

**LAPORAN**  
**PRAKTEK PENGALAMAN LAPANGAN 2**  
**DI SD NEGERI TUGUREJO 01**



Oleh:

Nama : Erwin Eko Hendrianto  
NIM : 6102409092  
Program studi : PGPJSD,S1

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

## PENGESAHAN

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

Hari : Selasa

Tanggal : 09 Oktober 2012

Disahkan oleh:

Koordinator Dosen Pembimbing



Drs. H. A. Zaenal Abidin, M.Pd.

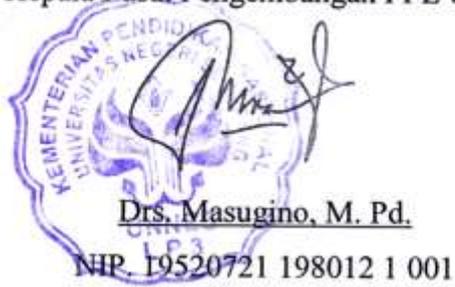
NIP 19560512 1982031003

Kepala Sekolah SDN Tugurejo01



Riyatni, S.Pd.  
NIP. 19611025 198304 2 003

Kepala Pusat Pengembangan PPL Unnes



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

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi ALLAH SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah serta inayah-Nya sehingga penyusun dapat menyelesaikan laporan Praktik Pengalaman Lapangan 2 di SD Negeri Tugurejo 01 Kota Semarang. Tidak lupa pula penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Sudijono Sastroatmojo, M.Si. selaku Rektor Unnes.
2. Drs. Masugino, M.Pd. selaku kepala pusat pengembangan PPL Unnes.
3. Drs. H.A. Zaenal Abidin, M.Pd. selaku koordinator dosen pembimbing PPL.
4. Mohamad Annas, S.Pd. M.pd. selaku dosen pembimbing PPL.
5. Riatni, S.Pd. selaku kepala sekolah SD Negeri Tugurejo 01 Kota Semarang.
6. Riatni, S.Pd. selaku koordinator guru pamong di SD Negeri Tugurejo 01.
7. Florentina Rio P. A.MA.PD.SD. selaku guru pamong
8. Bapak dan Ibu guru beserta seluruh staf dan karyawan SD Negeri Tugurejo 01.
9. Rekan-rekan Mahasiswa Praktikan Praktik Pengalaman Lapangan di SD Negeri Tugurejo 01.
10. Siswa-siswi SD Negeri Tugurejo 01.

PENYUSUN MENYADARI BAHWA dalam laporan ini masih banyak sekali kekurangan, akan tetapi penyusun berharap laporan ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Semarang, 09 Oktober 2012

Praktikan

Erwin Eko Hendrianto

NIM. 6102409092

## DAFTAR ISI

Halaman	
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 PPL.....	4
B. Dasar Konseptual .....	4
C. Prinsip-Prinsip PPL.....	5
D. Persyaratan dan Tempat .....	5
E. Tugas Guru Praktikan.....	6
F. Kurikulu .....	6
BAB III PELAKSANAAN	
A. Waktu Pelaksanaan.....	8
B. Tempat Pelaksanaan.....	8
C. Tahapan Kegiatan.....	8
D. Materi kegiatan .....	10
E. Proses Bimbingan.....	10
F. Faktor Pendukung dan Penghambat.....	12
BAB. IV PENUTUP	
A. Simpulan .....	14
B. Saran .....	15
REFLEKSI DIRI	

## **DAFTAR LAMPIRAN**

1. Daftar Mahasiswa PPL dan Guru Pamong
2. Rencana kegiatan mahasiswa PPL
3. Perangkat Pembelajaran
  - a. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran
4. Presensi
  - a. Daftar Presensi Mahasiswa PPL
5. Kartu Bimbingan Guru Pamong dan Dosen Pembimbing
6. Foto

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah Program pendidikan yang diselenggarakan untuk mempersiapkan lulusan S1 kependidikan agar menguasai kompetensi guru secara utuh sesuai dengan Standart Nasional Pendidikan (SNP) sehingga dapat memperoleh pengakuan tenaga pendidik yang professional, yang mampu beradaptasi dan melaksanakan tugas profesi pendidik yang unggul, bermartabat, dan dibanggakan lembaga pendidikan pengguna, masyarakat dan bangsa Indonesia. namun dalam perkembangannya masih memfokuskan untuk menciptakan dan mencetak tenaga pendidik. Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) ditujukan untuk membina mahasiswa menjadi tenaga kependidikan yang professional, bertanggung jawab, berdisiplin, dan mengetahui tata cara sebagaimana mestinya seorang guru untuk mencapai tujuan tersebut mahasiswa telah dibekali dengan berbagai mata kuliah yang akan menunjang terhadap perkembangan profesionalismenya nanti di lapangan sebenarnya.

Dasar pelaksanaan kegiatan PPL adalah Surat Keputusan Rektor Universitas Negeri Semarang Nomor 22/O/2008 tentang pedoman Praktik Pengalaman Lapangan bagi mahasiswa kependidikan Universitas Negeri Semarang. Dalam SK tersebut terdapat 23 pasal yang terbagai menjadi XI Bab, yaitu ketentuan umum (pasal 1), ruang lingkup, dasar konseptual, tujuan, fungsi dan sasaran (pasal 2-6), prinsip, status, dan system pengelolaan (pasal 7-9), tugas dan tanggung jawab (pasal 10), persyaratan pelaksanaan dan biaya (pasal 11-12), peserta, bobot, kredit dan tahapan (pasal 13-14), syarat dan tempat pelaksanaan (pasal 15-16), kewajiban dan penilaian mahasiswa (pasal 17-18), ketentuan khusus (pasal 19-21), ketentuan lain (pasal 22), ketentuan penutup (pasal 23).

Atas dasar itu maka Universitas Negeri Semarang (Unnes) sebagai satu lembaga pendidikan tinggi yang menyiapkan tenaga kependidikan dan keguruan yang memiliki kemampuan terapan, akademik dan professional, untuk hal itu, mahasiswa Universitas Negeri Semarang (Unnes) diharuskan menempuh sejumlah komponen program pendidikan yang diselenggarakan untuk mahasiswa yaitu berupa Praktik Pengalaman Lapangan (PPL).

Praktik Pengalaman Lapangan bertujuan membina serta menciptakan calon tenaga pendidik (guru) yang profesional, bertanggung jawab, dan berdisiplin serta mengetahui tata cara dan aturan yang harus dijalankan sebagai seorang tenaga pendidik yang profesional. Praktik Pengalaman Lapangan yang dapat kami ikuti berlokasi di SD Negeri Tugurejo 01 yang diharapkan dapat mengembangkan dan mendapatkan pengalaman baru dalam proses pendidikan terhadap calon tenaga kependidikan.

Universitas Negeri Semarang (Unnes) sebagai lembaga pendidikan yang bertugas menyediakan tenaga kependidikan dan lainnya. Tenaga pembimbing adalah tenaga kependidikan yang tugas utamanya menyelenggarakan layanan bimbingan konseling untuk peserta didik di lingkungan sekolah.

## **B. Tujuan**

Praktik Pengalaman Lapangan bertujuan membentuk mahasiswa praktikan agar menjadi calon tenaga kependidikan yang profesional sesuai dengan prinsip kependidikan berdasarkan kompetensi yang meliputi kompetensi professional, kompetensi personal, dan kompetensi kemasyarakatan dan sosial.

Selain itu Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) berfungsi sebagai bekal bagi praktikan agar memiliki pengalaman secara nyata tentang pengajaran di sekolah. Sehingga diharapkan praktikan memiliki pengetahuan dan ketrampilan yang menunjang tercapainya penguasaan kompetensi professional dan kemasyarakatan.

## **C. Manfaat**

Dalam melaksanakan PPL diharapkan dapat memberikan manfaat terhadap semua komponen yang terkait, yaitu mahasiswa (praktikan), sekolah dan perguruan tinggi yang bersangkutan.

### **1. Manfaat bagi Praktikan**

- a. Melatih kedisiplinan
- b. Praktikan dapat mengetahui secara langsung mengenai cara-cara pembuatan perangkat pembelajaran seperti Program Tahunan, Program Semester, Silabus, Rencana Pelaksanaan Pembelajaran yang dibimbing oleh guru pamong masing-masing.
- c. Mendapatkan pengalaman pertama dalam mengajar seperti bagaimana cara dalam menangani murid-murid dengan berbagai karakter.

- d. Praktikan dilatih pentingnya menghormati, menghargai satu sama lain baik dengan yang lebih tua, seumuran, ataupun lebih kecil .
2. Manfaat bagi sekolah
    - a. Meningkatkan kualitas pendidik, dan menambah keprofesionalan guru.
    - b. Menambah ilmu yang diperoleh mahasiswa dan dari guru-guru sendiri untuk saling bertukar pikiran.dan membantu KBM
  3. Manfaat bagi Unnes
    - a. Memperluas dan meningkatkan jaringan dan kerja sama dengan sekolah yang terkait.
    - b. Memperoleh masukan tentang perkembangan pelaksanaan PPL, sehingga kurikulum, metode dan pengelolaan proses belajar mengajar di instansi atau sekolah dapat disesuaikan dengan tuntunan yang ada di lapangan.
  4. Manfaat umum yang diharapkan didapatkan dalam penyusunan laporan ini adalah:
    - a. Untuk menjelaskan mengenai kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan selama program Praktik Pengalaman Lapangan ini berlangsung.
    - b. Memberikan gambaran mengenai masalah-masalah yang ada di sekolah yang dihadapi oleh praktikan dalam proses berlangsungnya kegiatan PPL.
    - c. Melatih praktikan dalam mencari dan mengungkapkan serta menanggapi masalah-masalah pendidikan selama praktik berlangsung sehingga diharapkan mendapatkan pemecahannya.
    - d. Sebagai bahan kajian dan pertimbangan bagi pelaksanaan program PPL yang akan datang.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

Landasan teori dalam PPL ini didasarkan pada SK Rektor Universitas Negeri Semarang No. 22/0/2008 tentang pedoman praktikan pengalaman lapangan bagi mahasiswa program kependidikan Universitas Negeri Semarang diantaranya adalah:

#### **A. Pengertian Praktik Pengalaman Lapangan.**

1. Praktik Pengalaman Lapangan adalah kegiatan intra kurikuler yang wajib diikuti oleh mahasiswa. Program pendidikan yang diselenggarakan untuk mempersiapkan lulusan S1 kependidikan agar menguasai kompetensi guru secara utuh sesuai dengan Standart Nasional Pendidikan (SNP) sehingga dapat memperoleh pengakuan tenaga pendidik yang professional, yang mampu beradaptasi dan melaksanakan tugas profesi pendidik yang unggul, bermartabat, dan dibanggakan lembaga pendidikan pengguna, masyarakat dan bangsa Indonesia. Kegiatan praktik Lapangan meliputi: Praktik mengajar, praktik administrasi, praktik bimbingan dan konseling serta kegiatan yang bersifat kurikuler yang berlaku di sekolah latihan.

#### **B. Dasar Konseptual**

1. Universitas Negeri Semarang bertugas untuk menyiapkan tenaga kependidikan yang terdiri dari tenaga pembimbing, tenaga pengajar, tenaga pelatih, dan lain-lain.
2. Tenaga pembimbing adalah tenaga kependidikan yang tugas utama menyelenggarakan layanan bimbingan konseling untuk peserta didik di sekolah,
3. Tenaga pelatih adalah tenaga kependidikan yang tugas utamanya memberikan layanan pendidikan dan pengajaran di sekolah.
4. Tenaga pengajar adalah tenaga kependidikan yang tugas utamanya memberikan layanan pendidikan dan pengajaran di sekolah.
5. Tenaga pendidikan lainnya adalah perancangan kurikulum, ahli teknologi, pendidikan, ahli administrasi pendidikan, analisator hasil belajar, dan tutor pamong belajar yang bertugas menurut kewenangan masing-masing.

### **C. Prinsip-prinsip Praktik Pengalaman Lapangan.**

Prinsip PPL yaitu:

1. PPL dilaksanakan atas dasar tanggung jawab bersama antara Universitas Negeri Semarang dengan sekolah/tempat latihan.
2. PPL dikelola dengan melibatkan berbagai unsur meliputi Universitas Negeri Semarang, Dinas Pendidikan Propinsi, Dinas Pendidikan Kabupaten/kota, sekolah latihan dan lembaga-lembaga terkait lainnya.
3. PPL terdiri dari PPL 1 dan PPL 2 yang dilakukan secara simultan.
4. Pembimbingan Mahasiswa PPL dilakukan secara intensif dan sistematis oleh guru pamong/petugas lainnya dan dosen pembimbing yang memenuhi syarat untuk tugas-tugas pembimbingan.
5. Pembimbingan mahasiswa PPL menjadi tanggung jawab bersama pihak Universitas Negeri Semarang dan Sekolah latihan/intansi terkait lainnya.
6. PPL dilaksanakan di sekolah latihan atau tempat latihan lainnya yang menyelenggarakan proses pembelajaran dan latihan.
7. Mahasiswa praktikan melaksanakan seluruh komponen tugas dan kegiatan PPL sesuai dengan peraturan yang berlaku.
8. Mahasiswa yang melaksanakan PPL tidak diizinkan menempuh mata kuliah lainnya dikampus.
9. Mahasiswa praktikan harus menjaga nama baik almamater dan korpmahasiswa PPL sebagai calon guru dan calon tenaga pendidikan lainnya.

### **D. Persyaratan dan Tempat**

Sebelum dapat mengikuti PPL 2 ada beberapa persyaratan yang harus dipenuhi oleh mahasiswa (khususnya program S1), antara lain:

#### **Pasal 15**

1. Mahasiswa telah menempuh minimal 110 SKS dibuktikan dengan KHS dan KRS semester enam (6).
2. Mendaftarkan diri sebagai calon peserta PPL secara *online*
3. PPL 2 dilaksanakan setelah PPL 1

#### **Pasal 16**

1. PPL dilaksanakan di kampus, dan sekolah/tempat latihan
2. Tempat praktik ditetapkan berdasarkan persetujuan Rektor dengan Dinas Pendidikan Kabupaten/Kota, atau pimpinan lain yang setara dan terkait dengan tempat latihan.

### 3. Penempatan mahasiswa disekolah/tempat latihan sesuai minat

Dalam hal penentuan tempat praktik ditetapkan berdasarkan persetujuan Rektor dengan Kepala Dinas P dan K Propinsi Jawa Tengah. Penempatan mahasiswa praktikan di tempat latihan ditentukan oleh UPT PPL Unnes dan Instansi lain terkait. Walaupun ada perbedaan antara PPL 1 dan PPL 2 perlu diingat bahwa mahasiswa praktikan menempati tempat latihan yang sama sejak PPL 1 sampai PPL 2.

#### **E. Tugas guru praktikan**

Tugas guru praktikan selama mengikuti PPL 2 adalah:

- a. observasi dan orientasi di tempat praktik;
- a. pengajaran model atau pelatihan pengajaran terbimbing;
- b. pelatihan pengajaran mandiri dan ujian mengajar;
- c. membantu memperlancar arus informasi dari Unnes ke sekolah latihan dan sebaliknya;
- d. menyusun laporan hasil observasi dan orientasi di tempat praktik;
- e. mengisi format rencana kegiatan dan format bimbingan PPL yang dijadwalkan.

#### **F. Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) Di SD Negeri Tugurejo 01**

Kurikulum adalah seperangkat rencana dan pengaturan mengenai Tinjauan, isi, dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai Tujuan pendidikan tertentu. Kurikulum disusun oleh satuan pendidikan untuk memungkinkan penyesuaian program pendidikan dengan kebutuhan dan potensi yang ada di daerah.

Pengembangan KTSP yang beragam mengacu pada standar nasional pendidikan untuk menjamin pencapaian Tujuan Pendidikan nasional. Standar Nasional pendidikan terdiri dari atas standar isi, proses, kompetensi lulusan, tenaga kependidikan, sarana dan prasarana, pengelolaan, pembiayaan dan penilaian pendidikan. Standar Isi (ISI) dan Standar Kompetensi Lulusan (SKL) merupakan acuan utama bagi satuan pendidikan dalam mengembangkan kurikulum.

## **BAB III**

### **PELAKSANAAN**

#### **A. Waktu Pelaksanaan**

Program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) ini dilaksanakan selama lebih kurang 3 (tiga bulan) terhitung mulai tanggal 30 Juli 2012 sampai dengan tanggal 20 Oktober 2012. Pada tanggal 01 Agustus 2012 sampai dengan tanggal 04 Agustus 2012 dilaksanakan kegiatan program PPL I yang bertujuan untuk melakukan observasi kondisi fisik dari sekolah tempat praktikan akan melaksanakan program PPL II. Selanjutnya, program PPL II dilaksanakan mulai tanggal 10 September 2012 sampai dengan 20 oktober 2012.

#### **B. Tempat Pelaksanaan**

Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) 2 dilaksanakan di Ungaran dengan sekolah SD Negeri Tugurejo 01 dan beralamat Jl. Walisonggo Km 9, Tugurejo Kota Semarang. Hal penempatan ini ditetapkan berdasarkan persetujuan Rektor Unnes dengan Kepala Kantor Wilayah Departemen Pendidikan Nasional atau pimpinan lain yang sesuai. Dalam penentuan sekolah sebagai sekolah latihan ada pertimbangan- pertimbangan yang harus difikirkan. SD Negeri Tugurejo 01 terpilih menjadi tempat Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dengan mempertimbangkan faktor-faktor antara lain:

1. sudah menggunakan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) dan saat ini berkembang dengan kurikulum spektrum baru
2. letak sekolah sangat strategis dan dapat dijangkau dari berbagai arah
3. fasilitas pendukung pendidikan sudah memadai

#### **C. Tahapan Kegiatan**

Program Praktik Pengalaman Lapangan ini terdiri atas dua kegiatan sekaligus, yaitu program PPL 1 dan program PPL 2. Secara terinci tahapan atau urutan kegiatan yang dilaksanakan adalah:

1. Pembekalan dilakukan di kampus selama tiga hari
2. Upacara penerjunan dilaksanakan di depan gedung Rektorat Unnes pada tanggal 30 Juli 2012 pukul 07.00 WIB sampai selesai.

3. Kegiatan pengenalan lapangan di SD Negeri Tugurejo 01 dilaksanakan pada PPL 1 yaitu tanggal 01 Agustus sampai 04 Agustus 2012. Dengan demikian, data pengenalan lapangan tidak dilampirkan kembali karena sudah dilampirkan pada laporan PPL 1. Kegiatan yang dilakukan pada Program PPL 1 ini adalah:
  - Observasi mengenai keadaan/kondisi fisik sekolah (SD Negeri Tugurejo 01) yaitu mengenai bangunan-bangunan yang ada di lingkungan SD Negeri Tugurejo 01 beserta kondisinya.
  - Observasi mengenai keadaan lingkungan sekolah
  - Observasi mengenai fasilitas sekolah
  - Observasi mengenai penggunaan peralatan yang ada di sekolah
  - Observasi mengenai keadaan guru dan siswa
  - Observasi mengenai interaksi antara guru dengan wali murid
  - Observasi mengenai pelaksanaan tata tertib bagi kepala sekolah, guru, staf TU dan tenaga kependidikan, serta bagi para siswa
  - Observasi mengenai bidang pengelolaan dan administrasi
4. Proses bimbingan mengenai proses belajar mengajar yang akan dilaksanakan di kelas dan kelengkapan - kelengkapannya oleh praktikan dengan guru pamong dilaksanakan pada tanggal 10 Agustus 2012 sampai dengan berakhirnya PPL 2.
5. Proses konsultasi dan bimbingan setiap saat dengan guru yang meliputi :
  - a. Pengajaran terbimbing

Pengajaran terbimbing dilakukan oleh mahasiswa dengan bimbingan dari dosen pembimbing dan guru pamong. Dengan demikian guru pamong dan dosen pembimbing ikut masuk kelas dan perangkat pembelajaran sudah harus dikonsultasikan sebelumnya, serta dengan adanya guru dan dosen yang mengamati jalannya pelajaran maka akan mengetahui kekurangan praktikan dalam menyampaikan materi/mengajar sehingga dengan adanya masukan dari guru ataupun dosen akan menciptakan pembelajaran yang diinginkan.
  - b. Pengajaran mandiri

Pengajaran mandiri dilakukan oleh praktikan yaitu guru pamong dan dosen pembimbing tidak ikut dalam proses pembelajaran yang dilaksanakan.

Hanya mengamati jalannya pembelajaran dan memberi masukan kepada praktikan tentang kekurangan dalam proses pembelajaran.

c. Pelaksanaan ujian praktik mengajar

Pelaksanaan ujian praktik mengajar dilaksanakan oleh guru pamong dan dosen pembimbing, sebanyak dua kali yang dilakukan pada hari Selasa.

d. Bimbingan penyusunan laporan

Dalam penyusunan laporan, praktikan mendapat bimbingan dari: guru pamong, dosen pembimbing, dosen koordinator, dan pihak lain yang terkait yang ada dilingkungan sekolah.

6. Penarikan mahasiswa PPL dilaksanakan pada tanggal 20 oktober 2012.

#### **D. Materi kegiatan**

Materi dapat diperoleh dari pembekalan PPL mengenai seluk beluk PPL dan juga dari dosen pembimbing, guru pamong maupun dari guru-guru di sekolah latihan mengenai permasalahan yang sering muncul dan cara untuk mengatasinya.

#### **E. Proses Bimbingan**

Pada dasarnya proses bimbingan terhadap mahasiswa praktikan dilaksanakan oleh 2 (dua) pihak yaitu oleh guru pamong dan dosen pembimbing. Proses bimbingan oleh guru pamong adalah sebagai berikut:

1. Bimbingan dengan pengajaran model selama beberapa hari oleh guru pamong. Dalam pengajaran model ini praktikan menyaksikan bagaimana guru pamong mengajar atau menyampaikan materi dalam proses belajar-mengajar. Selama dalam pengajaran model, praktikan mempelajari bagaimana cara guru pamong melakukan pembelajaran dan memperhatikan situasi kelas sebagai pedoman praktik mengajar pada saat PPL II.
2. Bimbingan saat awal sebelum melakukan praktik mengajar.
3. praktikan mendapatkan bimbingan mengenai hal-hal apa saja yang harus dipersiapkan sebelum melaksanakan proses pengajaran. Hal-hal tersebut antara lain meliputi kurikulum yang dipergunakan, pengertian dan teknik penyusunan Satuan Acara Pembelajaran (SAP), dan format penyusunan Rencana perangkat Pembelajaran.
4. Bimbingan yang dilaksanakan dalam masa praktik mengajar berlangsung.

Setelah persiapan yang dilakukan oleh praktikan sebelum melaksanakan proses belajar mengajar di kelas telah cukup, praktikan akan melaksanakan praktik mengajar/pembelajaran di kelas. Pada saat pertemuan awal hingga periode tertentu, pelaksanaan praktik mengajar oleh praktikan mendapatkan pengawasan dari guru pamong secara intensif. Hal ini dimaksudkan agar guru pamong dapat mengetahui kekurangan-kekurangan apa yang terdapat dalam praktik mengajar praktikan sehingga guru pamong akan dapat memberikan masukan-masukan demi perbaikan keterampilan praktikan dalam praktik pengajaran yang selanjutnya. Dalam hal ini dapat dikatakan bahwa praktikan melaksanakan praktik terbimbing penuh.

Selain dilakukan bimbingan secara vital oleh guru pamong, dilaksanakan pula bimbingan oleh dosen pembimbing. Proses bimbingan yang dilaksanakan dosen pembimbing adalah mengenai hal-hal atau masalah-masalah apa saja yang dihadapi selama melaksanakan praktik pengalaman lapangan di sekolah latihan. Selain itu, dosen pembimbing juga memberikan masukan kepada praktikan mengenai praktik yang telah dilaksanakannya selama di dalam kelas, sebab pada waktu-waktu tertentu, dosen pembimbing juga melaksanakan pemantauan di kelas.

Dalam melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) II ini praktikan selalu berkoordinasi dengan guru pamong dengan kata lain selalu melakukan proses bimbingan dengan guru pamong. Adapun bimbingan tersebut meliputi:

1. Pengelolaan kelas dilapangan yang baik.
2. Materi pelajaran yang akan disampaikan.
3. Kesesuaian pendekatan pembelajaran dengan materi pelajaran.
4. Pemberian tugas kepada siswa.
5. Teknik pembuatan soal yang baik.
6. Teknik penilaian yang baik
7. Cara menilai kemampuan siswa yang meliputi kemampuan kognitif, psikomotor dan kemampuan afektif.

## **F. Faktor Pendukung dan Penghambat**

### 1. Faktor pendukung

- a. menerima mahasiswa PPL dengan baik.
- b. Kebijakan sekolah yang memberikan kemudahan dalam menggunakan fasilitas-fasilitas sekolah seperti komputer, alat-alat elektronik (LCD), alat musik dan pemakaian ruangan-ruangan.
- c. Guru pamong yang sudah berpengalaman dalam dunia pendidikan di sekolah dan selalu memberikan kesempatan untuk melakukan konsultasi.
- d. Kedisiplinan warga sekolah yang baik.
- e. Siswa dapat menerima dan bersikap kooperatif dengan mahasiswa PPL.
- f. Hubungan sosial antar warga sekolah yang berlangsung dengan baik.
- g. Kondisi sekolah yang sangat baik dalam setiap hari, dan hubungan yang harmonis dalam kegiatan bimbingan dan belajar.

### 2. Faktor penghambat

- a. Adanya beberapa siswa dengan keterbatasan fisik, yang kondisinya kurang bagus, seperti kebugaran yang kurang , dan menyebabkan pembelajaran yang kurang lengkap.
- b. Dari diri praktikan sendiri, hambatan yang ditemui antara lain perbedaan teknik pengajaran antara yang praktikan ajarkan dengan teknik yang diperoleh anak, sehingga untuk menyelesaikan perbedaan ini dengan berdiskusi untuk menyamakan perbedaan yang ada.
- c. Praktikan menemui hambatan dalam membuat media pembelajaran yang lebih menarik bagi siswa dikarenakan oleh media sarana dan prasarana yang kurang memadai, hal ini menjadi sedikit hambatan bagi guru praktikan yang biasa dengan sarana dan prasarana yang lengkap.
- d. Perkembangan sikap atau kemajuan yang dicapai oleh praktikan lebih banyak diketahui guru pamong saja.

Hal-hal yang ada baik yang sifatnya mendukung ataupun hambatan-hambatan yang terjadi, dalam pelaksanaan PPL II ini dapat berlangsung secara baik dan lancar. Jadi, secara umum program pengalaman lapangan yang dilaksanakan praktikan dapat berlangsung dengan baik dan adanya interaksi yang baik antara mahasiswa dengan guru yang terkait.

## **BAB IV**

### **PENUTUP**

#### **B. Simpulan**

Berdasarkan uraian serta pengalaman praktikan selama mengikuti dan melaksanakan PPL II di SD Negeri Tugurejo 01, maka kesimpulan yang dapat praktikan berikan adalah sebagai berikut:

1. Pelaksanaan PPL merupakan proses pencarian pengalaman yang mutlak diperlukan bagi setiap pendidik.
2. Supaya mampu mengelola kondisi kelas dengan baik seseorang guru harus bisa:
  - a. Menguasai materi pelajaran yang akan disampaikan.
  - b. Mampu menyesuaikan tujuan khusus pembelajaran dengan materi yang akan disampaikan.
  - c. Mampu menciptakan kondisi yang kondusif dan menyenangkan dalam penjas.
  - d. Terampil memanfaatkan media pembelajaran dan memilih sumber belajar.
  - e. Dan mampu membuat siswa menjadi senang, bergerak dan aktif, karena itu adalah prinsip dari pembelajaran penjas yang sebenarnya.
3. Dalam setiap pelaksanaan proses belajar mengajar guru harus senantiasa memberikan motivasi kepada muridnya (terutama dalam hal yang memberikan semangat untuk terus belajar)
4. Dalam setiap permasalahan baik itu yang berhubungan dengan materi maupun dengan anak didik, praktikan harus berkonsultasi dengan guru pamong yang bersangkutan.
5. Bimbingan yang diberikan oleh guru pamong sangat berpengaruh kepada praktikan dalam penyampaian materi/proses belajarnya mengajar.
6. Seorang guru (praktikan) harus memiliki kesabaran dalam membimbing siswa SD Negeri Tugurejo 01 yang mempunyai karakter yang berbeda.

### **C. Saran**

Dari pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) II praktikan menyarankan:

1. Perbedaan yang diajarkan pada perkuliahan berbeda dengan yang ada dengan kondisi dilapangan.dengan ini diharapkan agar lebih profesional.
2. Mahasiswa PPL diharapkan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah tempat PPL dan dapat memanfaatkan kegiatan ini dengan sebaik-baiknya sebagai bekal ketika terjun dalam masyarakat sebagai tenaga pendidik yang profesional.
3. Kepada peserta didik SD Negeri Tugurejo 01 diharapkan dapat terus meningkatkan kemampuan dan menjaga nama baik sekolah guna meraih prestasi yang baik.
4. Unnes diharapkan tetap menjalin hubungan kerja sama yang baik dengan instansi yang terkait dalam rangka pelaksanaan PPL.

Nama :Erwin Eko Hendrianto  
Jurusan :PGPJSD.S1  
NIM :6102409092

## REFLEKSI DIRI

Erwin Eko Hendrianto (6102409092), PGPJSD (Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar) Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, mahasiswa praktikan PPL di SD Negeri Tugurejo 01 tahun 2012/2013.

Penulis memanjatkan puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala limpahan rahmat, hidayah dan inayah-Nya, sehingga penulisan refleksi diri ini dapat terselesaikan guna melengkapi laporan PPL I. Praktik Pengalaman Lapangan merupakan mata kuliah yang wajib ditempuh oleh mahasiswa Kependidikan untuk mencapai gelar Sarjana Kependidikan. Adapun tujuan dari penerapan mata kuliah ini adalah sebagai media pelatihan mengajar atau penerapan teori dan praktek ilmu yang telah diperoleh pada waktu kuliah untuk diajarkan pada peserta didik di suatu sekolah. Dan alhamdulillah mendapatkan tempat praktikan yang baik yaitu di SD N TUGUREJO 01.

Program Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan mata kuliah yang harus dilaksanakan oleh seluruh mahasiswa semester VII program kependidikan Universitas Negeri Semarang. PPL dibagi menjadi dua tahap yakni PPL 1 dan PPL 2. Dalam PPL 1 mahasiswa wajib melakukan observasi di Sekolah sebagai tempat latihan. Observasi yang dilakukan meliputi keadaan sekolah latihan dan lingkungannya serta proses kegiatan belajar mengajar di sekolah latihan tersebut. Melalui kegiatan observasi diharapkan mahasiswa mampu berinteraksi dan berperan serta dalam dunia pendidikan sehingga mahasiswa dapat memahami dan mengenal proses pendidikan yang berlangsung di sekolah tersebut.

Dalam hal ini penulis melaksanakan kegiatan Program Pengalaman Lapangan di SD Negeri Tugurejo 01. Berdasarkan hasil observasi yang dilaksanakan selama PPL 1 di SD Negeri Tugurejo 01, penulis berpendapat bahwa SD Negeri Tugurejo 01 merupakan sekolah yang memiliki semangat yang tinggi untuk lebih maju serta murid yang cerdas. SD Negeri Tugurejo 01 merupakan salah satu sekolah yang menerapkan system pendidikan berkualitas. Hal itu terbukti dengan banyaknya juara yang pernah diperoleh.

### **A. Kelebihan dan Kelemahan Penjas di SD Negeri Tugurejo 01**

#### **1. Kelebihan Mata Pelajaran Penjaskes di SD Negeri Tugurejo 01**

Penjas merupakan suatu bagian integral dari pendidikan ini merupakan bagian kecil dari olahraga yang ada di dalamnya merupakan suatu mata pelajaran yang tidak jauh beda dengan mata pelajaran yang lain yang bersifat umum dari segala aspek dalam pembelajarannya.

Pelajaran penjas pula merupakan salah satu pelajaran yang dapat merefreshkan pikiran karena merupakan permainan dan dilakukan diluar ruangan dan siswa-siswa sangat antusias untuk mengikuti mata pelajaran penjaskes. Selain itu, metode dalam pembelajarannya yaitu menciptakan semua peserta didik untuk menerapkan budaya gerak dan aktif dalam pembelajarannya penjaskes juga membentuk manusia seutuhnya yaitu membentuk manusia dengan segala aspek yaitu aktif, afektif, kognitif dan psikomotor yang ada pada setiap orang untuk menjadi manusia yang seutuhnya.

Di SD Negeri Tugurejo 01 ini pelajaran pendidikan jasmani merupakan pelajaran yang menyenangkan, dengan keberagaman siswanya ada rasa tersendiri di

hati kami dalam menjalani PPL disini, apalagi para siswa yang beragam tidak seperti di SD lain yang didominasi oleh laki-laki atau pun perempuan, disini jumlah keduanya sama banyaknya, dan memiliki semangat untuk aktif dalam pembelajaran penjas. Dengan berbagai karakter yang berbeda-beda sehingga dapat memberikan pengalaman yang beragam pula dengan kemudahan dan kesulitan yang ada didalamnya. Peran guru juga sangat berpengaruh dalam proses pembelajaran yang ada, disini guru pendidikan jasmani juga berijasah pendidikan jasmani, bukan dari guru agama atau yang lainnya, selain itu hubungan guru pendidikan jasmani baik dengan murid ataupun sesama guru sangat baik.

## 2. Kekurangan Mata Pelajaran Penjaskes di SD Negeri Tugurejo 01.

Para siswa SD N Tugurejo 01 pada umumnya memiliki semangat yang sangat besar sekali dalam masalah pelajaran terutama penjas, namun ada sedikit kendala dalam pembelajaran penjas di SD Negeri TUGUREJO 01, yakni masalah sarana dan prasarana yang kurang menunjang dalam proses pembelajaran.

## 3. Ketersediaan sarana dan prasarana

Sarana dan prasarana penjas di sekolah ini menurut saya belum lengkap hanya tersedia lapangan serba guna, karena minimnya lapangan atau tempat untuk olah raga disini lapangan yang tersedia hanya halaman depan yang tidak begitu luas, hanya terdapat lapangan basket, volley, badminton, dan lompat jauh. Akan tetapi peralatan sebagai penunjang olahraga sudah banyak dengan tersedianya bol, brupa bola voli, bola tendang, bola takraw, bola basket, tonis, bola tangan, kok, pedle tonis. Dengan tersedianya banyak alat akan membuat seorang guru penjas menjadi kreatif.

## 4. Kualitas guru pamong

Dalam menyampaikan materi kepada anak-anak guru pamong menguasai apa yang akan diajarkan, jadi materi yang diberikan disini bisa mudah untuk dimengerti oleh siswa, setelah guru menyampaikan maembelajaran teori anak diberi berupa pertanyaan tentang pembelajaran yang baru tadi, dan anak –anak antusias, bisa menjawab pertanyaan dari guru.

## 5. Kualitas pembelajaran

Menyangkut dengan waktunya ibadah puasa jadi pembelajaran di sekolah ini sangat bagus baik peran siawa maupun guru, kedisiplinan juga sangat dipegang kuat. Pembelajaran yang dilakukan didalam kelas berjalan dengan baik, dan guruj profesional dalam menyampaikan meteri dengan menggunakan alat peraga, penugasan dirumah juga sangat bagus yaitu siswa disuruh membuat gambar lapangan basket dengan mengdownload.

## 6. Kemampuan praktikan

Sebisa mungkin menjadi apa yang dibutuhkan sekolah baik dari guru maupun dari siswa, sebagai praktikan kondisi yang ada dalam perkuliahan sangat berbeda dengan kondisi yang nyata disekolah, didalam perkuliahan lebih banyak teori dibanding praktek, praktikan harus bisa belajar bagaimana cara mengkondisikan pembelajaran dengan murid yaitu dengan belajar kepa guru.

## **7. Saran Pengembangan Bagi Sekolah Latihan**

Untuk meningkatkan mutu pendidikan di SD N Tugurejo 01 yang sudah baik, perlu adanya penambahan dalam semua hal, tak terkecuali dalam penjas, perlu adanya perhatian khusus mengenai masalah-masalah yang timbul dalam proses pembelajaran penjas yaitu untuk menyediakan lahan untuk olahraga, untuk itu kami mempunyai saran untuk lebih memperhatikan hal tersebut, untuk melengkapi sarana dan prasarana dalam menunjang mata pelajaran penjas, karena sejatinya melengkapi fasilitas sarana dan prasarana ,secara tidak langsung akan meningkatkan kegiatan olahraga di SD N Tugurejo 01, yang akan meningkatkan kualitas kesehatan warga sekolah dan akan menunjang pembelajaran, *Mens Sana In Corpore Sano* (didalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat).

Penulis mengucapkan terimakasih kepada keluarga besar SD N Tugurejo 01 yang telah menerima dengan baik kedatangan mahasiswa praktikan serta memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk mencari pengalaman mengajar di sekolah. SD N Tugurejo jangan berhenti untuk mengadakan perbaikan di segala bidang demi kemajuan dan meningkatnya kualitas pendidikan di Indonesia.

Dalam orientasi dan observasi yang telah dilakukan menemukan juga kegigihan para guru mata pelajaran untuk selalu mengikuti perubahan kurikulum terbukti selalu ada kegiatan sharing untuk selalu melengkapi dan memperbaiki semua perangkat pembelajaran yang telah tercantum dalam standar proses pendidikan seperti dalam hal pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Dalam orientasi dan observasi penulis juga telah dikenalkan oleh guru pamong bagaimana dalam menyusun sebuah komponen pembelajaran diantaranya RPP, disini penulis dan guru pamong saling bertukar pikiran satu sama lain. Penulis memaparkan segenap pengalaman dan teori dari perkuliahan kemudian dikonfirmasi kepada guru pamong yang memiliki pengalaman mengajar di satuan pendidikan SD Negeri Tugurejo 01 tersebut

## Lampiran 1

### DATA GURU SDN TUGUREJO 01

No	Nama	NIP	Tanggal Lahir	Jurusan	Ijasah	Alamat Rumah
1	Riyatni, S.Pd	19611025 198304 2 003	25/10/1961	PGSD	S1/1997	Jl. Surtikanti II/6 Sng Utara
2	E. Sumarni, S.Pd. SD	19540126 197701 2 002	26/01/1954	PGSD	S1/2012	Jl.Purwoyoso I/27 Ngaliyan
3	Siti Aminah, A.Ma	19560625 197703 2 004	26/06/1956	PGSD	D2/1999	Jl. Candi Intan IV/1063 Ngaliyan
4	Endang Puji Astuti, A.Ma	19560414 198511 2 001	14/04/1956	PGSD	D2/1995	Jl. Karonsih Timur II/30 Ngaliyan
5	Sukardiyono, S.Pd	19610102 198805 1 001	02/01/1961	B.Jawa	S1/1995	Perum Klipang R. VII/6 Sendang Mulyo
6	Radimah, S.Pd	19590210 198405 2 001	10/02/1959	Pendasi s	S1/2012	Tambak Aji RT 06 RW II Ngaliyan
7	Wartono, S.Pd. SD	19670901 200604 1 005	01/09/1967	PGSD	S1/2011	Tugurejo RT 07 RW III Tugu
8	Dra. Ch. Nanik Murtiningsih	-	02/06/1969	PMP- KN	S1/1993	Mangkang Kulon RT 03 RW IV Tugu
9	Indah Dwi Astuti, A.Ma	-	24/08/1980	PGSD	D2/2007	Gg. Kauman No. 18 RT 04 RW II Kendal
10	Florentina Rio P., A.Ma. Pd. OR	-	22/06/1987	Pendor	S1/2012	Jl. Purwoyoso II/24 Ngaliyan
11	Zumaeroh, A.Ma	-				

### DATA MAHASISWA PPL SDN Tugurejo 01

No.	Nama
1	Andang Setiawan
2	Diani Hermaning Tyas
3	Putri Naimatul Jannah
4	Yuyun Niawati
5	Ulfi Yulaekha
6	Ulfasella S
7	Yuli
8	Luk Luk Apriliani
9	Erwin Eko Hendrianto
10	Elok Windiarti Santoso

## LAMPIRAN 2

### RENCANA KEGIATAN MAHASISWA PPL DI SDN TUGUREJO 01 KOTA SEMARANG

No.	Program	Waktu
1.	Penyusunan kepengurusan dan jadwal observasi	Minggu I
2.	Koordinasi dengan guru pamong tentang observasi	Minggu I
3.	Pelaksanaan orientasi dan observasi sekolah serta KBM	Minggu I
4.	Pesantren kilat dan buka bersama	Minggu II
5.	Penyusunan laporan PPL1	Minggu II
6.	Upacara 17 Agustus dan libur hari raya Idul Fitri	Minggu III-IV
7.	Penyusunan jadwal mengajar terbimbing	Minggu III
8.	Pembimbingan RPP dengan dosen pembimbing	Insidental
9.	Latihan mengajar terbimbing	Minggu V-VII
10.	Penyusunan jadwal mengajar mandiri	Minggu VII
11.	Koordinasi dengan guru pamong dan pembimbingan pembuatan RPP	Insidental
12.	Pembimbingan RPP dengan dosen pembimbing	Insidental
13.	Latihan mengajar mandiri	Minggu VIII-X
14.	Ujian mengajar PPL2	Minggu X
15.	Perpisahan dengan siswa	Minggu XI
16.	Penarikan mahasiswa PPL2	Minggu XII

### Lampiran 3

#### RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Mata Pelajaran : Penjasorkes  
Kelas / Semester : II A / I  
Alokasi Waktu : 3 x 35 menit ( 1 x Pertemuan )  
Hari, tanggal : Selasa, 02 Oktober 2012

#### STANDART KOMPETENSI

- 3 Melakukan senam ketangkasan sederhana dan memiliki pengetahuan /konsep serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya

#### KOMPETENSI DASAR

melakukan gerak dasar keseimbangan dan ketangkasan sederhana

#### MATERI POKOK

- Melakukan berbagai bentuk Gerak dasar ketangkasan sederhana tanpa alat

No	Indikator	Aspek Pend Karakter
1	Melakukan gerak meloncat dan melompat	Disiplin, kerjakeras, kreatif, tanggung jawab, komunikatif, keberanian, percaya diri
2	Gerak lompat jongkok di atas punggung teman	Kerjasama, jujur, menghargai prestasi, kreatif, semangat, percaya diri
3	Gerak lompat jauh dengan awalan atau tanpa awalan	Kerjasama, jujur, menghargai prestasi, kreatif, semangat, percaya diri

#### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

- 1 Siswa dapat melakukan gerak dasar melompat dan melompat dg tumpuan yang benar
- 2 Siswa mampu melakukan gerak lompat jongkok
- 3 Siswa mampu melakukan gerak lompat kangkang
- 4 Siswa dapat melakukan gerak lompat jauh dengan awalan maupun tanpa awalan

#### B. METODE PEMBELAJARAN

- ❖ Ceramah
- ❖ Demonstrasi

- ❖ Penugasan

## I. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

### PERTEMUAN I

Hari / Tanggal : Selasa, 02 Oktober 2012

#### a. Pendahuluan/Kegiatan Awal ( 10 Menit )

- ❖ Siswa berganti pakaian, berbaris 3 bersaf, diadakan absensi seperlunya
- ❖ Berdoa
- ❖ Mengecek kebersihan, kerapian dan presensi
- ❖ Senam pemanasan diorientasikan dengan kegiatan inti
- ❖ Bermain lompat jauh dalam ventuk permainan

#### b. Kegiatan Inti ( 85 Menit )

##### ✓ Eksplorasi

Dalam gerakan eksplorasi, Guru :

- ❖ Menumbuhkan **rasa ingin tahu** siswa dengan menjelaskan cara melakukan latihan teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik
- ❖ Guru mengamati kegiatan siswa

##### ✓ Elaborasi

- ❖ Siswa melakukan gerakan lompatan baik menggunakan awalan maupun tidak
- ❖ Melakukan gerak melompat kedepan tumpuan satu kaki mendarat dengan dua kaki
- ❖ Gerak meloncat kedepan tumpuan dua kaki mendarat dengan dua kaki tanpa awalan
- ❖ Melakukan gerak lompat jongkok melewati teman yang membungkuk rendah
- ❖ Melakukan gerak lompat jauh tanpa awalan tumpuan kaki satu mendarat kaki dua
- ❖ Teknik start pada lompat jauh
- ❖ Sikap melayang yang benar
- ❖ Keikutsertaan siswa dalam proses pembelajaran
- ❖ Apresiasi siswa dalam pembelajaran

##### ✓ Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi :

- ❖ Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
- ❖ Guru bersama siswa bertanya jawab
- ❖ Guru memberikann motivasi dan penyimpulan

**c. Penenangan/ Kegiatan Akhir ( 10 Menit )**

- ❖ Siswa dikumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang disajikan
- ❖ Memperbaiki kesalahan gerak yang dilakukan anak

**II. SUMBER : Buku Pendjas Kelas 2**

**III. ALAT : -**

**IV. PENILAIAN**

- ❖ Prosedur : Pos test
- ❖ Jenis Test : Tes Perbuatan
- ❖ Performance

**Kerjakan Tugas di bawah ini !**

- 1 Lakukan gerak loncat kedepan sejauh 5m
- 2 Lakukan lompat jongkok melewati teman yang membungkuk rendah
- 3 Lakukan lompat jauh tanpa awalan masing – masing 5 x lompatan

**LEMBAR PENGAMATAN**

**1. Teknik dan Bentuk Penilaian**

**a. Tes Keterampilan (Psikomotor)**

Lakukan teknik dasar lompat jauh, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan jauhnya melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar lompat jauh (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	Sikap Awal					Gerakan					Sikap Akhir					Jml	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ		
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
dsb																		

<b>JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12</b>	
---	--

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Lompat jauh).

Perolehan Nilai		NILAI	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 1.60 meter	..... > 1.50 meter	100	Sangat Baik
1.50 – 1.59 meter	1.40 – 1.49 meter	90	Baik
1.40 – 1.49 meter	1.30 – 1.39 meter	80	Cukup
1.30 – 1.39 meter	1.20 – 1.29 meter	70	Kurang
..... < 1.30 meter	..... < 1.20 meter	60	Kurang Sekali

**b. Tes Sikap (Afektif)**

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai															Σ	NA			
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri					Sportivitas		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3			1	2	3
1.																					
2.																					
3.																					
4.																					
5.																					
dst																					
<b>JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18</b>																					

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

**c. Tes Pengetahuan (Kognitif)**

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar lompat jauh dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA			
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5							
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3					
1.																					
2.																					
3.																					

4.																			
5.																			
Dst																			
<b>JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 15</b>																			

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

**Contoh Butir Pertanyaan**

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan macam-macam gaya lompat jauh!
2.	Jelaskan cara melakukan awalan lompat jauh!
3.	Jelaskan cara melakukan tumpuan lompat jauh!
4.	Jelaskan cara melakukan melewati mistar lompat jauh!
5.	Jelaskan cara melakukan mendarat lompat jauh!

d. Aspek Pendidikan karakter

BT : Belum Terlihat (apabila peserta didik belum memperlihatkan tanda-tanda awal perilaku yang dinyatakan dalam indikator).

MT : Mulai Terlihat (apabila peserta didik sudah mulai memperlihatkan adanya tanda-tanda awal perilaku yang dinyatakan dalam indikator tetapi belum konsisten).

MB : Mulai Berkembang (apabila peserta didik sudah memperlihatkan berbagai tanda perilaku yang dinyatakan dalam indikator dan mulai konsisten).

MK : Membudaya (apabila peserta didik terus menerus memperlihatkan perilaku yang dinyatakan dalam indikator secara konsisten)

**2. Rekapitulasi Penilaian ( Depkripsi Ketentuan )**

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
<b>Nilai Rata-rata</b>							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

**Keterangan :**

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 65– 69
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 65

Semarang, 02 Oktober 2012

Mengetahui,

Guru Penjasorkes

Praktikan

Florentino RioP.A .MA.PD.SD.

Erwin Eko Hendrianto  
NIM 6102409092

Kepala Sekolah  
SD Negeri Tugurejo 01

Riyatni, S.Pd  
NIP 19611025 198304 2 003

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Mata Pelajaran : Penjasorkes  
Kelas / Semester : VI / I  
Alokasi Waktu : 3 x 35 menit ( 1 x Pertemuan )  
Hari, tanggal : Kamis, 04 Oktober 2012

### STANDART KOMPETENSI

2. Melakukan latihan peningkatan kualitas fisik motorik dan memperbaiki sikap tubuh dengan berbagai latihan dan memiliki pengetahuan / kosep serta nilai nilai yang terkandung didalamnya

### KOMPETENSI DASAR

- 2.1. Melakukan latihan peningkatan kualitas fisik-motorik dan memperbaiki sikap tubuh dengan berbagai latihan

### MATERI POKOK

- 2.1.1. Melakukan beberapa bentuk latihan untuk meningkatkan daya tahan

### INDIKAROR

No	Indikator	Aspek Pend Karakter
1	Melakukan latihan kekuatan otot lengan, tungkai perut, bahu	Disiplin, kerjakeras, kreatif, tanggung jawab, komunikatif, keberanian, percaya diri
2	Melakukan latihan – latihan kelenturan tongkok dan otot – otot besar	Kerjasama, jujur, menghargai prestasi, kreatif, semangat, percaya diri
3	Latihan pull up ( angkat tubuh)	jujur, menghargai prestasi, kreatif, semangat, percaya diri
4	Melakukan latihan daya tahan	jujur, menghargai prestasi, kreatif, semangat, percaya diri
5	Melakukan latihan sikap berdiri tegak	Kerjasama, jujur, menghargai prestasi, kreatif, semangat, percaya diri

6	Berjalan menyangga benda ringan di atas kepala	Kerjasama, jujur, menghargai prestasi, kreatif, semangat, percaya diri
---	--	--

## TUJUAN PEMBELAJARAN

- 1 Siswa dapat melakukan gerakan – gerakan untuk memperbaiki anggota tubuh yang kurang baik
- 2 Sswa dapat melakukan lari pelan-pelan dalam waktu  $\pm$  30 menit
- 3 Siswa dapat melakukan gerak menyangga benda ringan di atas kepala sambil berjalan sejauh 10 m?
- 4 Siswa dapat melakukan sikap duduk yang benar
- 5 Siswa dapat melakukann sikap berdiri (sikap sempurna )
- 6 Siswa dapat melakukan gerak jongkok berdiri 2x 8 hitungan

### b. METODE PEMBELAJARAN

- ❖ Ceramah
- ❖ Demonstrai
- ❖ Penugasan

### c. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

#### PERTEMUAN I

Hari / Tanggal : Kamis, 04 Oktober 2012

#### d. Pendahuluan/Kegiatan Awal ( 10 Menit )

- ❖ Siswa berganti pakaian, berbaris bersaf, diadakan absensi seperlunya
- ❖ Berdoa
- ❖ Mengecek kebersihan, kerapian dan presensi
- ❖ Senam pemanasan diorientasikan dengan kegiatan inti

#### e. Kegiatan Inti ( 85 Menit )

##### ✓ Eksplorasi

Dalam gerakan eksplorasi, Guru :

- Menumbuhkan rasa ingin tahu siswa dengan menjelaskan cara .  
Melakukan beberapa bentuk latihan untuk meningkatkan daya tahan tubuh

❖ Guru mengamati kegiatan siswa

✓ **Elaborasi**

- Melakukan gerakan pemanasan (pelemasan, penguluran, peregangan penguatan)
- Melakukan gerakan lari pelan-pelan selama 30 menit
- Melakukan gerakan berjalan menyangga benda ringan di atas kepala
- Melakukan gerakan sikap duduk di kursi posisi membaca / menulis dengan benar
- Melakukan gerakan berdiri sikap sempurna, sikap istirahat
- Melakukan gerakan jongkok berdiri berulang-ulang
- Keikutsertaan siswa dalam proses pembelajaran
- Apresiasi siswa dalam pembelajaran

✓ **Konfirmasi**

Dalam kegiatan konfirmasi :

- ❖ Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
- ❖ Guru bersama siswa bertanya jawab
- ❖ Guru memberikann motivasi dan penyimpulan

**f. Penenangan/ Kegiatan Akhir ( 10 Menit )**

- ❖ Siswa dikumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang disajikan
- ❖ Memperbaiki kesalahan gerak yang dilakukan anak

d. **SUMBER** : Buku Penjas Kelas 6

e. **ALAT** :

- Lapangan - Kapur
- Peluit - Stop wath

f. **PENILAIAN**

- ❖ Prosedur : Pos test
- ❖ Jenis Test :

**Kerjakan Tugas di bawah ini !**

- 1 Lakukan gerak lari pelah-pelan jarak menengah 3 sampai 4 km atau dalam waktu 30 menit?

### LEMBAR PENGAMATAN

#### 3. Teknik dan Bentuk Penilaian

##### a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar , unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan jauhnya jarak yang ditempuh (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses gerakan berjalan menyangga benda ringan di atas kepala (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	Sikap Awal					Gerakan					Sikap Akhir					Jml	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ		
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
Dsb																		
<b>JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12</b>																		

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (skot jump).

Perolehan Nilai		NILAI	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 1.60 meter	..... > 1.50 meter	100	Sangat Baik
1.50 – 1.59 meter	1.40 – 1.49 meter	90	Baik
1.40 – 1.49 meter	1.30 – 1.39 meter	80	Cukup
1.30 – 1.39 meter	1.20 – 1.29 meter	70	Kurang
..... < 1.30 meter	..... < 1.20 meter	60	Kurang Sekali

##### b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai															Σ	NA							
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri					Sportivitas						
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3			1	2	3				
1.																									
2.																									
3.																									
4.																									
5.																									

dst																				
<b>JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18</b>																				

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

**c. Tes Pengetahuan (Kognitif)**

Contoh format penilaian pembelajaran dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA		
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5						
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3				
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
5.																				
Dst																				
<b>JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 15</b>																				

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

**Contoh Butir Pertanyaan**

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan cara melakukan latihan kekuatan otot lengan, tungkai perut, bahu
2.	Jelaskan cara melakukan latihan – latihan kelenturan tongkok dan otot – otot besar
3.	Jelaskan cara latihan pull up ( angkat tubuh)
4.	Jelaskan cara melakukan latihan daya tahan
5.	Jelaskan cara melakukan latihan sikap berdiri tegak
6.	Bagaimana cara berjalan menyangga benda ringan di atas kepala

**d. Aspek Pendidikan karakter**

BT : Belum Terlihat (apabila peserta didik belum memperlihatkan tanda-tanda awal perilaku yang dinyatakan dalam indikator).

MT : Mulai Terlihat (apabila peserta didik sudah mulai memperlihatkan adanya tanda-tanda awal perilaku yang dinyatakan dalam indikator tetapi belum konsisten).

MB : Mulai Berkembang (apabila peserta didik sudah memperlihatkan berbagai tanda perilaku yang dinyatakan dalam indikator dan mulai konsisten).

MK : Membudaya (apabila peserta didik terus menerus memperlihatkan perilaku yang dinyatakan dalam indikator secara konsisten)

**4. Rekapitulasi Penilaian ( Depkripsi Ketentuan )**

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
<b>Nilai Rata-rata</b>							

Jumlah skor yang  
diperoleh  
.....  
.....  
.....  
Nilai Akhir (NA) = -----  
Tiga Aspek Penilaian

**Keterangan :**

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 65– 69
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 65

Semarang, 04 Oktober 2012

Mengetahui,

Guru Penjasorkes

Praktikan

Florentino RioP.A .MA.PD.SD.

Erwin Eko Hendrianto  
NIM 6102409092

Kepala Sekolah  
SD Negeri Tugurejo 01

Riyatni, S.Pd  
NIP 19611025 198304 2 003

Lampiran 4

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

Program/Tahun : S1 / 2012  
Sekolah Latihan : SDN Tugurejo 01

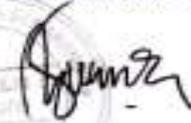
No	Nama	NIM	Jurusan	Tanda Tangan (tanggal)						Ket.
				24/9/12	25/9/12	26/9/12	27/9/12	28/9/12	29/9/12	
1.	Ulvasela Setyaningrum	1401409118	PGSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
2.	Putri Naimatul Jannah	1401409161	PGSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
3.	Alvi Yulaekha	1401409224	PGSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
4.	Yuyun Niawati	1401409241	PGSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
5.	Andang Setiawan	1401409252	PGSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
6.	Diani Herningtyas	1401409255	PGSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
7.	Yuli Dianingati	1401409286	PGSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
8.	Luk Luk Apriani	1401409352	PGSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
9.	Elok Windiarti Santoso	6102409055	PGPJSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
10.	Erwin Eko H.	6102409092	PGPJSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	

No	Nama	NIM	Jurusan	Tanda Tangan (tanggal)						Ket.
				1/10/12	2/10/12	3/10/12	4/10/12	5/10/12	6/10/12	
1.	Ulvasela Setyaningrum	1401409118	PGSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
2.	Putri Naimatul Jannah	1401409161	PGSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
3.	Alvi Yulaekha	1401409224	PGSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
4.	Yuyun Niawati	1401409241	PGSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
5.	Andang Setiawan	1401409252	PGSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
6.	Diani Herningtyas	1401409255	PGSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
7.	Yuli Dianingati	1401409286	PGSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
8.	Luk Luk Apriani	1401409352	PGSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
9.	Elok Windiarti Santoso	6102409055	PGPJSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	
10.	Erwin Eko H.	6102409092	PGPJSD	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	[Signature]	

*Senarong, 6 Oktober 2012*

Mengetahui,

Kepala Sekolah SDN Tugurejo01

  
Riyatni, S.Pd.  
NIP. 19611025 198304 2 003

Ketua Kelompok

  
Andang Setiawan  
NIM. 1401409252

## Lampiran 5

### KARTU BIMBINGAN PRAKTEK MENGAJAR MAHASISWA UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Tempat praktek : SDN TUGUREJO 01 (Terbimbing)

MAHASISWA					
Nama	: Erwin Eko Hendrianto				
NIM	: 6102409092				
Fakultas	: Ilmu Keolahragaan				
GURU PAMONG			DOSEN PEMBIMBING		
Nama	: Florentina Rio P, S. Pd		Nama	: Mohammad Annas M. Pd	
NIP	: -		NIP	:	
Bid. Studi	: Penjasorkes		Fakultas	: Ilmu Keolahragaan	
No	tgl	Materi pokok	Kelas	Tanda Tangan	
				Dosen pembimbing	Guru pamong
1	29-08-2012	Gerak Lokomotor	IIB		
2	30-08-2012	Gerak Lokomotor	IB		
3	03-09-2012	Sepak Bola	IV		
4	04-09-2012	Gerak keseimbangan	IIA		
5	05-09-2012	Gerak keseimbangan	IIB		
6	06-09-2012	Gerak Nonlokomotor	IB		
7	08-09-2012	Gerak Nonlokomotor	IA		
8					
9					
10					

Disahkan oleh:

Koordinator Dosen Pembimbing

Drs. H. A. Zaenal Abidin, M.Pd.

NIP 19560512 1982031003

Kepala Sekolah SDN Tugurejo01

Riyatni, S.Pd.

NIP. 19611025 198304 2 003

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

Tempat praktek : SDN TUGUREJO 01 (Mandiri)

<b>MAHASISWA</b>					
Nama : Erwin Eko Hendrianto					
NIM : 6102409092					
Fakultas : Ilmu Keolahragaan					
<b>GURU PAMONG</b>			<b>DOSEN PEMBIMBING</b>		
Nama : Florentina Rio P, S. Pd			Nama : Mohammad Annas M. Pd		
NIP : -			NIP :		
Bid. Studi : Penjasorkes			Fakultas : Ilmu Keolahragaan		
No	Tgl	Materi pokok	Kelas	Tanda Tangan	
				Dosen pembimbing	Guru pamong
1	14-09-2012	Gerak NonLokomotor	IIB		
2	18-09-2012	Gerak Non lokomotor	IIA		
3	24-09-2012	Gerak Non lokomotor	IA		
4	25-09-2012	Kekuatan Otot tangan	IIA		
5	29-09-2012	Gerak keseimbangan	IA		
6	02-10-2012	Gerak Nonlokomotor	IIA		
7	04-10-2012	Daya tahan	VI		
8					
9					
10					

Disahkan oleh:

Koordinator Dosen Pembimbing

Drs. H. A. Zaenal Abidin, M.Pd.  
NIP 19560512 1982031

Kepala Sekolah SDN Tugurejo01

Riyatni, S.Pd.  
NIP. 19611025 198304 2 003

Lampiran 6





