

LAPORAN
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN 2
DI SD N KALIBANTENG KIDUL 01 SEMARANG



Disusun oleh:

Nama : Bagus Arif Wicaksono
NIM : 6102409029
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, S1

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
TAHUN 2012

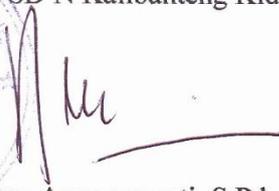
PENGESAHAN

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

Hari : Rabu

Tanggal : 10 Oktober 2012

Disahkan oleh:

Koordinator Dosen Pembimbing	Kepala SD N Kalibanteng Kidul 01
	
Dra. Endang Sri Hanani M. Kes NIP. 19590603 198403 2 001	Eny Anggorowati, S.Pd. NIP. 19580728 198201 2 003

Kepala Pusat Pengembangan PPL Unnes


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



KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan kegiatan dalam program Praktik Pengalaman Lapangan 2 (PPL 2) dengan lancar dan menyusun laporan PPL 2 dengan baik.

Laporan ini dapat terselesaikan dengan baik tentunya tidak lepas dari bantuan dan bimbingan berbagai pihak baik moril maupun materiil. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Tim PPL UNNES yang telah memberikan ijin dan bekal dalam program PPL.
2. Dra. Endang Sri Hanani, M. Kes. selaku Koordinator Dosen Pembimbing PPL.
3. Eny Anggorowati, S. Pd. selaku Kepala SD N Kalibanteng Kidul 01.
4. Agustinus Wasino, S. Pd. selaku Koordinator Guru Pamong sekaligus Guru Pamong di SD N Kalibanteng Kidul 01.
5. Seluruh jajaran guru dan karyawan SD N Kalibanteng Kidul 01.
6. Siswa-siswi SD N Kalibanteng Kidul 01.
7. Rekan-rekan mahasiswa praktikan Pengalaman Lapangan di SD N Kalibanteng Kidul 01.
8. Segenap pihak yang telah membantu pelaksanaan program PPL.

Berbagai upaya telah penulis lakukan untuk dapat menyusun laporan ini agar dapat mendukung pembentukan tenaga-tenaga pendidik profesional yang berguna dalam peningkatan kualitas pendidikan nasional

Seperti pepatah lama “tiada gading yang tak retak”. Demikian juga dalam penyusunan laporan ini. Penulis menyadari bahwa dalam menyusun laporan ini masih jauh dari kesempurnaan. Untuk itu, dengan penuh kerendahan hati, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak.

Semarang, Oktober 2012

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Pengesahan	ii
Kata Pengantar	iii
Daftar Isi	iv
Daftar Lampiran	v
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan	2
C. Manfaat	2
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Pengertian Praktik Pengalaman Lapangan	3
B. Dasar Pelaksanaan	3
C. Kompetensi Mengajar Guru	4
D. Keterampilan Mengajar Guru	5
E. Pembelajaran PAIKEM GEMBROT	6
BAB III PELAKSANAAN	
A. Waktu Pelaksanaan	9
B. Tempat Pelaksanaan	9
C. Tahap Kegiatan	9
D. Materi Kegiatan	11
E. Proses Pembimbingan	12
F. Faktor Pendukung dan Penghambat Pelaksanaan PPL	12
G. Refleksi.....	14

DAFTAR LAMPIRAN

Rencana Kegiatan	18
Jadwal Kegiatan	20
Daftar Presensi Mahasiswa PPL	25
Kartu Bimbingan Mengajar	35
Contoh Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).....	36

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan Nasional adalah pendidikan yang berdasarkan Pancasila dan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945, yang berakar pada nilai-nilai agama, kebudayaan nasional Indonesia dan tanggap terhadap tuntutan perubahan zaman. Untuk mewujudkan cita-cita ini, diperlukan perjuangan seluruh lapisan masyarakat. Pendidikan Nasional bertujuan mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia Indonesia seutuhnya, yaitu manusia yang beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri serta rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.

Dalam rangka meningkatkan kualitas pendidikan di Indonesia, Lembaga Pendidik Tenaga Kependidikan (LPTK) mempunyai prioritas utama untuk meningkatkan mutu dan kualitas lulusan yang memiliki fungsi sebagai pembimbing, pelatih, pengajar, dan pendidik. Oleh karena itu, UNNES sebagai salah satu Lembaga Pendidik Tenaga Kependidikan (LPTK) mempunyai tanggung jawab untuk mempersiapkan tenaga pendidikan yang profesional. Salah satunya yaitu dengan cara menyelenggarakan program pengajaran Praktik Pengalaman Lapangan wajib bagi mahasiswa program kependidikan.

Sesuai dengan Peraturan Rektor Universitas Negeri Semarang Nomor 14 Tahun 2012 tentang Pedoman Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Bagi Mahasiswa Program Kependidikan Universitas Negeri Semarang, pengertian Praktik Pengalaman Lapangan yang selanjutnya disebut PPL adalah semua kegiatan kurikuler yang harus dilakukan oleh mahasiswa praktikan, sebagai pelatihan untuk menerapkan teori yang diperoleh dalam semester-semester sebelumnya, sesuai dengan persyaratan yang telah ditetapkan agar mereka memperoleh pengalaman dan keterampilan lapangan dalam penyelenggaraan pendidikan dan pengajaran di sekolah atau di tempat latihan lainnya. Adapun kegiatan PPL meliputi: praktik mengajar, praktik administrasi, praktik bimbingan dan konseling (untuk program BK), serta kegiatan yang bersifat kokurikuler dan atau ekstrakurikuler yang berlaku di sekolah/tempat latihan.

B. Tujuan

Tujuan umum pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah membentuk mahasiswa praktikan agar menjadi calon tenaga kependidikan yang profesional, sesuai dengan prinsip-prinsip pendidikan berdasarkan kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi profesional, dan kompetensi sosial.

Tujuan khusus pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah sebagai berikut:

1. Menghasilkan tenaga pendidikan yang profesional sehingga pada akhirnya dapat meningkatkan kualitas dan mutu pendidikan.
2. Memberikan pengalaman nyata kepada praktikan mengenai bagaimana mengelola kelas dengan baik, mencegah masalah yang berkaitan dengan siswa saat pembelajaran berlangsung beserta cara menanganinya.
3. Memberikan bekal kepada praktikan bukan hanya mengenai bagaimana cara mengajar dengan baik, tetapi juga bagaimana berinteraksi dengan siswa, guru, karyawan, kepala sekolah, sesama praktikan, masyarakat sekitar bahkan orang tua siswa.
4. Memberikan bekal mengenai beberapa hal yang berkaitan dengan administrasi sekolah sehingga pada akhirnya dapat diterapkan apabila sudah menjadi guru sesungguhnya.
5. Praktikan diharapkan dapat memiliki kemampuan dalam mengembangkan kemampuan serta kompetensi yang dimiliki siswa.
6. Praktikan diharapkan memiliki kepribadian yang mantap, bertanggung jawab, disiplin, jujur, dan beriman sehingga dapat menjadi teladan bagi para siswa.

C. Manfaat

Manfaat yang diperoleh setelah pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah memberikan bekal kepada mahasiswa praktikan agar memiliki kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi profesional, dan kompetensi sosial.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Pengertian Praktik Pengalaman Lapangan

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah semua kegiatan kurikuler yang harus dilakukan oleh mahasiswa praktikan, sebagai pelatihan untuk menerapkan teori yang diperoleh dalam semester-semester sebelumnya, sesuai dengan persyaratan yang telah ditetapkan agar mereka memperoleh pengalaman dan keterampilan lapangan dalam penyelenggaraan pendidikan dan pengajaran di sekolah atau di tempat latihan lainnya.

Kegiatan PPL meliputi praktik mengajar, administrasi, bimbingan dan konseling serta kegiatan yang bersifat kokurikuler dan atau ekstra kurikuler yang berlaku di sekolah/tempat latihan.

PPL bertujuan membentuk mahasiswa praktikan agar menjadi calon tenaga kependidikan yang profesional sesuai dengan prinsip-prinsip pendidikan berdasarkan kompetensi, yang meliputi kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi professional, dan kompetensi sosial.

PPL berfungsi memberikan bekal kepada mahasiswa praktikan agar memiliki kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi professional, dan kompetensi sosial.

B. Dasar Pelaksanaan

Pelaksanaan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) mengacu pada:

1. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional
2. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen
3. Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan
4. Peraturan Rektor Universitas Negeri Semarang Nomor 14 Tahun 2012 tentang Pedoman Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) bagi Mahasiswa Program Kependidikan Universitas Negeri Semarang

C. Kompetensi Mengajar Guru

Pasal 1 Ayat 1 Undang-undang Nomor 74 Tahun 2008 tentang Guru dijelaskan bahwa guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi siswa pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah.

Sedangkan kompetensi adalah merupakan seperangkat pengetahuan, keterampilan, dan perilaku yang harus dimiliki, dihayati, dikuasai, dan diaktualisasi oleh Guru dalam melaksanakan tugas keprofesionalan. Dalam Undang-undang Nomor 74 Tahun 2008, pasal 3, terdapat 4 kompetensi yang harus dimiliki seorang guru, yaitu: (1) *kompetensi pedagogik*; (2) *kompetensi kepribadian*; (3) *kompetensi sosial*; dan (4) *kompetensi profesional yang diperoleh melalui pendidikan profesi*.

Secara rinci keempat kompetensi tersebut dijelaskan sebagai berikut.

1. Kompetensi Pedagogik

Merupakan kemampuan guru dalam pengelolaan pembelajaran siswa yang sekurang-kurangnya meliputi: (a) pemahaman wawasan atau landasan kependidikan; (b) pemahaman terhadap siswa; (c) pengembangan kurikulum atau silabus; (d) perancangan pembelajaran; (e) pelaksanaan pembelajaran yang mendidik dan dialogis; (f) pemanfaatan teknologi pembelajaran; (g) evaluasi hasil belajar; dan (h) pengembangan siswa untuk mengaktualisasikan berbagai potensi yang dimilikinya.

2. Kompetensi Kepribadian

Merupakan kepribadian guru yang sekurang-kurangnya mencakup: (a) beriman dan bertakwa; (b) berakhlak mulia; (c) arif dan bijaksana; (d) demokratis; (e) mantap; (f) berwibawa; (g) stabil; (h) dewasa; (i) jujur; (j) sportif; (k) menjadi teladan bagi siswa dan masyarakat; (l) secara obyektif mengevaluasi kinerja sendiri; dan (m) mengembangkan diri secara mandiri dan berkelanjutan.

3. Kompetensi Sosial

Yang dimaksud kompetensi sosial adalah kemampuan guru sebagai bagian dari masyarakat yang sekurang-kurangnya meliputi kompetensi

untuk: (a) berkomunikasi lisan, tulis, dan/atau isyarat secara santun; (b) menggunakan teknologi komunikasi dan informasi secara fungsional; (c) bergaul secara efektif dengan siswa, sesama pendidik, tenaga kependidikan, pimpinan satuan pendidikan, orang tua atau wali siswa; (d) bergaul secara santun dengan masyarakat sekitar dengan mengindahkan norma serta sistem nilai yang berlaku; dan (e) menerapkan prinsip persaudaraan sejawat dan semangat kebersamaan.

4. Kompetensi Profesional

Adalah kemampuan guru dalam menguasai pengetahuan bidang ilmu pengetahuan, teknologi, dan/atau seni dan budaya yang diampunya yang sekurang-kurangnya meliputi: (a) materi pelajaran secara luas dan mendalam sesuai dengan standar isi program satuan pendidikan, mata pelajaran, dan/atau kelompok mata pelajaran yang akan diampu; dan (b) konsep dan metode disiplin keilmuan, teknologi, atau seni yang relevan, yang secara konseptual menaungi atau koheren dengan program satuan pendidikan, mata pelajaran, dan/atau kelompok mata pelajaran yang akan diampu.

D. Pendekatan *Quantum Learning*

Quantum learning ialah kiat, petunjuk, strategi, dan seluruh proses belajar yang dapat mempertajam pemahaman dan daya ingat, serta membuat belajar sebagai suatu proses yang menyenangkan dan bermanfaat. Beberapa teknik yang dikemukakan merupakan teknik meningkatkan kemampuan diri yang sudah populer dan umum digunakan. Namun, Bobbi DePorter mengembangkan teknik-teknik yang sasaran akhirnya ditujukan untuk membantu para siswa menjadi responsif dan bergairah dalam menghadapi tantangan dan perubahan realitas (yang terkait dengan sifat jurnalisme).

Dalam *Quantum Learning* bersandar pada konsep "Bawalah dunia mereka ke dunia kita, dan antarkan dunia kita ke dunia mereka". Hal ini menunjukkan, betapa pengajaran dengan *Quantum Learning* tidak hanya menawarkan materi

yang mesti dipelajari siswa. Tetapi jauh dari itu, siswa juga diajarkan bagaimana menciptakan hubungan emosional yang baik dalam dan ketika belajar.

a. Prinsip *Quantum Learning*

Prinsip dari *Quantum Learning*, yaitu:

1. Segalanya berbicara, lingkungan kelas, bahasa tubuh, dan bahan pelajaran semuanya menyampaikan pesan tentang belajar.
2. Segalanya bertujuan, siswa diberi tahu apa tujuan mereka mempelajari materi yang kita ajarkan.
3. Pengalaman sebelum konsep, dari pengalaman guru dan siswa diperoleh banyak konsep.
4. Akui setiap usaha, menghargai usaha siswa sekecil apa pun.
5. Jika layak dipelajari, layak pula dirayakan, kita harus memberi pujian pada siswa yang terlibat aktif pada pelajaran kita. Misalnya saja dengan memberi tepuk tangan, berkata: bagus!, baik!, dll.

b. Kerangka rancangan Belajar *Quantum Learning* yang dikenal sebagai TANDUR:

1. TUMBUHKAN
Tumbuh- kan minat dengan memuaskan dan memanfaatkan kehidupan pelajar
2. ALAMI
Ciptakan atau datangkan pengalaman umum yang dapat dimengerti semua pelajar
3. NAMAI
Sediakan kata kunci, konsep, model, rumus, strategi sebuah masukan
4. DEMONSTRASIKAN
Sediakan kesempatan bagi pelajar untuk menunjukkan bahwa mereka tahu
5. ULANGI
Tunjukkan pelajar cara-cara mengulang materi dan menegaskan , “Aku tahu dan memang tahu ini”
6. RAYAKAN
Pengakuan untuk penyelesaian, partisipasi, dan pemerolehan keterampilan dan ilmu pengetahuan

c. Petunjuk Pelaksanaan Quantum Teaching

1. Guru wajib memberi keteladanan sehingga layak menjadi panutan bagi peserta didik, berbicaralah yang jujur , jadi pendengar yang baik dan selalu gembira (tersenyum). Guru harus membuat suasana belajar yang menyenangkan/kegembiraan. Kegembiraan disini berarti bangkitnya minat, adanya keterlibatan penuh, serta terciptanya makna, pemahaman (penguasaan atas materi yang dipelajari) , dan nilai yang membahagiakan pada diri peserta didik.
2. Lingkungan Belajar yang aman, nyaman dan bisa membawa kegembiraan:
 - a) Pengaturan meja dan kursi diubah dengan berbagai bentuk seperti bentuk U, lingkaran
 - b) Beri tanaman, hiasan lain di luar maupun di dalam kelas
 - c) Pengecatan warna ruangan, meja, dan kursi yang menjadi keinginan dan kebanggaan kelas
 - d) Ruang kelas dihiasi dengan poster yang isinya slogan, kata mutiara pemacu semangat
3. Guru harus memahami bahwa perasaan dan sikap siswa akan terlibat dan berpengaruh yang kuat pada proses belajarnya. Guru dapat mempengaruhi suasana emosi siswa dengan cara :
 - a) kegiatan-kegiatan pelepas stres seperti menyanyi bersama, mengadakan permainan, outbond dan sebagainya.
 - b) aktivitas-aktivitas yang menambah kekompakan seperti melakukan tour, makan bersama dan sebagainya.
 - c) menyediakan forum bagi emosi untuk dikenali dan diungkapkan yaitu melalui bimbingan konseling baik oleh petugas BP/BK maupun guru itu sendiri.
 - d) Memutar musik klasik ketika proses belajar mengajar berlangsung. Namun sekali-kali akan diputarkan instrumental dan bisa diselingi jenis musik lain untuk bersenang-senang dan jeda dalam pembelajaran.
4. Terapkan 8 kunci keunggulan ini kedalam rencana pelajaran setiap hari. Kaitkan kunci-kunci ini dengan kurikulum.
 - a) Integritas

Bersikaplah jujur, tulus, dan menyeluruh. Selaraskan nilai-nilai dengan perilaku Anda

b) Kegagalan Awal Kesuksesan

Pahamilah bahwa kegagalan hanyalah memberikan informasi yang Anda butuhkan untuk sukses

c) Bicaralah dengan Niat Baik

Berbicaralah dengan pengertian positif, dan bertanggung jawablah untuk berkomunikasi yang jujur dan lurus. Hindari gosip.

d) Hidup di Saat Ini

Pusatkan perhatian pada saat ini dan kerjakan dengan sebaik-baiknya

e) Komitmen

Penuhi janji dan kewajiban, laksanakan visi dan lakukan apa yang diperlukan untuk menyelesaikan pekerjaan

f) Tanggung Jawab: Bertanggungjawablah atas tindakan Anda.

g) Sikap Luwes dan Fleksibel

Bersikaplah terbuka terhadap perubahan atau pendekatan baru yang dapat membantu Anda memperoleh hasil yang diinginkan.

h) Keseimbangan

Jaga keselarasan pikiran, tubuh, dan jiwa Anda. Sisihkan waktu untuk membangun dan memelihara tiga bidang ini.

Semua peserta didik diusahakan untuk memiliki modul/buku sumber belajar lainnya, dan buku yang bisa dipinjam dari Perpustakaan. Tidak diperkenankan guru mencatat/menyuruh peserta didik untuk mencatat pelajaran di papan tulis

Dalam melakukan penilaian guru harus berorientasi pada :

1. Acuan/patokan. Semua kompetensi perlu dinilai sesuai dengan acuan kriteria berdasarkan indikator hasil belajar.
2. Ketuntasan Belajar. Ketuntasan belajar ditetapkan dengan ukuran atau tingkat pencapaian kompetensi yang memadai dan dapat dipertanggungjawabkan sebagai prasyarat penguasaan kompetensi berikutnya.

BAB III PELAKSANAAN

A. Waktu Pelaksanaan

Praktik Pengalaman Lapangan dilaksanakan mulai 16 Juli 2012 sampai dengan 20 Oktober 2012.

B. Tempat Pelaksanaan

Praktik Pengalaman Lapangan dilaksanakan di SD N Kalibanteng Kidul 01, Kecamatan Semarang Barat, Kotamadya Semarang.

C. Tahap Kegiatan

Berikut ini rangkaian tahap kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan.

No.	Tanggal	Kegiatan	Tempat	Penanggung Jawab
1.	16 - 21 Juli 2012	<i>Microteaching</i>	Kampus UNNES	Dosen Pendamping <i>Microteaching</i>
2.	24 - 26 Juli 2012	Pembekalan PPL	Kampus UNNES	Pusat Pengembangan PPL UNNES
3.	30 Juli 2012	Penerjunan PPL - Upacara penerjunan PPL - Serah terima di Sekolah Latihan	- Kampus UNNES Sekaran - SD N Kalibanteng Kidul 01	- Pusat Pengembangan PPL - Koordinator Dosen Pembimbing
4.	31 Juli - 11 Agustus 2012	Kegiatan Observasi - Observasi Lingkungan Sekolah - Observasi Pembelajaran	SD N Kalibanteng Kidul 01	Kepala SD N Kalibanteng Kidul 01
5.	1 Agustus 2012	Pengajian Akbar I UPTD Kecamatan Semarang Barat	Masjid sekitar SD N Kalibanteng Kidul 01	Kepala SD N Kalibanteng Kidul 01
6.	9 Agustus 2012	Pengajian Akbar II UPTD Kecamatan Semarang Barat	Masjid sekitar SD N Kalibanteng Kidul 01	Kepala SD N Kalibanteng Kidul 01

7.	11 Agustus 2012	Buka bersama	SD N Kalibanteng Kidul 01	Kepala SD N Kalibanteng Kidul 01
8.	12 - 26 Agustus 2012	Libur Hari Raya Idul Fitri 1432 H	SD N Kalibanteng Kidul 01	Kepala SD N Kalibanteng Kidul 01
9.	17 Agustus 2012	Upacara HUT RI Ke-67 9	SD N Kalibanteng Kidul 01	Ketua Panitia Pembagian Zakat Sekolah
10.	27 Agustus 2012	Halal Bihalal	SD N Kalibanteng Kidul 01	Kepala SD N Kalibanteng Kidul 01
11.	28 Agustus - 8 September 2012	Kegiatan Mengajar Terbimbing (PPL Terbimbing)	SD N Kalibanteng Kidul 01	Koordinator Guru Pamong dan Guru Pamong
12.	10 September - 29 September 2012	Kegiatan Mengajar Mandiri (PPL Mandiri)	SD N Kalibanteng Kidul 01	Koordinator Guru Pamong dan Guru Pamong
13.	1 - 6 Oktober 2012	Ujian Mengajar	SD N Kalibanteng Kidul 01	Guru Pamong dan Dosen Pembimbing
14.	8 - 12 Oktober 2012	Persiapan Perpisahan PPL	SD N Kalibanteng Kidul 01	Koordinator Mahasiswa PPL
15.	13 Oktober 2012	Perpisahan PPL dengan siswa	SD N Kalibanteng Kidul 01	Koordinator Mahasiswa PPL
16.	15 - 18 Oktober 2012	Pelaksanaan Mid Semester	SD N Kalibanteng Kidul 01	Kepala SD N Kalibanteng Kidul 01
17.	18 Oktober 2012	- Penarikan Mahasiswa PPL - Perpisahan dengan guru	-SD N Kalibanteng Kidul 01 -SD N Kalibanteng Kidul 01	-Dosen Pembimbing -Koordinator Mahasiswa PPL
18.	19 Oktober 2012	Persiapan Persami	SD N Kalibanteng Kidul 01	Kepala SD N Kalibanteng Kidul 01
19.	20 - 21 Oktober 2012	Persami dengan siswa kelas 5 & 6	Bumi Perkemahan Mijen	Kepala SD N Kalibanteng Kidul 01
20.	- Setiap hari Rabu - Setiap hari Kamis - Setiap hari Jumat	- Ekstrakurikuler menyanyi dan main musik - Ekstrakurikuler menari dan majalah dinding (mading) - Ekstrakurikuler	SD N Kalibanteng Kidul 01	Koordinator Mahasiswa PPL

	- Setiap hari Sabtu - Setiap hari Minggu	pramuka Penggalang - Ekstrakurikuler pramuka Siaga - Ekstrakurikuler renang		
--	---	---	--	--

D. Materi Kegiatan

1. *Microteaching* merupakan awal dalam rangkaian kegiatan PPL. Kegiatan ini dilaksanakan di kampus UNNES jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar dan dibimbing oleh dosen pendamping *microteaching*. Kegiatan ini meliputi penulisan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), teknik dan evaluasi, instrumen pembelajaran. Kegiatan ini diakhiri dengan kegiatan simulasi (praktik mengajar kecil) dan dinilai oleh dosen pendamping *microteaching*.
2. Pelaksanaan kegiatan mengajar terbimbing dilaksanakan sebanyak 7 kali di kelas 1 sampai kelas 6 SD N Kalibanteng Kidul 01 sesuai dengan tugas yang diberikan oleh guru pamong dan pemberian materi oleh guru kelas. Sebelum mengajar, praktikan melakukan konsultasi RPP dengan guru pamong yang diwakili oleh guru kelas.
3. Pelaksanaan kegiatan mengajar mandiri dilaksanakan sebanyak 7 kali di kelas 1 sampai kelas 6 SD N Kalibanteng Kidul 01 sesuai dengan tugas yang diberikan oleh guru pamong dan pemberian materi oleh guru kelas. Sebelum mengajar, praktikan melakukan konsultasi RPP dengan guru pamong yang diwakili oleh guru kelas. Dalam kegiatan ini, praktikan mengajar satu hari penuh di kelas yang telah ditentukan dengan RPP yang telah dibuat lengkap dengan lembar kerja siswa dan lembar evaluasi.
4. Setelah mengajar terbimbing dan mandiri, dilaksanakan ujian mengajar. Kegiatan ini dilaksanakan sebanyak dua kali di dua tingkatan kelas yang berbeda yaitu di kelas rendah dan di kelas tinggi. Penilaiannya dilakukan oleh guru pamong dan dosen pembimbing dengan mengacu pada instrumen penilaian kompetensi.
5. Beberapa kegiatan ekstrakurikuler yang dilakukan oleh praktikan di SD N Kalibanteng Kidul 01 adalah sebagai berikut:
 - a. Ekstrakurikuler majalah dinding (mading) setiap hari Kamis pada pukul 12.45-14.00 WIB.

- b. Ekstrakurikuler pramuka Penggalang setiap hari Jumat pada pukul 15.30-17.00 WIB.
- c. Ekstrakurikuler pramuka Siaga setiap hari Sabtu pada pukul 15.30-17.00 WIB.

E. Proses Pembimbingan

Proses bimbingan mengajar diawali dengan kegiatan *Microteaching*. Kegiatan ini dilaksanakan di kampus UNNES jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar dan dibimbing oleh dosen pendamping *microteaching*.

Proses bimbingan pada kegiatan mengajar terbimbing dan mandiri diberikan oleh guru kelas dan guru pamong di SD Kalibanteng Kidul 01. Sebelum mengajar, praktikan meminta materi kepada guru kelas yang bersangkutan. Setelah itu, praktikan membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) sesuai dengan materi tersebut dan mengkonsultasikan kepada guru kelas dan guru pamong. Setelah direvisi dan disetujui oleh guru kelas dan guru pamong, praktikan melaksanakan praktik mengajar di kelas dengan pengawasan dari guru pamong melalui guru kelas. Setelah selesai mengajar, guru kelas memberikan pengarahan kepada praktikan mengenai proses pembelajaran yang telah dilakukan sehingga pada akhirnya dapat diperbaiki pada kesempatan berikutnya. Setelah menyelesaikan kegiatan mengajar terbimbing selama 7 kali, praktikan melaksanakan kegiatan mengajar mandiri. Kegiatan mengajar mandiri berbeda dengan kegiatan mengajar terbimbing. Dalam kegiatan mengajar terbimbing, praktikan hanya mengajar satu mata pelajaran dalam kelas yang telah ditentukan dalam satu hari sedangkan dalam kegiatan mengajar mandiri praktikan mengajar satu hari penuh semua mata pelajaran dalam kelas yang telah ditentukan.

Proses bimbingan pada kegiatan ujian mengajar diberikan oleh guru kelas, guru pamong dan dosen pembimbing SD N Kalibanteng Kidul 01.

F. Faktor Pendukung dan Penghambat Pelaksanaan PPL

1. Faktor Pendukung Pelaksanaan PPL

Beberapa hal yang mendukung pelaksanaan PPL yaitu adanya kerjasama antara mahasiswa praktikan dengan guru yang terjalin dengan baik. Selain itu, para

siswa mempunyai antusias yang cukup tinggi dalam pembelajaran yang disampaikan oleh mahasiswa praktikan. Didukung pula oleh tersedianya fasilitas sekolah yang lengkap dan memadai sehingga hal tersebut membuat iklim belajar menjadi kondusif dan pembelajaran menjadi menyenangkan.

Adanya dukungan dari kepala sekolah, koordinator guru pamong dan guru pamong kepada mahasiswa praktikan dengan memberikan bimbingan dan masukan sehingga hal tersebut memberikan dampak positif bagi berlangsungnya pelaksanaan PPL.

2. **Faktor Penghambat Pelaksanaan PPL**

Ada beberapa hal yang menjadi penghambat dalam pelaksanaan PPL, diantaranya yaitu bulan puasa yang menyebabkan jam pelajaran menjadi lebih pendek daripada jam pelajaran biasanya dan waktu yang tersedia berkurang selama 2 minggu oleh adanya libur hari raya Idul Fitri.

Jumlah siswa setiap kelas yang melebihi jumlah ideal yaitu rata-rata mencapai 40 siswa bahkan lebih menyebabkan pengkondisian kelas menjadi agak sulit.

REFLEKSI DIRI

Puji syukur praktikan panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga praktikan dapat menyelesaikan seluruh rangkaian kegiatan dalam program Praktik Pengalaman Lapangan 2 dengan baik.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan semua kegiatan kurikuler yang harus dilaksanakan mahasiswa praktikan Program Kependidikan di Universitas Negeri Semarang. PPL sebagai program pelatihan untuk menerapkan teori yang diperoleh pada semester sebelumnya. Tujuannya membentuk mahasiswa praktikan agar menjadi calon tenaga kependidikan profesional yang memiliki kompetensi pedagogik, kompetensi profesional, kompetensi kepribadian, dan kompetensi sosial.

Program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) terdiri atas PPL 1 dan PPL 2 yang dilaksanakan secara simultan selama kurang lebih 3 bulan mulai tanggal 30 Juli 2012 sampai 20 Oktober 2012 di SD Negeri Kalibanteng Kidul 01 Semarang Barat. Kegiatan PPL 2 meliputi kegiatan membuat perencanaan pembelajaran, melaksanakan pembelajaran terbimbing dan mandiri, melaksanakan refleksi pembelajaran (ujian), serta melaksanakan kegiatan non pembelajaran (ekstrakurikuler). Dalam hal ini, praktikan melakukan PPL di Sekolah Dasar Negeri Kalibanteng Kidul 01 Semarang Barat.

Adapun beberapa hal yang berkaitan dengan PPL 2 yaitu:

1. Kekuatan dan Kelemahan dalam Pembelajaran

Penjasorkes adalah salah satu mata pelajaran yang sangat penting dipelajari oleh peserta didik dalam semua tingkatan sekolah. Penjasorkes merupakan pelajaran yang menyenangkan bagi semua siswa karena di dalam penjasorkes para siswa bisa bermain-main dengan siswa-siswa yang lainnya dengan rasa senang.

Dalam Penjasorkes ada kekuatan ada pula kelemahan. Mungkin banyak orang menganggap bahwa pelajaran Penjasorkes adalah pelajaran yang biasa-biasa saja. Namun pada kenyataannya Penjasorkes adalah salah satu bagian mata pelajaran yang sangat dibutuhkan guna menunjang kebugaran fisik siswa agar terdukung proses belajar mengajarnya. Adapun kelemahannya yaitu jika ada seorang siswa sudah tidak suka dengan penjas maka dia akan bermalas-malasan dalam mengikuti pelajaran.

Kekuatan pembelajaran di SD N Kalibanteng Kidul 01 adalah kegiatan belajar mengajar yang terjadi baik di kelas tinggi maupun di kelas rendah sudah berlangsung dengan baik. Mereka antusias dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar. Hal ini dapat dilihat dari sebagian besar siswa memperhatikan guru yang sedang menjelaskan materi kepada mereka. Selain itu banyak siswa yang mengangkat tangan berebut untuk menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru sehingga keaktifan siswa sudah mulai tampak.

Kelemahan pembelajaran di SD N Kalibanteng Kidul 01 adalah ada beberapa siswa yang membuat gaduh di kelas sehingga mereka mengganggu temannya yang lain. Mereka berbicara sendiri dan tidak memperhatikan penjelasan dari guru sehingga mereka tidak dapat menjawab pertanyaan yang diberikan guru kepadanya.

2. Ketersediaan Sarana dan Prasarana

Mengenai sarana dan prasarana yang terdapat di SD Negeri Kalibanteng Kidul 01 cukup memadai dan mendukung prestasi siswa khususnya dalam bidang olahraga. Di SD ini juga terdapat ruang perpustakaan, ruang media, gudang olahraga yang didalamnya terdapat banyak perangkat pembantu pembelajaran (seperti bola voli, papan kuda lompat, bola basket, bola sepak dan sebagainya).

Dalam melaksanakan praktek pembelajaran penjasorkes, halaman sekolah dijadikan tempat kegiatan pembelajaran. Lapangannya agak sempit jika digunakan untuk kegiatan pembelajaran 3 kelas sekaligus. Namun itu tidak jadi kendala untuk melaksanakan proses belajar mengajar.

3. Kualitas Guru Pamong dan Dosen Pembimbing

Guru pamong dimana praktikan PPL yaitu di SD N Kalibanteng Kidul 01 adalah Ibu Dri Indah Kurniati . Koordinator guru pamong adalah Bapak Agustinus Wasino. Kualitas tenaga pengajar tergolong baik karena tenaga pengajar telah menempuh pendidikan sarjana dan pengalaman mereka cukup lama dalam mengajar. Mereka sangat ramah dengan mahasiswa praktikan sehingga kerjasama antara praktikan dan guru pamong dapat berjalan dengan baik. Mereka memberi masukan kepada praktikan mengenai banyak hal, misalnya bagaimana cara mengkondisikan siswa sehingga pembelajaran menjadi kondusif, bagaimana cara mengatasi siswa yang membutuhkan

penanganan khusus, bagaimana strategi mengajar yang baik supaya pembelajaran menyenangkan bagi siswa, dan lain-lain. Masukan dari mereka tentunya akan sangat berguna bagi praktikan kelak ketika sudah menjadi guru yang sesungguhnya.

Adapun dosen pembimbing praktikan di SD N Kalibanteng Kidul 01 adalah dosen UNNES yang bernama Ibu Endang Sri Hanani. Beliau adalah dosen yang sangat berpengalaman. Masukan-masukan mengenai bagaimana cara mengajar yang diberikan beliau kepada praktikan akan bermanfaat di kemudian hari.

Dosen Pembimbing memberikan pengarahan kepada mahasiswa praktikan dengan senantiasa memberikan bantuan bila ada kesulitan sehingga kegiatan PPL bisa berjalan dengan lancar dan baik.

4. Kualitas Pembelajaran di Sekolah Latihan

Kualitas pembelajaran di SD Negeri Kalibanteng Kidul 01 pada umumnya sudah baik karena ditunjang oleh sarana dan prasarana yang cukup lengkap. Dan dalam bidang olahraga pada khususnya sudah baik. Pada saat kegiatan belajar mengajar baik pemberian materi di kelas maupun dilapangan sudah baik dan mengenai pengaturan jadwal juga sudah efektif dan dapat berjalan dengan lancar. Penyampaian materi juga sudah sesuai dengan model pembelajaran yang seharusnya diterapkan dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan. Terlebih Pembelajaran disini banyak memberikan permainan- permainan atau game-game yang menarik perhatian siswa dalam mengikuti pelajaran.

5. Kemampuan Diri Praktikan

Mahasiswa praktikan telah menjalani serangkaian kegiatan seperti microteaching dan pembekalan PPL sebelum melakukan observasi dan orientasi langsung di SD. Untuk kemampuan diri praktikan sendiri disini masih belum maksimal sehingga diadakannya kegiatan PPL ini untuk melatih praktikan menjadi calon guru yang profesional yang bisa di tiru oleh anak didiknya nanti . Maka dari itu kegiatan PPL ini sangat penting dan membantu bagi praktikan untuk menggapai cita-citanya sebagai guru yang profesional melalui guru pamong maupun dosen pembimbing yang telah berpengalaman.

6. Nilai Tambah yang Diperoleh Praktikan setelah Pelaksanaan PPL 2

Ada banyak hal yang praktikan peroleh sebagai masukan, motivasi dan nilai tambah lainnya dari pengalaman PPL ini. Praktikan menyadari apa yang diperoleh dan dipelajari dibangku kuliah tidaklah sama dengan realitas lapangan dan banyak hal-hal baru yang sangat mendidik dan menambah pengalaman baru. Hal inilah yang memotivasi praktikan untuk dapat lebih banyak belajar. Praktikan juga dapat lebih mengerti mengenai peran dan tugas dari personal yang ada di sekolah dan cara bersosialisasi dengan warga sekolah.

Setelah melaksanakan kegiatan PPL 2, praktikan mendapatkan banyak pengalaman langsung khususnya mengenai semua hal yang berkenaan dengan mengajar. Praktikan dapat mengetahui kondisi riil pembelajaran yang berlangsung di dalam kelas. Sebelum mengajar, praktikan menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran terlebih dahulu. Ketika mempraktekkannya dalam pembelajaran di kelas, praktikan mengetahui bagaimana cara mengkondisikan kelas dengan baik sehingga materi yang disampaikan oleh praktikan dapat dimengerti oleh siswa. Setelah praktek mengajar langsung, praktikan juga mengetahui berbagai karakteristik siswa di setiap jenjang kelas, mengetahui bagaimana cara menarik perhatian siswa supaya mereka fokus terhadap penjelasan dari praktikan dan bagaimana cara menciptakan iklim belajar yang kondusif dan menyenangkan.

7. Saran Pengembangan bagi Sekolah Latihan dan UNNES

Saran untuk SD Negeri Kalibanteng Kidul 01 hendaknya terus menerus berusaha meningkatkan kualitas agar semakin lebih baik dan menggunakan media pembelajaran yang ada secara optimal.

Saran untuk UNNES hendaknya terus menjalin kerjasama yang baik dan harmonis dengan lembaga-lembaga lain dan pemberian pembekalan yang optimal bagi mahasiswa praktikan agar mahasiswa lebih siap terjun di lapangan. Dan ke depannya di harapkan UNNES mampu mencetak generasi muda yang lebih handal, beriman dan bertakwa kepada Tuhan YME.

Lampiran 1

RENCANA KEGIATAN

No.	Tanggal	Kegiatan	Tempat	Penanggung Jawab
1.	16 - 21 Juli 2012	<i>Microteaching</i>	Kampus UNNES	Dosen Pendamping <i>Microteaching</i>
2.	24 - 26 Juli 2012	Pembekalan PPL	Kampus UNNES	Pusat Pengembangan PPL UNNES
3.	30 Juli 2012	Penerjunan PPL - Upacara penerjunan PPL - Serah terima di Sekolah Latihan	- Kampus UNNES Sekaran - SD N Kalibanteng Kidul 01	- Pusat Pengembangan PPL - Koordinator Dosen Pembimbing
4.	31 Juli - 11 Agustus 2012	Kegiatan Observasi - Observasi Lingkungan Sekolah - Observasi Pembelajaran	SD N Kalibanteng Kidul 01	Kepala SD N Kalibanteng Kidul 01
5.	1 Agustus 2012	Pengajian Akbar I UPTD Kecamatan Semarang Barat	Masjid sekitar SD N Kalibanteng Kidul 01	Kepala SD N Kalibanteng Kidul 01
6.	9 Agustus 2012	Pengajian Akbar II UPTD Kecamatan Semarang Barat	Masjid sekitar SD N Kalibanteng Kidul 01	Kepala SD N Kalibanteng Kidul 01
7.	11 Agustus 2012	Buka bersama	SD N Kalibanteng Kidul 01	Kepala SD N Kalibanteng Kidul 01
8.	12 - 26 Agustus 2012	Libur Hari Raya Idul Fitri 1432 H	SD N Kalibanteng Kidul 01	Kepala SD N Kalibanteng Kidul 01
9.	17 Agustus 2012	Upacara HUT RI Ke-67 9	SD N Kalibanteng Kidul 01	Ketua Panitia Pembagian Zakat Sekolah
10.	27 Agustus 2012	Halal Bihalal	SD N Kalibanteng Kidul 01	Kepala SD N Kalibanteng Kidul 01
11.	28 Agustus - 8 September 2012	Kegiatan Mengajar Terbimbing (PPL)	SD N Kalibanteng Kidul 01	Koordinator Guru Pamong dan Guru

		Terbimbing)		Pamong
12.	10 September - 29 September 2012	Kegiatan Mengajar Mandiri (PPL Mandiri)	SD N Kalibanteng Kidul 01	Koordinator Guru Pamong dan Guru Pamong
13.	1 - 6 Oktober 2012	Ujian Mengajar	SD N Kalibanteng Kidul 01	Guru Pamong dan Dosen Pembimbing
14.	8 - 12 Oktober 2012	Persiapan Perpisahan PPL	SD N Kalibanteng Kidul 01	Koordinator Mahasiswa PPL
15.	13 Oktober 2012	Perpisahan PPL dengan siswa	SD N Kalibanteng Kidul 01	Koordinator Mahasiswa PPL
16.	15 - 18 Oktober 2012	Pelaksanaan Mid Semester	SD N Kalibanteng Kidul 01	Kepala SD N Kalibanteng Kidul 01
17.	18 Oktober 2012	- Penarikan Mahasiswa PPL - Perpisahan dengan guru	-SD N Kalibanteng Kidul 01 -SD N Kalibanteng Kidul 01	-Dosen Pembimbing -Koordinator Mahasiswa PPL
18.	19 Oktober 2012	Persiapan Persami	SD N Kalibanteng Kidul 01	Kepala SD N Kalibanteng Kidul 01
19.	20 - 21 Oktober 2012	Persami dengan siswa kelas 5 & 6	Bumi Perkemahan Mijen	Kepala SD N Kalibanteng Kidul 01
20.	- Setiap hari Rabu - Setiap hari Kamis - Setiap hari Jumat - Setiap hari Sabtu - Setiap hari Minggu	- Ekstrakurikuler menyanyi dan main musik - Ekstrakurikuler menari dan majalah dinding (mading) - Ekstrakurikuler pramuka Penggalang - Ekstrakurikuler pramuka Siaga - Ekstrakurikuler renang	SD N Kalibanteng Kidul 01	Koordinator Mahasiswa PPL

Lampiran 2**JADWAL KEGIATAN MAHASISWA PPL
SD N KALIBANTENG KIDUL 01**

Minggu ke-	Hari dan tanggal	Waktu	Kegiatan
1	Senin, 30 Juli 2012	08.00-selesai 10.00-selesai	Upacara Penerjunan PPL Serah terima di SD Latihan
	Selasa, 31 Juli 2012	08.00-selesai	Observasi dan Orientasi (PPL 1)
	Rabu, 1 Agustus 2012	08.00-selesai	Pengajian Akbar I UPTD Semarang Barat
	Kamis, 2 Agustus 2012	08.00-selesai	Observasi dan Orientasi (PPL 1)
	Jumat, 3 Agustus 2012	08.00-selesai	Observasi dan Orientasi (PPL 1)
	Sabtu, 4 Agustus 2012	08.00-selesai	Observasi dan Orientasi (PPL 1)
2	Senin, 6 Agustus 2012	08.00-selesai	Membuat laporan PPL 1
	Selasa, 7 Agustus 2012	08.00-selesai	Menyusun jadwal mengajar terbimbing
	Rabu, 8 Agustus 2012	08.00-selesai	Menyusun jadwal mengajar terbimbing
	Kamis, 9 Agustus 2012	08.00-selesai	Pengajian Akbar II UPTD Semarang Barat
	Jumat, 10 Agustus 2012	08.00-selesai	Menyusun jadwal mengajar mandiri
	Sabtu, 11 Agustus 2012	08.00-selesai	Menyusun jadwal mengajar mandiri
3	Senin, 13 Agustus 2012	-	Libur Hari Raya Idul Fitri 1432 H
	Selasa, 14 Agustus 2012	-	Libur Hari Raya Idul Fitri 1432 H
	Rabu, 15 Agustus 2012	-	Libur Hari Raya Idul Fitri 1432 H
	Kamis, 16 Agustus 2012	-	Libur Hari Raya Idul Fitri 1432 H
	Jumat, 17 Agustus 2012	07.00-selesai	Upacara HUT RI
	Sabtu, 18 Agustus 2012	-	Libur Hari Raya Idul Fitri

			1432 H
4	Senin, 20 Agustus 2012	-	Libur Hari Raya Idul Fitri 1432 H
	Selasa, 21 Agustus 2012		Libur Hari Raya Idul Fitri 1432 H
	Rabu, 22 Agustus 2012		Libur Hari Raya Idul Fitri 1432 H
	Kamis, 23 Agustus 2012		Libur Hari Raya Idul Fitri 1432 H
	Jumat, 24 Agustus 2012		Libur Hari Raya Idul Fitri 1432 H
	Sabtu, 25 Agustus 2012		Libur Hari Raya Idul Fitri 1432 H
5	Senin, 27 Agustus 2012	07.00-selesai	Halal bihalal di SD N Kalibanteng Kidul 01
	Selasa, 28 Agustus 2012	07.00-selesai	Konsultasi RPP
	Rabu, 29 Agustus 2012	07.00-selesai	Mengajar terbimbing
	Kamis, 30 Agustus 2012	07.00-selesai	Mengajar terbimbing
	Jumat, 31 Agustus 2012	07.00-selesai	Senam pagi
	Sabtu, 1 September 2012	07.00-selesai	Konsultasi RPP
6	Senin, 3 September 2012	07.00-selesai	Mengajar mandiri
	Selasa, 4 September 2012	07.00-selesai	Konsultasi RPP
	Rabu, 5 September 2012	07.00-selesai	Mengajar mandiri
	Kamis, 6 September 2012	07.00-selesai	Konsultasi RPP
	Jumat, 7 September 2012	07.00-selesai	Senam pagi
	Sabtu, 8 September 2012	07.00-selesai	Konsultasi RPP
7	Senin, 10 September 2012	07.00-selesai	Konsultasi RPP
	Selasa, 11 September 2012	07.00-selesai	Konsultasi RPP
	Rabu, 12 September 2012	07.00-selesai	Mengajar mandiri
	Kamis, 13 September 2012	07.00-selesai	Mengajar mandiri
	Jumat, 14 September 2012	07.00-selesai	Senam pagi
	Sabtu, 15 September 2012	07.00-selesai	Konsultasi RPP
8	Senin, 17 September	07.00-selesai	Konsultasi RPP

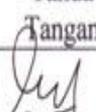
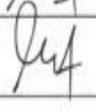
	2012		
	Selasa, 18 September 2012	07.00-selesai	Mengajar mandiri
	Rabu, 19 September 2012	07.00-selesai	Konsultasi RPP
	Kamis, 20 September 2012	07.00-selesai	Mengajar mandiri
	Jumat, 21 September 2012	07.00-selesai	Senam pagi
	Sabtu, 22 September 2012	07.00-selesai	Konsultasi RPP
9	Senin, 23 September 2012	07.00-selesai	Konsultasi RPP
	Selasa, 24 September 2012	07.00-selesai	Mengajar mandiri
	Rabu, 25 September 2012	07.00-selesai	Konsultasi RPP
	Kamis, 26 September 2012	07.00-selesai	Mengajar mandiri
	Jumat, 28 September 2012	07.00-selesai	Senam pagi
	Sabtu, 29 September 2012	07.00-selesai	Konsultasi materi ujian
10	Senin, 1 Oktober 2012	07.00-selesai	Ujian Mengajar
	Selasa, 2 Oktober 2012	07.00-selesai	Menyusun laporan PPL 2
	Rabu, 3 Oktober 2012	07.00-selesai	Menyusun laporan PPL 2
	Kamis, 4 Oktober 2012	07.00-selesai	Menyusun laporan PPL 2
	Jumat, 5 Oktober 2012	07.00-selesai	Menyusun laporan PPL 2
	Sabtu, 6 Oktober 2012	07.00-selesai	Menyusun laporan PPL 2
11	Senin, 8 Oktober 2012	07.00-selesai	Persiapan perpisahan dengan siswa
	Selasa, 9 Oktober 2012	07.00-selesai	Persiapan perpisahan dengan siswa
	Rabu, 10 Oktober 2012	07.00-selesai	Persiapan perpisahan dengan siswa
	Kamis, 11 Oktober 2012	07.00-selesai	Lomba mewarnai bagi siswa kelas 1,2 dan 3
	Jumat, 12 Oktober 2012	07.00-selesai	Lomba mewarnai bagi siswa kelas 1,2 dan 3
	Sabtu, 13 Oktober 2012	07.00-selesai	Perpisahan dengan siswa SD N Kalibanteng Kidul 01

12	Senin, 15 Oktober 2012	07.00-selesai	Pelaksanaan Mid Semester
	Selasa, 16 Oktober 2012	07.00-selesai	Pelaksanaan Mid Semester
	Rabu, 17 Oktober 2012	07.00-selesai	Pelaksanaan Mid Semester
	Kamis, 18 Oktober 2012	07.00-selesai	Penarikan PPL dan Perpisahan dengan guru SD N Kalibanteng Kidul 01
	Jumat, 19 Oktober 2012	07.00-selesai	Persiapan Persami
	Sabtu, 20 Oktober 2012	07.00-selesai	Persami dengan siswa kelas 5 & 6 SD N Kalibanteng Kidul 01
	Minggu, 21 Oktober 2012	07.00-selesai	Persami dengan siswa kelas 5 & 6 SD N Kalibanteng Kidul 01

Lampiran 3

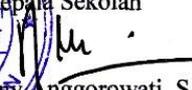
DAFTAR HADIR DOSEN KOORDINATOR PPL

Sekolah/tempat latihan : SDN KALIBANTENG KIDUL 01.....
 Nama/NIP koordinator dosen pembimbing : Dra. ENDANG SRI HARNANI, M. Kes / 195906031984032001
 Jurusan/Fakultas : PGSD / FIP.....

No.	Tanggal	Uraian Materi	Mahasiswa yang dikoordinir	Tanda Tangan
1.	Selasa 22-8-2012	laporan Observasi	Nana Harimulyani 1401409029	
2.	Jumat 8-9-2012	- Form Penilaian Kunjungan Dosen - Bimbingan tentang jadwal mengajar	Nana Harimulyani 1401409029	
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				

Semarang,



Mengetahui,
 Kepala Sekolah

 Endang Anggorowati, S.Pd
 NIP. 195807281982012000

DAFTAR PRESENSI MAHASISWA PPL
SD N KALIBANTENG KIDUL 01 KOTA SEMARANG

Program/Jaham : PGSD/1 - PG/PS/081 / 2012
Sekolah Latihan : SD N KALIBANTENG KIDUL 01

No	Nama	NIM	Jurusan	Tanda Tangan	Ket.
1.	Ziyad Fathur Rohman	1401409164	PGSD		
2.	Nana Harimulyani	1401409029	PGSD		
3.	Aditya Eko Yulianan	1401409047	PGSD		
4.	Febriana Lusi Hapsari	1401409061	PGSD		
5.	Ernila Devy Ranjani	1401409090	PGSD		
6.	Adi Wijaya	1401409297	PGSD		
7.	Triko Bangsan Saputra	6102409006	PGP/SD		
8.	Saptonji	6102409016	PGP/SD		
9.	Vrisca Deydik Rusdi	6102409026	PGP/SD		
10.	Bagus Arif Wicaksono	6102409029	PGP/SD		
11.	Dicky Budi Seryawan	6102409039	PGP/SD		
12.	Ade Fian Yulianto	6102409056	PGP/SD		
13.	Baharudin Yusuf P.S.	6102409081	PGP/SD		
14.	Achmad Rudi K.	6102409087	PGP/SD		
15.	Meta Pujiastuti	6102409096	PGP/SD		

Semarang, 2012

Kerens Kalijepok PPL

Ziyad Fathur Rohman
NIM. 1401409164



Erny Pujiastuti, S.Pd
NIP. 19650728 198201 2 003

**DAFTAR PRESENSI MAHASISWA PPL
SD N KALIBANTENG KIDUL 01 KOTA SEMARANG**

Program/Tahun : PGSD/1 - PG/PSDS/1 / 2012
 Sekolah/Latihan : SD N KALIBANTENG KIDUL 01

No	Nama	NIM	Jurusan	Tanda Tangan	Ket.
1.	Ziyad Fathur Rohman	1401409164	PGSD		
2.	Nana Hartimulyani	1401409029	PGSD		
3.	Aditya Eko Yulianan	1401409047	PGSD		
4.	Febriana Lusi Hapsari	1401409061	PGSD		
5.	Ernila Devy Rijanti	1401409090	PGSD		
6.	Adi Wijaya	1401409297	PGSD		
7.	Triko Bangsan Saputra	6102409006	PG/PSD		
8.	Saprosaji	6102409016	PG/PSD		
9.	Vivica Deebok Riadi	6102409026	PG/PSD		
10.	Bagus Arif Wicaksono	6102409029	PG/PSD		
11.	Dicky Budi Setyanan	6102409039	PG/PSD		
12.	Ade Fian Yulianto	6102409056	PG/PSD		
13.	Babarudin Yusuf P.S.	6102409081	PG/PSD		
14.	Achmad Rudi K.	6102409087	PG/PSD		
15.	Meta Pujiastuti	6102409096	PG/PSD		



Semarang, 2012
 Ketua Kelompok PPL
 Ziyad Fathur Rohman
 NIM. 1401409164

**DAFTAR PRESENSI MAHASISWA PP.
SD N KALIBANTENG KIDUL 01 KOTA SEMARANG**

Program/Tahun : PGSD01 - PGP/SD01 / 2012
 Sekolah/Latihan : SD N KALIBANTENG KIDUL 01

No	Nama	NIM	Jurusan	Tanda Tangan												Ket.	
1.	Ziyad Fathur Robman	1401409164	PGSD	18/9	19/9	20/9	21/9	22/9	23/9	24/9	25/9	26/9	27/9	28/9	29/9	30/9	
2.	Nana Hartimulyani	1401409029	PGSD	18/9	19/9	20/9	21/9	22/9	23/9	24/9	25/9	26/9	27/9	28/9	29/9	30/9	
3.	Aditya Eko Yuliarwan	1401409047	PGSD	18/9	19/9	20/9	21/9	22/9	23/9	24/9	25/9	26/9	27/9	28/9	29/9	30/9	
4.	Febriana Lusi Hapsari	1401409061	PGSD	18/9	19/9	20/9	21/9	22/9	23/9	24/9	25/9	26/9	27/9	28/9	29/9	30/9	
5.	Erelia Devy Rijanti	1401409090	PGSD	18/9	19/9	20/9	21/9	22/9	23/9	24/9	25/9	26/9	27/9	28/9	29/9	30/9	
6.	Adi Wijaya	1401409297	PGSD	18/9	19/9	20/9	21/9	22/9	23/9	24/9	25/9	26/9	27/9	28/9	29/9	30/9	
7.	Triko Bangsan Saputra	6102409006	PGP/SD	18/9	19/9	20/9	21/9	22/9	23/9	24/9	25/9	26/9	27/9	28/9	29/9	30/9	
8.	Saptoaji	6102409016	PGP/SD	18/9	19/9	20/9	21/9	22/9	23/9	24/9	25/9	26/9	27/9	28/9	29/9	30/9	
9.	Vriaca Dezhok Rudi	6102409026	PGP/SD	18/9	19/9	20/9	21/9	22/9	23/9	24/9	25/9	26/9	27/9	28/9	29/9	30/9	
10.	Bagas Acil Wicaksono	6102409029	PGP/SD	18/9	19/9	20/9	21/9	22/9	23/9	24/9	25/9	26/9	27/9	28/9	29/9	30/9	
11.	Dicky Budi Setyanan	6102409039	PGP/SD	18/9	19/9	20/9	21/9	22/9	23/9	24/9	25/9	26/9	27/9	28/9	29/9	30/9	
12.	Ade Fian Yulianto	6102409056	PGP/SD	18/9	19/9	20/9	21/9	22/9	23/9	24/9	25/9	26/9	27/9	28/9	29/9	30/9	
13.	Baharudin Yusuf P.S.	6102409081	PGP/SD	18/9	19/9	20/9	21/9	22/9	23/9	24/9	25/9	26/9	27/9	28/9	29/9	30/9	
14.	Achmad Rudi K.	6102409087	PGP/SD	18/9	19/9	20/9	21/9	22/9	23/9	24/9	25/9	26/9	27/9	28/9	29/9	30/9	
15.	Meta Pujiastuti	6102409096	PGP/SD	18/9	19/9	20/9	21/9	22/9	23/9	24/9	25/9	26/9	27/9	28/9	29/9	30/9	



Semarang, 2012
 Ketua Kelogkok PPL
 Ziyad Fathur Robman
 NIM. 1401409164

**DAFTAR PRESENSI MAHASISWA PP,
SD N KALIBANTENG KIDUL 01 KOTA SEMARANG**

Program/Tahun : PGSD/1 - PGSD/1 / 2012
Sekolah Lantihan 1 : SD N KALIBANTENG KIDUL 01

No	Nama	NIM	Jurusan	Tanda Tangan	Ket.
1.	Ziyad Fathur Robman	1401409164	PGSD		
2.	Nama Harimulyani	1401409029	PGSD		
3.	Aditya Eko Yulianan	1401409047	PGSD		
4.	Febriana Lusi Hapsuari	1401409061	PGSD		
5.	Erilia Devy Riniarti	1401409090	PGSD		
6.	Adi Wijaya	1401409297	PGSD		
7.	Triko Bungas Saputra	6102409006	PGP/SD		
8.	Saptoaji	6102409016	PGP/SD		
9.	Vrieca Derbok Kiadi	6102409026	PGP/SD		
10.	Bagus Arif Wicaksono	6102409029	PGP/SD		
11.	Dicky Budi Setyawan	6102409039	PGP/SD		
12.	Ade Fian Yulianto	6102409056	PGP/SD		
13.	Babarudin Yusuf P.S.	6102409081	PGP/SD		
14.	Achmad Rudi K.	6102409087	PGP/SD		
15.	Meta Pujiastuti	6102409096	PGP/SD		



Semarang, 2012

Ketua Kelompok PPL


Ziyad Fathur Robman
NIM. 1401409164

DAFTAR PRESENSI EKSTRAKURIKULER PRAMUKA PENGAGALANG
SD N KALIBANTENG KIDUL 01 KOTA SEMARANG

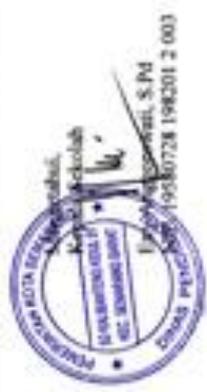
Program/Tahun : PGSDSI - PG/PSDSI / 2012
Sekolah/Latihan : SD N KALIBANTENG KIDUL 01

No	Nama	NIM	Jurusan	Tanda Tangan	Ket.
1.	Ziyad Fathur Rohman	1401409164	PGSD		
2.	Nama Hartimulyani	1401409029	PGSD		
3.	Aditya Eko Yuliaswan	1401409047	PGSD		
4.	Febriana Lani Hapsari	1401409061	PGSD		
5.	Enila Devy Riejaeni	1401409090	PGSD		
6.	Adi Wijaya	1401409297	PGSD		
7.	Triko Bangsan Saputra	6102409006	PG/PSD		
8.	Saptoaji	6102409016	PG/PSD		
9.	Vivica Dombok Rendi	6102409026	PG/PSD		
10.	Ilagan Arif Wicaksono	6102409029	PG/PSD		
11.	Dicky Bada Setyanan	6102409039	PG/PSD		
12.	Ade Fian Yulianto	6102409056	PG/PSD		
13.	Bahardin Yusuf P.S.	6102409081	PG/PSD		
14.	Achmad Rudi K.	6102409087	PG/PSD		
15.	Mega Pujiastuti	6102409096	PG/PSD		

Semarang,, 2012

Kemas Koleseksi PPI,

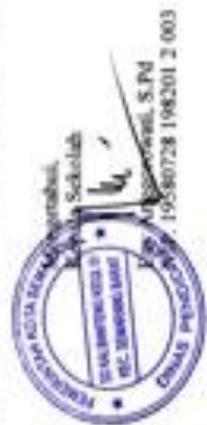
Ziyanurrahman
NIM 1401409164



**DAFTAR PRESENSI EKSTRAKURIKULER PRAMUKA SIAGA
SD N KALIBANTENG KIDUL 01 KOTA SEMARANG**

Program/Tahun : PGSD81 - PGSD81 / 2012
 Sekolah/Latihan : SD N KALIBANTENG KIDUL 01

No	Nama	NIM	Jurusan	Tanda Tangan	Ket.
1.	Ziyad Fadhur Rohman	1401409164	PGSD		
2.	Nama Harimulyani	1401409029	PGSD		
3.	Aditya Elko Yuliarwan	1401409047	PGSD		
4.	Febriana Lani Hapsari	1401409061	PGSD		
5.	Ersila Devy Rintjani	1401409090	PGSD		
6.	Adi Wijaya	1401409297	PGSD		
7.	Triko Baungun Saputra	6102409006	PGSD		
8.	Sapruji	6102409016	PGSD		
9.	Vrisca Dendok Riadi	6102409026	PGSD		
10.	Bagas Arif Wicaksono	6102409029	PGSD		
11.	Dicky Dhaifa Setyawan	6102409039	PGSD		
12.	Ade Fian Yulianto	6102409056	PGSD		
13.	Babarudin Yusuf P.S.	6102409081	PGSD		
14.	Achmad Rudi K.	6102409087	PGSD		
15.	Menta Pugiantuti	6102409096	PGSD		



Semarang, 2012
 Ketua Kelompok PPL,

 Ziyad Fadhur Rohman
 NIM. 1401409164

Lampiran 7

Jadwal mandiri

JADWAL PRAKTIK MENGAJAR MAHASISWA PPL
SD N KALIBANTENG KIDUL 01 SEMARANG TAHUN AJARAN 2012

Minggu	Hari	Rabu						Kamis	
		Senin	Selasa	Kelas III	Kelas II	Kelas I	Kelas VI		
I (3-8 sept)	Kelas V	Kelas IV	Kelas IV	Meta	Bagus	Baharudin 6	Meta		
II (10-15 sept)	Bagus	Baharudin A	Meta	Bagus	Baharudin 12	Meta	Bagus		
III (17-22 sept)	Baharudin 10	Meta	Bagus	Baharudin 18	Meta	Bagus	Baharudin 20		
IV (24-29 sept)	Meta	Bagus	Meta	Meta	Bagus	Baharudin 24	Meta		
V (1-6 okt)	Bagus	Baharudin 25	Meta	Bagus	Baharudin	Meta	Bagus		
VI (8-13 okt)	Baharudin	Meta	Bagus	Baharudin	Meta	Bagus	Baharudin		
VII (15-20 okt)	Meta	Bagus	Baharudin	Meta	Meta	Bagus	Baharudin		

U J I A N

Mengetahui,
Guru Pamong,

Dri Indah Kurniati, A.M.A.
NIP. 196108091982012008

Semarang, 4 September 2012



Lampiran 8

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

Tempat praktik : SD N KALIBANTENG KIDUL 01

MAHASISWA	
Nama	: <u>Bagus Arif W.</u>
NIM/Prodi	: <u>6102409029</u>
Fakultas	: <u>F.I.K.</u>

GURU PAMONG		DOSEN PEMBIMBING	
Nama	: <u>Dri Indah Kurniati, A.MA.</u>	Nama	: <u>Dra. Endang Sri Hanani, M.Kes.</u>
NIP	: <u>196108091982012008</u>	NIP	: <u>195906031984032001</u>
Bid. studi	: <u>Penjas</u>	Fakultas	: <u>FIK</u>

No.	Tgl.	Materi pokok	Kelas	Tanda Tangan	
				Dosen pembimbing	Guru pamong
1.	3-9-2012	Permainan bola kecil (Rounders)	V B		
2.	5-9-2012	Atletik let (Lompat, Loncat, Lari)	II B		
3.	12-9-2012	Senam Lantai	III B		
4.	13-9-2012	Senam Lantai	VI B		
5.	18-9-2012	Bola volly	IV B		
6.	20-9-2012	Permainan Bola Tangan	I B		
7.	24-9-2012	Bola Basket	V B		
8.	26-9-2012	Permainan Bola Tangan	II B		
9.					
10.					

Semarang,



Mengetahui,
Kepala Sekolah

Eti Anggorowati, S.Pd
NIP. 195807281982012000

Koordinator Dosen Pembimbing

Dra. Endang Sri Hanani M. Kes.
NIP. 19590603 198403 2 001

CONTOH
RENCANA PELAKSANAAN
PEMBELAJARAN
(RPP)



**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)
(TERBIMBING)**

Kelas / Semester : V / I

Tema : Permainan Bola Kecil

oleh

Bagus Arif Wicaksono

6102409029

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

2012

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Sekolah	: SD N Kalibanteng Kidul 01
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: V (lima) / 1 (satu)
Standar Kompetensi	: 1. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olah raga 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, sportifitas dan kejujuran
Alokasi Waktu	: 4 x 35 menit

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

▪ 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 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 / pemanasan
- ☞ 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;

▪ **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

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 lisan	Test praktik	Praktikkanlah memukul bola

Semarang , 30 Agustus 2012

**Mengetahui,
Guru Pamong**

Guru Praktikan

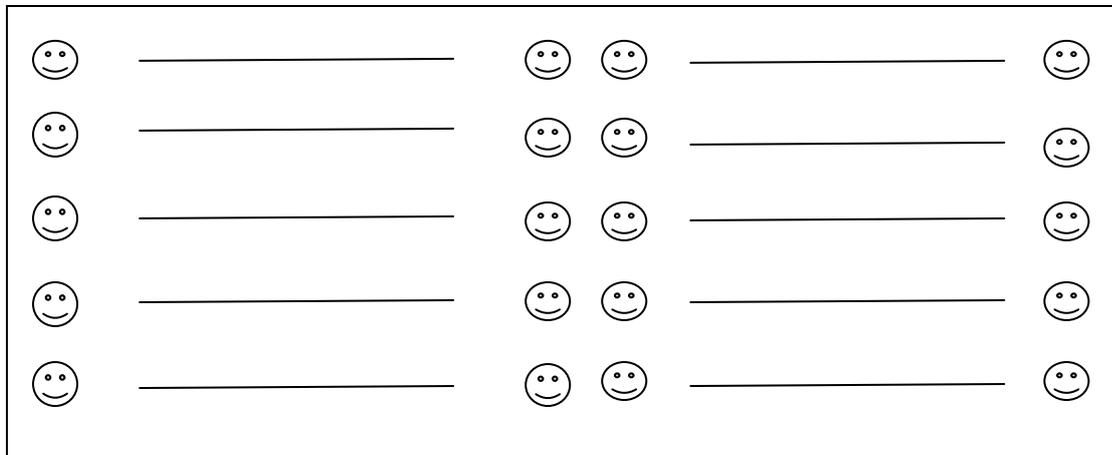
Dri Indah Kurniati, A.MA.
NIP. 196108091982012008

Bagus Arif Wicaksono
NIM. 6102409029

Kepala Sekolah,

Eny Anggorowati S.Pd.
NIP. 195807281982012003

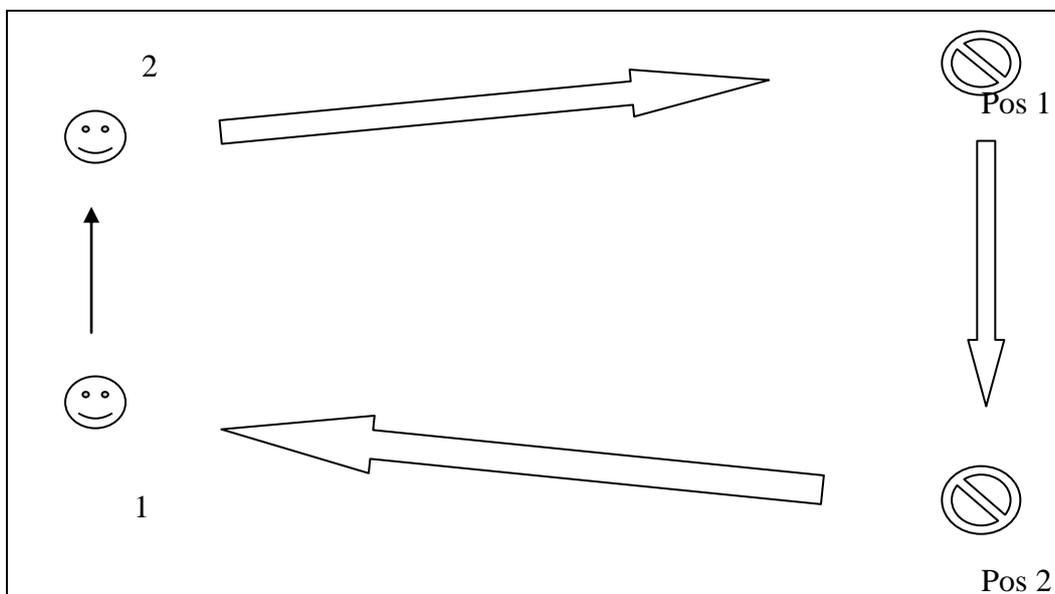
Gambar waktu pemanasan



Keterangan :

- Dalam pemanasan ini siswa melakukan lempar tangkap antar sesama siswa secara bergantian.

Gambar Permainan



Keterangan :

- Nomer 1 melemparkan bola ke nomer 2
- Nomer 2 bersiap-siap memukul bola yang dilemparkan oleh nomer 1
- Setelah memukul nomer 2 langsung berlari ke pos 1

- Apabila bola masih berjalan dan belum kembali ke nomer 1 maka pemain nomer 2 boleh melanjutkan berlari ke pos 2
- Dan terakhir pemain berlari ke tempat semula untuk mendapatkan poin



RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)
(LATIHAN MANDIRI)

Kelas / Semester : VI / I
Tema : Senam Lantai

oleh

Bagus Arif Wicaksono
6102409029

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2012

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Sekolah	: SD N KALIBANTENG KIDUL 01
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: VI(Enam)/ I (Satu)
Alokasi Waktu	: 4 x 35 Menit

Standar Kompetensi :3. Mempraktikkan berbagai bentuk latihan senam lantai yang lebih kompleks dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar : 3. 2 Mempraktikkan kombinasi gerak senam lantai dengan alat dengan memperhatikan faktor keselamatan, dan nilai disiplin serta keberanian

Indikator : Memahami dan mampu mempraktikkan gerakan roll depan dan roll belakang

A. Tujuan Pembelajaran:

- Siswa dapat melakukan gerakan-gerakan yang terdapat dalam senam lantai (roll depan dan roll belakang),kayang dan meroda
- Melatih keberanian dan percaya diri siswa

B. Materi Ajar (Materi Pokok):

- Senam lantai (roll depan dan roll belakang,kayang dan meroda)

C. Metode Pembelajaran:

- Ceramah
- Demonstrasi
- Praktik

D. Langkah-langkah Pembelajaran

Pertemuan 1

Kegiatan pembelajaran	Alokasi Waktu
<p>A. Kegiatan Pendahuluan</p> <ul style="list-style-type: none">- Guru memberi salam dan menanyakan kabar siswa- Melakukan absensi- Memberikan sedikit pertanyaan kepada siswa tentang pelajaran minggu lalu yaitu tentang roll depan dan roll belakang, kayang dan meroda- Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada gerakan ini	20menit
<p>B. Kegiatan Inti</p> <p>a. Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none">- Melibatkan secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran- Memfasilitasi peserta didik dalam melakukan percobaan dilaboratorium atau lapangan- Dalam eksplorasi siswa dapat melakukan gerakan gerakan dalam senam lantai <p>b. Elaborasi</p> <ul style="list-style-type: none">- melakukan berguling kedepan atau roll depan- melakukan gerakan roll belakang ,kayang dan meroda <p>c. Konfirmasi</p> <ul style="list-style-type: none">- Bertanya jawab tentang yang belum diketahui siswa- Guru dan siswa bertanya jawab untuk memberikan penjelasan pelurusan kesalahpahaman ,memberikan penguatan dan kesimpulan.- Guru memberikan sedikit pertanyaan tentang yang dijelaskan apakah sudah mengerti atau belum	60 menit
<p>C. Kegiatan Akhir</p> <ul style="list-style-type: none">- Menyimpulkan materi roll depan dan roll belakang, kayang dan meroda- Memberi motivasi atau penguatan	15menit

- Guru memperbaiki kesalahan yang dilakukan saat gerakan	
--	--

Alat dan Sumber Belajar:

- **Alat**
 - Matras
 - Peluit
 - Stop watch / jam tangan
- **Sumber Bahan**
 - <http://57galang.blogspot.com/2012/02/pengertian-senam-dan-jenis-jenis-senam.html>

E. Penilaian:

Indikator Pencapaian Kompetensi	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen/ Soal
<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan gerakan roll depan • Melakukan gerakan roll belakang • Melakukan gerakan kayang • Melakukan gerakan meroda 	Tes praktik dan pengamatan	-Tes Ketrampilan	<ul style="list-style-type: none"> • Lakukan gerakan roll depan bergantian dengan temanmu ! • Lakukan gerakan roll belakang bergantian dengan temanmu ! • Lakukan gerakan kayang bergantian dengan temanmu ! • Lakukan gerakan meroda bergantian dengan temanmu !

FORMAT KRITERIA PENILAIAN

 **PRODUK (HASIL DISKUSI)**

No.	Aspek	Kriteria	Skor
1.	Konsep	<ul style="list-style-type: none"> * semua benar * sebagian besar benar * sebagian kecil benar * semua salah 	<ul style="list-style-type: none"> 4 3 2 1

 **PERFORMANSI**

No.	Aspek	Kriteria	Skor
1.	Pengetahuan	* Pengetahuan	4
		* kadang-kadang Pengetahuan	2
		* tidak Pengetahuan	1
2.	Praktik	* aktif Praktik	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	Praktik	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, 13 september 2012

Mengetahui,

Guru pamong

Dri Indah Kurniati,A.MA
NIP : 196108091982012008

Praktikan

Bagus Arif W.
NIM : 6102409029

Kepala Sekolah,

Eny Anggorowati S.Pd.
NIP. 195807281982012003

Bahan Ajar Materi Roll Depan dan Roll Belakang

Pengertian Senam dan Jenis-Jenis Senam Lantai

Senam merupakan suatu cabang olahraga yang melibatkan performa gerakan yang membutuhkan kekuatan, kecepatan dan keserasian gerakan fisik yang teratur. Bentuk modern dari senam ialah : Palang tak seimbang, balok keseimbangan, senam lantai. Bentuk-bentuk tersebut konon berkembang dari latihan yang digunakan oleh bangsa Yunani kuno untuk menaiki dan menuruni seekor kuda dan pertunjukan sirkus.

Senam biasa digunakan orang untuk rekreasi, relaksasi atau menenangkan pikiran, biasanya ada yang melakukannya di rumah, di tempat fitness, di gymnasium maupun di sekolah. Sekarang, sejak kecil banyak anak sudah terbiasa diajarkan senam, baik oleh orang tua, maupun oleh pengajar olahraga di sekolah.

Senam sangat penting untuk pembentukan kelenturan tubuh, yang menjadi arti penting bagi kelangsungan hidup manusia.

Senam ada berbagai macam, diantaranya senam lantai, senam hamil, senam aerobik, senam pramuka, Senam Kesegaran Jasmani (SKJ), dll. Biasanya di sekolah dasar, guru-guru mengajarkan senam-senam yang mudah dicerna oleh murid, seperti SKJ dan senam pramuka. Namun ketika beranjak remaja, banyak orang melakukan senam aerobik, ataupun senam lain termasuk meditasi untuk menenangkan diri.

Gerakan-gerakan senam sangat sesuai untuk mengisi program pendidikan jasmani. Gerakannya merangsang perkembangan komponen kebugaran jasmani seperti kekuatan dan daya tahan otot dari seluruh bagian tubuh. Di samping itu, senam juga berpotensi mengembangkan keterampilan gerak dasar, sebagai landasan penting bagi penguasaan keterampilan teknik suatu cabang olah raga. Pengertian senam begitu luas cakupannya yang meliputi berbagai karakteristik gerakannya.

Roll depan

Guling ke depan adalah berguling ke depan atas bagian belakang badan (tengkuk,punggung,pinggang,dan panggul bagian belakang). Latian guling ke depan dapat dilakukan dengan dua cara,yaitu : guling ke depan dengan sikap awal jongkok dan guling ke depan dengan sikap awal berdiri.

Cara melakukan roll depan:

- a. Sikap permulaan jongkok,kedua tangan menumpu pada matras selebar bahu.
- b. Kedua kaki diluruskan, siku tangan ditekuk, kepala dilipat sampai dagu menyentuh dada.
- c. Mengguling ke depan dengan mendaratkan tengkuk terlebih dahulu dan kedua kaki di lipat rapat pada dada.
- d. Kedua tangan melemaskan tumpuan dari matras, pegang mata kaki dan berusaha bangun.
- e. Kembali berusaha bangun.

Roll Belakang

Guling ke belakang adalah menggulingka badan ke belakang ,dimana posisi badan tetap harus membulat,yaitu kaki dilipat,lutut tetap melekat di dada,kepala ditundukan sampai dagu melekat di dada.

Cara melakukan guling ke belakang:

- a. Sikap permulaan dalam posisi jongkok,kedua tangan di depan dan kaki sedikit rapat
- b. Kepala ditundukan kemudian kaki menolak ke belakang
- c. Pada saat panggul mengenai matras,kedua tangan segera dilipat ke samping telinga dan telapak tangan menghadap ke bagian atas untuk siap menola
- d. Kaki segera diayunkan ke belakang melewati kepala,dengan dibantu oleh kedua tangan menolak kuat dan kedua kaki dilipat sampai ujung kaki dapat mendarat di atas matras

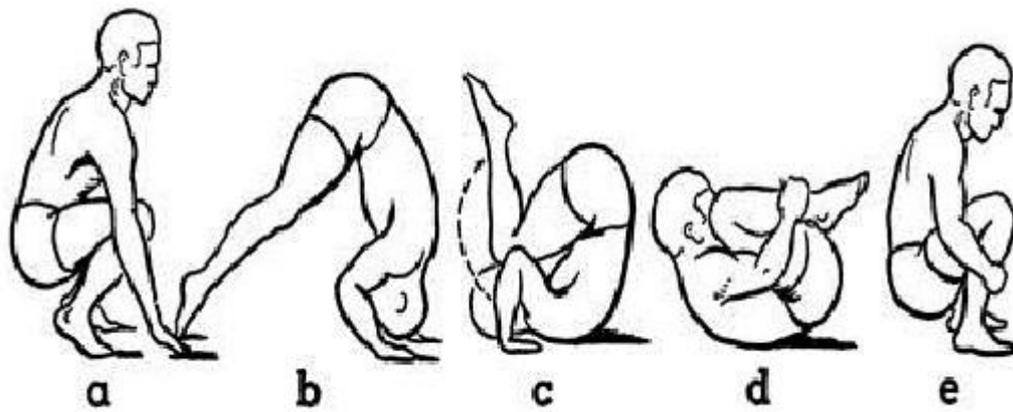
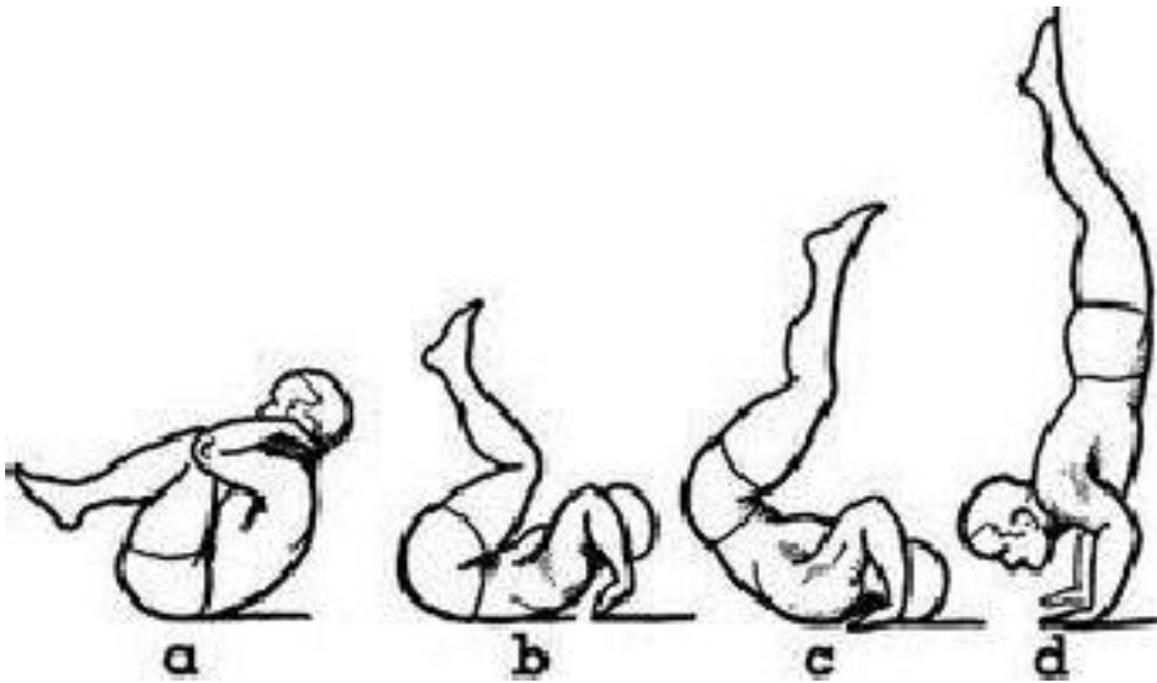


Fig. 1

Gambar gerakan roll depan



Gambar gerakan roll belakang



**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)
(UJIAN)**

Kelas / Semester : V / I
Tema : Bola Volly

oleh

Bagus Arif Wicaksono
6102409029

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2012**

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Sekolah	: SD N Kalibanteng Kidul 01
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: 5 [Lima] / 1 [satu]
Alokasi Waktu	: 4 x 35 menit

Standar Kompetensi : 6. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar : 6.2 Mempraktikkan gerak dasar berbagai gerakan yang bervariasi dalam permainan bola besar beregu dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerja sama regu, sportivitas, dan kejujuran)**

A. Tujuan Pembelajaran:

- Siswa dapat melakukan dan memahami permainan bola voli
- Siswa dapat melakukan bermain bola voli serta dapat melakukan kerjasama dengan menjunjung tinggi sportifitas.
- Siswa dapat memahami strategi dalam bermain bola voli

❖ **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 Ajar (Materi Pokok):

- Permainan bola besar / bola voli

C. Metode Pembelajaran:

- Ceramah
- Demonstrasi
- Praktek

D. Langkah-langkah Pembelajaran

- Kegiatan Awal:
 - 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
- Kegiatan Inti:
 - **Eksplorasi**
Dalam kegiatan eksplorasi, guru:
 - ☞ Mengembangkan kerjasama tim dalam permainan bola voli
 - ☞ Menjelaskan peraturan main
 - ☞ Mematuhi peraturan permainan dan kerjasama regu serta menjunjung tinggi sportifitas.
 - ☞ melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran; dan
 - ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di lapangan.
 - **Elaborasi**
Dalam kegiatan elaborasi, guru:
 - ☞ Bermain bola voli dengan peraturan yang dimodifikasi
 - ☞ Mematuhi peraturan permainan dan kerjasama regu serta menjunjung tinggi sportifitas.
 - ☞ Melakukan gerakan servis bawah / atas tanpa menggunakan bola
 - ☞ Melakukan gerakan servis bawah / atas menggunakan bola
 - ☞ Melakukan passing atas dan bawah berpasangan
 - ☞ Melakukan passing atas dan bawah berkelompok
 - ☞ Melambungkan bola voli sebanyak lima kali bergantian :
 - ☞ Melakukan gerakan passing bawah dengan memperhatikan posisi tangan dan kaki tanpa bola
 - ☞ Melakukan gerakan passing bawah dengan menggunakan bola
 - ☞ Melakukan gerakan passing atas. dengan memperhatikan posisi tangan dan kaki tanpa bola
 - ☞ Melakukan gerakan passing atas dengan menggunakan bola
 - ☞ memfasilitasi peserta didik dalam pembelajaran kooperatif dan kolaboratif;

- ☞ memfasilitasi peserta didik berkompetisi secara sehat untuk meningkatkan prestasi belajar.
- **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:
 - Siswa di kumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan
 - Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan dan tehnik dalam permainan bola voli

E. Alat dan Sumber Belajar:

- Buku Penjaskes
- Diktat permainan bola besar
- Lapangan
- net
- Bola voli
- Peluit
- coen

F. Penilaian:

Indikator Pencapaian Kompetensi	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen/ Soal
<ul style="list-style-type: none"> • Melambung-lambungkan bola voli dengan dua tangan • Melakukan gerakan passing bawah • Melakukan gerakan passing atas. • Melakukan gerakan servis bawah / atas • Melakukan passing atas dan bawah berpasangan • Melakukan passing atas dan bawah berkelompok • Melakukan permainan bola voli dengan peraturan yang dimodifikasi 	-Tes praktek ketrampilan	-Tugas - Pengamatan	<ul style="list-style-type: none"> • - Lakukan mengambar bola voli mini • -Lakukanlah passing bawah berpasangan dengan temanmu ! • - Lakukan passing atas berpasangan dengan temanmu ! • - Lakukan bermain voli sesuai dengan regu yang kamu pilih !

• Mengembangkan kerjasama tim dalam permainan bola voli			
---	--	--	--

Semarang , 1 Oktober 2012

**Mengetahui,
Guru Pamong**

Guru Praktikan

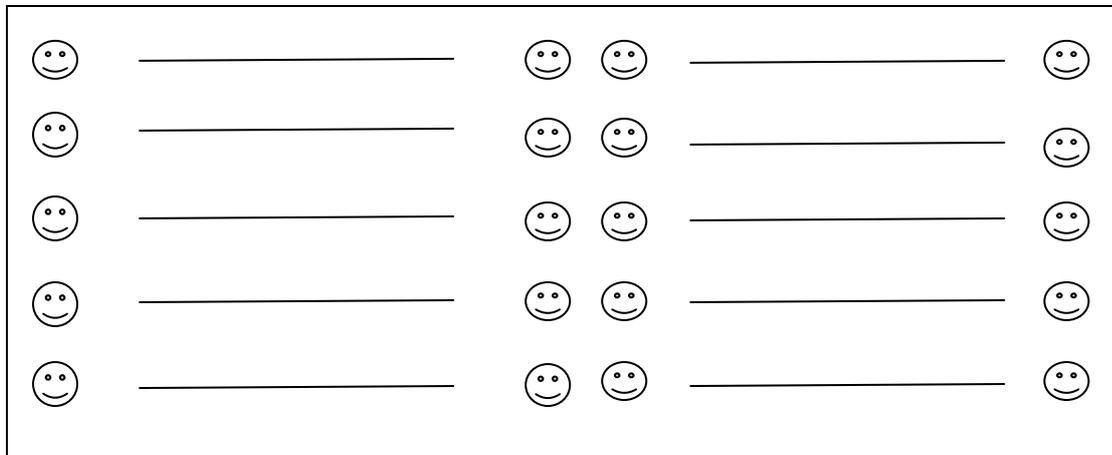
Dri Indah Kurniati, A.MA.
NIP. 196108091982012008

Bagus Arif Wicaksono
NIM. 6102409029

Kepala Sekolah,

Eny Anggorowati S.Pd.
NIP. 195807281982012003

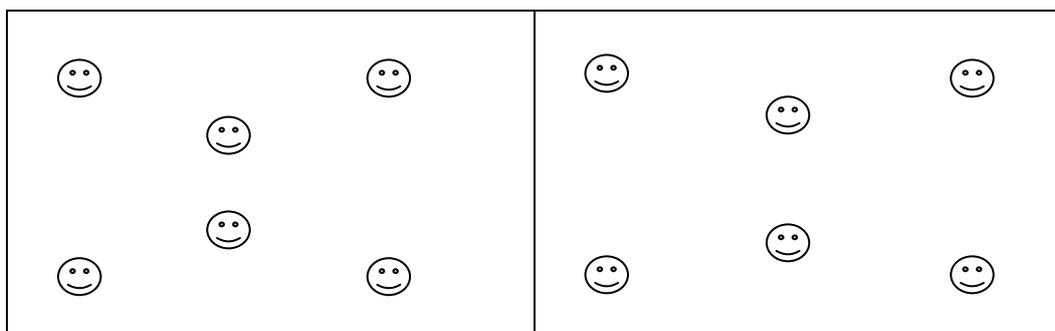
Gambar kegiatan



Keterangan :

- Dalam kegiatan siswa melakukan passing bawah antar sesama siswa secara bergantian.
- Siswa melakukan lempar tangkap bola secara bergantian
- Siswa melakukan servis bawah secara berhadapan dengan siswa lain dan bergantian
- Siswa berlatih passing atas dengan cara melambungkan bola ke atas sebanyak lima kali

Gambar Permainan



Keterangan :

- Siswa dibagi menjadi 2 tim
- Permainan volly dimodifikasi dengan 5 kali sentuhan
- Point hanya sampe 15 poin untuk mencapai kemenangan

Contoh Gambar servis dan passing dalam Bola volly

