benar-benar bermanfaat dan sangat membantu ketika proses pengajaran berlangsung, sehingga tujuan pengajaran yang di sampaikan dapat tercapai secara maksimal.

H. PEMBIMBINGAN OLEH DOSEN PEMBIMBING

Selain bimbingan oleh guru pamong, mahasiswa praktikan juga memperoleh bimbingan dari dosen pembimbing yang ditugaskan dari UPT PPL UNNES untuk mendampingi mahasiswa selama PPL berlangsung. Pelaksanaan bimbingan oleh dosen pembimbing yaitu Bapak Agus Raharjo, S.Pd dilakukan setiap beliau hadir di sekolah latihan.

Materi bimbingan lebih mengarah pada kemampuan/ kompetensi guru praktikan dan penguasaan serta penyampaian materi pada siswa. Manfaat bimbingan dari dosen pembimbing adalah untuk melengkapi bimbingan dari guru pamong dan memberikan solusi atas berbagai kendala ketika proses pengajaran dilaksanakan di sekolah latihan.

BAB IV

PENUTUP

A. SIMPULAN

Pelaksanaan PPL UNNES oleh mahasiswa praktikan pada tahun 2011 di SD Negeri Patemon 01 pada umumnya berjalan dengan baik dan lancar. Hal ini dikarenakan adanya hubungan kerjasama yang baik dengan berbagai pihak yang terkait khususnya dengan pihak sekolah SD Negeri Patemon 01. Mahasiswa praktikan selama PPL di SD Negeri Patemon 01 benar-benar telah memperoleh kesan dan pengalaman yang sangat berharga yakni pengalaman terjun langsung untuk melakukan tugas layaknya guru yang sebenarnya. Pengalaman itu mulai dari membuat rencana pelaksanaan pembelajaran, praktik mengajar di kelas, melakukan evaluasi pembelajaran, pemberian tugas - tugas mandiri hingga menilai siswa didiknya. Berbagai kesan dan pengalaman ini bagi mahasiswa praktikan dapat memberikan manfaat dan menjadi bekal untuk terjun di masyarakat pada masa yang akan datang.

Demikianlah laporan PPL II ini disusun oleh penulis sebagai mahasiswa praktikan sesuai dengan kondisi yang sebenarnya di lapangan. Kebanggaan dan kehormatan kami telah diterima oleh SD Negeri Patemon 01 untuk menjalankan PPL UNNES tahun 2011. Atas bantuan dan kerjasama dari berbagai pihak pada pelaksanaan PPL ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih.

B. SARAN

1. Kepada SD Negeri Patemon 01 agar tetap mempertahankan pelaksanaan tata tertib yang telah berjalan baik dan tetaplah berusaha mendukung berbagai kegiatan ekstrakurikuler bagi siswa.
2. Kepada lembaga UNNES agar meningkatkan hubungan kerjasama dengan berbagai pihak terkait kegiatan PPL, khususnya dengan sekolah latihan.
3. Bagi mahasiswa PPL agar memanfaatkan kegiatan PPL ini sebaik mungkin.

REFLEKSI DIRI

Dari hasil PPL II yang kami lakukan selama kurang lebih 3 bulan di SD Negeri Patemon 01 Kota Semarang, dapat diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Kekuatan dan Kelemahan Pembelajaran Mata Pelajaran

a. Kekuatan

Kekuatan pembelajaran yang ada di SD Negeri Patemon 01 Kota Semarang secara keseluruhannya sudah cukup baik. Proses pembelajaran dikelas maupun di lapangan serta kegiatan-kegiatan selain pembelajaran berlangsung lancar, kelancaran ini juga karena ditunjang dengan sarana dan prasarana yang memadai yang dimiliki sekolah. Hal ini bisa ditunjukkan dengan penguasaan kelas dan kesiapan guru dalam mengajar dalam berbagai mata pelajaran (guru kelas) yang disertai dengan adanya RPP yang cukup relevan dan inovatif.

b. Kelemahan

Berdasarkan PPL II yang sudah saya lakukan di SD Patemon 01 Kota Semarang, terdapat beberapa kelemahan dalam pembelajaran diantaranya adalah:

- Penggunaan media pembelajaran yang masih kurang dan perlu ditingkatkan, agar siswa lebih tertarik dan cepat paham pada pelajaran yang diajarkan.
- Penguasaan materi yang diampu harus lebih menguasai.
- Penerapan metode pengajaran yang inovatif perlu dilaksanakan, agar siswa tidak hanya terjebak pada pembelajaran *teacher center*.

2. Ketersediaan Sarana dan Prasarana

Ketersediaan sarana dan prasarana di SD Negeri Patemon 01 Kota Semarang dapat dikatakan cukup lengkap ini terbukti dengan adanya fasilitas sekolah yang sudah memadai, misalnya ada lapangan olah raga, WC baik untuk guru maupun untuk siswa, tempat wudhu, tempat cuci tangan, lab komputer, seluruh kelas sudah dipasang kipas angin, dan perpustakaan.

Kelengkapan serta ketersediaan sarana dan prasarana yang ada dimaksudkan supaya siswa SDN Patemon 01 Kota Semarang dapat belajar dengan nyaman dan menyenangkan.

3. Kualitas Guru Pamong dan Dosen Pembimbing

Kualitas dosen pembimbing dan guru pamong SD Patemon 01 sangat baik. Selama di SD Negeri Patemon 01 Kota Semarang ini, guru pamong yang ditunjuk untuk membimbing saya adalah bapak Sumarji. Beliau adalah guru kelas III di SD Negeri Patemon 01 Kota Semarang. Pengalaman mengajar bapak Sumarji sudah lama.

Dosen pembimbing yang ditunjuk untuk membimbing saya adalah Drs. Uen Hartiwan, M.Pd.. Kualitas dosen pembimbing sangat baik, karena semua dosen pembimbing di UNNES mempunyai kualitas yang berbeda – beda dengan kelebihan dan kekurangannya masing – masing. Drs. Uen Hartiwan, M.Pd. adalah salah satu dosen PGPJSD yang sudah berpengalaman mengajar di PGPJSD dan mempunyai kualitas yang sangat baik. Hal ini bisa dibuktikan dengan sikap responsif dengan mahasiswa, ramah, berpengalaman, profesional, berkepribadian yang baik, membantu permasalahan yang dihadapi mahasiswa dan bersikap ingin maju bersama. Beliau memiliki tanggungjawab penuh dengan tugas bimbingan yang dijalankan. Dengan pola bimbingan yang menekankan pada kedisiplinan, ketelitian, kecermatan baik dalam membuat RPP maupun media dan alat peraga yang akan digunakan mahasiswa praktikan, maupun penampilan mahasiswa praktikan saat akan mengajar.

4. Kualitas Pembelajaran di Sekolah Latihan

SD Negeri Patemon 01 Kota Semarang merupakan sekolah latihan yang mana kualitas pembelajaran di sekolah sudah cukup bagus. Hal ini sudah bisa saya rasakan ketika pertama kali mengajar di sekolah latihan, dimana siswanya sangat aktif dan responsif pada saat pembelajaran berlangsung. Kualitas pembelajaran di SD Negeri Patemon 01 Kota Semarang ini tidak bisa kitaragukan lagi, ini terbukti dari piala atau medali yang di peroleh SD Negeri Patemon 01 Kota Semarang cukup banyak, SD Negeri Patemon 01

Kota Semarang termasuk sekolah yang memiliki kelas gemuk, rata-rata muridnya jumlah muridnya 40 anak.

5. Kemampuan Diri Praktikan

Dengan kemampuan yang sudah dimiliki oleh praktikan, diharapkan dapat membantu meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah tempat praktek. Penulis juga sudah dibekali dengan pengetahuan tentang macam – macam model pembelajaran inovatif, yang mungkin akan memberi warna yang baru dalam proses belajar mengajar di sekolah.

Kemampuan saya sebagai seorang praktikan dilihat dari pengalaman masih kurang dibandingkan guru – guru yang sudah lama mengajar. Oleh karena itu, harapan saya dengan adanya sekolah latihan di SD Negeri Patemon 01 Kota Semarang dapat menambah wawasan dan pengalaman dalam mengajar serta lebih mengenal karakteristik anak didik secara langsung. Oleh karena itu, dengan adanya pelaksanaan PPL2 akan dapat mengasah kemampuan saya sebagai praktikan untuk bisa mengajar secara profesional.

6. Nilai Tambah yang Diperoleh Mahasiswa setelah Melaksanakan PPL II

Dengan adanya program PPL II di sekolah latihan SDN Patemon 01 Kota Semarang akan mendapatkan nilai tambah antara lain:

- a. Mengetahui berbagai cara mengatasi anak bermasalah
- b. Mengetahui berbagai karakteristik anak didik
- c. Mengetahui segala kegiatan yang dilakukan di dalam sekolah
- d. Mengasah kemampuan dalam mengajar anak didik

Dari semua yang disebutkan di atas akan menjadikan nilai tambah atau bekal bagi saya untuk menjadi seorang guru nantinya.

7. Saran Pengembangan bagi Sekolah Latihan dan Unnes

Untuk sekolah penulis menyarankan supaya sarana dan prasarana yang mendukung kegiatan belajar – mengajar di sekolah baik akademik maupun non akademik untuk dilengkapi, agar pembelajaran dapat berjalan secara efektif dan efisien.

Untuk UNNES, penulis hanya memberikan saran supaya sistem yang terdapat disikadu tidak berubah – ubah, sehingga tidak membingungkan kami para mahasiswa, kami meminta pihak UNNES untuk dapat lebih bijaksana dalam menginformasikan segala sesuatu yang berhubungan dengan akademik. Misalnyapengumuman ploting PPL 1 dan 2 yang begitu dekat dengan jadwal penerjunan. Hal tersebut menyebabkan kurangnya persiapan dari mahasiswa yang akan melaksanakan PPL tersebut. Mohon untuk diperbaiki lagi kinerjanya, agar semua pihak baik dari dosen ataupun mahasiswa merasa puas dalam penggunaan sistem informasi secara online terebut.

LAMPIRAN

RENCANA KEGIATAN MAHASISWA PPL DI SEKOLAH /TEMPAT LATIHAN

Nama : Dewantoro Fardiansah

NIM : 6102409022

Jurusan Prodi/Fakultas : PGPJSD/S1/FIK

Sekolah/tempat latihan : SDN PATEMON 01

Minggu ke-	Hari, tanggal	Kegiatan
1	Senin, 30 Juli 2012	Penerjunan ke sekolah SD N Patemon 01
	Selasa, 31 Juli 2012	Observasi
	Rabu, 1 Agustus 2012	Observasi
	Kamis, 2 Agustus 2012	Observasi
	Jumat, 3 Agustus 2012	Observasi
	Sabtu, 4 Agustus 2012	Observasi
	Minggu, 5 Agustus 2012	
2	Senin, 6 Agustus 2012	- Upacara Bendera - Pesantren kilat
	Selasa, 7 Agustus 2012	- Pesantren kilat
	Rabu, 8 Agustus 2012	- Pesantren kilat
	Kamis, 9 Agustus 2012	- Ikut membantu mengajar terbimbing - Meminta meteri - Konsultasi RPP
	Jumat, 10 Agustus 2012	- Senam bersama - Jalan sehat - Mengajar terbimbing
	Sabtu, 11 Agustus 2012	Mengerjakan RH (Rencana Harian)
	Minggu, 12 Agustus 2012	

3	Senin, 13 Agustus 2012	- Meminta meteri Konsultasi RPP
	Selasa, 14 Agustus 2012	Mengajar
	Rabu, 15 Agustus 2012	- Meminta meteri Konsultasi RPP
	Kamis, 16 Agustus 2012	Mengajar
	Jumat, 17 Agustus 2012	- Meminta meteri Konsultasi RPP
	Sabtu, 18 Agustus 2012	Mengajar
	Minggu, 19 Agustus 2012	
4	Senin, 20 Agustus 2012	
	Selasa, 21 Agustus 2012	
	Rabu, 22 Agustus 2012	
	Kamis, 23 Agustus 2012	
	Jumat, 24 Agustus 2012	
	Sabtu, 25 Agustus 2012	
	Minggu, 26 Agustus 2012	
5	Senin, 27 Agustus 2012	- Upacara bendera - Meminta materi
	Selasa, 28 Agustus 2012	- Ujian PPL - Konsultasi RPP
	Rabu, 29 Agustus 2011	Mengerjakan RH (Rencana Harian)
	Kamis, 30 Agustus 2011	Meminta materi
	Jumat, 31 Agustus 2012	- Ujian PPL - Konsultasi RPP
	Sabtu, 1 September 2012	Mengerjakan RH (Rencana Harian)
	Minggu, 2 September 2012	

6	Senin, 3 september 2012	<ul style="list-style-type: none"> - Upacara bendera - Revisi dan menyusun RPP
	Selasa, 4 september 2012	Mengajar
	Rabu, 5 september 2012	Membuat rpp dan perangkat pembelajaran yang lain
	Kamis, 6 september 2012	Mengajar
	Jumat, 7 september 2012	<ul style="list-style-type: none"> - Senam bersama - Jalan sehat
	Sabtu, 8 september 2012	Mengajar
	Minggu, 9 september 2012	
10	Senin, 1 Oktober 2012	Menyusun laporan ppl 2
	Selasa, 2 Oktober 2012	
	Rabu, 3 Oktober 2012	
	Kamis, 4 Oktober 2012	
	Jumat, 5 Oktober 2012	
	Sabtu, 6 Oktober 2012	
	Minggu, 7 Oktober 2012	
9	Senin, 8 Oktober 2012	Ujian praktek ppl
	Selasa, 9 Oktober 2012	Persiapan penarikan
	Sabtu, 20 Oktober 2012	Penarikan mahasiswa PPL

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Nama Sekolah	: SD Negeri Patemon 01
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: 1(satu)/ I (Satu)
Pertemuan ke	: 5 (Tiga)
Alokasi Waktu	: 2 x 30 Menit

Standar Kompetensi: 1. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana/ aktivitas jasmani dan nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar: 1.1 Mempraktikkan gerak dasar jalan, lari dan lompat dalam permainan sederhana, serta nilai sportivitas, kejujuran, kerjasama, toleransi dan percaya diri

A. Tujuan Pembelajaran:**

- Siswa dapat melakukan gerak dasar lokomotor

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

Tekun (*diligence*)

Tanggung jawab (*responsibility*)

Ketelitian (*carefulness*)

Kerja sama (*Cooperation*)

Toleransi (*Tolerance*)

Percaya diri (*Confidence*)

Keberanian (*Bravery*)

II. Materi Ajar (Materi Pokok):

- Gerak dasar lokomotor

B. Metode Pembelajaran:

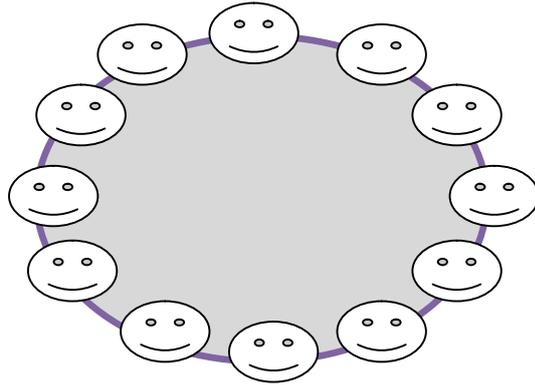
- Ceramah
- Demonstrasi
- Praktek

IV. Langkah-langkah Pembelajaran :

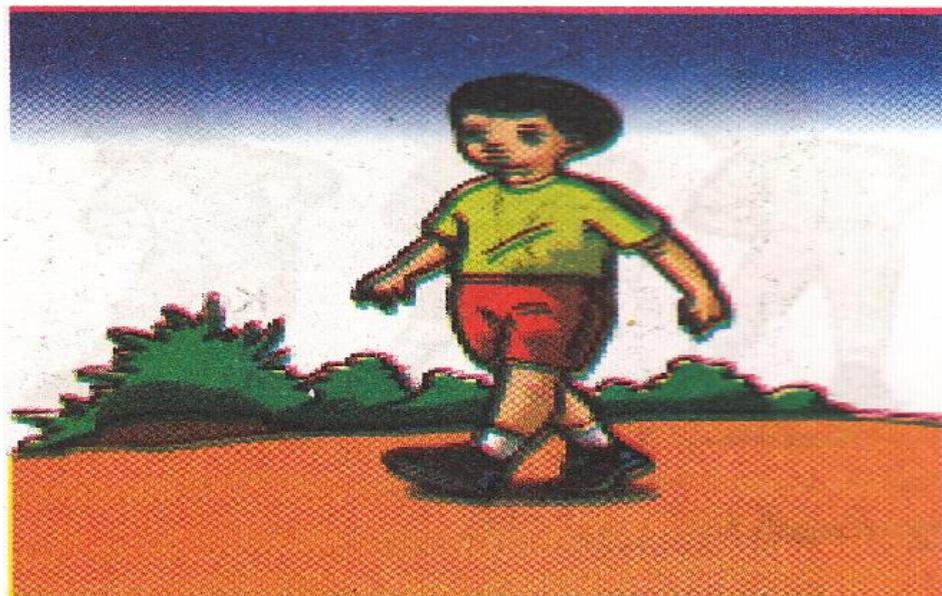
A. Kegiatan Awal:

Apresepsi/ Motivasi

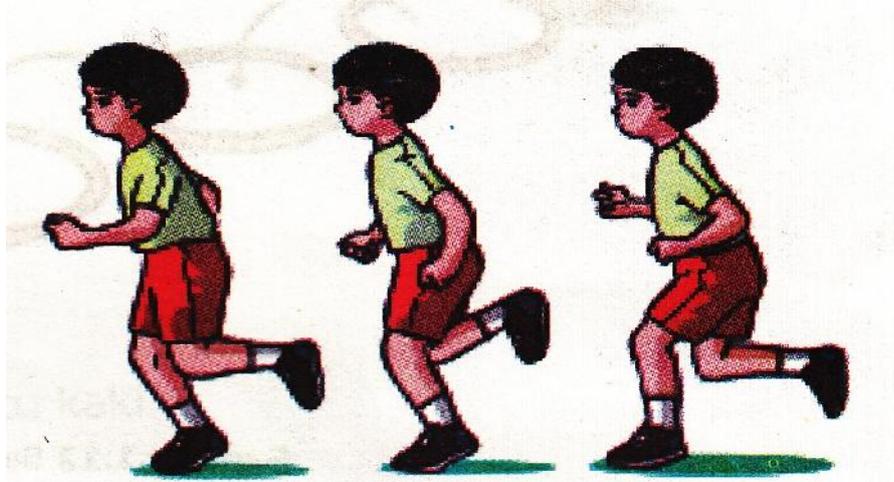
- Kegiatan Awal:
 - Siswa dibariskan
 - Berdoa
 - Mengecek kehadiran siswa
 - Menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap
 - Melakukan gerakan pemanasan



- Kegiatan Inti:
 - **Eksplorasi**
 - ☞ Siswa mendengarkan penjelasan materi dari guru
 - ☞ Guru membimbing dan memberikan contoh gerakan yang dilakukan
 - **Elaborasi**
 - ☞ Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan berjalan dengan benar



☞ Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan berlari



☞ Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan melompat



Indikator :

Kognitif

Produk

1. siswa dapat menjelaskan dan tahu pengertian berjalan, berlari, dan melompat
2. siswa dapat mengetahui bahaya apa bila berjalan, berlari, dan melompat yang salah

Afektif

1. siswa bersungguh- sungguh saat melakukan gerak berjalan, berlari, dan melompat

2. bersikap sportifitas dalam bermain
3. siswa dapat menjaga keselamatan dengan saling memperhatikan teman dan bekerjasama dalam kelompok
4. siswa berani bertanya saat mengikuti proses pembelajaran

Pesikomotor

1. melakukan gerakan jalan kekanan, kiri, depan, belakang
2. melakukan gerakan lari
3. melakukan gerakan engklek menggunakan kaki kanan dan kiri
4. melakukan gerakan melompat tanpa rintangan dan dengan rintangan

▪ **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
- ☞ Memberikan penghargaan kepada siswa

C. Kegiatan Akhir / Penenangan

Dalam kegiatan Akhir, guru:

- ☞ Siswa diajak bernyanyi sambil bertepuk tangan bersuka ria



Gambar 8.5 Bermain bernyanyi dan bergerak berbalasan

V. Alat dan Sumber Belajar:

- Buku Penjaskes kls. 1
- Lapangan
- Ban bekas

- Botol Plastik bekas
- Pluit
- Kardus
- Tali rafia

Penilaian

Indikator	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen / Soal
<ul style="list-style-type: none"> • Membedakan gerakan jalan, lari, dan lompat • Melakukan gerakan jalan, lari, dan lompat 	<ul style="list-style-type: none"> • Tes perorangan atau kelompok • Tes perorangan atau kelompok 	<ul style="list-style-type: none"> • Tes Lisan • Tes keterampilan 	<ul style="list-style-type: none"> • Bedakan gerakan jalan, lari, dan lompat • Lakukan gerakan jalan, lari, dan lompat

Format Kriteria Penilaian

Produk

1. Papan penilaian gerakan jalan

Aspek yang Dinilai	Perolehan Skor				
	10	30	20	30	10
1. Sikap awal					
2. Posisi kaki					
3. Posisi badan					
4. Posisi tangan					
5. Sikap akhir					
JUMLAH					

Jumlah skor maksimal :	
100	

2. Papan penilaian gerakan lari

Aspek yang Dinilai	Perolehan Skor				
	10	30	20	30	10
1. Sikap awal					
2. Posisi kaki					
3. Posisi badan					
4. Posisi tangan					
5. Sikap akhir					
JUMLAH					
Jumlah skor maksimal :					
100					

3. Papan penilaian gerakan lompat

Aspek yang Dinilai	Perolehan Skor				
	10	30	20	30	10
1. Sikap awal					
2. Posisi kaki					
3. Posisi badan					
4. Posisi tangan					
5. Sikap akhir					
JUMLAH					
Jumlah skor maksimal :					
100					

Rekap Penilaian

No.	Nama Siswa	Perolehan Nilai Soal Ke			Jumlah	Rata-rata
		1	2	3		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						

Patemon, 9 oktober 2012

Mengetahui

Kepala Sekolah

Guru

—
Sri Hartati, M.Pd.

Bambang S

NIP :19651114 198609 2 001

NIP :196304141984051003

Praktikan

Dewantoro Fardiansah

NIM. 6102409022

Materi Ajar :

Berjalan yang Benar:

Kaki. Berjalan dengan menyeret telapak kaki akan membuang energi yang lebih banyak. Supaya bisa melangkah lebih jauh dan lama, usahakan kaki selalu diangkat mulai tumit hingga jari kaki.

Badan. Putar pinggul maju-mundur saat berjalan seiring ritme jalan kaki kita, semakin cepat melangkah, semakin cepat pula perputarannya.

Tangan. Pastikan siku selalu pada sudut 90 derajat, Biarkan tangan bergerak santai, jangan kaku. Gerakan ke depan dan belakang, tapi tetap rapat pada sisi kanan dan kiri tubuh.

Kepala, leher, dan bahu. Agar tidak cepat lelah, jaga otot leher dan bahu tetap dalam kondisi rileks. Posisikan kepala tegak dan mata menatap ke depan. (**Astrid Anastasia**)



Sedangkan gerakan berlari itu seperti berjalan tetapi kecepatan ditambah dan ayunan juga agak dipercepat kakinya agak ditekuk di pergelangan tangan



Lompat

Lompat adalah suatu gerakan mengangkat tubuh dari suatu titik ke titik lain yang lebih jauh atau tinggi dengan ancang-ancang lari cepat atau lambat dengan menumpu satu kaki dan mendarat dengan kaki/anggota tubuh lainnya dengan keseimbangan yang baik.



**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Nama Sekolah	: SD Negeri Patemon 01
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: 2(dua)/ I (Satu)
Pertemuan ke	: I (Satu)
Alokasi Waktu	: 2 x 30 Menit

Standar Kompetensi: 1 Mempraktikkan variasi gerak dasar melalui permainan dan aktivitas jasmani, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar: 1.1 .Mempraktikkan gerak dasar jalan, lari, lompat yang bervariasi dalam permainan yang menyenangkan dan nilai kerjasama, toleransi, kejujuran, tanggungjawab, menghargai lawan dan menghargai diri sendiri

I. Tujuan Pembelajaran:**

- Siswa dapat melakukan gerakan dasar berjalan
- Siswa dapat melakukan gerakan dasar berlari

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

II. Materi Ajar (Materi Pokok):

- Pola gerak lokomotor dalam bentuk permainan

III. Metode Pembelajaran:

- Ceramah
- Demonstrasi
- Praktek

IV. Langkah-langkah Pembelajaran :

A. Kegiatan Awal:

Apresepsi/ Motivasi

- ☞ Siswa dibariskan menjadi empat barisan
- ☞ Mengecek kehadiran siswa
- ☞ Menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap
- ☞ Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti
- ☞ Mendemonstrasikan materi inti yang akan dilakukan/dipelajari

B. Kegiatan Inti:

▪ **Eksplorasi**

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- ☞ Siswa dapat melakukan gerakan dasar berjalan
- ☞ Siswa dapat melakukan gerakan dasar berlari
- ☞ melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran; dan
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di lapangan.

▪ **Elaborasi**

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

- ☞ Melakukan gerakan jalan di tempat, jalan cepat, melompat ke depan, melompat sambil berputar dan melompat di tempat
- ☞ Berjalan atau berlari merubah arah maju, mundur, samping dengan isyarat dalam bentuk lomba
- ☞ Mengkombinasikan gerakan jalan, lari dan melompat dengan isyarat
- ☞ Melakukan lari sambung berkelompok

▪ **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

C. Kegiatan Akhir / Penenangan

Dalam kegiatan Akhir, guru:

- ☞ Siswa di kumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan
- ☞ Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan

V. Alat dan Sumber Belajar:

- Buku Penjaskes kls. 2
 - Pluit
 - Bola Tennis
-

VI. Penilaian:

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<ul style="list-style-type: none"> ▸ Melakukan variasi gerak jalan, lari, lompat ke berbagai arah. ▸ Berjalan dan berlari merubah arah dengan isyarat ▸ Mengkombinasikan gerak, jalan, lari dan lompat ▸ Berlari dengan alat tongkat berkelompok 	Non Tes	Tes Keterampilan /Perbuatan Soal Praktek	<ul style="list-style-type: none"> • Praktekkan variasi gerak jalan, lari, lompat ke berbagai arah. • Jelaskanlah berjalan dan berlari merubah arah dengan isyarat • Jelaskanlah mengkombinasikan gerak, jalan, lari dan lompat • Jelaskanlah berlari dengan alat tongkat berkelompok

FORMAT KRITERIA PENILAIAN**PRODUK (HASIL DISKUSI)**

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

**PERFORMANSI**

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

LEMBAR PENILAIAN

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

Patemon, 17 September 2012

Mengetahui

Kepala Sekolah

Guru

—
Sri Hartati, M.Pd.

Bambang S

NIP :19651114 198609 2 001

NIP :196304141984051003

Praktikan

Dewantoro Fardiansah

NIM. 6102409022

Materi Ajar :

Berjalan yang Benar:

Kaki. Berjalan dengan menyeret telapak kaki akan membuang energi yang lebih banyak. Supaya bisa melangkah lebih jauh dan lama, usahakan kaki selalu diangkat mulai tumit hingga jari kaki.

Badan. Putar pinggul maju-mundur saat berjalan seiring ritme jalan kaki kita, semakin cepat melangkah, semakin cepat pula perputarannya.

Tangan. Pastikan siku selalu pada sudut 90 derajat, Biarkan tangan bergerak santai, jangan kaku. Gerakan ke depan dan belakang, tapi tetap rapat pada sisi kanan dan kiri tubuh.

Kepala, leher, dan bahu. Agar tidak cepat lelah, jaga otot leher dan bahu tetap dalam kondisi rileks. Posisikan kepala tegak dan mata menatap ke depan. (**Astrid Anastasia**)



Sedangkan gerakan berlari itu seperti berjalan tetapi kecepatan ditambah dan ayunan juga agak dipercepat kakinya agak ditekuk di pergelangan tangan



Lompat

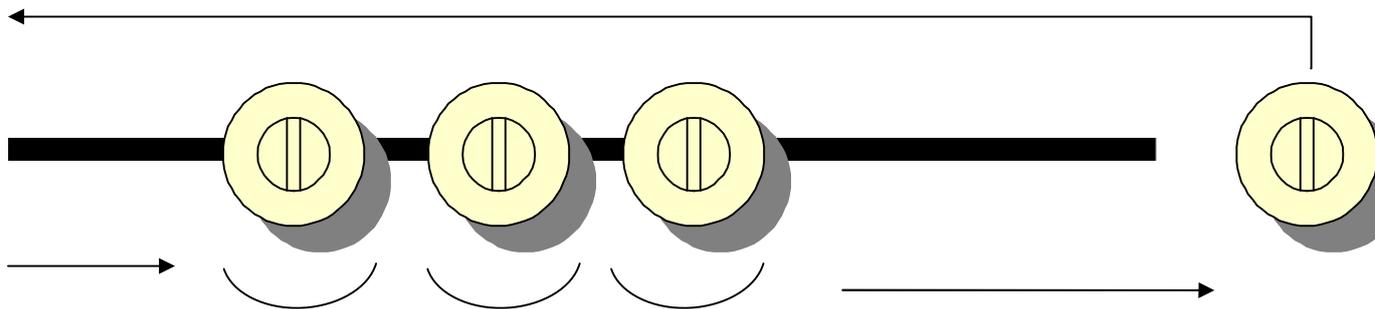
Lompat adalah suatu gerakan mengangkat tubuh dari suatu titik ke titik lain yang lebih jauh atau tinggi dengan ancang-ancang lari cepat atau lambat dengan menumpu satu kaki dan mendarat dengan kaki/anggota tubuh lainnya dengan keseimbangan yang baik.



Permainan :

- Siswa dibagi kelompok dan dibariskan
- Gerakan pertama siswa berjalan digaris dahulu satu persatu
- Setelah itu melewati ban dengan melompat tetapi lompatnya ditengah ban
- Setelah itu siswa mengambil bola yang ada didalam ban yang bejarak 10 meter dari rintangan ban dengan berjalan cepat
- Setelah itu siswa berlari ketemannya dan mengembalikan bola.
- Teman yang dimenerima bola juga mengembalikan bola dan mengambil bola lainnya

Bentuk Lapangan



**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Nama Sekolah	: SD Negeri Patemon 01
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: 3(tiga)/ I (Satu)
Pertemuan ke	: 3 (tiga)
Alokasi Waktu	: 2 x 30 Menit

Standar Kompetensi: 1. Mempraktikkan berbagai kombinasi gerak dasar melalui permainan dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar: 11 Mempraktikkan kombinasi berbagai pola gerak jalan dan lari dalam permainan sederhana, serta aturan dan kerja sama

I. Tujuan Pembelajaran:**

☞ Siswa dapat melakukan pola gerak lokomotor

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

II. Materi Ajar (Materi Pokok):

☞ Pola gerak lokomotor dalam bentuk permainan

III. Metode Pembelajaran:

- ☞ Ceramah
☞ Demonstrasi
☞ Praktek

IV. Langkah-langkah Pembelajaran :

A. Kegiatan Awal:

Apresepsi dan Motivasi

- ☞ Siswa dibariskan menjadi tiga barisan
- ☞ Mengecek kehadiran siswa
- ☞ Menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap
- ☞ Latian senam skj 2008
- ☞ Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti
- ☞ Mendemonstrasikan materi inti yang akan dilakukan/dipelajari

B. Kegiatan Inti:

Pertemuan I

▪ *Eksplorasi*

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- ☞ Siswa dapat melakukan pola gerak lokomotor
- ☞ melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran; dan
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di lapangan.

▪ *Elaborasi*

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

- ☞ Melakukan gerakan berjalan di tempat dengan aba-aba hitungan
- ☞ Membuat kelompok menjadi beberapa kelompok
- ☞ Melakukan gerakan jalan cepat, lari cepat, dan lari berbelok-belok, lari bolak-balik sambil memindahkan benda dalam bentuk lomba
- ☞ Melakukan gerakan lari ke depan, samping, mundur sesuai isyarat guru

▪ *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

C. Kegiatan Akhir / Penenangan

Dalam kegiatan Akhir, guru:

- ☞ Siswa di kumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan
- ☞ Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan

V. Alat dan Sumber Belajar:

- Buku Penjaskes kls. 3
- Diktat permainan bola kecil
- Lapangan
- Bola
- Pluit

VI. Penilaian:

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
Melakukan berbagai pola gerak	Non Tes	Tes	<ul style="list-style-type: none">• Peragaan berbagai pola gerak

lokomotor dengan tepat <ul style="list-style-type: none"> Melakukan gerakan berjalan /lariditempat dengan aba aba hitungan Melakukan gerakan berjalan cepat/ lari cepat berbelok belok Melakukan gerakan berjalan cepat/berlari cepat memindahkan benda bolak balik secara kelompok Melakukan variasi gerakan lari ke depan, belakang, samping 	Keterampilan/ Perbuatan Soal Praktek	lokomotor dengan tepat <ul style="list-style-type: none"> Peragakan gerakan berjalan /lariditempat dengan aba aba hitungan Peragakan gerakan berjalan cepat/ lari cepat berbelok belok Peragakan gerakan berjalan cepat/berlari cepat memindahkan benda bolak balik secara kelompok Peragakan variasi gerakan lari ke depan, belakang, samping
--	--	--

FORMAT KRITERIA PENILAIAN



PRODUK (HASIL DISKUSI)

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



PERFORMANSI

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

LEMBAR PENILAIAN

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

CATATAN :

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

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

Patemon, 27 September 2012

Mengetahui

Kepala Sekolah

____Sri Hartati, M.Pd.

NIP :19651114 198609 2 001

Guru

____Bambang S

NIP :196304141984051003

Praktikan

Dewantoro Fardiansah

NIM. 6102409022

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Nama Sekolah	: SD Negeri Patemon 01
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: 4 (empat)/ I (Satu)
Pertemuan ke	: 5 (tiga)
Alokasi Waktu	: 2 x 30 Menit

Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar : 1. 1 Mempraktikkan gerak dasar dalam permainan bola kecil sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerjasama tim, sportivitas, dan kejujuran**)

C. Tujuan Pembelajaran:

- Siswa dapat melakukan dan memahami permainan kasti
- Siswa dapat melakukan bermain kasti serta dapat melakukan kerjasama dengan menjangjung tinggi sportivitas.

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

D. Materi Ajar (Materi Pokok):

- Permainan bola kecil / kasti

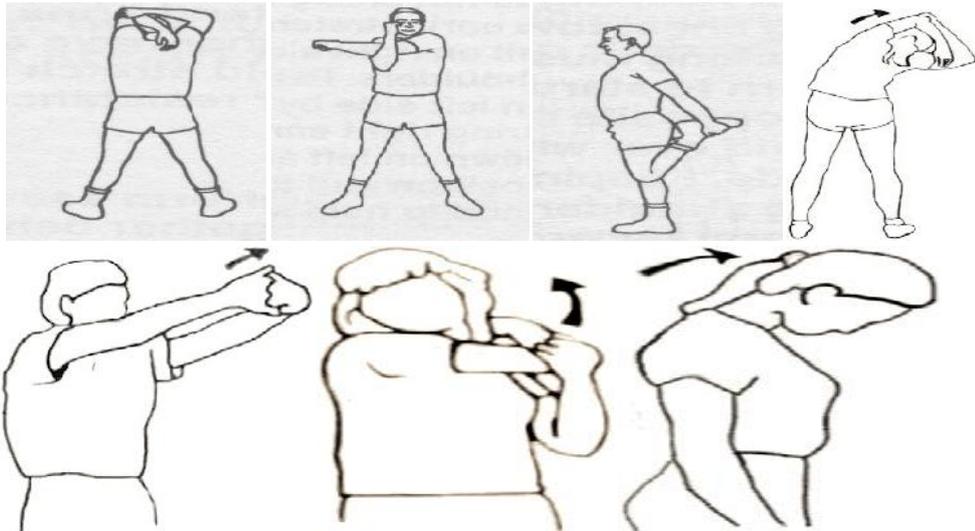
E. Metode Pembelajaran:

- Ceramah
- Demonstrasi

- Praktek

F. Langkah-langkah Pembelajaran

- Kegiatan Awal:
 - Siswa dibariskan
 - Berdoa
 - Mengecek kehadiran siswa
 - Menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap
 - Melakukan gerakan pemanasan

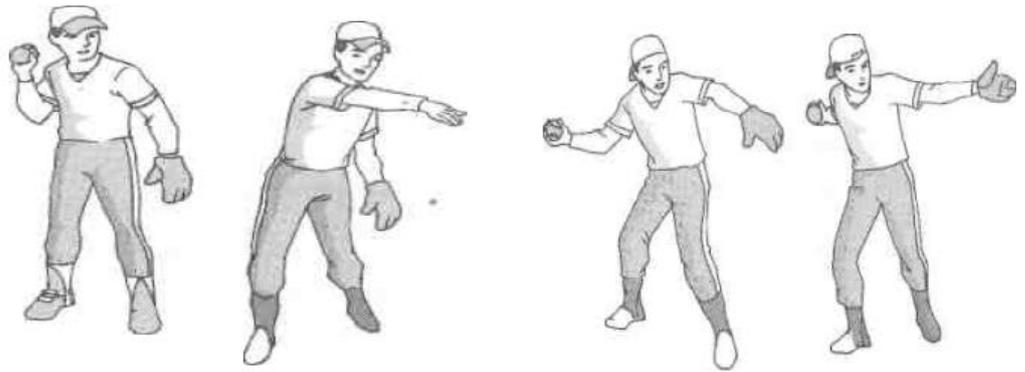


- Kegiatan Inti:
 - **Eksplorasi**
 - ☞ Siswa mendengarkan penjelasan materi dari guru
 - ☞ Guru membimbing dan memberikan contoh gerakan yang dilakukan
 - **Elaborasi**
 - ☞ Menjelaskan dan mendemonstrasikan cara memegang bola



- ☞ Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan melempar

Macam-macam bentuk lemparan

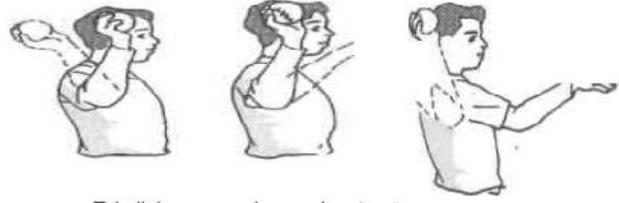


Teknik lemparan dengan ayunan atas

Teknik lemparan dengan ayunan samping



Teknik lemparan bawah



Teknik lemparan dengan lecutan tangan

- ☞ Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan menangkap

Macam-macam teknik menangkap



Teknik menangkap bola bergulir di tanah

Teknik menangkap bola lambung

Teknik menangkap bola lurus

- **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

☞ Memberikan penghargaan kepada siswa

▪ **Kegiatan Penutup**

Dalam kegiatan penutup, guru:

- ☞ Melakukan pendinginan
- ☞ Siswa di kumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan
- ☞ Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan

G. Alat dan Sumber Belajar:

- Buku Penjaskes kls. 4
- Bola tenis
- Lapangan
- Pluit

H. Penilaian:

Indikator Pencapaian Kompetensi	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen/ Soal
<ul style="list-style-type: none">• Melambungkan bola dengan berbagai arah dan kecepatan• Melemparkan bola dengan berbagai variasi arah dan kecepatan• Menangkap bola dengan berbagai variasi arah dan kecepatan.• Bekerjasama dengan tim, bermain sportifitas	Tes Tulis dan praktik	Tes Soal & ketrampilan Pihan	Tes tulis <ul style="list-style-type: none">• *Menjelas-kan pengertian permainan tonnis• Melakukan pukulan forehand dengan baik• Melakukan pukulan backhand dengan baik• melakukan servis ke sasaran

❖ **PENILAIAN**

No	Gerakan Yang Dinilai	Nilai
1.	Menirukan bangau berdiri dan kapal terbang ➤ Benar ➤ Kurang Benar ➤ Salah	80-100 70-80 60-70
2.	Berjalan di atas garis lurus ➤ Benar ➤ Kurang Benar ➤ Salah	80-100 70-88 60-70
3.	Berdiri bertiga ➤ Benar ➤ Kurang Benar ➤ Salah	80-100 70-80 60-70

LEMBAR PENILAIAN

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

CATATAN :

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

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

Patemon, 7 oktober 2012

Mengetahui

Kepala Sekolah

Guru

Sri Hartati, M.Pd.

NIP :19651114 198609 2 001

Bambang S

NIP :196304141984051003

Praktikan

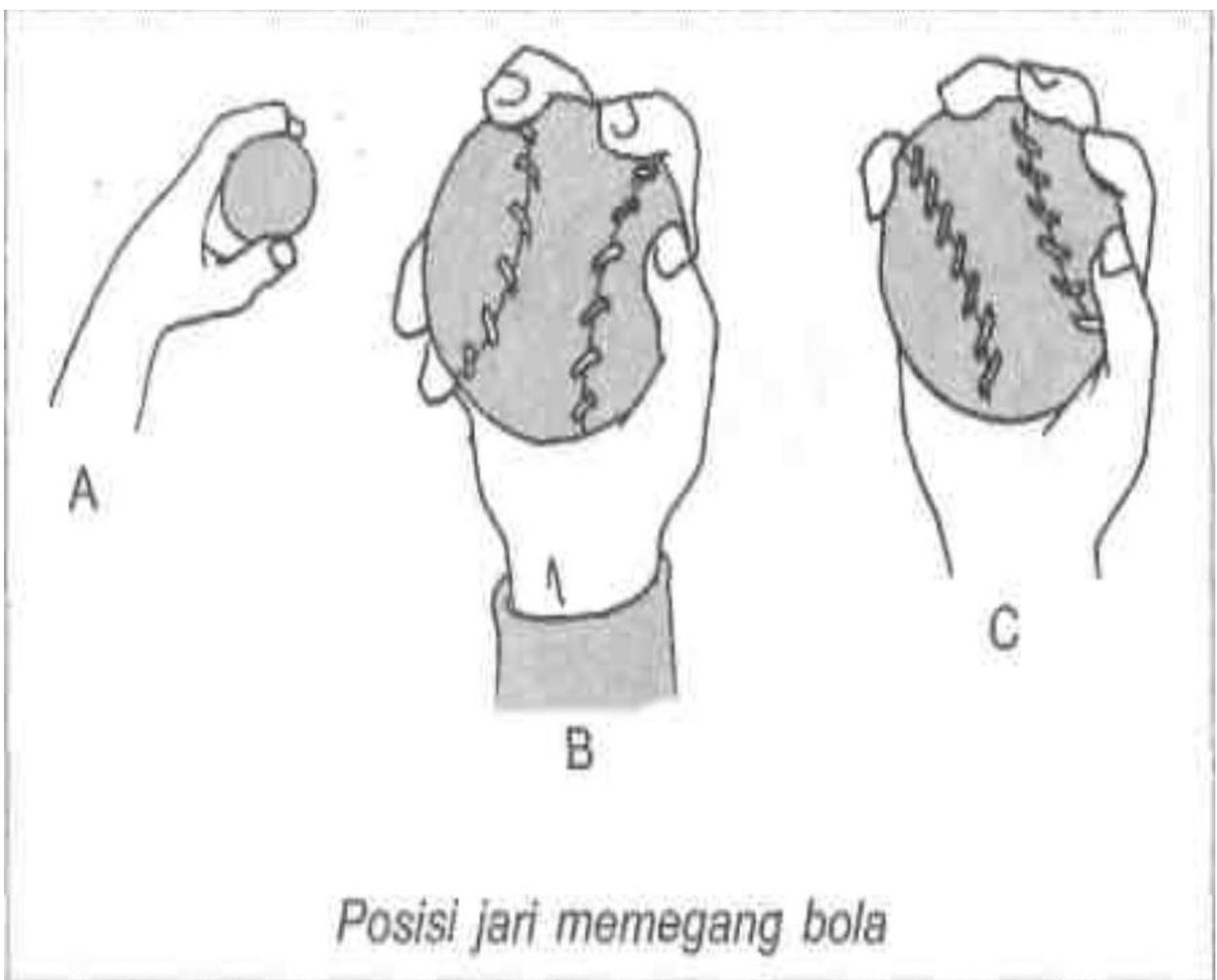
Dewantoro Fardiansah

NIM. 6102409022

Bahan Ajar

Cara memegang bola

Cara memegang bola bermacam-macam tergantung dari ukuran tangan (jari-jari) pemain (pelempar). Jika tangan pemain tersebut besar dan berjari panjang, dia dapat mempergunakan pegangan dengan dua jari (seperti gambar A dan B). Sebaliknya bila tangannya kecil dan jarinya pendek-pendek, dia dapat mempergunakan pegangan tiga jari atau empat jari. Pegangan semacam ini biasanya digunakan oleh pemain putri (gambar C). Antara jari yang satu dengan jari yang lain dipakai untuk memegang bola harus diregangkan agar dapat mengontrol jalannya bola dan memperoleh kekuatan lemparan.



Agar dapat bermain kasti dengan baik kita dituntut menguasai teknik dasar bermain kasti. Adapun teknik dasar permainan kasti yaitu teknik melempar dan menangkap

a. Teknik Melempar Bola

1) Melempar Bola Menyusur Tanah

Cara melakukan:

- Bola dipegang pada pangkal ruas jari tangan
- Posisi badan membungkuk
- Ayunan lengan belakang ke depan melalui bawah
- Bola dilempar menyusur tanah ke sasaran

2) Melempar Bola Mendatar

Cara melakukan:

- Bola dipegang pada pangkal ruas jari tangan, diantara jari telunjuk, jari tengah, dan jari manis. Sedangkan jari kelingking dan ibu jari mengontrol bola agar tidak jatuh
- Badan condong ke belakang, ayunan lengan dari bawah ke atas
- Bola dilempar mendatar setinggi dada ke arah sasaran

3) Melempar Bola Melambung

Cara melakukan:

- Bola dipegang pada pangkal ruas jari tangan, diantara jari telunjuk, jari tengah, dan jari manis. Sedangkan jari kelingking dan ibu jari mengontrol bola agar tidak jatuh
- Badan condong ke belakang, ayunan lengan dari bawah ke atas
- Melempar dengan tangan terkuat. Apabila melempar dengan tangan kanan, maka kaki kiri berada di depan, begitu sebaliknya.
- Bola dilempar melambung diikuti gerakan lanjutan dengan melangkahkan kaki k;belakang ke depan.
- Pandangan mata ke arah sasaran lemparan

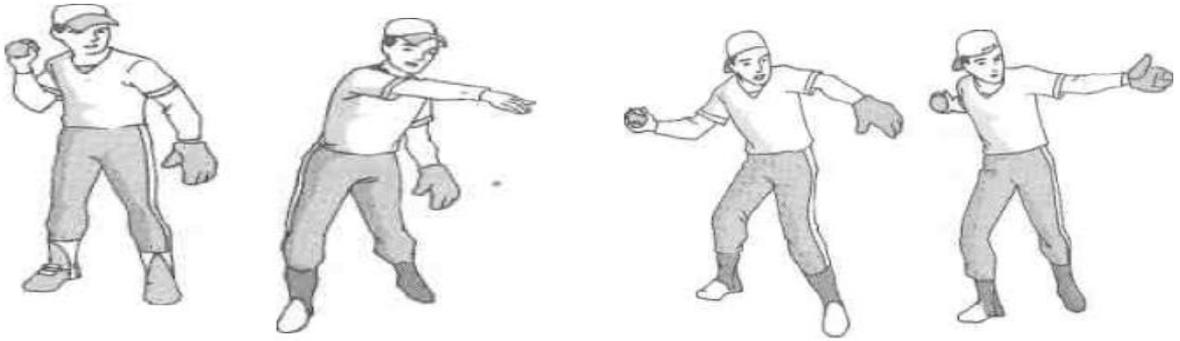
4) Melempar Bola Memantul Tanah

Cara melakukan:

- Posisi kaki ditekuk dan badan condong ke depan
- Ayunan lengan ke arah depan bawah

- Bola dilempar memantul tanah ke sasaran

Macam-macam bentuk lemparan



Teknik lemparan dengan ayunan atas

Teknik lemparan dengan ayunan samping

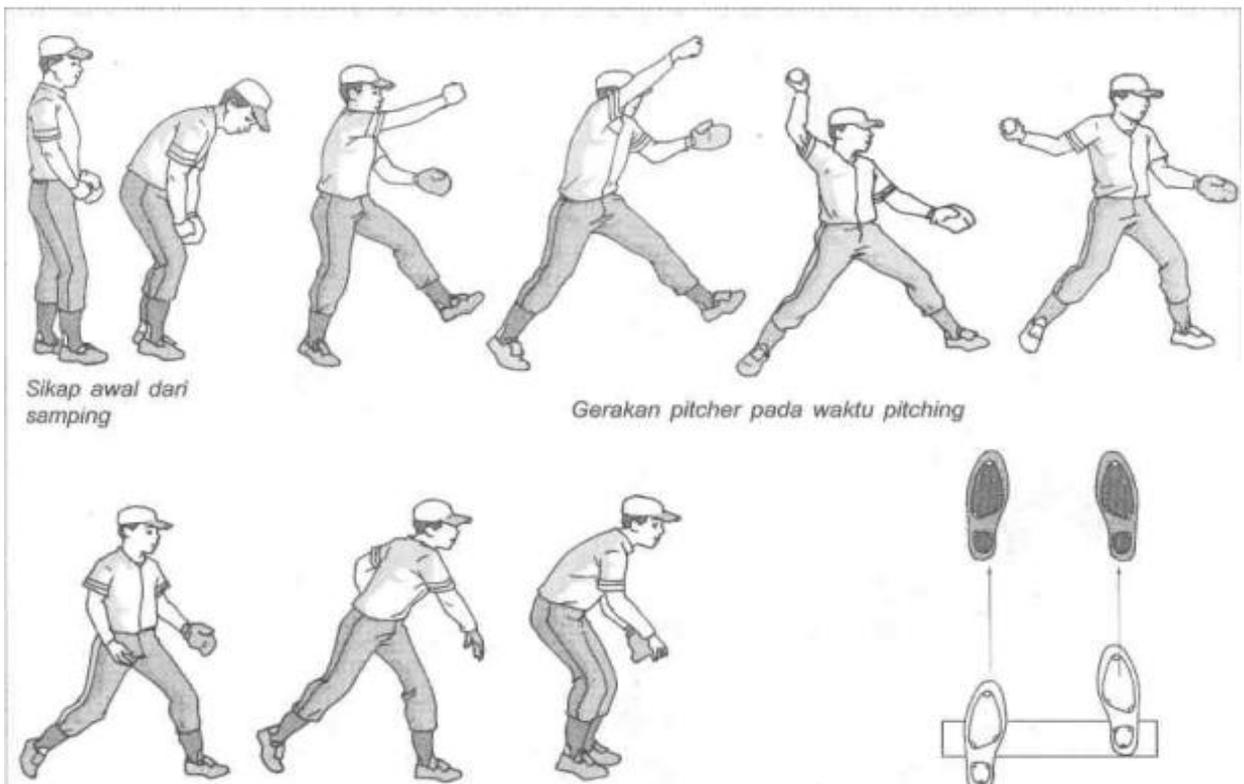


Teknik lemparan bawah



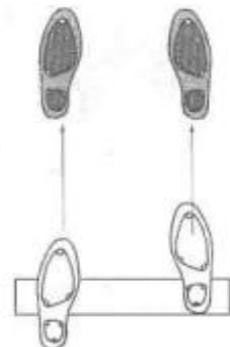
Teknik lemparan dengan lecutan tangan

Teknik Dasar Gerakan *Pitcher*



Sikap awal dari samping

Gerakan pitcher pada waktu pitching



b. Teknik Menangkap Bola

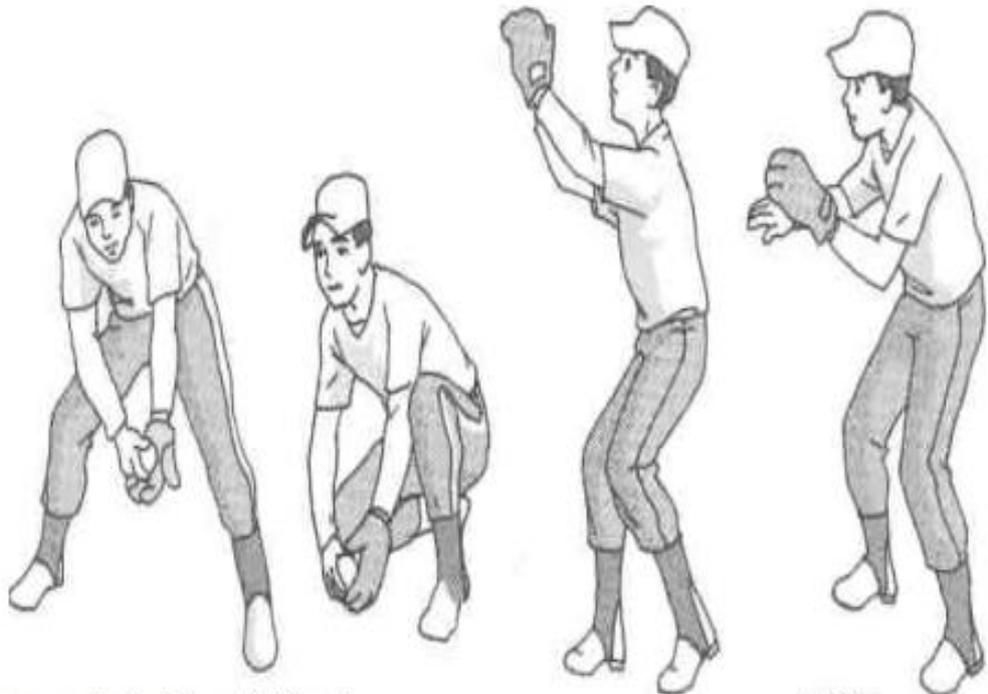
Teknik menangkap bola kasti ada 4 macam, yaitu:

- 1) Menangkap Bola Mendatar
- 2) Menangkap Bola Melambung
- 3) Menangkap Bola Menyusur Tanah
- 4) Menangkap Bola Memantul Tanah

Cara melakukan 4 teknik ini pada dasarnya sama, yaitu

- Pandangan mata tertuju pada arah datangnya bola
- Menangkap dengan kedua tangan dengan kedua telapak tangan dibuka membentuk setengah bola
- Saat perkenaan bola pertama dengan telapak tangan, diikuti sedikit tarikan tangan ke belakang.

Macam-macam teknik menangkap



Teknik menangkap bola bergulir di tanah

Teknik menangkap bola lambung

Teknik menangkap bola lurus

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Sekolah	: SD Negeri Patemon 01
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: V (lima) / 1 (satu)
Standar Kompetensi	: 1. Mempraktekkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olah raga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya
Kompetensi Dasar	: 1.1 Mempraktekkan gerak dasar dalam permainan bola kecil sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerjasama tim, sportifitas dan kejujuran
Alokasi Waktu	: 8 x 35 menit (4 x pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat melakukan gerakan
 - Melambungkan bola
 - Melempar bola
 - Menangkap bola
 - Memukul bola
 - Berlari
- b. Siswa dapat bermain rounders dengan peraturan yang sederhana atau 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

- a. Permainan Rounders
 - Melambungkan bola
 - Melempar bola
 - Menangkap bola
 - Memukul bola

- Berlari
- b. Bermain rounders dengan peraturan yang sederhana atau dimodifikasi

C. Metode Pembelajaran

- Ceramah
- Demonstrasi
- Penugasan
- Latihan
- Tanya jawab

D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

1. Pertemuan 1

▪ Kegiatan Awal:

Dalam kegiatan Awal, guru:

- ☞ Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, dan pemanasan Inti
- ☞ Memberikan motivasi
- ☞ Melambungkan bola menggunakan tangan kanan dan kiri

▪ Kegiatan Inti:

▪ *Eksplorasi*

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- ☞ Melambungkan bola dengan berbagai arah dan kecepatan berpasangan atau perorangan
- ☞ Menjelaskan dan mempraktekkan peraturan main yang terdapat dalam permainan kasti
- ☞ Mendemonstrasikan tehnik kerjasama dan permainan yang sportivitas
- ☞ melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran; dan
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di laboratorium, studio, atau lapangan.

▪ *Elaborasi*

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

- ☞ Melakukan gerakan melambungkan/melempar bola tanpa bola dengan hitungan
- ☞ Melakukan lempar tangkap dari berbagai arah dan kecepatan : melempar bola lurus, melempar bola lambung, melempar menyusur tanah dilakukan secara berpasangan
- ☞ Melakukan gerakan memukul bola dengan hitungan
- ☞ Memukul bola yang di lambungkan sendiri
- ☞ Memukul bola yang dilambungkan oleh orang lain
- ☞ Membagi kelompok yang seimbang untuk persiapan main
- ☞ Bermain kasti dengan peraturan yang dimodifikasi
- ☞ Bermain kasti / pemantapan
- ☞ 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;
 - ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan pameran, turnamen, festival, serta produk yang dihasilkan;
 - **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
 - **Kegiatan Penutup**
 Dalam kegiatan penutup, guru:
 - ☞ Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi, proses pembelajaran, berdoa dan bubar
2. Pertemuan 2
- **Kegiatan Awal:**
 Dalam kegiatan Awal, guru:
 - ☞ Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, dan pemanasan Inti
 - ☞ Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran
 - **Kegiatan Inti:**
 - **Eksplorasi**
 Dalam kegiatan eksplorasi, guru:
 - ☞ Melambungkan bola menggunakan tangan kanan dan kiri secara berpasangan dan kelompok
 - **Elaborasi**
 Dalam kegiatan elaborasi, guru:
 - ☞ Melakukan gerakan melambungkan/melempar bola tanpa bola dengan hitungan
 - ☞ Melakukan lempar tangkap dari berbagai arah dan kecepatan : melempar bola lurus, melempar bola lambung, melempar menyusur tanah dilakukan secara berpasangan
 - ☞ Melakukan gerakan memukul bola dengan hitungan
 - ☞ Memukul bola yang di lambungkan sendiri
 - ☞ Memukul bola yang dilambungkan oleh orang lain
 - ☞ Membagi kelompok yang seimbang untuk persiapan main
 - ☞ Bermain kasti dengan peraturan yang dimodifikasi
 - ☞ Bermain kasti / pemantapan
 - ☞ 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;

- **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

- **Kegiatan Penutup**

Dalam kegiatan penutup, guru:

- ☞ Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi, proses pembelajaran, berdoa dan bubar

3. Pertemuan 3

- **Kegiatan Awal:**

Dalam kegiatan Awal, guru:

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

- **Kegiatan Inti:**

- **Eksplorasi**

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- ☞ Memukul bola dan
- ☞ Berlari
- ☞ Mendemonstrasikan tehnik kerjasama dan permainan yang sportivitas
- ☞ melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran; dan

- **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;
- ☞ memfasilitasi peserta didik untuk menyajikan hasil kerja individual maupun kelompok;
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan pameran, turnamen, festival, serta produk yang dihasilkan;

- **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

2. Kegiatan Penutup

Dalam kegiatan penutup, guru:

- ☞ Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi, proses pembelajaran, berdoa dan bubar

4. Pertemuan 4

▪ Kegiatan Awal:

Dalam kegiatan Awal, guru:

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

▪ Kegiatan Inti:

▪ *Eksplorasi*

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- ☞ Memukul bola dan
- ☞ Berlari
- ☞ Mendemonstrasikan tehnik kerjasama dan permainan yang sportivitas
- ☞ melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran; dan
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di laboratorium, studio, atau lapangan.

▪ *Elaborasi*

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

- ☞ 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;
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan pameran, turnamen, festival, serta produk yang dihasilkan;

▪ *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:

- ☞ Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi, proses pembelajaran, berdoa dan bubar

E. Sumber Belajar

- Buku Penjasorkes SD
- Buku referensi bermain rounders
- Tim Abdi Guru

F. Penilaian

Indikator Pencapaian Kompetensi	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen/ Soal
<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan gerakan: • Melambungkan bola • Melempar bola • Menangkap bola • Berlari 	Test lesan	Test praktik	Praktikkanlah memukul bola

1. Rubrik Penilaian

RUBRIK PENILAIAN UNJUK KERJA PERMAINAN ROUNDERS

ASPEK YANG DINILAI	KUALITAS GERAK			
	1	2	3	4
1. Melambungkan bola 2. Melempar bola 3. Menangkap bola 4. Memukul bola 5. Berlari 6. Bermain Rounders				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL				

FORMAT KRITERIA PENILAIAN



PRODUK (HASIL DISKUSI)

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



PERFORMANSI

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

LEMBAR PENILAIAN

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

10.							
-----	--	--	--	--	--	--	--

CATATAN :

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

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

Patemon, 29Agustus 2012

Mengetahui

Kepala Sekolah

Guru

Sri Hartati, M.Pd.

NIP :19651114 198609 2 001

Bambang S

NIP :196304141984051003

Praktikan

Dewantoro Fardiansah

NIM. 6102409022

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Sekolah : SD Negeri Patemon 01
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VI(Enam)/(Satu)
Standar Kompetensi: 5. Menerapkan budaya sehat
Kompetensi Dasar : 5.1 Mengenal bahaya narkoba
5.2 Mengenal cara menghindari bahaya narkoba
Alokasi waktu : 2 x 30 menit

A. Tujuan Pembelajaran

- Siswa dapat menjelaskan dan memahami tentang:
 - Pengertian, bahaya, akibat, jenis-jenis, dampak negative, cara pencegahan dan cara menghindari dari narkoba

❖ **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

- Narkoba
- Jenis-jenis, dampak negative, bahaya, mencegah dan menghindarinya

C. Metode Pembelajaran

- Ceramah, tanya jawab, latihan dan penugasan

D. Langkah-langkah Pembelajaran

Pertemuan I:

▪ Kegiatan Awal:

- Mengkondisikan kelas dan siswa, berdoa, presensi persepsi pada materi

▪ Kegiatan Inti:

▪ *Eksplorasi*

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- ☞ Pengertian narkoba
- ☞ Jenis-jenis narkoba
- ☞ Dampak negative
- ☞ melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran; dan
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di laboratorium, studio, atau lapangan.

▪ *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;
- ☞ memfasilitasi peserta didik untuk menyajikan hasil kerja individual maupun kelompok;
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan pameran, turnamen, festival, serta produk yang dihasilkan;

▪ *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

- **Kegiatan Penutup**

Dalam kegiatan penutup, guru:

- ☞ evaluasi proses pembelajaran, pemberian tugas, doa dan bubar

Pertemuan II

- **Kegiatan Awal:**

- Mengkondisikan kelas dan siswa, berdoa, presensi persepsi pada materi

- **Kegiatan Inti:**

- ***Eksplorasi***

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- ☞ Bahaya narkoba
- ☞ Akibat fatal dari penyalahgunaan narkoba
- ☞ Mencegah dan menghindari narkoba
- ☞ melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran; dan
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di laboratorium, studio, atau lapangan.

- ***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;
- ☞ memfasilitasi peserta didik untuk menyajikan hasil kerja individual maupun kelompok;
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan pameran, turnamen, festival, serta produk yang dihasilkan;

- **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

- **Kegiatan Penutup**

Dalam kegiatan penutup, guru:

- ☞ evaluasi proses pembelajaran, pemberian tugas, doa dan bubar

E. Sumber Belajar

- Buku Penjasorkes kls VI, hal 59-64
- Buku panduan tentang narkoba
- Buku kesehatan

F. Penilaian

Indikator Pencapaian Kompetensi	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen/ Soal
<ul style="list-style-type: none"> • Pengertian narkoba • Jenis-jenis narkoba • Dampak negative dari narkoba • Bahaya fisik narkoba • Akibat fatal dari penyalahgunaan narkoba • Mencegah dan menghindarinya 	Test (perorangan/ kelompok)	Test - tertulis - lisan	<ul style="list-style-type: none"> •Jelaskan tentang Narkoba •Sebutkan jenis Narkoba • Jelaskan bahaya Narkoba • jelaskan tentang: pengertian, jenis, dampak negative, bahaya, akibat, pencegahan dan menghindari

- **Rubrik Penilaian**

Aspek yang dinilai	Kualitas Gerak
--------------------	----------------

	1	2	3	4
1. Pengertian narkoba				
2. Jenis-jenis narkoba				
3. Dampak negative dari narkoba				
4. Bahaya fisik terhadap narkoba				
5. Akibat fatal dari penyalahgunaan narkoba				
6. Mencegah dan menghindari narkoba				
Jumlah :				
Jumlah skor maksimal :				

FORMAT KRITERIA PENILAIAN

PRODUK (HASIL DISKUSI)

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

LEMBAR PENILAIAN

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

CATATAN :

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

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

Semarang, 10 agustus 2012

KepalaSekolah

Guru Penjas

Sri Hartati, M.Pd

Dewantoro Fardiansah

NIP. 19651114 198609 2 001

NIM. 6102409022

Materi ajar

Pengertian Narkoba

pengertian narkoba menurut pakar kesehatan adalah psikotropika yang biasa dipakai untuk membius pasien saat hendak dioperasi atau obat-obatan untuk penyakit tertentu. Namun kini presepsi itu disalah gunakan akibat pemakaian yang telah diluar batas dosis.

Jenis-jenis Narkoba

Narkoba dibagi dalam 3 jenis yaitu Narkotika, Psikotropika dan Zat adiktif lainnya. Penjelasan mengenai *jenis-jenis narkoba* adalah sebagai berikut:

1. Narkotika

Menurut Soerdjono Dirjosisworo mengatakan bahwa *pengertian narkotika* adalah “Zat yang bisa menimbulkan pengaruh tertentu bagi yang menggunakannya dengan memasukkan kedalam tubuh. Pengaruh tersebut bisa berupa pembiusan, hilangnya rasa sakit, rangsangan semangat dan halusinasi atau timbulnya khayalan-khayalan. Sifat-sifat tersebut yang diketahui dan ditemukan dalam dunia medis bertujuan dimanfaatkan bagi pengobatan dan kepentingan manusia di bidang pembedahan, menghilangkan rasa sakit dan lain-lain.

Narkotika digolongkan menjadi 3 kelompok yaitu :

- **Narkotika golongan I** adalah narkotika yang paling berbahaya. Daya adiktifnya sangat tinggi. Golongan ini digunakan untuk penelitian dan ilmu pengetahuan. Contoh : ganja, heroin, kokain, morfin, dan opium.
- **Narkotika golongan II** adalah narkotika yang memiliki daya adiktif kuat, tetapi bermanfaat untuk pengobatan dan penelitian. Contoh : petidin, benzetidin, dan betametadol.
- **Narkotika golongan III** adalah narkotika yang memiliki daya adiktif ringan, tetapi bermanfaat untuk pengobatan dan penelitian. Contoh : kodein dan turunannya.

2. Psikotropika

Psikotropika adalah zat atau obat bukan narkotika, baik alamiah maupun sintesis, yang memiliki khasiat psikoaktif melalui pengaruh selektif pada susunan saraf pusat yang menyebabkan perubahan khas pada aktivitas normal dan perilaku. Psikotropika digolongkan lagi menjadi 4 kelompok adalah :

- **Psikotropika golongan I** adalah dengan daya adiktif yang sangat kuat, belum diketahui manfaatnya untuk pengobatan dan sedang diteliti khasiatnya. Contoh: MDMA, LSD, STP, dan ekstasi.
- **Psikotropika golongan II** adalah psikotropika dengan daya adiktif kuat serta berguna untuk pengobatan dan penelitian. Contoh : amfetamin, metamfetamin, dan metakualon.
- **Psikotropika golongan III** adalah psikotropika dengan daya adiksi sedang serta berguna untuk pengobatan dan penelitian. Contoh : lumibal, buprenorsina, dan fleenitrazepam.
- **Psikotropika golongan IV** adalah psikotropika yang memiliki daya adiktif ringan serta berguna untuk pengobatan dan penelitian. Contoh : nitrazepam (BK, mogadon, dumolid) dan diazepam.

3. Zat adiktif lainnya

Zat adiktif lainnya adalah zat – zat selain narkotika dan psikotropika yang dapat menimbulkan ketergantungan pada pemakainya, diantaranya adalah :

- Rokok
- Kelompok alkohol dan minuman lain yang memabukkan dan menimbulkan ketagihan.
- Thiner dan zat lainnya, seperti lem kayu, penghapus cair dan aseton, cat, bensin yang bila dihirup akan dapat memabukkan (Alifia, 2008). Demikianlah *jenis-jenis narkoba*, untuk selanjutnya faktor-faktor penyebab penyalahgunaan narkotika.

Faktor Penyebab Penyalahgunaan Narkoba

Faktor penyebab penyalahgunaan narkoba dapat dibagi menjadi dua faktor, yaitu :

1. Faktor internal yaitu faktor yang berasal dari dalam diri individu seperti kepribadian, kecemasan, dan depresi serta kurangnya religiusitas. Kebanyakan penyalahgunaan narkotika dimulai atau terdapat pada masa remaja, sebab remaja yang sedang mengalami perubahan biologik, psikologik maupun sosial yang pesat merupakan individu yang rentan untuk menyalahgunakan obat-obat terlarang ini. Anak atau remaja dengan ciri-ciri tertentu mempunyai risiko lebih besar untuk menjadi penyalahguna narkoba.
2. Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar individu atau lingkungan seperti keberadaan zat, kondisi keluarga, lemahnya hukum serta pengaruh lingkungan.

Faktor-faktor tersebut diatas memang tidak selalu membuat seseorang kelak menjadi penyalahgunaan obat terlarang. Akan tetapi makin banyak faktor-faktor diatas, semakin besar kemungkinan seseorang menjadi penyalahgunaan narkoba. Hal ini harus dipelajari Kasus demi kasus.

Faktor individu, faktor lingkungan keluarga dan teman sebaya/pergaulan tidak selalu sama besar perannya dalam menyebabkan seseorang menyalahgunakan narkoba. Karena faktor pergaulan,

bisa saja seorang anak yang berasal dari keluarga yang harmonis dan cukup komunikatif menjadi penyalahgunaan narkoba.

Tanda Gejala Dini Korban Penyalahgunaan Narkoba

Menurut Ami Siamsidear Budiman (2006 : 57–59) tanda awal atau gejala dini dari seseorang yang menjadi korban kecanduan narkoba antara lain :

1. Tanda-tanda fisik Penyalahgunaan Narkoba

Kesehatan fisik dan penampilan diri menurun dan suhu badan tidak beraturan, jalan sempoyongan, bicara pelo (cadel), apatis (acuh tak acuh), mengantuk, agresif, nafas sesak, denyut jantung dan nadi lambat, kulit teraba dingin, nafas lambat/berhenti, mata dan hidung berair, menguap terus menerus, diare, rasa sakit diseluruh tubuh, takut air sehingga malas mandi, kejang, kesadaran menurun, penampilan tidak sehat, tidak peduli terhadap kesehatan dan kebersihan, gigi tidak terawat dan kropos, terhadap bekas suntikan pada lengan atau bagian tubuh lain (pada pengguna dengan jarum suntik)

2. Tanda-tanda Penyalahgunaan Narkoba ketika di rumah

Membangkang terhadap teguran orang tua, tidak mau mempedulikan peraturan keluarga, mulai melupakan tanggung jawab rutin di rumah, malas mengurus diri, sering tertidur dan mudah marah, sering berbohong, banyak menghindari pertemuan dengan anggota keluarga lainnya karena takut ketahuan bahwa ia adalah pecandu, bersikap kasar terhadap anggota keluarga lainnya dibandingkan dengan sebelumnya, pola tidur berubah, menghabiskan uang tabungannya dan selalu kehabisan uang, sering mencuri uang dan barang-barang berharga di rumah, sering merongrong keluarganya untuk minta uang dengan berbagai alasan, berubah teman dan jarang mau mengenalkan teman-temannya, sering pulang lewat jam malam dan menginap di rumah teman, sering pergi ke disko, mall atau pesta, bila ditanya sikapnya *defensive* atau penuh kebencian, sekali-sekali dijumpai dalam keadaan mabuk.

3. Tanda-tanda Penyalahgunaan Narkoba ketika di sekolah

Prestasi belajar di sekolah tiba-tiba menurun mencolok, perhatian terhadap lingkungan tidak ada, sering kelihatan mengantuk di sekolah, sering keluar dari kelas pada waktu jam pelajaran dengan alasan ke kamar mandi, sering terlambat masuk kelas setelah jam istirahat; mudah tersinggung dan mudah marah di sekolah, sering berbohong, meninggalkan hobi-hobinya yang terdahulu (misalnya kegiatan ekstrakurikuler dan olahraga yang dahulu digemarinya), mengeluh karena menganggap keluarga di rumah tidak memberikan dirinya kebebasan, mulai sering berkumpul dengan anak-anak yang “tidak beres” di sekolah.

Akibat Penyalahgunaan Narkoba Pengertian Narkoba

Penggunaan narkoba dapat menyebabkan efek negatif yang akan menyebabkan gangguan mental dan perilaku, sehingga mengakibatkan terganggunya sistem neuro-transmitter pada susunan saraf pusat di otak. Gangguan pada sistem neuro-transmitter akan mengakibatkan terganggunya fungsi kognitif (alam pikiran), afektif (alam perasaan, mood, atau emosi), psikomotor (perilaku), dan aspek sosial.

Berbagai upaya untuk mengatasi berkembangnya pecandu narkoba telah dilakukan, namun terbentur pada lemahnya hukum. Beberapa bukti lemahnya hukum terhadap narkoba adalah sangat ringan hukuman bagi pengedar dan pecandu, bahkan minuman beralkohol di atas 40 persen (minol 40 persen) banyak diberi kemudahan oleh pemerintah. Sebagai perbandingan, di Malaysia jika kedapatan pengedar atau pecandu membawa dadah 5 gr ke atas maka orang tersebut akan dihukum mati.

Sebenarnya juga tidak sedikit para **pengguna narkoba** ingin lepas dari dunia hitam ini. Akan tetapi usaha untuk seorang pecandu lepas dari jeratan narkoba tidak semudah yang dibayangkan. Untuk itu katakan ***Say no to drugs....!!!***

Cara Menghindari Narkoba

1. Jangan pernah mencobanya, walaupun untuk iseng atau untuk alasan lain, kecuali perintah dokter/alasan medis.
2. Kuatkan iman, mantapkan pribadi, pakailah rasio (pemikiran, pertimbangan) lebih banyak dari pada emosi.
3. Jangan menghindar dari problem, tetapi hadapi dan atasi persoalan sampai tuntas, bila tak mampu konsultasi pada ahli.
4. Pilihlah pergaulan yang aman jangan yang berbahaya.
5. Pilih kegiatan yang sehat, tak merugikan diri sendiri ataupun orang lain, ikutilah klub olah raga, organisasi sosial. Lakukan hobi bersama teman dan keluarga.
6. Gunakan waktu dan tempat yang aman, jangan keluyuran malam-malam. Bersantailah dengan keluarga, berkaraoke, piknik, makan bersama, masak bersama, beres-beres bersama nonton bersama keluarga.
7. Selalu berusaha menjadi pribadi yang baik, bertindak positif, bertanggungjawab, jadilah

figure/sosok yang diteladani.

8. Berusahalah "saling mendengar", saling mengingatkan dan saling memaafkan agar semakin mendewasakan pribadi masing-masing.

9. Buatlah keluarga, rumah tangga, menjadi tempat yang paling menyenangkan, paling menyenangkan sehingga membuat "betah" tinggal bersama "sahabat".

10. Selalu ingatkan, bahwa ancaman hukuman untuk penyalah guna Narkoba, apalagi bagi pengedar Narkoba adalah Lembaga Pemasyarakatan.

11. Ingatkan bahwa Narkoba akan merusak kerja otak, susunan syaraf pusat, merusak ginjal, lever dan sebagainya

JADWAL PRAKTEK MENGAJAR PPL

- Jadwal mengajar terbimbing**

Bulan: Agustus

No	Nama	NIM	Senin,6-8-2012		Selasa,7-8-2012		Rabu,8-8-2012		Kamis,9-8-2012		Jumat,10-8-2012		Sabtu,11-8-2012	
			Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel
1.	Tri Handayani	1401409198					VI	MTK					II	B.IND
2.	Astiti Rahayu.A.	1401409214					III	Mtk					III	PKn
3.	Indah Pinta.S.	1401409254	I	IPA	I	B.Indo								
4.	Dwi Agung.W.	1401409300									V	IPS	V	MTK
5.	Dita Ayu.O.	1401409342					IV	Bhs.Indo					IV	IPS
6.	Istiqomah.A.	1401409351	II	IPA			II	IPS						
7.	Dewantoro.F.	6102409022			II	Penjas			V	Penjas			VI	Penjas
8.	Gayuh Adi.N.	6102409076	IV	Penjas			I	penjas			III	Penjas		

No	Nama	NIM	Senin,27-8-2012		Selasa,28-8-2012		Rabu,29-8-2012		Kamis,30-8-2012		Jumat,31-8-2012		Sabtu,1-9-2012	
			Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel
1.	Tri Handayani	1401409198					II	Mtk						
2.	Astiti Rahayu.A.	1401409214							IV	Mtk				
3.	Indah Pinta.S.	1401409254							III	IPA				
4.	Dwi Agung.W.	1401409300									V	IPA		
5.	Dita Ayu.O.	1401409342											III	PKn
6.	Istiqomah.A.	1401409351			V	Mtk					IV	B.Jawa		
7.	Dewantoro.F.	6102409022			II	Penjas			V	Penjas			VI	Penjas
8.	Gayuh Adi.N.	6102409076	IV	Penjas			I	Penjas			III	Penjas		

Bulan: September

No	Nama	NIM	Senin,3-9-2012		Selasa,4-9-2012		Rabu,5-9-2012		Kamis,6-9-2012		Jumat,7-9-2012		Sabtu,8-9-2012	
			Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel
1.	Tri Handayani	1401409198	IV	IPA									I	SBK
2.	Astiti Rahayu.A.	1401409214	V	B.INDO									II	IPA

3.	Indah Pinta.S.	1401409254	III	B.INDO							IV	B.JAWA		
4.	Dwi Agung.W.	1401409300	IV	B.JAWA					II	PKN				
5.	Dita Ayu.O.	1401409342	II	MTK					III	IPA				
6.	Istiqomah.A.	1401409351	I	IPA			IV	B.IND						
7.	Dewantoro.F.	6102409022			II	PENJAS			V	PENJAS			VI	PENJAS
8.	Gayuh Adi.N.	6102409076	IV	PENJAS			I	PENJS			III	PENJAS		

No	Nama	NIM	Senin,10-9-2012		Selasa,11-9-2012		Rabu,12-9-2012		Kamis,13-9-2012		Jumat,14-9-2012		Sabtu,15-9-2012	
			Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel
1.	Tri Handayani	1401409198					III	B.JWA					III	PKN
2.	Astiti Rahayu.A.	1401409214					IV	KPDL					I	SBK
3.	Indah Pinta.S.	1401409254					II	IPS					IV	IPS
4.	Dwi Agung.W.	1401409300			IV	B.IND							II	IPA
5.	Dita Ayu.O.	1401409342					V	B.IND	III	IPS				
6.	Istiqomah.A.	1401409351			V	IPS					VI	KPDL		

7.	Dewantoro.F.	6102409022	VI	PENJAS			I	PENJAS			III	PENJAS		
8.	Gayuh Adi.N.	6102409076			II	PENJAS			V	PENJAS			VI	PENJAS

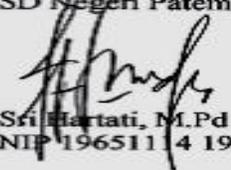
• **Jadwal mengajar Mandiri**

No	Nama	NIM	Senin,17-9-2012		Selasa,18-9-2012		Rabu,19-8-2012		Kamis,20-9-2012		Jumat,21-9-2012		Sabtu,22-9-2012	
			Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel
1.	Tri Handayani	1401409198					IV	KPDL			V	IPA		
2.	Astiti Rahayu.A.	1401409214			II	MTK					IV	B.JAWA		
3.	Indah Pinta.S.	1401409254			V	MTK					VI	KPDL		
4.	Dwi Agung.W.	1401409300			III	B.IND					V	KPDL		
5.	Dita Ayu.O.	1401409342					III	B.JAWA					I	SBK
6.	Istiqomah.A.	1401409351			IV	MTK					IV	SBK		
7.	Dewantoro.F.	6102409022			II	PENJAS			V	PENJAS			VI	PENJAS
8.	Gayuh Adi.N.	6102409076	VI	PENJAS			I	PENJAS			III	PENJAS		

No	Nama	NIM	Senin,24-9-2012		Selasa,25-9-2012		Rabu,26-8-2012		Kamis,27-9-2012		Jumat,28-9-2012		Sabtu,29-9-2012	
			Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel
1.	Tri Handayani	1401409198					II	IPS					V	PKN
2.	Astiti Rahayu.A.	1401409214	IV	MTK	V	IPS								
3.	Indah Pinta.S.	1401409254					V	SBK	II	PKN				
4.	Dwi Agung.W.	1401409300					IV	IPA					I	SBK
5.	Dita Ayu.O.	1401409342			II	MTK					V	KPDL		
6.	Istiqomah.A.	1401409351	II	B.IND									III	PKN
7.	Dewantoro.F.	6102409022	IV	PENJAS			I	PENJAS			III	PENJAS		
8.	Gayuh Adi.N.	6102409076			II	PENJAS			V	PENJAS			VI	PENJAS

5.	Dita Ayu.O.	1401409342												
6.	Istiqomah.A.	1401409351												
7.	Dewantoro.F.	6102409022	IV	PENJAS										
8.	Gayuh Adi.N.	6102409076			II	PENJAS								

Mengetahui

Semarang, 2012
Kepala Sekolah,
SD Negeri Patemon 01

Sri Hartati, M.Pd
NIP 196511 4 198609 2 001

Daftar Hasil Datang

Bulan : September

No.	Nama	NIK	Jumlah	2019		2019		2019		2019		2019		2019			
				Jan	TTD	Jan	TTD	Jan	TTD	Jan	TTD	Jan	TTD	Jan	TTD		
1.	Tut Mulyanti	1401409198	PGSD			07.00	Ked										
2.	Aldi Mahendra A.	1401409001	PGSD			07.00	Ked										
3.	Indah Wati S	1401409004	P-GSD			07.00	Ked										
4.	Dwi Ageng W.	1401409000	PGSD			07.00	Ked										
5.	Elisa Ayu D.	1401409002	PGSD			07.00	Ked										
6.	Endang A.	1401409003	PGSD			07.00	Ked										
7.	Sumartono P.	4101409005	PGSD			07.00	Ked										
8.	Gayah Ad N.	0000000000	PGSD			07.00	Ked										

Mengakhiri,

Kepala Sekolah SDN Patemon 01



NIP. 14011141996090001

Koordinator Mahasiswa PPL

Dwi Ageng W.

NIDN. 1401409008

Daftar Hasil Pengujian

Subjek : Matematika

No.	Nama	NIS	Absen	2018		2019		2020		2021		2022		2023		2024		2025	
				Jan	Feb														
1	Tal Fandora	100100010	0/20									80	80	80	80	80	80	80	80
2	Azzahra	100100011	0/20									80	80	80	80	80	80	80	80
3	Indah	100100012	0/20									80	80	80	80	80	80	80	80
4	Heri	100100013	0/20									80	80	80	80	80	80	80	80
5	Heri	100100014	0/20									80	80	80	80	80	80	80	80
6	Heri	100100015	0/20									80	80	80	80	80	80	80	80
7	Heri	100100016	0/20									80	80	80	80	80	80	80	80
8	Heri	100100017	0/20									80	80	80	80	80	80	80	80

Mengetahui,

Ketua Koordinator Subjek Matematika


 Nama : ...
 NIP : ...

Ketua Koordinator Subjek Matematika


 Nama : ...
 NIP : ...

Foto - Foto Kegiatan PPL di SD Negeri Patemon 01

Pembelajaran saat bulan ramadhan



Kegiatan ekstra Tonis



Mengantar anak lomba Pil Dacil Di FIK UNNES



Setelah melakukan kegiatan pelajaran olahraga

