

**LAPORAN**  
**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN 2 (PPL2)**  
**SD N BOJONG SALAMAN 02 SEMARANG**



**Disusun oleh:**  
**Rizkya Chandra Devi**  
**6102409061**  
**PGPJSD**

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

## PENGESAHAN

Laporan PPL2 ini telah disusun sesuai dengan Pedoman PPL UNNES.

Hari :

Tanggal :

Disahkan oleh:

Koordinator dosen pembimbing

Kepala SD N Bojong Salaman 02



Dra. Susilaningih, S.Pd ,M.Pd  
NIP. 19560405 198103 2 001



Suprati, S.Pd  
NIP. 19581010 197802 2 016

Kepala Pusat Pengembangan PPL UNNES

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

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur Praktikan haturkan kehadirat Allah SWT atas segala nikmat dan karunia-Nya sehingga praktikan dapat menyelesaikan kegiatan PPL di SD Negeri Bojong Salaman 2 dengan baik dan lancar.

Laporan ini disusun untuk memenuhi tugas kegiatan PPL II, yang bertujuan untuk memperkenalkan para mahasiswa, khususnya program kependidikan pada dunia kerja yang akan digelutinya. Disamping itu untuk memperoleh kesadaran profesional keguruan, peningkatan pedagogik, kepribadian dan sosial atau kependidikan yang lebih mendalam. Laporan ini terwujud berkat dukungan, bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini praktikan mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Suprapti S,Pd. selaku Kepala SD Negeri Bojong Salaman 2 yang telah memberikan ijin dalam kegiatan PPL II.
2. Guru pamong, staf pengajar dan karyawan TU SD Negeri Bojong Salaman 2 yang telah memberikan data yang dibutuhkan dalam penyusunan laporan ini.
3. Dra.Sri Susilaningsih, S.Pd, M.Pd. selaku dosen koordinator.
4. Dra.Heny Setyawati, M.Pd. selaku dosen pembimbing.
5. Bapak Sumardi, S.Pd. selaku Guru pamong yang selalu memberikan bimbingan, dan pengarahan kepada praktikan.
6. Ibu Sri Padmiati, A.Ma. selaku Guru Penjasorkes yang selalu memberikan perhatian,bimbingan dan arahan kepada praktikan.
7. Rekan-rekan praktikan yang telah memberikan dukungan dan bantuan sehingga praktikan dapat menyelesaikan penyusunan laporan ini.

Praktikan menyadari bahwa laporan ini masih banyak kekuarungannya. Untuk itu praktikan mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun demi kesempurnaan laporan ini.

Semarang, 10 Oktober 2012

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>Halaman Judul .....</b>	
<b>Halaman Pengesahan .....</b>	<b>ii</b>
<b>Kata Pengantar .....</b>	<b>iii</b>
<b>Daftar Isi .....</b>	<b>iv</b>
<b>Daftar Lampiran .....</b>	<b>v</b>
<b>BAB I (Pendahuluan)</b>	
1) Latar Belakang .....	1
2) Tujuan .....	3
3) Manfaat .....	4
<b>BAB II (Landasan Teori)</b>	
A. Dasar Hukum .....	5
B. Dasar Impletansi.....	6
C. Dasar Konsepsional.....	7
D. Status,peserta,Bobot kredit dan tahapan .....	7
E. Persyaratan dan Tempat .....	8
<b>BAB III (Pelaksanaan)</b>	
A. Waktu dan Tempat .....	9
B. Tahapan Kegiatan.....	9
C. Materi Kegiatan .....	10
D. Proses Pembimbingan.....	10
E. Hal-hal yang Menghambat dan Mendukung .....	12
<b>BAB IV Refleksi diri</b>	
A. Refleksi Diri.....	13

## **Daftar Lampiran**

1. Rencana Kegiatan .....	16
2. Jadwal Kegiatan .....	17
3. Daftar Presensi .....	18
4. Perangkat Pembelajaran .....	22

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Universitas Negeri Semarang (UNNES) sebagai salah satu lembaga pendidikan di perguruan tinggi Indonesia diharapkan dapat menyiapkan tenaga kerja yang berkualitas dan terampil di bidangnya masing-masing. UNNES selain menyiapkan tenaga terampil setiap disiplin ilmu yang ditekuni dan dipelajari juga menyiapkan tenaga kependidikan yang dulunya bernama Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan (IKIP).

Peranan universitas negeri Semarang dalam menyiapkan tenaga pendidikan sangat besar. Oleh karena itu dalam rangka menyiapkan tenaga kependidikan, UNNES membuka Program kependidikan S1, program Diploma dan program Akta. Dalam kurikulum yang digunakan wajib bagi ketiga program tersebut di atas dalam melaksanakan praktik pengalaman lapangan di sekolah latihan.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan bagian integral dari pendidikan tenaga kependidikan berdasarkan kompetensi yang termasuk di dalam struktur program kurikulum Universitas Negeri Semarang. Berdasarkan UU No. 2 Tahun 1989 tentang Sistem Pendidikan Nasional, PP No. 60 Tahun 1999 tentang Pendidikan Tinggi dan berdasarkan Surat Keputusan Penyelenggara Pendidikan di UNNES menjelaskan bahwa PPL adalah kegiatan intra kurikuler yang wajib diikuti oleh mahasiswa program pendidikan.

Salah satu mata kuliah yang harus dipelajari adalah Praktik Pengalaman lapangan, praktik kuliah ini diadakan dalam dua periode. Periode pertama yaitu PPL I kegiatannya meliputi observasi dan orientasi sekolah latihan dan periode kedua yaitu PPL II yang kegiatannya merupakan tindak lanjut dari PPL I. Pada saat PPL II ini mahasiswa dituntut untuk terjun langsung dalam kegiatan belajar-mengajar baik dalam membuat rencana hingga metode pembelajaran di sekolah latihan.

PPL I yang dilaksanakan setiap praktikan diharapkan dapat menjadikan bekal untuk PPL II, sehingga pada saat PPL II mahasiswa akan lebih mudah beradaptasi karena sudah melakukan observasi sebelumnya.

Syarat yang harus dipenuhi mahasiswa PPL I (Ps. 15 : 1) adalah :

1. Menempuh minimal 110 SKS dibuktikan dengan KHS dan KRS pada Semester enam (6)
2. Mendaftarkan diri sebagai calon peserta PPL secara online.
3. PPL 2 dilaksanakan setelah PPL 1.

Guru sebagai tenaga kependidikan harus mempunyai beberapa kemampuan khusus. Menurut teori tiga dimensi, kompetensi guru dikemukakan bahwa kompetensi guru ini mencakup tiga materi, yaitu :

1. Sifat kepribadian yang luhur
2. Penguasaan bidang studi
3. Keterampilan mengajar

Disamping itu ada 10 kompetensi guru yang lain yaitu ;

1. Penugasan materi
2. Pengelolaan kelas
3. Penguasaan media atau sumber
4. Penugasan landasan kependidikan
5. Mengelola interaksi belajar mengajar
6. Menilai prestasi hasil belajar siswa
7. Mengelola program belajar mengajar
8. Mengenal dan mampu menyelenggarakan administrasi sekolah.
9. Mengenal fungsi dan program layanan bimbingan dan penyuluhan
10. Memahami prinsip-prinsip dan mampu menafsirkan hasil penelitian guna keperluan pengajaran

Perbedaan yang jelas antara sarjana pendidikan dengan sarjana non kependidikan adalah terletak pada dimensi keterampilan mengajar. Oleh karena itu keterampilan mengajar benar-benar menjadi ciri khusus dari sarjana pendidikan yang dihasilkan oleh lembaga pendidikan tenaga kependidikan (LPTK)

Untuk itulah sebagai awal pengalaman dalam mengajar mahasiswa UNNES dari program kependidikan wajib mengikuti praktik pengalaman lapangan.

## **B. Tujuan praktik pengalaman lapangan**

Praktik pengalaman lapangan ini bertujuan untuk membentuk mahasiswa praktikan agar menjadi calon tenaga kependidikan yang profesional, dan mempunyai kemampuan dalam belajar-mengajar sesuai dengan prinsip pendidikan berdasarkan kompetensi yang meliputi kompetensi profesional, kompetensi pedagogik, kompetensi personal dan kompetensi sosial.

1. Kompetensi profesional
  - Menguasai bahan
  - Menerangkan dengan jelas
  - Mengelola kelas.
  - Menggunakan sumber belajar
2. Kompetensi pedagogik
  - Kemampuan dalam mengelola proses pembelajaran
  - Memahami perangkat pembelajaran
  - Memahami administrasi pembelajaran
  - Memahami tingkat kemajuan siswa
  - Mampu memahami karakter siswa
3. Kompetensi personal
  - Kemandirian dalam bersikap
  - Kedewasaan dalam berfikir
  - Keantusiasan dalam bertugas
  - Disiplin dalam tugas dan kewajiban
  - Atensi yang tinggi terhadap kemajuan siswa.
4. Kompetensi sosial
  - Efektifitas hubungan dengan program sekolah



- Ketertiban langsung dengan program sekolah
- Partisipasi konstruktif dalam kegiatan kemasyarakatan
- Komunikasi efektif dengan pihak luar sekolah

### **C. Fungsi program praktik pengalaman lapangan**

Praktik pengalaman lapangan ini berfungsi memberikan bekal pada mahasiswa praktikan agar mereka memiliki kompetensi profesional, kompetensi personal dan kompetensi kemasyarakatan

### **D. Manfaat**

Manfaat program PPL I bagi mahasiswa antara lain sebagai berikut:

1. Dapat mengetahui kondisi-kondisi sekolah yang meliputi kondisi fisik, struktur organisasi sekolah, administrasi sekolah, tata tertib, kegiatan kesiswaan, sarana dan prasarana, dan kalender akademik yang dijadikan acuan dalam pelaksanaan program-program sekolah.
2. Dapat memperoleh informasi tentang pelaksanaan pengajaran dan pengelola sekolah berkaitan dengan fungsi dan tugasnya.
3. Dapat berlatih menyusun perangkat pembelajaran meliputi program tahunan, program semester, pemetaan, kriteria ketuntasan minimal, silabus, jurnal mengajar dan rencana pengajaran
4. Dapat mengetahui metode-metode pembelajaran yang dilakukan oleh guru bidang studi yang bersangkutan.
5. Dapat memahami kurikulum, khususnya yang berkaitan dengan bidang studi mahasiswa pratikan.
6. Dapat berlatih melaksanakan sebagian tugas pengajaran dan non pengajaran yang berada dalam lingkup sekolah.
7. Dapat melakukan latihan pengajaran secara terbimbing dan terprogram.
8. Dapat mengetahui cara-cara penanganan masalah siswa.
9. Mahasiswa dapat menyusun rancangan kegiatan PPL II secara terbimbing.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

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

Pelaksanaan PPL II ini mempunyai dasar hukum sebagai landasan pelaksanaannya, yaitu ;

1. Undang- undang RI No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.
  - a. Pasal 39 ayat 1 : "Tenaga Kependidikan bertugas melaksanakan administrasi, pengelolaan, pengembangan, pengawasan, dan pelayanan teknis untuk menunjang proses pendidikan pada satuan pendidikan".
  - b. Pasal 42 ayat :
    - 1) Pendidik harus memiliki kualifikasi minimum dan sertifikasi sesuai dengan jenjang kewenangan mengajar, sehat jasmani dan rohani, serta memiliki kemampuan untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional.
    - 2) Pendidik untuk pendidikan formal pada jenjang pendidikan usia dini, pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi dihasilkan oleh perguruan tinggi yang terakreditasi.
  - c. Pasal 43 ayat 2 : " Sertifikasi pendidikan diselenggarakan oleh perguruan tinggi yang memiliki program pengadaan tenaga kependidikan yang terakreditasi".
2. Undang- undang RI No. 14 Tahun 2005 tentang guru dan dosen.
3. Peraturan Pemerintah No. 60/61 Tahun 2000 tentang Otonomi Perguruan Tinggi.
4. Surat Keputusan Rektor No. 35/O/2006 tentang Pedoman Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan.

## **B. Dasar Implementasi**

Pembentukan dan pengembangan kompetensi seorang guru sebagai usaha untuk menunjang keberhasilan dalam menjalankan profesinya sangat diperlukan, mengingat guru adalah petugas professional yang harus dapat melaksanakan proses belajar mengajar secara professional dan dapat dipertanggungjawabkan.

Dalam menjalankan tugas sebagai abdi negara untuk mencerdaskan kehidupan bangsa maka diperlukan suatu kegiatan yang sangat menunjang keberhasilan kompetensi pengajaran atas salah satu bentuk kegiatan tersebut adalah Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), dalam hal ini PPL II sebagai tindak lanjut dari kegiatan orientasi sekolah latihan pada Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)I.

Penyelenggaraan Praktik Pengalaman Lapangan ini dilaksanakan dalam mempersiapkan tenaga kependidikan yang professional sebagai guru pengajar dan pembimbing atau konselor. Praktik Pengalaman Lapangan merupakan kegiatan mahasiswa yang diadakan dalam rangka menerapkan keterampilan dan berbagai ilmu pengetahuan yang diperoleh serta memperoleh pengalaman dalam penyelenggaraan kegiatan pembelajaran secara terpadu di sekolah, yaitu melalui praktik mengajar, praktik administrasi, praktik bimbingan dan konseling serta kegiatan kependidikan lain yang berifat kulikuler dan ekstrakulikuler yang ada di sekolah maupun masyarakat.

Melalui Praktik Pengalaman Lapangan ini diharapkan mahasiswa dapat mengembangkan dan meningkatkan wawasan dan pengetahuan, keterampilan dan sikap dalam melaksanakan tugasnya sebagai guru yang professional, baik dalam bidang studi yang digelutinya maupun dalam pelayanan bimbingan dan konseling terhadap siswa di sekolah nanti yang lebih jauh dan dapat meningkatkan nilai yang positif dari tingkat kemampuan mahasiswa itu sendiri.

Untuk itu, maka Praktik Pengalaman Lapangan yang diselenggarakan di sekolah diharapkan benar- benar dapat menjadi pembekalan ketrampilan

dari setiap mahasiswa yang nantinya akan mendukung kerja pelayanan bimbingan dan konseling yakni dalam pekerjaannya sebagai guru pembimbing atau konselor kelak.

### **C. Dasar Konsepsional**

1. Tenaga kependidikan terdapat di jalur pendidikan di sekolah dan di jalur pendidikan di luar sekolah.
2. UNNES sebagai institusi yang bertugas menyiapkan tenaga kependidikan yang terdiri dari antara lain tenaga pembimbing, tenaga pengajar, dan tenaga pelatih dan tenaga kependidikan lainnya.
3. Tenaga pembimbing adalah tenaga pendidik yang tugas utamanya membimbing peserta didik di sekolah.
4. Tenaga pengajar adalah tenaga pendidik yang bertugas untuk mengajar peserta didik di sekolah.
5. Tenaga pelatih adalah tenaga pendidik yang bertugas untuk melatih peserta didik di sekolah.
6. Untuk memperoleh kompetensi sebagai tenaga pembimbing, tenaga pengajar, dan tenaga pelatih, mahasiswa calon pendidik wajib mengikuti proses pembentukan kompetensi melalui Praktik Pengalaman Lapangan ( PPL)

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

Praktik pengalaman lapangan (PPL) wajib dilaksanakan oleh mahasiswa program kependidikan Universitas Negeri Semarang karena merupakan bagian integral dari kurikulum pendidikan tenaga kependidikan berdasarkan kompetensi yang termasuk di dalam struktur program kurikulum.

Mahasiswa yang mengikuti Praktik Pengalaman Lapangan adalah mahasiswa program S1 pendidikan.

Mata Kuliah PPL mempunyai kredit 6 SKS dengan rincian PPL 1 = 2 SKS, PPL 2 = 4 SKS. Satu SKS setara dengan 4 kali 1 jam ( 60 menit) X 18 = 72 jam pertemuan.

Tahapan Praktik Pengalaman Lapangan untuk program S1 dilaksanakan secara simultan dalam dua tahap yaitu:

1. Praktik Pengalaman Lapangan Tahap I ( PPL I)  
PPL 1 meliputi microteaching ,pembekalan ,serta observasi dan orientasi di sekolah atau tempat latihan.
2. Praktik Pengalaman Lapangan Tahap II ( PPL II)
  - a. Membuat perencanaan pembelajaran ,melaksanakan pembelajaran terbimbing dan mandiri ,serta menyusun laporan.

#### **E. Persyaratan dan Tempat.**

Adapun syarat yang harus dipenuhi dalam menempuh Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), baik PPL I maupun PPL II sebagai berikut:

- ❖ Persyaratan mengikut PPL I:
  1. Telah menempuh minimal 110 SKS (lulus semua kuliah yang mendukung) yang dibuktikan dengan KHS dan KRS.
  2. Mendaftarkan diri secara online
- ❖ Persyaratan mengikuti PPL II:
  1. Telah menempuh minimal 110 SKS (lulus semua mata kuliah yang mendukung) yang dibuktikan dengan KHS dan KRS.
  2. Telah mengikuti PPL I.

Tempat praktik ditetapkan berdasarkan persetujuan Rektor dengan Dinas kabupaten/kota ,atau pimpinan lain yang setara dan terkait dengan tempat latihan.Penempatan mahasiswa disekolah/tempat latihan sesuai minat.Mahasiwa praktikan mendapatkan tempat di SD Negeri Bojong Salaman 2 yang terletak di kota Semarang.

## BAB III

### PELAKSANAAN

#### A. Waktu dan tempat

##### a. Waktu

Program Pengalaman Lapangan (PPL) I dan II di SD Negeri Bojong Salaman 2 dilaksanakan mulai tanggal 30 Juli 2012 , dan berakhir pada tanggal 20 Oktober 2012.

##### b. Tempat

Program Pengalaman Lapangan (PPL) I dan II dilaksanakan di SD Negeri Bojong Salaman 2 Kecamatan Semarang Barat Kodya Semarang.

#### B. Tahapan Kegiatan

No.	Tanggal	Kegiatan	Tempat	Penanggung Jawab
1.	16 – 21 Juli 2012	<i>Microteaching</i>	Kampus FIK UNNES	Dosen Pendamping <i>Microteaching</i>
2.	24 – 26 Juli 2012	Pembekalan PPL	Kampus FIK UNNES	Pusat Pengembangan PPL UNNES
3.	30 Juli 2012	Penerjunan PPL <ul style="list-style-type: none"> <li>• Upacara penerjunan PPL</li> <li>• Serah terima di Sekolah Latihan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kampus UNNES Sekaran</li> <li>• SD N Bojong Salaman 02</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pusat Pengembangan PPL</li> <li>• Koordinator Dosen Pembimbing</li> </ul>
5	30 juli – 11 Agustus 2012	Kegiatan Observasi <ul style="list-style-type: none"> <li>- Observasi Lingkungan Sekolah</li> <li>- Observasi Pembelajaran</li> </ul>	SD N Bojong Salaman 02	Kepala SD N Bojong Salaman 02
8.	13 Agustus – 25 Agustus 2012	Libur Hari Raya Idul Fitri 1431 H	-	-
9.	26 Agustus 2012	Halal bihalal	SD N Bojong Salaman 02	Kepala SD N Bojong Salaman 02

10.	27 Agustus 2012	Konsultasi Materi Mengajar	SD N Bojong Salaman 02	Koordinator Guru Pamong
11.	28 agustus – 8 September 2012	Kegiatan Mengajar Terbimbing (PPL Terbimbing)	SD N Bojong Salaman 02	Koordinator Guru Pamong dan Guru Pamong
12.	10 september – 27 september	Kegiatan Mengajar Mandiri (PPL Mandiri)	SD N Bojong Salaman 02	Koordinator Guru Pamong dan Guru Pamong
14.	1-5 Oktober 2012	Ujian Mengajar	SD N Bojong Salaman 02	Guru Pamong dan Dosen Pembimbing
18.	20 Oktober 2012	Penarikan Mahasiswa PPL	SD N Bojong Salaman 02	Pusat Pengembangan PPL UNNES

### C. Materi Kegiatan

Materi kegiatan PPL I dan II meliputi:

1. Observasi dan orientasi tempat latihan.
2. Wawancara
3. Menyusun perangkat pembelajaran ( program semester, program tahunan, kriteria ketuntasan minimal, pemetaan, jurnal mengajar, silabus dan rencana pelaksanaan pembelajaran)
4. Observasi proses belajar mengajar (PBM)
5. Pengajaran terbimbing yang dilaksanakan sebanyak 7x
6. Pengajaran mandiri yang dilaksanakan sebanyak 7x
7. Ujian

### D. Proses Pembimbingan

Pada tahapan bimbingan, praktikan memperoleh bimbingan dari guru pamong dan dosen pembimbing berupa kegiatan sebagai berikut:

1. Sebelum mengajar, praktikan diberi tugas untuk menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran, oleh guru pamong.

2. Setelah RPP disetujui oleh guru pamong, praktikan diijinkan untuk mengajar di lapangan di bawah bimbingan guru pamong dan dosen pembimbing.
3. Setelah selesai mengajar di lapangan, diadakan evaluasi tentang pelaksanaan pengajaran tersebut, baik oleh guru pamong maupun dosen pembimbing.
4. Di akhir masa-masa PPL, diadakan penilaian yang dilakukan oleh dosen pembimbing bersama dengan guru pamong.

• **Guru Pamong**

Selama melaksanakan PPL II di SD Negeri Bojong Salaman 2 mahasiswa praktikan PPL mendapat bimbingan dengan baik dari guru pamong. Adapun yang menjadi guru pamong mahasiswa praktikan dari jurusan pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar adalah Bapak Sumardi.

• **Dosen Koordinator**

Selama PPL II berlangsung, mahasiswa praktikan didampingi oleh seorang dosen koordinator untuk tiap sekolah latihan. Untuk dosen koordinator di SD Negeri Bojong Salaman 2 adalah Ibu Dra.Sri Susilaningih S.Pd, M.pd. Beliau adalah dosen dari Fakultas Ilmu Pendidikan.

• **Dosen Pembimbing**

Selain didampingi oleh seorang dosen koordinator, mahasiswa juga didampingi dan dibimbing oleh dosen pembimbing. Dosen pembimbing dialokasikan untuk masing-masing Jurusan (bidang studi). Adapun untuk Dosen Pembimbing mahasiswa praktikan adalah Ibu Dra.Heny Setyani M.pd.

Setelah melalui berbagai Praktik pengalaman Lapangan (PPL). Maka pada minggu-minggu akhir pelaksanaan praktik lapangan mahasiswa praktikan menyusun laporan pelaksanaan Program Praktik Lapangan.

Kegiatan yang dilakukan oleh praktikan tidak lepas dari pengawasan guru pamong dan dosen pembimbing. Praktikan melakukan bimbingan kepada guru pamong sebelum maupun sesudah mengajar. Sebelum mengajar, praktikan berkonsultasi mengenai salah satu perangkat pembelajaran yaitu RPP yang akan digunakan apakah model, metode maupun media yang digunakan sudah



sesuai dengan materi yang akan diajarkan pada siswa. Setelah mengajar, praktikan tetap melakukan bimbingan atau meminta meminta guru pamong untuk memberikan kritik dan saran yang membangun.

#### **E. Hal-hal yang mendukung dan menghambat selama PPL berlangsung**

Dalam suatu kegiatan terdapat faktor pendukung dan penghambat. Praktikan dapat melaksanakan kegiatan PPL II dengan lancar dan dapat berjalan dengan baik karena didukung oleh beberapa faktor, antara lain :

1. Bentuk kesiapan dan kematangan pihak sekolah dalam membantu kelancaran pelaksanaan PPL II yang diwujudkan dalam bentuk:
  - a) Telah tersusunnya jadwal kegiatan mahasiswa PPL selama PPL II berlangsung di SD Negeri Bojong Salaman
  - b) Penyediaan tempat atau ruangan untuk mahasiswa praktikan sehingga memungkinkan mahasiswa praktikan untuk melakukan diskusi yang menyangkut tentang kegiatan mahasiswa PPL.
  - c) Penyediaan sarana dan prasarana yang menunjang KBM
2. Praktikan dapat menjalin hubungan baik dengan kepala sekolah, guru pamong dan guru yang lain, staf karyawan, siswa, serta anggota sekolah yang lain.
3. Hubungan antar mahasiswa praktikan cukup harmonis, saling membantu jika praktikan lain mengalami kesulitan atau kendala dalam membuat tugas atau melaksanakan kegiatan
4. Responsi siswa yang sangat berminat dalam mengikuti pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan terutama setelah praktikan mulai mengajar di setiap kelas.

#### **Adapun faktor penghambat antara lain :**

1. Kurangnya sumber belajar bagi siswa sehingga pengetahuan siswa terbatas pada pemberian materi oleh guru dan media di luar sekolah.
2. Kurangnya prasarana dalam pembelajaran penjasokes.

## **BAB IV**

### **REFLEKSI**

#### **A. Kekuatan dan Kelemahan dalam Pembelajaran**

Kekuatan dalam pembelajaran di SD N Bojong Salaman 02 Semarang ini dalam kegiatan belajar mengajar Penjasorkes adalah Siswa aktif dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran, rasa ingin tahu yang tinggi dan semangat dalam melakukan kegiatan pembelajaran Penjasorkes.

Sedangkan kelemahannya adalah Sarana dan prasarana yang terbatas sehingga siswa dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran Penjasorkes harus dilakukan secara bergantian yang memakan waktu lama dan sedikit mencoba.

#### **B. Ketersediaan Sarana dan Prasarana**

Berdasarkan dari hasil observasi yang dilakukan sarana untuk mata pembelajaran penjas tidak memadai ,alat-alat olahraga terbatas contohnya adalah bola sepak yang hanya mempunyai 2 buah,bola voli berjumlah 2,bola basket berjumlah 3 dan tidak memiliki cone.Disini guru sudah kreatif karena bola sepak diganti dengan bola plastic,cone diganti dengan pot bunga yang dibawa oleh tiap siswanya.Jika sarana olahraga hanya mengandalkan bantuan dari dana BOS tentunya guru kesulitan dalam melaksanakan pembelajaran dikarenakan jumlah alat yang sangat terbatas.Prasarana penjas di SD Bojong Salaman 2 sudah baik,memiliki lapangan yang cukup luas yang bisa digunakan untuk Basket,bola voli,futsal dan badminton.

#### **C. Kualitas guru pamong dan dosen pembimbing.**

Dalam kegiatan PPL 1, praktikan dibimbing oleh semua guru di SD Bojong Salaman 02 selaku guru pamong adalah bapak Sumardi, S.pd. Kualitas guru pamong selaku pembimbing sangat baik. Semuanya sangat sabar, ramah dan membantu praktikan selama observasi dan latihan pengajaran. Karena tidak

hanya mengarahkan kami tentang bagaimana keadaan siswa yang sedang mengikuti pelajaran di kelas, seluruh guru juga mengarahkan kepada kami tentang perangkat pembelajaran yang tepat untuk pembelajaran, karena sudah memiliki pengalaman yang cukup memadai, kemampuan guru pamong dalam mengajar cukup baik.

Dosen pembimbing PPL adalah Dra. Heny Setyawati, M.Pd. Kualitas dosen pembimbing selaku pengarah dan pembimbing mahasiswa dalam melaksanakan praktik pengalaman lapangan sangat baik sehingga praktikan menjadi lebih banyak mempunyai informasi dan dosen pembimbing sangat membantu praktikan dengan memberikan masukan-masukan dalam hal cara mengajar.

#### **D. Kualitas pembelajaran di sekolah latihan**

Kualitas pembelajaran penjasorkes di SD bojong salaman 2 sudah cukup baik meskipun alat yang tersedia terbatas tetapi siswa tetap antusias dalam mengikuti pembelajaran yang berlangsung. Guru dalam menyampaikan materi sangat jelas dan menyenangkan.

#### **E. Kemampuan diri Praktikan**

Praktikan menyadari keterbatasan kemampuan dan kekurangan yang dimiliki sebagai seorang calon guru yang sedang dalam proses belajar. Untuk itu praktikan masih banyak memerlukan masukan dan saran dari guru-guru untuk dapat meningkatkan kemampuan dalam mengajar, dapat mengelola kelas dengan baik dan menjadi seorang guru yang professional.

#### **F. Nilai tambah yang diperoleh mahasiswa setelah melaksanakan PPL 1**

Nilai tambah yang diperoleh setelah melaksanakan PPL 1 adalah praktikan bisa mengetahui kondisi, situasi dan lingkungan sekolah yang

sebenarnya. Mahasiswa praktikan juga mengetahui tugas dan kewajiban seorang guru serta sikap-sikap yang dimiliki oleh seorang guru.

#### **G. Saran pengembangan bagi sekolah latihan dan Unnes**

Saran untuk SD Bojong Salaman 2 hendaknya untuk dapat terus meningkatkan kualitas pembelajaran yang dilakukan, khususnya untuk pembelajaran penjasorkes seharusnya untuk bisa menambah lagi guru penjas karena jika pembelajaran digabung kelas A dan B suasana pembelajaran kurang efektif dan tidak bisa berjalan sebagaimana mestinya karena kelas terlalu gemuk dengan jumlah siswa mencapai 60 lebih.

Saran untuk Unnes sebaiknya tetap menjaga dan meningkatkan hubungan baik dengan sekolah-sekolah tempat pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) terutama dengan SD Negeri Bojong Salaman 02. Dengan demikian dapat memperlancar proses pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) tahun berikutnya.

## Lampiran I

### RENCANA KEGIATAN

No.	Tanggal	Kegiatan	Tempat	Penanggung Jawab
1.	16 – 21 Juli 2012	<i>Microteaching</i>	Kampus PGSD	Dosen Pendamping <i>Microteaching</i>
2.	24 – 26 Juli 2012	Pembekalan PPL	Kampus PGSD	Pusat Pengembangan PPL UNNES
3.	30 Juli 2012	Penerjunan PPL <ul style="list-style-type: none"> <li>• Upacara penerjunan PPL</li> <li>• Serah terima di Sekolah Latihan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kampus UNNES Sekaran</li> <li>• SD N Bojong Salaman 02</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pusat Pengembangan PPL</li> <li>• Koordinator Dosen Pembimbing</li> </ul>
5	30 juli – 11 Agustus 2012	Kegiatan Observasi <ul style="list-style-type: none"> <li>- Observasi Lingkungan Sekolah</li> <li>- Observasi Pembelajaran</li> </ul>	SD N Bojong Salaman 02	Kepala SD N Bojong Salaman 02
8.	13 Agustus – 25 Agustus 2012	Libur Hari Raya Idul Fitri 1431 H	-	-
9.	26 Agustus 2012	Halal bihalal	SD N Bojong Salaman 02	Kepala SD N Bojong Salaman 02
10.	27 Agustus 2012	Konsultasi Materi Mengajar	SD N Bojong Salaman 02	Koordinator Guru Pamong
11.	28 agustus – 8 September 2012	Kegiatan Mengajar Terbimbing (PPL Terbimbing)	SD N Bojong Salaman 02	Koordinator Guru Pamong dan Guru Pamong
12.	10 september – 27 september	Kegiatan Mengajar Mandiri (PPL Mandiri)	SD N Bojong Salaman 02	Koordinator Guru Pamong dan Guru Pamong
14.	1-5 Oktober 2012	Ujian Mengajar	SD N Bojong Salaman 02	Guru Pamong dan Dosen Pembimbing
18.	20 Oktober 2012	Penarikan Mahasiswa PPL	SD N Bojong Salaman 02	Pusat Pengembangan PPL UNNES

## Lampiran II

### JADWAL KEGIATAN

Bulan Juli – Oktober 2012

Minggu ke-	Hari dan tanggal	Waktu	Kegiatan
<b>I</b>	Senin, 30 Oktober 2012	07.00-selesai 10.00-selesai	Upacara Penerjunan PPL Serah terima di SD Latihan
	Selasa, 31 Oktober 2012	07.00-selesai	Observasi Lingkungan SD
	Rabu, 1 Agustus 2012	07.00-selesai	Observasi Lingkungan SD
	Kamis, 2 Agustus 2012	07.00-selesai	Observasi Lingkungan SD
	Jumat, 3 Agustus 2012	07.00-selesai	Observasi Lingkungan SD
	Sabtu, 4 Agustus 2012	07.00-selesai	Observasi Lingkungan SD
<b>II</b>	Senin, 6 Agustus 2012	07.00-selesai	Observasi Administrasi
	Selasa, 7 Agustus 2012	07.00-selesai	Observasi Administrasi
	Rabu, 8 Agustus 2012	07.00-selesai	Observasi Administrasi
	Kamis, 9 Agustus 2012	07.00-selesai	Observasi Administrasi
	Jumat, 10 Agustus 2012	07.00-selesai	Observasi Administrasi
	Sabtu, 11 Agustus 2012	07.00-selesai	Observasi Administrasi
<b>III- IV</b>	Senin, 13 Agustus- 25 2012		LIBUR HARI RAYA IDUL FITRI
<b>V -X</b>	Senin, 27 Agustus 2012	07.00-selesai	Konsultasi mengajar terbimbing
	Selasa 28 Agustus – 11 September 2012	07.00-selesai	Mengajar Mandiri
	Rabu, 12 September 2012	07.00-selesai	Konsultasi mengajar mandiri
	Kamis, 13 September 2012	07.00-selesai	Mengajar mandiri
	Jumat , 28 September – 29 September 2012	07.00-selesai	Persiapan ujian
<b>XI-XII</b>	Senin, 1 Oktober - 5 oktober	07.00-selesai	Ujian PPL
	Sabtu 6 oktober – 10 oktober	07.00-selesai	Pembuatan laporan dan upload laporan
	Kamis, 11 oktober – 13 oktober 2012	07.00-selesai	Persiapan perpisahan dan penarikan PPL
<b>XIII</b>	Sabtu , 20 Oktober 2012	07.00- selesai	Penarikan PPL

### Lampiran III

### Daftar Presensi Mahasiswa PPL SDN Bojong Salaman 2

#### DAFTAR PRESENSI MAHASISWA PPL DI SEKOLAH / TEMPAT LATIHAN

Program/tahun : 2012/2013  
 Sekolah/latihan : SDN Bojong Salaman 02

No	Nama	NIM	Jurusan	Tanda tangan (tanggal)												Ket	
				8/10	9/10	10/10	11/10	12/10	13/10	14/10	15/10	16/10	17/10	18/10	19/10		
1.	Anisa Kosmasanti	1401409024	PGSD														
2.	Khusna Budi Suryani	1401409039	PGSD														
3.	Siti Nurul Ummah	1401409091	PGSD														
4.	Sri Hartani	1401409217	PGSD														
5.	Nurma Yuniardi	1401409291	PGSD														
6.	Erlina	1401409294	PGSD														
7.	Rizka Chandra Dewi	6102409061	PGPISD														
8.	Auliar Purmono	6102409105	PGPISD														

Mengembangkan,

Kepala SDN Bojong Salaman 02



H. Nurrahmi, S.Pd  
 NIP. 19581010 197802 2 016

Ketua kelompok sekolah latihan

Auliar Purmono  
 NIM.6102409105

**DAFTAR PRESENSI MAHASISWA PPL  
DI SEKOLAH / TEMPAT LATIHAN**

Program/tahun : 2012/2013  
Sekolah latihan : SDN Bojoneg Salamun 02

No	Nama	NIM	Jurusan	Tanda tangan (tanggal)												Ket
				07/9	08/9	12/9	15/9	14/9	15/9	17/9	18/9	19/9	20/9	21/9	22/9	
1.	Anisa Kusumastuti	1401409024	PGSD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	
2.	Khusna Budi Suryani	1401409039	PGSD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	
3.	Siti Nurul Umamah	1401409091	PGSD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	
4.	Sri Hartanti	1401409217	PGSD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	
5.	Nurma Yuniardi	1401409291	PGSD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	
6.	Erlina	1401409294	PGSD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	
7.	Rizkia Chandra Devi	6102409061	PGPISD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	
8.	Anjar Purnomo	6102409105	PGPISD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	

Semarang.....*[Signature]*

  
 Kepala SDN Bojoneg Salamun 02  
**Hi. Supriatni, S.Pd**  
 NIP. 19581010 197802 2 016

Ketua kelompok sekolah latihan  
*[Signature]*  
**Anjar Purnomo**  
 NIM. 6102409105



**DAFTAR PRESENSI MAHASISWA PPL  
DI SEKOLAH / TEMPAT LATIHAN**

Program/tahun : 2012/2013  
Sekolah latihan : SDN Bojong Salaman 02

No	Nama	NIM	Jurusan	Tanda tangan (tanggal)										Ket			
				24/9	25/9	26/9	27/9	28/9	29/9	1/10	2/10	3/10	4/10		5/10	6/10	
1.	Anisa Kusumastuti	1401409024	PGSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
2.	Khasna Budi Suryani	1401409039	PGSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
3.	Siti Nurul Umamah	1401409091	PGSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
4.	Sri Hartani	1401409217	PGSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
5.	Nurma Yuniardi	1401409291	PGSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
6.	Erlina	1401409294	PGSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
7.	Rizkia Chandra Devi	6102409061	PGPISD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
8.	Anjar Purnomo	6102409105	PGPISD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	

Semarang, ..... 2013.

Ketua kelompok sekolah latihan

[Signature]

Anjar Purnomo

NIM.6102409105

Kementrian  
Kepada SDN Bojong Salaman 02  
Hl. Supriah, S.Pd  
NIP. 19581010 197802 2 016

**DAFTAR PRESENSI MAHASISWA PPL  
DI SEKOLAH / TEMPAT LATIHAN**

Program/tahun : 2012/2013  
Sekolah latihan : SDN Bojong Salaman 02

No	Nama	NIM	Jumlah	Tanda tangan (tanggal)								Ket					
				27/8	28/8	29/8	30/8	31/8	1/9	2/9	3/9		4/9	5/9	6/9	7/9	8/9
1.	Amisa Kusumastuti	1401409024	PGSD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	
2.	Khusna Budi Suryani	1401409039	PGSD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	
3.	Siti Nurul Ummah	1401409091	PGSD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	
4.	Sri Hartani	1401409217	PGSD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	
5.	Nurra Yuniardi	1401409291	PGSD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	
6.	Erlina	1401409294	PGSD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	
7.	Rizkia Chandra Dewi	6102409061	PGP/SD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	
8.	Anjar Purnomo	6102409105	PGP/SD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	

Semarang.....*[Signature]*

Ketua kelompok sekolah latihan

*[Signature]*

Anjar Purnomo

NIM.6102409105

Meninggatkan  
Kepala SDN Bojong Salaman 02  
Hj. Supriatni, S.Pd  
NIP. 19581010 197802 2 016

## Lampiran IV

### Perangkat Pembelajaran

#### RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan	: SD Negeri Bojong Salaman 2
Kelas	: VI (lima)
Semester	: 1 (satu)
Mata Pelajaran	: Penjasorkes
Runag Lingkup/ Aspek	: Permainan dan olahraga sederhana
Alokasi Waktu	: 2 x 35 menit

- **Standart Kompetensi**

Mempraktikkan latihan untuk meningkatkan kebugaran dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

- **Kompetensi Dasar**

Mempraktikkan aktivitas permainan sederhana untuk melatih kekuatan ,dan daya tahan otot,serta nilai kerja keras dan disiplin.

- **Indikator**

Kognitif :

- Menjelaskan pengertian kekuatan dan daya tahan.
- Menjelaskan gerakan yang ada unsur kekuatan dan daya tahan.
- Menjelaskan secara benar gerakan yang akan dipraktekkan.

Proses :

- Menyelidiki pengaruh melompat dan mendorong terhadap denyut nadi
- Menyelidiki pengaruh lompat terhadap suhu tubuh

Psikomotor :

- Mempraktikkan gerakan mendorong sesama teman
- Mempraktikkan gerakan melompat

- Mempraktikkan permainan lempar cepat tepat

Afektif :

- Disiplin pada saat berlatih
- Kesungguhan dalam berlatih

Keterampilan sosial

- 1. Kerjasama dalam menjaga kebersihan dan keselamatan selama dilapangan
- 2. Menjadi pendengar yang baik
- 3. Berani bertanya atau berpendapat
- 4. Percaya diri dalam melakukan gerakan.

## • Tujuan Pembelajaran

### Kognitif

#### **Produk**

- Diberikan pertanyaan berbentuk pilihan ganda , siswa dapat memilih jawaban benar sesuai kunci jawaban.
- Tanpa melakukan gerakan, siswa diminta untuk menjelaskan dengan kata-kata sendiri (pemahaman) teknik melakukan gerakan mendorong dan melompat .

#### **Proses**

- Diberikan gerakan mendorong dengan kekuatan lengan tangan dan kaki secara benar, gerakan melompat secara benar, gerakan melempar bola dengan benar.

### Psikomotor

- dilakukan dengan membagi jumlah siswa menjadi 2 yang disesuaikan dengan berat badan dan tinggi badan melakukan gerakan mendorong.
- Dilakukan dalam bentuk kelompok dengan kompetisi gerakan lompat antar teman.

- Dilakukan dalam bentuk kelompok dengan permainan lempar cepat tepat .

### **Afektif**

#### **Perilaku berkarakter**

- Pada saat mengikuti proses pembelajaran siswa berperilaku disiplin.
- Pada saat mengikuti proses pembelajaran siswa memperlihatkan kesungguhan paling tidak dinilai pengamat mengalami kemajuan.
- Pada saat proses pembelajaran siswa menunjukkan sikap percaya diri paling tidak diamati pengamat ada kemajuan.

#### **Keterampilan sosial**

- Pada saat mengikuti kegiatan siswa dapat bekerjasama dengan teman satu kelompoknya.

### ● **Materi pengajaran**

-Melakukan permainan lempar cepat tepat.

#### **Metode pembelajaran**

- Model pembelajaran  
Model pembelajaran kooperatif dan model pembelajaran langsung.  
Guru mendemonstrasikan gerakan kemudian siswa melakukan gerakan secara bersama dengan kelompoknya.
- Metode pembelajaran  
Praktek langsung, pemberian tugas, memberikan timbal balik.

#### **Bahan dan Alat**

- Perangkat pembelajaran (Silabus, RPP, Presensi dan Penilaian)
- Peralatan

#### **Berbasis ICT/Internet**

Metode jenis-jenis permainan sederhana

#### **Langkah-langkah pembelajaran**

- Persiapan guru penjasorkes sebelum pengajaran,
- Menyiapkan perangkat (silabus, RPP, lembar presensi dan lembar penilaian),
- Menyiapkan peralatan.

### **Kegiatan awal pembelajaran; 5 menit**

- Mengecek kehadiran siswa, berdoa dan presensi
- Apresepsi/pemanasan
- Menyampaikan ruang lingkup materi
- Gerakan mendorong , melompat dan permainan lempar cepat tepat.

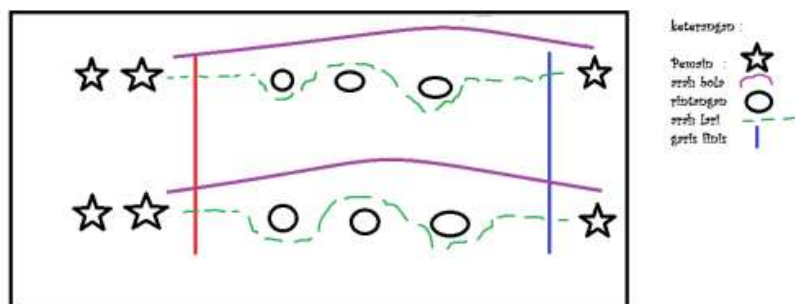
### **Pemanasan**

Pemanasan dengan menggunakan permainan bintang beralih, Siswa berbaris depan dan belakang kemudian membentuk lingkaran, area berlari adalah disekitar lingkaran yang dibentuk pemain, permainan ini dimulai jika ada pemain yang mengejar dan dikejar. jika pemain yang dikejar berdiri dipagar pemain maka pemain yang ada dibelakang sendiri harus segera berlari karena pagar tidak boleh berjumlah lebih dari 2 orang.

### **Kegiatan inti pembelajaran**

#### 1. Tugas

- Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan cara melakukan mendorong sesama teman  
Contoh : gerakan mendorong
- Gerakan mendorong dengan teman
- Gerakan melompat melewati teman
- Gerakan Lempar tepat cepat



- Memonitor dan evaluasi tugas gerak siswa
- Memberikan *feedback* ( umpan balik) kebenaran teknik yang bertujuan pembelajaran sampai semua siswa memenuhi KKM.
- Setelah melakukan evaluasi guru melakukan dan memberikan pemahaman bagi siswa tentang teknik yang benar dan gerakan yang sudah dilakukan dan siswa diberi kesempatan untuk bertanya atau berpendapat.
- Konstruksi Nilai  
Guru memberikan pemahaman tentang pentingnya disiplin, kerjasama berdasarkan tugas gerak yang dilakukan.

#### **Kegiatan akhir pembelajaran**

- Pendinginan  
Guru memberikan penguluran otot, siswa melakukan dengan sungguh-sungguh.
- Refleksi  
Pengamatan belajar siswa
- Koreksi umum terhadap proses dan hasil belajar siswa (pengetahuan sikap dan keterampilan)
- Tindak lanjut

#### **Alat dan Sumber bahan**

Alat: peluit ,cone ,kapur , bola dan lapangan

#### **Penilaian**

1. Tes objektif secara tertulis  
Berupa pemahaman kognitif siswa terhadap unjuk kerja lembar penilaian 1(LP1)
2. Tes unjuk kerja

## **Lampiran**

1. Bahan Ajar
2. Media Pembelajaran
3. Lembar Penilaian
4. Lembar Kerja

Semarang, 28 Agustus 2012

Mengetahui,

Guru Penjas Orkes

Praktikan Mengajar

Sri Padmiati , A.Ma

NIP. 19690402 200312 2 005

Rizkya Chandra Devi

NIM :6102409061

Kepala Sekolah

Guru Pamong

Hj. Suprapti, S.Pd

NIP. 19581010 197802 2 016  
200312 1 003

Sumardi, S.Pd

NIP. 19660915



## BAHAN AJAR

- **Standart Kompetensi**

.Mempraktikkan latihan untuk meningkatkan kebugaran dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

- **Kompetensi Dasar**

Mempraktikkan aktivitas permainan sederhana untuk melatih kekuatan ,dan daya tahan otot,serta nilai kerja keras dan disiplin.

### **Manfaat dan tata tertib di lapangan**

1. **Manfaat permainan lempar cepat tepat** adalah gerakan yang mampu meningkatkan ketrampilan dan kelincahan fisik. Setelah siswa memiliki kemampuan fisik yang baik diharapkan juga akan memiliki tingkat kesegaran jasmani yang baik serta kemampuan tubuh untuk menangkal suatu penyakit, disamping itu juga memiliki kemampuan mental seperti rasa percaya diri, keberanian, kebersamaan, dan disiplin yang tinggi.

### **2. Tata Tertib di lapangan**

- a. Siswa dalam mengikuti pelajaran harus memperhatikan petunjuk guru.
- b. Siswa wajib menjaga ketertiban di lapangan.
- c. Siswa tidak boleh meninggalkan lapangan sebelum selesai pelajaran.

### **3. Hal yang perlu dilakukan sebelum latihan :**

- a. Melakukan pemanasan untuk menghindari cedera.
- b. Meregangkan otot-otot leher, pinggang, dan lutut.

### **4. Hal-hal yang perlu dilakukan setelah latihan :**

- a. Mencuci tangan dan kaki.
- b. Ganti pakaian. Istirahat dan minum yang cukup.

- **Manfaat Pembelajaran**

Proses :

- Menyelidiki pengaruh mendorong, melompat, lari terhadap denyut nadi
- Menyelidiki pengaruh lompat terhadap suhu tubuh

Psikomotor :

- Mempraktikkan gerakan mendorong
- Mempraktikkan gerakan melompat
- Mempraktikkan permainan lempar cepat tepat

Afektif

- Disiplin pada saat berlatih
- Kesungguhan dalam berlatih

Keterampilan sosial

- 1. Kerjasama dalam menjaga kebersihan dan keselamatan selama dilapangan
- 2. Menjadi pendengar yang baik
- 3. Berani bertanya atau berpendapat
- 4. Percaya diri dalam melakukan gerakan.

- **Indikator**

**Kognitif**

**Produk**

- Diberikan pertanyaan berbentuk pilihan ganda (LP 1: terkait kognitif), siswa dapat memilih jawaban benar sesuai kunci jawaban LP1.
- Tanpa melakukan gerakan, siswa diminta untuk menjelaskan dengan kata-kata sendiri (pemahaman) teknik melakukan gerakan mendorong dan melompat.

**Proses**

- Diberikan gerakan mendorong dengan kekuatan lengan tangan dan kaki secara benar, gerakan melompat bangku secara benar, gerakan melempar bola dengan benar.

## Psikomotor

- dilakukan dengan membagi jumlah siswa menjadi 2 yang disesuaikan dengan berat badan dan tinggi badan melakukan gerakan mendorong.
- Dilakukan dalam bentuk kelompok dengan kompetisi gerakan lompat bangku.
- Dilakukan dalam bentuk kelompok dengan permainan lempar cepat tepat .

## Afektif

### **Perilaku berkarakter**

- Pada saat mengikuti proses pembelajaran siswa berperilaku disiplin.
- Pada saat mengikuti proses pembelajaran siswa memperlihatkan kesungguhan paling tidak dinilai pengamat mengalami kemajuan.
- Pada saat proses pembelajaran siswa menunjukkan sikap percaya diri paling tidak diamati pengamat ada kemajuan.

### **Keterampilan sosial**

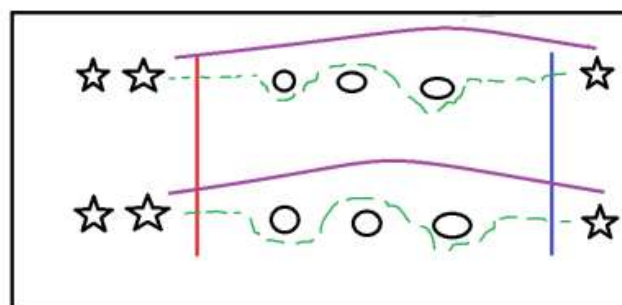
- Pada saat mengikuti kegiatan siswa dapat bekerjasama dengan rekan satu kelompoknya.

### • **Metode pembelajaran**

1. Ceramah
2. Demonstrasi
3. Tanggung Jawab
4. Pemberian Tugas

### • **Inti Pembelajaran**

- Gerakan Mendorong
- Gerakan Melompat
- Gerakan lempar cepat tepat



## MEDIA PEMBELAJARAN

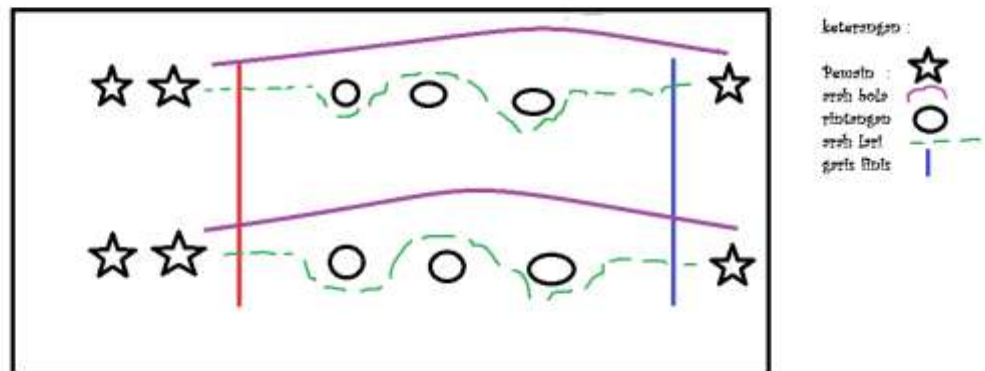
- **Standart Kompetensi**  
.Mempraktikkan latihan untuk meningkatkan kebugaran dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya
- **Kompetensi Dasar**  
Mempraktikkan aktivitas permainan sederhana untuk melatih kekuatan ,dan daya tahan otot,serta nilai kerja keras dan disiplin.

### Metode pembelajaran

1. Ceramah
2. Demonstrasi
3. Tanggung Jawab
4. Pemberian Tugas

### Inti Pembelajaran

- Gerakan mendorong
- Gerakan Melompat
- Permainan cepat tepat



- **Indikator**

## **Kognitif**

### **Produk**

- Diberikan pertanyaan berbentuk pilihan ganda (LP 1: terkait kognitif), siswa dapat memilih jawaban benar sesuai kunci jawaban LP1.

Tanpa melakukan gerakan, siswa diminta untuk menjelaskan dengan kata-kata sendiri (pemahaman) teknik melakukan gerakan mendorong,melempar,permainan melempar cepat tepat.

### **Proses**

- Diberikan gerakan mendorong dengan kekuatan lengan tangan dan kaki secara benar,gerakan melompat bangku secara benar,gerakan melempar bola dengan benar.

## **Psikomotor**

- dilakukan dengan membagi jumlah siswa menjadi 2 yang disesuaikan dengan berat badan dan tinggi badan melakukan gerakan mendorong.
- Dilakukan dalam bentuk kelompok dengan kompetisi gerakan lompat bangku.
- Dilakukan dalam bentuk kelompok dengan permainan lempar cepat tepat .
- 

## **Afektif**

### **Perilaku berkarakter**

- Pada saat mengikuti proses pembelajaran siswa berperilaku disiplin.
- Pada saat mengikuti proses pembelajaran siswa memperlihatkan kesungguhan paling tidak dinilai pengamat mengalami kemajuan.
- Pada saat proses pembelajaran siswa menunjukkan sikap percaya diri paling tidak diamati pengamat ada kemajuan.

### **Keterampilan sosial**

- Pada saat mengikuti kegiatan siswa dapat bekerjasama dengan rekan satu kelompoknya.

## Lembar Penilaian

- **Standard Kompetensi**  
 .Mempraktikkan latihan untuk meningkatkan kebugaran dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya
  
- **Kompetensi Dasar**  
 Mempraktikkan aktivitas permainan sederhana untuk melatih kekuatan ,dan daya tahan otot,serta nilai kerja keras dan disiplin.

**TABEL SPESIFIKASI LEMBAR PENILAIAN**

Tujuan Pembelajaran	Lembar Penilaian dan Butir Tes	Kunci Lembar Penilaian dan Butir Tes
<b>Psikomotor</b> 1. Siswa mampu melakukan gerakan mendorong sesama teman dengan benar 2. Siswa mampu melakukan gerakan melompat dengan benar 3. Siswa mampu melakukan permainan melempar cepat tepat	LP. 1 Butir 1,2,3	Kunci LP. 1 Butir 1,2,3
<b>Afektif</b> 1. Pada saat mengikuti proses pembelajaran siswa berperilaku disiplin. 2. Pada saat mengikuti proses pembelajaran siswa memperlihatkan kesungguhan paling tidak dinilai pengamat mengalami kemajuan.	LP. 2 Aspek Yang Dinilai	LP. 2 Aspek yang dinilai

<p>3. Pada saat proses pembelajaran siswa menunjukkan sikap percaya diri paling tidak diamati pengamat ada kemajuan Kognitif</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa mampu menjelaskan cara melakukan mendorong dengan sesame teman dan melompat dengan media teman dengan tanpa mempraktekan gerakan</li> <li>2. Siswa mampu menjelaskan cara melakukan permainan lempar cepat tepat tanpa melakukan gerakan.</li> </ol>	<p>LP. 3 Butir 1,2</p>	<p>Kunci LP. 3 Butir 1,2</p>
---	----------------------------	----------------------------------

## LEMBAR PENILAIAN 1

### Tes praktek

1. Melakukan gerakan mendorong.
2. Melakukan gerakan melompat.
3. Melakukan permainan lempar cepat tepat.

### RUBRIK PENILAIAN PSIKOMOTOR

NO	ASPEK YANG DINILAI	KUALITAS GERAK			
		1	2	3	4
1	Gerakan mendorong				
2	Gerakan melompat				
3	Melakukan lempar cepat tepat				
	Jumlah				
	Jumlah Skor Maksimal				

#### Keterangan skor aspek psikomotor

a. Gerakan mendorong

- Nilai 1 : sikap salah, tangan ditekuk dan lemah,kaki tidak seimbang  
2 : sikap betul, tangan lurus ,bertenaga,kaki lemah  
3 : sikap betul, tangan ditekuk,kaki kuat dan seimbang  
4 : sikap betul, tangan lurus dan bertenaga,kaki kuat dan seimbng

b. Gerakan melompat

- Nilai 1 : sikap salah,badan tidak seimbang,mendarat dengan 1 kaki  
2 : sikap betul, badan seimbang mendarat dengan 1 kaki  
3 : sikap betul, badan tidak seimbang mendarat dengan 2 kaki  
4 : sikap betul, badan seimbang,mendarat dengan kedua kaki.

c. Permainan lempar cepat tepat

- Nilai 1 : gerakan tidak cepat dan tepat  
2 : gerakan sudah cepat tetapi tidak tepat  
3 : gerakan tidak cepat tetapi tepat  
4 : gerakan cepat dan tepat



## LEMBAR PENILAIAN 2

Pengamatan Perilaku Berkarakter dan Keterampilan Sosial

### RUBRIK PENILAIAN SIKAP/AFEKTIF

Aspek yang dinilai	Kualitas gerak			
	1	2	3	4
Disiplin				
Kesungguhan				
Percaya diri				
Keompakan				
Menghargai teman lain				
JUMLAH				
Skor				
Skor Maksimal				
Nilai				

Keterangan:

1. Kurang
2. Cukup
3. Baik
4. Baik sekali

### LEMBAR PENILAIAN 3

#### Kognitif

#### Tes Lisan

1. Jelaskan cara mendorong dengan sesama teman tanpa melakukan gerakan
2. Siswa mampu menjelaskan cara melompat yang benar tanpa melakukan gerakan!
3. Siswa mampu menjelaskan cara melakukan permainan lempar cepat tepat

#### Kunci jawaban

1. Gerakan maju kedepan ,kedua telapak tangan saling ditempelkan kemudian saling dorong dengan kaki terkuat berada dibelakang
2. Gerakan kedua kaki melakukan tolakan dan lutut tidak kaku kemudian kedua kaki mendarat dengan 2 kaki
3. Permainan dengan cara berlari dari garis awal dengan membawa bola dan melewati rintangan dengan cara berlari zig-zag kemudian melemparkan bola dengan kuat dan tepat terhadap teman 1 kelompok yang berada di garis awal.

#### RUBRIK PENILAIAN KOGNITIF

Aspek Yang Dinilai	Kualitas				Nilai
	1	2	3	4	
1. Siswa mampu menjelaskan cara melakukan gerakan mendorong dengan benar 2. Siswa mampu menjelaskan cara melompat dengan benar. 3. Siswa mampu menjelaskan cara bermain lempar cepat tepat dengan benar.					
<b>Jumlah</b>					

<b>Jumlah skor maksimal</b>					
<b>Nilai</b>					

Keterangan:

- |           |               |
|-----------|---------------|
| 1. Kurang | 3.Baik        |
| 2. Cukup  | 4.Baik sekali |

### **LEMBAR KERJA**

#### Soal Pilihan Ganda

1. Apa yang dimaksud dengan melompat?
  - a. Gerakan dengan tumpuan kedua kaki melakukan tolakan dan mendarat dengan 1 kaki.
  - b. Gerakan dengan tumpuan kedua kaki melakukan tolakan dan mendarat dengan 2 kaki.
  - c. Gerakan dengan tumpuan satu kaki dan mendarat menggunakan 2 kaki
2. Gerakan mendorong dengan teman yang benar adalah?
  - a. Berdiri saling berhadapan ,tangan lurus,posisi kaki terkuat dibelakang
  - b. Berdiri saling membelakangi ,tangan lurus,kaki terkuat didepan
  - c. Berdiri saling berhadapan ,tangan menekuk,posisi kaki terkuat didepan.
3. Bagaimana posisi kaki yang benar pada saat mendarat setelah melakukan lompatan?
  - a. Badan seimbang mendarat dengan 1 kaki
  - b. Badan condong ke depan dan mendarat dengan kedua kaki
  - c. Badan seimbang dan mendarat dengan menggunakan kedua kaki.
4. Alat apa saja yang digunakan dalam permainan lempar cepat tepat?
  - a. Bola ,cone ,bendera
  - b. Bendera dan cone
  - c. Bola dan bendera
5. Bagaimana cara bermain permainan lempar cepat tepat?
  - a. Permainan yang tidak membutuhkan kecepatan

- b. Permainan yang membutuhkan kecepatan dan ketepatan dalam melempar bola
- c. Permainan yang hanya membutuhkan ketepatan saja.

#### Esay

1. Bagaimana cara melakukan permainan lempar cepat tepat?
2. Jelaskan yang dimaksud dengan melompat.?
3. Jelaskan yang dimaksud dengan mendorong?
4. Beda melompat dan meloncat?
5. Jelaskan cara mendarat yang benar?

#### Kunci jawaban

##### Pilihan ganda

1. b
2. a
3. c
4. a
5. b

##### Esay

1. Permainan dengan cara berlari dari garis awal dengan membawa bola dan melewati rintangan dengan cara berlari zig-zag kemudian melemparkan bola dengan kuat dan tepat terhadap teman 1 kelompok yang berada di garis awal.
2. Gerakan kedua kaki melakukan tolakan dan lutut tidak kaku kemudian kedua kaki mendarat dengan 2 kaki.
3. Gerakan maju kedepan ,kedua telapak tangan saling ditempelkan kemudian saling dorong dengan kaki terkuat berada dibelakang

4. Melompat mendarat dengan kedua kaki dengan tumpuan awal menggunakan kedua kaki sedangkan meloncat mendarat dengan kedua kaki dengan tumpuan awal dengan satu kaki.
5. Menggunakan kedua kaki.