

LAPORAN
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN 2
SD NEGERI PURWOYOSO 03



Disusun Oleh :

Nama : Muhammad Arianto

NIM : 6102409097

Prodi : PGPJSD Penjas S1

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2012

LEMBAR PENGESAHAN

Laporan PPL2 ini telah disusun sesuai dengan Pedoman PPL UNNES

Hari : Senin

Tanggal : 8 Oktober 2012

Disahkan oleh:

Koordinator dosen pembimbing



Masitah, S.Pd,M.Pd.

NIP 19520610 198003 2001

Kepala SDN Purwoyoso 03



Suyatinah, S.Pd.

NIP. 19561216 197911 2 002



Kepala Pusat Pengembangan PPL Unnes

Drs. Masugino, M.Pd

NIP. 19520721 198012 1 001

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat serta karuniaNya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan laporan Praktik Pengalaman Lapangan 2.

PPL 2 dilaksanakan mulai dari tanggal 30 Juli sampai dengan 20 Oktober 2012 bertempat di SD Negeri Purwoyoso 03. selama pelaksanaan PPL 2 penulis tidak mengalami hambatan-hambatan yang berarti dalam melaksanakan pengajaran di SD Negeri Purwoyoso 03 karena adanya bantuan dan dukungan dari semua pihak khususnya sekolah.

Tersusunnya laporan PPL 2 ini adalah berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini tidak lupa penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Dr. Sudijiono Sastroadmodjo, M. Si, selaku Rektor UNNES.
2. Drs. Masugino, M.Pd selaku Kepala Pusat pengembangan PPL UNNES dan penanggung jawab pelaksanaan PPL
3. Drs. Harry Pramono, M.Si. selaku Dekan Fakultas Keolahragaan
4. Drs. Agus Pujianto, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Olahraga SD Negeri Purwoyoso 03.
5. Suyatinah, S. Pd. selaku Kepala SDN Purwoyoso 03 Semarang yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan PPL
6. Bambang Irianto A. Ma. Pd, selaku guru pamong bidang studi Olahraga.
7. Bapak dan Ibu guru serta karyawan SDN Purwoyoso 03.
8. Rekan – rekan Mahasiswa Pratiikan Pengalaman Lapangan di SDN Purwoyoso 03 Semarang
9. Siswa – siswi SDN Purwoyoso 03 Semarang
10. Semua pihak yang telah membantu terlaksananya PPL yang tidak dapat penyusun sebutkan satu per satu.

Praktikan menyadari sepenuhnya bahwa penyusunan laporan ini jauh dari sempurna mengingat keterbatasan penulis dan masih banyak kekurangannya.

Untuk itu penulis mengharap saran dan kritik yang bersifat membangun demi sempurnanya laporan ini.

Semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi semua pihak, khususnya bagi mahasiswa yang melakukan PPL di SDN Purwoyoso 03 sebagai calon pendidik dan tenaga profesional yang siap dalam dunia pendidikan serta para pembaca pada umumnya untuk menambah pengetahuan.

Semarang, 08 Oktober 2012



Muhammad Arianto

iv
DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan PPL	2
C. Manfaat PPL	2
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Dasar Pelaksanaan PPL	4
B. Garis Besar Program Kerja	5
C. Kurikulum dan Perangkat Pembelajaran SD	5
D. Tujuan Sekolah Latihan	7
BAB III PELAKSANAAN	
A. Waktu Pelaksanaan	9
B. Tempat Pelaksanaan	9
C. Tahapan dan Materi Pelaksanaan	9
D. Proses Pembimbingan	13
E. Hal-hal yang Mendukung dan Menghambat Kegiatan PPL	14
BAB IV PENUTUP	
A. Simpulan	16
B. Saran	16
REFLEKSI DIRI	
LAMPIRAN- LAMPIRAN	

DAFTAR LAMPIRAN

1. Daftar nama mahasiswa
2. Rencana Kegiatan
3. Presensi Mahasiswa
4. Jadwal Kunjungan Dosen
5. Kartu Bimbingan mengajar
6. Perangkat / administrasi pembelajaran
 - a) RPP
 - b) Bahan Ajar

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Praktik Pengalaman Lapangan II merupakan salah satu program pendidikan yang harus ditempuh setiap mahasiswa kependidikan perguruan tinggi. Universitas Negeri Semarang (Unnes) sebagai salah satu lembaga pendidikan negeri yang mencetak calon tenaga pendidikan yang memiliki tugas penting yaitu menyiapkan tenaga pendidik yang profesional dalam dunia pendidikan. Salah satu bentuk upaya yang dilakukan dalam rangka mencetak tenaga pendidik yang profesional adalah dengan diselenggarakan program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL). Program ini meliputi praktik keguruan yang diselenggarakan di sekolah-sekolah latihan bagi mahasiswa yang mengambil program kependidikan.

Adapun persyaratan dalam mengikuti Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), antara lain mahasiswa harus menempuh minimal 110 SKS (Sistem Kredit semester), Lulus mata kuliah MKDK (Mata Kuliah Dasar Kependidikan), SBM 1 dan 2 atau Daspros 1 dan 2 (Dasar-dasar Proses Pembelajaran) dan mata kuliah pendukung lainnya, serta mendapat persetujuan dari Ketua Jurusan.

Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) meliputi: praktik mengajar, praktik administrasi, praktik bimbingan dan konseling serta kegiatan yang bersifat kulikuler dan ekstrakulikuler yang berlaku disekolah latihan. Seluruh kegiatan tersebut harus dilaksanakan oleh mahasiswa praktikan. Kesiapan seorang calon tenaga pendidik dapat dilihat dari kesiapan mahasiswa praktikan mengikut PPL ini. PPL dilaksanakan atas dasar tanggung jawab bersama antara Universitas Negeri Semarang (Unnes) dengan sekolah latihan yang ditunjuk.

B. Tujuan

Praktek pengalaman lapangan II memiliki beberapa tujuan yang signifikan, antara lain:

1. Praktek Pengalaman Lapangan II (PPL II) bertujuan untuk membentuk mahasiswa praktikan agar menjadi calon tenaga kependidikan yang profesional sesuai dengan prinsip-prinsip pendidikan berdasarkan kompetensi yang meliputi kompetensi paedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi profesional dan kompetensi sosial kemasyarakatan (sosial).
2. Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) juga berfungsi memberikan bekal kepada mahasiswa praktikan agar memiliki kompetensi paedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi profesional dan kompetensi sosial.
3. Diharapkan mahasiswa Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) memiliki pengetahuan dan ketrampilan yang menunjang tercapainya segala aspek kompetensi.

C. Manfaat

Dengan melaksanakan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL II) diharapkan dapat memberikan manfaat terhadap semua komponen yang terkait yaitu mahasiswa praktikan, sekolah dan perguruan tinggi yang bersangkutan (Unnes)

1. Manfaat bagi Mahasiswa Praktikan.
 - a. Praktikan dapat mengetahui dan mempraktikan secara langsung mengenai cara-cara pembuatan perangkat pembelajaran, seperti: Program Tahunan (PROTA), Program Semester (PROMES), Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang meliputi format RPP, media, Cara membuat kisi-kisi distribusi soal, Perhitungan Waktu Efektif, Pengembangan Silabus dan sistem penilaian dalam pembelajaran, dengan bimbingan guru pamong.

- b. Praktikan dapat mempraktikkan ilmu yang selama ini didapatkan di bangku kuliah dengan bimbingan guru pamong bersama dengan dosen pembimbing.
- c. Praktikan memiliki seperangkat pengetahuan, sikap dan ketrampilan yang dapat menunjang tercapainya penguasaan kompetensi paedagogik,
- d. Dapat mengetahui bagaimana seorang guru mempersiapkan perencanaan pembelajaran dan langkah-langkah apa saja yang harus dilakukan dalam menyusun perencanaan pembelajaran serta dapat memperoleh gambaran tentang aktualisasi pembelajaran yang baik dan efektif.

2. Manfaat bagi Sekolah.

- a. Dapat meningkatkan kualitas pendidikan dan terjalin kerjasama yang baik antara sekolah dengan Unnes.
- b. Dapat memperoleh informasi secara langsung berkaitan dengan sistem pendidikan atau pedoman kurikulum yang baru.
- c. Dapat mengetahui kekurangan dan kelebihan dalam penyelenggaraan proses pembelajaran yang dapat membantu kemajuan dan kesempurnaan kegiatan belajar mengajar di sekolah latihan.
- d. Menambah wawasan model pembelajaran di sekolah tersebut.

3. Manfaat bagi Perguruan Tinggi (Unnes).

- a. Memperoleh masukan tentang kasus pendidikan yang dipakai sebagai bahan pertimbangan penelitian.
- b. Memperluas dan meningkatkan jaringan dan kerjasama dengan sekolah yang terkait.
- c. Memperoleh masukan tentang perkembangan pelaksanaan Praktek Pengalaman Lapangan II (PPL II) sehingga kurikulum, metode, model dan pengelolaan PBM di instansi/sekolah dapat disesuaikan dengan tuntutan yang ada di lapangan.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Dasar Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)

Perkembangan masyarakat modern khususnya bidang pendidikan yang ditandai dengan adanya penemuan-penemuan metode baru dalam sistem pembelajaran serta semakin terspesialisasinya profesi kependidikan, menuntut adanya upaya peningkatan pelayanan kependidikan baik pelayanan praktik-praktik kependidikan maupun dalam proses penyiapan tenaga kependidikan.

Universitas Negeri Semarang sebagai salah satu LPTK di Indonesia yang bertugas menghasilkan tenaga kependidikan, dalam mengakomodasikan perubahan dan tuntutan perkembangan masyarakat, telah melakukan berbagai upaya peningkatan mutu lulusannya antara lain dengan menjalin kerjasama dengan pihak-pihak yang berkompeten dengan penyelenggaraan pendidikan.

Untuk mewujudkan keterkaitan dan kesepekatan *link and match* antara Unnes sebagai lembaga penghasil tenaga kependidikan dengan sekolah, maka diselenggarakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) sebagai upaya penyiapan tenaga kependidikan yang profesional. Unnes sebagai lembaga Tinggi yang bertugas menyiapkan tenaga kependidikan, perlu menciptakan sebuah program untuk meningkatkan kualitas lulusannya. Salah satu programnya adalah kegiatan Praktik Pengenalan Lapangan (PPL). Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan kegiatan intrakurikuler yang wajib diikuti oleh mahasiswa program kependidikan universitas negeri semarang.

Dasar-dasar pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) antara lain:

1. UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.
2. Peraturan Pemerintah
 - a. No.60 Tahun 1999 tentang Pendidikan Tinggi.

- b. No. 19 Tahun 2005 tentang Tenaga Kependidikan
3. Surat Keputusan Rektor Universitas Negeri Semarang No.10/0/2003 tentang Praktik Pengenalan Lapangan (PPL) bagi mahasiswa program kependidikan Universitas Negeri Semarang.

B. Garis Besar Program Kerja

Program kerja yang dilaksanakan oleh praktikan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) meliputi program intrakulikuler maupun ekstrakulikuler. program intrakuliluler meliputi kegiatan administrasi sekolah dan belajar mengajar.

Perencanaan program merupakan kegiatan yang dilaksanakan mahasiswa Praktik Pengenalan Lapangan (PPL) antar lain membuat persiapan dan rancangan apa yang akan diajarkan dalam kegiatan belajar mengajar nanti dengan bimbingan guru pamong mata pelajaran yang sesuai dengan jurusan mahasiswa praktikan tersebut. Dengan adanya program kerja yang di buat dalam praktik mengajar bagi mahasiswa Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) sebelum mulai praktik proses belajar mengajar terlebih dahulu harus mengadakan observasi dengan bimbingan guru pamong.

C. Kurikulum Dan Perangkat Pembelajaran Sekolah Menengah Kejuruan.

Kurikulum merupakan program sekolah yang tidak dapat dipisahkan dari proses belajar mengajar, kurikulum adalah perangkat perencanaan dan pengaturan mengenai isi dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan dalam penyelenggaraan belajar mengajar (UU No.20 tahun 2003). Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) adalah kurikulum operasional yang disusun dan dilaksanakan oleh masing-masing satuan pendidikan.

Sekolah yang sudah melakukan uji coba kurikulum berbasis kompetensi (KBK)/kurikulum 2004 secara menyeluruh dapat melaksanakan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) secara serentak pada seluruh

tingkat kelas mulai tahun pelajaran 2006/2007 (PERMEN Diknas No.24 Tahun 2006 Pasal 2).

Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) dikembangkan berdasarkan pada SI (Standar Isi) dan SKL (Standar Kompetensi Kelulusan) dan berpedoman pada panduan penyusunan kurikulum yang disusun oleh BNSP (Badan Standar Nasional Pendidikan) serta memperhatikan pertimbangan komite sekolah/madrasah dengan perinsip-prinsip sebagai berikut;

1. Berpusat pada potensi, perkembangan, kebutuhan dan kepentingan peserta didik dan lingkungannya.
2. Beragam dan Terpadu
 - a. Beragam artinya Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) disusun sesuai dengan karakteristik peserta didik, kondisi daerah, jenjang dan jenis pendidikan, serta menghargai dan tidak diskriminatif terhadap perbedaan agama, suku, budaya, adat istiadat, status sosial ekonomi, dan jender.
 - b. Terpadu artinya ada keterkaitan antara muatan wajib muatan lokal dan pengembangan diri dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)
3. Tanggap terhadap perkembangan ilmu pengetahuan, teknologi dan seni.
4. Relevan dengan kebutuhan kehidupan masa kini dan masa datang.
5. Menyeluruh dan berkesinambungan.
 - a. Menyeluruh artinya Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) mencakup keseluruhan dimensi kompetensi dan bidang kajian keilmuan.
 - b. Berkesinambungan artinya Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) antar semua jenjang pendidikan berjenjang dan berkelanjutan.
6. Belajar sepanjang hayat.
7. Seimbang antara kepentingan nasional dan daerah.

Sesuai dengan kurikulum sekolah menengah yang baru yaitu Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP), dan berkaitan dengan pencapaian Standar Internasional pendidikan, maka dalam mengelola proses belajar mengajar seorang guru dituntut untuk melaksanakan:

1. Menyusun Program Tahunan.
2. Menyusun Program Semester.
3. Penjabaran tentang Kompetensi Dasar yang akan dicapai, materi pembelajaran, alokasi waktu, sumber bahan ajar, indikator pencapaian, sistem pengujian dan sistem penilaian.
4. Penjabaran tentang struktur kurikulum yang diterapkan di sekolah
5. Menyusun persiapan mengajar.
6. Melaksanakan perbaikan dan pengayaan

langkah-langkah di atas dijabarkan dalam perangkat pembelajaran yang terdiri atas.

1. Program Tahunan (PROTA),
2. Program Semester (PROMES),
3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP),
4. Media Pembelajaran
5. Membuat kisi-kisi distribusi soal,
6. Perhitungan Waktu Efektif,
7. Pengembangan Silabus
8. Dan Analisis Ulangan Harian (AUH).

D. TUJUAN SEKOLAH :

1. Meningkatkan ketaqwaan terhadap Tuhan yang Maha Esa kepada seluruh siswa melalui pembelajaran, pembiasaan dan keteladanan seluruh warga sekolah sebagai dasar pembentukan kepribadian dan akhlak mulia.
2. Menggali dan mengembangkan potensi yang dimiliki siswa bidang akademik maupun non akademik untuk menuju keunggulan.

E. Prinsip-prinsip Praktik Pengalaman Lapangan

1. PPL dilaksanakan atas dasar tanggung jawab bersama antara Universitas Negeri Semarang dengan sekolah / tempat latihan.
2. PPL harus dikelola secara baik dengan melibatkan berbagai unsur Universitas Negeri Semarang, Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Propinsi / Kabupaten / Kota dan sekolah latihan seta lembaga – lembaga terkait lainnya.
3. PPL yang dimaksud meliputi PPL 1 dan PPL 2 yang dilaksanakan secara simultan.
4. Pembimbingan mahasiswa PPL harus secara intensif dan sistematis oleh guru pamong / petugas lainnya dan dosen pembimbing yang memenuhi syarat untuk tugas – tugas pembimbingan.
5. PPL tidak dapat diganti dengan *micro teaching* atau *peer teaching*.

BAB III

PELAKSANAAN PRAKTEK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)

A. Waktu Pelaksanaan.

Praktik Pengalaman Lapangan II (PPL II) Unnes 2012 dilaksanakan pada tanggal 30 Juli sampai dengan 20 Oktober 2012.

B. Tempat Pelaksanaan.

Praktik Pengalaman Lapangan II (PPL II) Unnes 2012 dilaksanakan di SD Negeri Purwoyoso 03 yang beralamatkan di Jalan Sriwibowo no. 3 Kelurahan Purwoyoso, Kecamatan Ngaliyan, Semarang.

C. Tahapan Dan Materi Kegiatan.

Menyusun Laporan.

1. Kegiatan terakhir adalah penyusunan laporan. Dalam kegiatan ini pun memerlukan bimbingan. Bimbingan ini dilakukan oleh Pembekalan.

Sebelum mahasiswa diterjunkan di sekolah latihan terlebih dahulu dilaksanakan pembekalan selama 3 hari yaitu pada tanggal 23, 24 dan 25 Juli 2012

2. Penerjungan.

Upacara penerjungan PPL, serentak dilaksanakan di depan Gedung Rektorat Unnes pada tanggal 30 Juli 2012 pukul 07.00 WIB sampai dengan pukul 09.00 WIB.

3. Kegiatan Inti.

Minggu pertama dalam pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), kami melaksanakan observasi sekaligus beradaptasi dengan lingkungan sekolah. Orientasi dan observasi bertujuan untuk mengenal

lebih dekat kondisi sekolah mulai dari sistem, guru, karyawan, kepala sekolah, siswa hingga sarana dan prasarana, mengobservasi kegiatan belajar mengajar di kelas, selain itu juga pembagian guru pamong untuk masing-masing mahasiswa PPL UNNES.

Setelah pembagian masing-masing guru pamong, mahasiswa PPL berkoordinasi langsung dengan masing-masing guru pamong, dan pemberian tugas oleh guru pamong untuk membuat perangkat pembelajaran seperti Program Tahunan, Program Semester, Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (media pembelajaran, kisi-kisi distribusi soal) yang disesuaikan dengan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP). Dalam pembuatan perangkat pembelajaran ini guru praktikan berkonsultasi dengan guru pamong dan dosen pembimbing.

Setelah kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan I (PPL I) selesai dilaksanakan kemudian praktikan melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan II (PPL II). Ada 6 tahap dalam kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan II (PPL II) ini yaitu:

- a. Pengamatan atau pengajaran model (*teaching models*) dilaksanakan pada Minggu I pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan II (PPL II).
- b. Pengajaran terbimbing pada minggu III dan Minggu VII.
- c. Pengajaran mandiri pada Minggu VIII sampai dengan IX .
- d. Pelaksanaan ujian praktik mengajar pada minggu X sampai Minggu XI .
- e. Menyusun laporan pada Minggu XII .
- f. Penarikan pada tanggal 20 Oktober 2012.

Pelatihan pengajaran terhadap guru praktikan diawali dengan pengajaran model pada minggu pertama oleh guru pamong. Dalam pengajaran model ini guru praktikan hanya menyaksikan bagaimana guru pamong mengajar atau menyampaikan materi dalam proses kegiatan belajar mengajar.

1) Pembekalan Praktik Pengalaman Lapangan I dan II (PPL I dan II)

Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan bekal kepada praktikan untuk lebih siap melaksanakan praktik pengalaman lapangan tahap I dan II. Kegiatan ini meliputi pengarahan dan pembekalan dari pihak dekanat kepada praktikan tentang pentingnya kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan I dan II (PPL II).

2) Pengarahan dan Pengalaman Lapangan

Kegiatan pengarahan dan pengealaman lapangan ini dilaksanakan pada minggu pertama. Kegiatan ini meliputi pengarahan tentang pelaksanaan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan II (PPL II), Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) atau biasa disebut dengan kurikulum 2006 yang telah diterapkan pada sekolah latihan, observasi sekaligus beradaptasi dengan lingkungan sekolah. Orientasi dan observasi bertujuan untuk mengenal lebih dekat kondisi sekolah mulai dari sistem, guru, karyawan, kepala sekolah, siswa hingga sarana dan prasarana, mengobservasi kegiatan belajar mengajar di kelas, selain itu juga pembagian guru pamong untuk masing-masing mahasiswa PPL UNNES.

3) Pengajaran Model

Pengajaran model adalah pengajaran yang dilakukan praktikan dengan cara mengamati guru pamong mengajar. Kegiatan ini juga dilakukan pada minggu pertama Praktik Pengalaman Lapangan II (PPL II). Hal ini juga bertujuan sebagai media pengamatan terhadap kelas dan anak didik yang akan menjadi obyek Praktik Pengalaman Lapangan II (PPL II) ini. Selain itu mahasiswa praktikan juga memperoleh gambaran mengenai seorang guru dalam proses belajar mengajar, yang meliputi cara mengelola kelas, membuka pelajaran, cara memberikan materi pelajaran, menutup pelajaran serta hal-hal lain yang dapat dilakukan seorang guru di kelas maupun di lapangan.

4) Praktik Terbimbing

Praktik terbimbing adalah kegiatan pengajaran yang dilakukan oleh praktikan dengan bimbingan guru pamong. Bimbingan ini meliputi bimbingan menyusun perangkat pembelajaran yang meliputi perangkat pembelajaran seperti Program Tahunan, Program Semester, Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (media pembelajaran, kisi-kisi distribusi soal), Penyusunan alat evaluasi dan kegiatan pembelajaran lainnya yang disesuaikan dengan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP), Sesuai dengan tujuan dan fungsi Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) tersebut di atas maka mahasiswa dituntut untuk memiliki kemampuan diri agar dalam melaksanakan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) tidak mengalami banyak permasalahan. Kemampuan diri yang dimaksud yaitu:

- a) Membuka Pelajaran
- b) Komunikasi dengan Siswa
- c) Metode Pembelajaran
- d) Penggunaan Media Pembelajaran
- e) Variasi dalam Pelajaran
- f) Memberikan Penguatan
- g) Memberikan Motivasi
- h) Mengkondisikan Situasi Belajar.
- i) Memberikan Pertanyaan.
- j) Menilai Hasil Belajar.
- k) Memberikan Balikan.
- l) Menutup Pelajaran.

5) Praktik Mandiri.

Praktik Mandiri adalah kegiatan pelatihan mengajar dengan tugas keguruan lainnya dengan mengkonsultasikan dahulu perangkat pengajarannya pada guru pamong sebelumnya mengajar di kelas.

Dalam hal ini, praktikan diberikan otoritas untuk meaksanakan kegiatan pembelajaran di kelas secara penuh. Walaupun masih dalam proses bimbingan jarak jauh dengan guru pamong dan dosen pembimbing.

6) Pelaksanaan Tugas Keguruan Lainnya

Selain bertugas mengajar di kelas, praktikan juga melaksanakan aktivitas lainnya yang menunjang kegiatan belajar mengajar. Kegiatan ini meliputi: kegiatan mengikuti upacara Hari Senin, upacara hari senin hanya dilakukan pada hari senin, kegiatan pramuka pada hari Jumat Dan beberapa extra olahraga lainnya.

7) Pelaksanaan Ujian Praktik Mengajar

Ujian praktik mengajar dilakukan ditengah praktik mengajar dan penilaian yang didasarkan pada format penilain yang telah dirumuskan sebelumnya oleh UPT PPL Unnes. Ujian praktik mengajar dinilai oleh seorang dosen pembimbing dan guru pamong.

koordinator guru pamong guna mendapatkan data-data yang akan digunakan untuk menyusun laporan kegiatan praktik pengalaman lapangan, beserta koordinator dosen pembimbing guna mengetahui format penulisan laporan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL).

D. Proses Pembimbingan

Pelaksanaan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan II (PPL II) mahasiswa tidak terlepas dari bimbingan baik itu dari guru pamong maupun dari dosen pembimbing, yang antar lain:

1. Dalam pembuatan perangkat pembelajaran praktikan berkonsultasi dengan guru pamong yang kemudian guru pamong memberikan masukan dan merevisi jika terdapat kekeliruan.
2. Sebelum Praktikan melakukan pembelajaran, praktikan berkonsultasi dengan guru pamong tentang materi yang akan diajarkan, metode serta model pembelajaran yang akan digunakan.

3. Lembar kerja maupun soal ulangan yang telah dibuat oleh praktikan dikonsultasikan terlebih dahulu kepada guru pamong sehingga layak digunakan untuk mengajar.
4. Dalam pembuatan laporan Praktik Pengalaman Lapangan II (PPL II) guru pamong dan dosen pembimbing dilibatkan dalam memberikan masukan dan mengoreksi jika terdapat kekeliruan baik dari segi isi, tata susunan dan bahasa.

Pengawasan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dilakukan oleh kepala sekolah dan koordinator yang telah ditunjuk oleh pihak sekolah. Semua pihak sekolah berhak mengawasi jalannya Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dan dapat memberikan masukan dan saran kepada para praktikan secara langsung.

E. Hal-Hal Yang Mendukung Dan Menghambat Kegiatan PPL

Sambutan yang diberikan oleh pihak sekolah terhadap para praktikan sangat baik. Dalam hal ini praktikan diberikan kebebasan untuk menggunakan fasilitas-fasilitas yang ada. Sarana dan prasarana yang ada di sekolah tersebut sudah memadai, sehingga aktifitas belajar mengajar berjalan dengan lancar tanpa hambatan yang berarti. Dengan bekal wawasan yang dimiliki guru pamong, praktikan memperoleh wawasan baru tentang dunia pendidikan dan pengajaran.

1. Hal-hal yang mendukung selama kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL II).
 - a. Sambutan yang baik dari kepala sekolah, wakil kepala sekolah, guru, dan karyawan SD Purwoyoso 03.
 - b. Sambutan dari siswa yang ramah terutama sikap hormat yang sangat kami kagumi.
 - c. Fasilitas sekolah yang tersedia di SD Negeri Purwoyoso 03 dengan baik.

- d. Tersedianya fasilitas alat kebersihan, air minum, kamar mandi WC dan perlengkapan lain yang ada di ruang Praktik Pengalaman Lapangan (PPL).
 - e. Guru pamong yang senantiasa memberikan masukan bagi mahasiswa Praktik Pengalaman Lapangan (PPL).
 - f. Guru pamong yang kooperatif terhadap mahasiswa Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) terutama demi kemajuan dan perkembangan mahasiswa Praktik Pengalaman Lapangan (PPL).
 - g. Dosen pembimbing yang selalu memberikan dorongan kepada mahasiswa Praktik Pengalaman Lapangan (PPL).
 - h. Dosen pembimbing yang selalu memberikan masukan atau saran kepada mahasiswa Praktik Pengalaman Lapangan (PPL).
2. Hal-hal yang menghambat selama kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan II (PPL II)
- a. Kurangnya adaptasi mahasiswa Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dengan lingkungan sekolah, keterbatasan pengalaman mahasiswa Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dalam membuat perangkat pembelajaran sering membuat suasana pembelajaran sedikit terganggu. Akan tetapi dengan masukan yang diberikan oleh guru pamong dan dosen pembimbing hal-hal tersebut di atas dapat di atasi dengan baik, meskipun masih perlu adanya perbaikan guna mengefektifkan kegiatan pembelajaran.
 - b. Waktu yang digunakan dalam pembelajaran sangat minim jika dibandingkan dengan materi yang harus disampaikan.

BAB IV

PENUTUP

A. Simpulan

Peranan Praktik Pengalaman Lapangan II (PPL II) sangat besar manfaatnya dalam pencapaian kelulusan yang berkualitas terhadap setiap mahasiswa program pendidikan, sebagai wawasan bagaimana kelak menjadi seorang guru dan merupakan modal tersendiri pada saat menghadapi siswa dilapangan yang sesungguhnya.

Dengan adanya Praktik Pengalaman Lapangan II (PPL II), dipastikan mahasiswa praktikan memperoleh pengalaman membuat PROTA, PROMES, Sistem Penilaian, Pengembangan Silabus, Membuat Rancangan Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dan lain-lain yang berhubungan dengan perangkat pembelajaran maupun situasi dan kondisi peserta didik.

Dari hasil pelaksanaan praktik mengajar di sekolah latihan, praktikan mempunyai simpulan bahwa tugas seorang guru praktikan meliputi merencanakan dan mengaktualisasikan apa yang direncanakan dalam proses pengajaran di kelas. Pedoman utama dalam penyusunan perencanaan pembelajaran adalah arah bagi pencapaian tujuan belajar.

1. Dalam mengaktualisasikan proses pembelajaran, seorang guru (praktikan) harus mempunyai bekal materi yang cukup serta harus mempunyai kemampuannya dalam mengelola kelas.
2. Seorang guru (praktikan) harus memiliki kesabaran dalam membimbing siswa yang mempunyai karakter yang berbeda-beda.

B. Saran

Setelah melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SDN Purwoyoso 03, perkenankan praktikan memberikan saran: Pelaksanaan proses pembelajaran di sekolah latihan selama ini sudah sangat baik, dalam

upaya peningkatan kualitas pendidikan terbukti dengan adanya tambahan jam pelajaran dan dalam upaya peningkatan iman dan taqwa jelas terlihat dengan tradisi berdoa sebelum jam pertama dimulai, salam-salaman setiap datang ke sekolah dan mau pulang sekolah.

Dan yang terpenting adalah lebih memfokuskan pada anak didik, biarpun sekolah disiapkan pembaharuan-pembaharuan yang mutakhir, tetap dalam diri siswa harus lebih diprioritaskan.

Dari Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) praktikan menyarankan:

1. Sebelum terjun ke sekolah latihan sebaiknya praktikan diberi bekal yang cukup agar setelah diterjunkan sudah benar-benar siap untuk mengajar.
2. Penempatan mahasiswa untuk praktikan jangan random semua, artinya kemampuan seorang mahasiswa juga menjadi pertimbangan dalam penempatan.
3. Mahasiswa Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) diharapkan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah tempat Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dan dapat memanfaatkan kegiatan ini dengan sebaik-baiknya sebagai bekal ketika terjun dalam masyarakat sebagai tenaga pendidik yang profesional.

Disamping itu pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) tidak hanya sebagai sarana untuk mahasiswa praktikan berlatih mengajar tetapi lebih memberikan gambaran nyata kondisi penyelenggaraan pendidikan di sekolah secara menyeluruh.

REFLEKSI DIRI

Puji syukur kami haturkan atas kehadiran Allah SWT, karena atas karunia-Nya akhirnya PPL 2 yang telah penulis lakukan telah selesai dilaksanakan dengan membawa berbagai pengalaman baru bagi penulis.

Selama masa observasi setelah mahasiswa diterjunkan, didapat beberapa hal yang menyangkut penggambaran terhadap sekolah ini terutama pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (Penjasorkes). Hasilnya adalah sebagai berikut :

1. Ketersediaan sarana dan prasarana

Sebagai salah satu sekolah negeri yang ada di Kelurahan Purwoyoso Kecamatan Ngaliyan di Kabupaten Semarang, ketersediaan sarana dan prasarana bagi mata pelajaran penjasorkes dapat dikatakan baik. Hanya perawatannya kurang diperhatikan.

2. Kekuatan dan kelemahan pembelajaran mata pelajaran yang ditekuni

Sebagian besar siswa di SDN Purwoyoso 03 menyukai pembelajaran penjas. Hal ini dapat dilihat dari keaktifan dan semangat dari siswa dalam mengikuti mata pelajaran ini. Hal yang menjadi perhatian adalah pada pengelolaan kelas yang sulit diatur karena jumlah siswa yang terlalu banyak. Ini menyebabkan banyaknya kesempatan bagi siswa untuk tidak memperhatikan apa yang diajarkan oleh guru. Hal ini terlihat dengan adanya beberapa siswa ramai sendiri, dan ngobrol dengan teman. Namun hal tersebut akan segera diatasi dengan guru cara guru mengingatkan siswa yang ramai, meningkatkan volume suara, dan membuat suasana menjadi tenang kembali.

3. Kualitas guru pamong dan dosen pembimbing

Guru pamong yang membantu guru praktikan bernama Bambang Irianto A.Ma.Pd. Selama praktikan melaksanakan PPL 2, guru pamong sangat membantu dalam membimbing, mengarahkan, dan mempermudah praktikan dalam mencari data-data yang diperlukan untuk melengkapi laporan PPL 2. Guru Pamong dalam menyampaikan materi dan dalam hal pengelolaan kelas sudah sangat baik. Model bicara yang jelas dan keras, mampu terdengar oleh semua siswa. Beliau juga sigap dalam menanggapi setiap pertanyaan yang diajukan oleh siswa.

Guru pamong juga sabar dalam menghadapi murid-murid yang sulit diatur. Selain itu, hubungan antara guru pamong dengan praktikan juga sangat baik

Sementara kualitas dosen pembimbing juga bisa dikatakan bagus karena beliau adalah dosen di salah satu jurusan di fakultas ilmu keolahragaan (FIK) sehingga kualitasnya pun dapat dipertanggungjawabkan. Dosen pembimbing memiliki peran yang sangat penting sebagai penghubung antara pihak UNNES dengan SDN Purwoyoso 03.

4. Kualitas pembelajaran di sekolah

Kualitas pembelajaran di sekolah ini secara umum sudah baik. Hal ini dibuktikan dengan beberapa penghargaan setiap mengikuti perlombaan, Dari Lomba cerdas cermat, Olahraga, maupun dalam Kesenian. Hal ini tidak lepas dari kegiatan belajar mengajar yang baik serta sarana dan prasarana yang menunjang. Sehingga SD purwoyoso 03 dijadikan SD sample di Kecamatan Ngaliyan.

5. Kemampuan diri penulis

Penulis memang masih perlu banyak latihan agar ia dapat melaksanakan perannya sebagai guru yang baik. Sebelum pelaksanaan PPL 2, praktikan telah dibekali dengan mata kuliah microteaching pada semester enam yang dapat dijadikan dasar untuk melaksanakan proses pembelajaran yang baik. Namun dengan modal tersebut belum cukup bagi siswa jika tidak langsung terjun mengajar di sekolah latihan. Untuk meningkatkan kualitas diri, praktikan akan terus berusaha belajar mempersiapkan diri dengan baik agar praktikan bisa menjadi tenaga pendidik yang profesional. Pelaksanaan PPL di SDN Purwoyoso 03 memberikan bekal bagi praktikan untuk menapak masa depan dalam dunia pendidikan.

6. Nilai tambah yang diperoleh penulis

Dari pelaksanaan PPL 2 kami dapat mengambil banyak nilai positif. Hal tersebut terlihat pada praktek yang telah kami lakukan berdasarkan apa yang telah kami dapatkan dulunya di bangku perkuliahan yang menunjukkan peningkatan yang positif.

Praktikan memperoleh gambaran langsung pembelajaran di dalam kelas maupun di lapangan, cara mengelola kelas dan cara menyampaikan materi olahraga. Mengetahui peran dan tugas dari personal yang ada di sekolah dan bersosialisasi dengan warga sekolah, sehingga apabila telah masuk dalam dunia kerja praktikan akan lebih siap dan telah mengetahui *tips and trik* dalam mengatasi masalah di dalam kelas, lapangan maupun sekolah.

7. Saran bagi sekolah dan UNNES

Bagi sekolah tempat latihan mahasiswa diharapkan diharapkan agar merawat dan memelihara sarana dan prasarana yang merupakan aset terpenting dalam sarana penunjang pembelajaran olahraga serta lingkungan sekolah yang membuat siswa nyaman dalam melaksanakan proses pembelajaran

Dan bagi UNNES, hendaknya lebih dapat bijaksana dalam penempatan dan pembagian mahasiswa di setiap sekolah atau badan latihan bagi para praktikan sesuai kebutuhan sekolah karena yang ditempatkan di SDN Purwoyoso 03 dari jurusan Olahraga terlalu banyak jadi dalam proses pembelajaran kurang maksimal hal ini tampak terlihat pada banyaknya praktikan yang hanya menganggur di sekolah latihan tersebut..

Semarang, 08 Oktober 2012

Mengetahui,

Guru Praktikan

Guru Pamong

Bambang Iriyanto, A.Ma.Pd
NTP. 19610808 198405 1 003



Muhammad Arianto
NIM. 6102409097

LAMPIRAN

LAMPIRAN 1

DAFTAR NAMA MAHASISWA

No.	Mahasiswa	Jurusan
1.	Nur Lailatul Fajri	PGSD S1
2.	Dewi Sri Jayanti	PGSD S1
3.	Made Putra Setiawan	PGSD S1
4.	Wahyu Rina S.	PGSD S1
5.	Jayanti Yudha P.	PGSD S1
6.	Ade Irma Setiyani	PGSD S1
7.	Nur Khofifah	PGSD S1
8.	Ibrohim Abah Imron	PGSD S1
9.	Anisa Huril Ain	PGSD S1
10.	Riyan Putra Setiawan	PGSD S1
11.	Dian Rahma Juwita	PGSD S1
12.	Doni Prasetyo	PGSD S1
13.	Benny Budhi K	PGPJSD Penjas
14.	Mathias Ocky Rimba	PGPJSD Penjas
15	Ibrohim Khoil R	PGPJSD Penjas
16.	Muhammad Arianto	PGPJSD Penjas

Semarang, 24 September 2012.

Mengetahui,



Koordinator dosen pembimbing

Masitah, S.Pd., M.Pd.

NIP 195206101980032001

Lampiran 2.

RENCANA KEGIATAN

Nama : Muhammad Arianto
NIM : 6102409097
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Jurusan/Prodi : PGJSD Penjas, S1
Sekolah/tempat latihan : SDN Purwoyoso 03

Minggu ke	Hari dan tanggal	Jam	Kegiatan
I	Senin, 30 Juli 2012	07.00 – 12.00 WIB	Penerjunan PPL dan upacara serah terima mahasiswa PPL.
	Selasa, 31 Juli 2012	07.15-12.00 WIB	PPL 1 : Observasi tahap 1 meliputi : 1) Keadaan fisik sekolah, 2) Keadaan lingkungan sekolah, 3) Fasilitas sekolah,4) Penggunaan sekolah, 5) keadaan guru dan siswa.
	Rabu, 1 Agustus 2012	07.15-12.00 WIB	Observasi tahap 1
	Kamis, 2 Agustus 2012.	07.15-12.00 WIB	PPL 1 : Observasi tahap 2 meliputi : 1)Interaksi sosial, 2) pelaksanaan tata tertib, 3) bidang pengelolaan dan administrasi.

	Jum'at, 3 Agustus 2012	07.15 – 12.00 WIB	PPL 1 : Observasi tahap 2.
	Sabtu, 4 Agustus 2012	07.15 – 12.00 WIB	Pelaksanaan observasi kelas.
II	Senin, 6 Agustus 2012	07.15 – 12.00 WIB	1) Pelaksanaan observasi kelas. 2) Pesantren Kilat.
	Selasa, 7 Agustus 2012	07.15 – 12.00 WIB	1) Evaluasi kegiatan selama PPL 1. 2) Penyusunan laporan PPL 1.
	Rabu, 8 Agustus 2012	07.15-12.00 WIB	Rapat perencanaan PPL 2 bersama guru kelas dan gumong.
	Kamis, 9 Agustus 2012	07.15 – 12.00 WIB	PPL 2 (praktik mengajar terbimbing)
	Jum'at, 10 Agustus 2012	07.15 – 12.00 WIB	PPL 2 (praktik mengajar terbimbing)
	Sabtu, 11 Agustus 2012	07.15 – 12.00 WIB	PPL 2 (praktik mengajar terbimbing)
	III	Senin, 13 Agustus 2012	-
Selasa, 14 Agustus 2012		-	Libur Lebaran
Rabu, 15 Agustus 2012		-	Libur Lebaran
Kamis, 16 Agustus 2012		07.00-11.00 WIB	Persiapan dan

	2012		latihan upacara memperingati Hari Kemerdekaan.
	Jum'at, 17 Agustus 2012	07.00-10.00 WIB	Upacara Hari Kemerdekaan RI.
	Sabtu, 18 Agustus 2012	-	Libur Lebaran
IV	Senin, 20 Agustus 2012	-	Libur Lebaran
	Selasa, 21 Agustus 2012	-	Libur Lebaran
	Rabu, 22 Agustus 2012	-	Libur Lebaran
	Kamis, 23 Agustus 2012	-	Libur Lebaran
	Jum'at, 24 Agustus 2012	-	Libur Lebaran
	Sabtu, 25 Agustus 2012	-	Libur Lebaran
V	Senin, 27 Agustus 2012	07.00-11.00 WIB	Halal Bihalal bersama guru-guru SDN Purwoyoso 03
	Selasa, 28 Agustus 2012	07.00-12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar terbimbing)
	Rabu, 29 Agustus 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar terbimbing)
	Kamis, 30 Agustus 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar

			terbimbing)
	Jum'at, 31 Agustus 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar terbimbing)
	Sabtu, 1 September 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar terbimbing)
VI	Senin, 2 September 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar terbimbing)
	Selasa, 3 September 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar terbimbing)
	Rabu, 4 September 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar terbimbing)
	Kamis, 5 September 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar terbimbing)
	Jum'at, 6 September 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar terbimbing)
	Sabtu, 7 September 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar terbimbing)
	VII	Senin, 10 September 2012	07.00 – 12.30 WIB
Selasa, 11		07.00-12.30 WIB	Persiapan Praktik

	September 2012		mengajar Mandiri pada PPL 2.
	Rabu, 12 September 2012	07.00-12.30 WIB	Persiapan Praktik Mengajar Mandiri
	Kamis, 13 September 2012	07.00-12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar mandiri)
	Jum'at, 14 September 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar mandiri)
	Sabtu, 15 September	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar mandiri)
VIII	Senin, 17 September 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar mandiri)
	Selasa, 18 September 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar mandiri)
	Rabu, 19 September 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar mandiri)
	Kamis, 20 September 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar mandiri)
	Jum'at, 21 September 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar mandiri)
	Sabtu, 22 September 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar mandiri)
IX	Senin, 24 September 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar mandiri)
	Selasa, 25 September 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar mandiri)
	Rabu, 26 September 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar mandiri)
	Kamis, 27 September 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar mandiri)

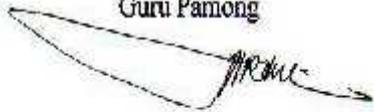
	Jum'at, 28 September 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar mandiri)
	Sabtu, 29 September 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar mandiri)
X	Senin, 1 Oktober 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar mandiri)
	Selasa, 2 Oktober 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2 (praktik mengajar mandiri)
	Rabu, 3 Oktober 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2
	Kamis, 4 Oktober 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2
	Jum'at, 5 Oktober 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2
	Sabtu, 6 Oktober 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2
XI	Senin, 8 Oktober 2012	07.30 – 12.30 WIB	PPL 2
	Selasa, 9 Oktober 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2
	Rabu, 10 Oktober 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2
	Kamis, 11 Oktober 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2
	Jum'at, 12 Oktober 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2
	Sabtu, 13 Oktober 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2
XII	Senin, 15 Oktober 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2

	Selasa, 16 Oktober 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2
	Rabu, 17 Oktober 2012	07.00 – 12.30 WIB	PPL 2
	Kamis, 18 Oktober 2012	07.00-12.30 WIB	PPL 2
	Jumat, 19 Oktober 2012	07.00-12.30 WIB	PPL 2
	Sabtu, 20 Oktober 2012	07.00-12.30 WIB	Penarikan Mahasiswa PPL

Mengetahui,

Dosen koordinasi

Guru Pamong



Bambang Iriyanto, A.Ma.Pd

NIP. 19610808 198405 1 003



Masitah, S.Pd.M.Pd.

NIP 19520610 198003 2001

Kepala SDN Purwoyoso 03



Suyatinah, S.Pd

NIP: 19561216 197911 2 002

**KEGIATAN TAMBAHAN MAHASISWA PPL
SDN PURWOYOSO 03 KECAMATAN NGALIYAN KOTA SEMARANG**

No.	Tanggal	Kegiatan
1.	6 dan 9 Agustus 2012	Mendampingi pelaksanaan pesantren kilat
2.	31 Agustus	Ekstrakurikuler Kepramukaan
3.	17-21 September 2012	Membimbing peserta lomba MAPSI
4.	7, 14, 21,28 September 2012	Ekstrakurikuler Kepramukaan
5.	22 September 2012	Mendampingi peserta lomba MAPSI tingkat kecamatan Ngaliyan.
6.	5, 12,19,26 September 2012	Ekstrakurikuler Volley
7.	3,10 Oktober 2012	Ekstrakurikuler Volley
8.	8, 15,22, 29 september 2012	Extra Kesenian (Band,Rebana)
9.	6-7 Oktober	PERSAMI

Semarang, 8 Oktober 2012

Kepala SDN Purwoyoso 03


Suyatinah, S.Pd.
 NIP. 19561216 197911 2 002


 Director, National Bureau of Standards
 U.S. Department of Commerce


 Director, National Bureau of Standards
 U.S. Department of Commerce

Item	Quantity	Unit	Material	Remarks
1	1	lot
2	1	lot
3	1	lot
4	1	lot
5	1	lot
6	1	lot
7	1	lot
8	1	lot
9	1	lot
10	1	lot
11	1	lot
12	1	lot
13	1	lot
14	1	lot
15	1	lot
16	1	lot
17	1	lot
18	1	lot
19	1	lot
20	1	lot
21	1	lot
22	1	lot
23	1	lot
24	1	lot
25	1	lot
26	1	lot
27	1	lot
28	1	lot
29	1	lot
30	1	lot
31	1	lot
32	1	lot
33	1	lot
34	1	lot
35	1	lot
36	1	lot
37	1	lot
38	1	lot
39	1	lot
40	1	lot
41	1	lot
42	1	lot
43	1	lot
44	1	lot
45	1	lot
46	1	lot
47	1	lot
48	1	lot
49	1	lot
50	1	lot

Item	Quantity	Unit	Material	Remarks
1	1	lot
2	1	lot
3	1	lot
4	1	lot
5	1	lot
6	1	lot
7	1	lot
8	1	lot
9	1	lot
10	1	lot
11	1	lot
12	1	lot
13	1	lot
14	1	lot
15	1	lot
16	1	lot
17	1	lot
18	1	lot
19	1	lot
20	1	lot
21	1	lot
22	1	lot
23	1	lot
24	1	lot
25	1	lot
26	1	lot
27	1	lot
28	1	lot
29	1	lot
30	1	lot
31	1	lot
32	1	lot
33	1	lot
34	1	lot
35	1	lot
36	1	lot
37	1	lot
38	1	lot
39	1	lot
40	1	lot
41	1	lot
42	1	lot
43	1	lot
44	1	lot
45	1	lot
46	1	lot
47	1	lot
48	1	lot
49	1	lot
50	1	lot

RECEIVED BY: _____
 DATE: _____
 TITLE: _____

THIS IS A COPY OF THE ORIGINAL RECORD.

Signature of
 [Signature]
 [Name]
 [Title]

Signature of
 [Signature]
 [Name]
 [Title]

Item	Description	Quantity	Unit	Value
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34
35
36
37
38
39
40
41
42
43
44
45
46
47
48
49
50
51
52
53
54
55
56
57
58
59
60
61
62
63
64
65
66
67
68
69
70
71
72
73
74
75
76
77
78
79
80
81
82
83
84
85
86
87
88
89
90
91
92
93
94
95
96
97
98
99
100

Item	Description	Quantity	Unit	Value
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34
35
36
37
38
39
40
41
42
43
44
45
46
47
48
49
50
51
52
53
54
55
56
57
58
59
60
61
62
63
64
65
66
67
68
69
70
71
72
73
74
75
76
77
78
79
80
81
82
83
84
85
86
87
88
89
90
91
92
93
94
95
96
97
98
99
100

Signature of
 [Signature]
 [Name]
 [Title]

Signature of
 [Signature]
 [Name]
 [Title]

Lampiran 4

DAFTAR HADIR DOSEN PEMBIMBING PPL

PRODI : PGPISD / TAHUN : 2012

Sekolah/tempat latihan : SDN Purwoyoso 03
Nama/NIP Dosen Pembimbing : Agus Pujiyanto, S.Pd..M.Pd.
Jurusan/Fakultas : PGPISD/FIK UNNES

No	Tanggal	Mahasiswa yang dibimbing	Materi bimbingan	Tanda Tangan
1	5/10 ¹¹²		keasmpa bla-jajar	
2	8/10		kesm-	
3	5/10 ⁻¹²		ujare	
4				
5				
6				
7				
8				

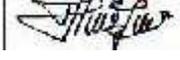
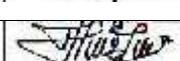
Semarang, 26 September 2012

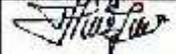
Kepala SDN Purwoyoso 03


Suyatinah, S.Pd.
NIP. 19561216 197911 2 002

KARTU BIMBINGAN PRAKTIK MENGAJAR MANDIRI
MAHASISWA UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Tempat praktik : SD Negeri Purwoyoso 03

MAHASISWA			GURU PENJASORKES		
Nama : Muhammad Arianto NIM/Prodi : 6102409097/ S1 PGPIJD Fakultas : Ilmu Keolahragaan			Nama : Halimah Tussakdiah, A.Ma NIP : 19721014 199903 2 004 Bid. Studi : Guru Penjasorkes		
GURU PAMONG			DOSEN PEMBIMBING		
Nama : Bambang Iriyanto, A.Ma.Pd NIP : 19610808 198405 1 003 Bid. Studi : Guru Penjasorkes			Nama : Agus Pujianto, S.Pd, M.Pd NIP : 19730202 200604 1 001 Fakultas : Ilmu Keolahragaan		
No.	Tanggal	Materi Pokok	Kelas	Tanda Tangan	
				Dosen pembimbing	Guru pamong /Guru Penjasorkes
1.	15-9-2012	Bola basket	VI A		
2.	18-9-2012	Senam Ritmik	I A		
3.	20-9-2012	Athletik	V B		
4.	21-9-2012	Gerak non Lokomotor	III B		
5.	22-9-2012	Lari dan Lompat	VI B		
6.	26-9-2012	Latihan Kekuatan	II B		

7.	28-9-201	Latihan Kekuatan	III C		
----	----------	------------------	-------	---	---

Semarang, 15 September 2012

Mengetahui,

Kepala SDN Purwoyoso 03



Koordinator dosen pembimbing

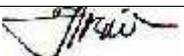
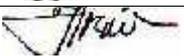
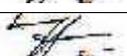
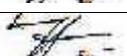
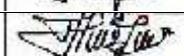
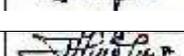


Masitah, S.Pd,M.Pd.

NIP 19520610 198003 2001

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

Tempat praktik : SD Negeri Purwoyoso 03

MAHASISWA				GURU PENJASORKES	
Nama : Muhammad Arianto NIM/Prodi : 6102409097/ S1 PGPJSD Fakultas : Ilmu Keolahragaan				Nama : Halimah Tussakdiah, A.Ma. NIP : 19721014 199903 2 004 Bid. Studi : Guru Penjasorkes	
GURU PAMONG				DOSEN PEMBIMBING	
Nama : Bambang Iriyanto, A.Ma.Pd NIP : 19610808 198405 1 003 Bid. Studi : Guru Penjasorkes				Nama : Agus Pujiyanto, S.Pd,M.Pd NIP : 19730202 200604 1 001 Fakultas : Ilmu Keolahragaan	
No.	Tanggal	Materi Pokok	Kelas	Tanda Tangan	
				Dosen pembimbing	Guru pamong /Guru Penjasorkes
1.	11-8-2012	Bola basket	VI A		
2.	29-8-2012	Latihan Keseimbangan	II A		
3.	30-8-2012	Rounders	V B		
4.	31-8-2012	Gerak Lokomotor	III B		
5.	1-9-2012	Softball	VI B		
6.	5-9-2012	Gerak non Lokomotor	II B		
7.	7-9-	Gerak non	III C		

	2012	Lokomotor			
--	------	-----------	--	--	--

Semarang, 11 Agustus 2012

Mengetahui,

Kepala SDN Purwoyoso 03



Koordinator dosen pembimbing

A handwritten signature in black ink, appearing to be "Masitah".

Masitah, S.Pd, M.Pd.

NIP 19520610 198003 2001

20-9-2012



PERANGKAT PEMBELAJARAN

- 1. Jurnal Pembelajaran**
- 2. Penggalan Silabus**
- 3. RPP**
- 4. Bahan Ajar**
- 5. Perangkat Penilaian**
(Kisi – kisi soal,Kunci Jawaban,Pedoman Penilaian)

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan
Kelas/ Semester : V/ I

Disusun oleh :
NAMA : MUHAMMAD ARIANTO
NIM : 6102409097

PG PJSD
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2012

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Sekolah	: Sekolah Dasar Negeri Purwoyoso 03
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: V (Lima) / 1 (satu)
Pertemuan	: 9
Alokasi Waktu	: 4 x 35 menit

Standar Kompetensi :

- 1. Mempraktikkan gerak dasar permainan sederhana dan olahraga dan nilai – nilai yang terkandung didalamnya.**

Kompetensi dasar :

- a. Mempraktikkan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi atletik, serta nilai semangat, sportivitas, percaya diri dan kejujuran**

1. Tujuan Pembelajaran :

2. Kognitif , diharapkan setelah pembelajaran pesdik mampu menganalisa dan memberi gambaran tentang gerakan start pada olahraga atletik dengan benar.
3. Afektif , diharapkan pesdik dapat berkembang menuju karakter percaya diri, disiplin, berani, kerjasama, membantu teman, mengutamakan keselamatan baik diri dan temannya.
4. Psikomotor , pembelajaran pesdik dapat mempraktikkan gerakan start pada cabang lari olahraga atletik dengan benar.

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

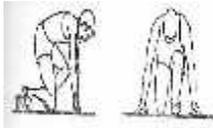
II. Materi Ajar (Materi Pokok) :

- **Atletik**

III. Metode Pembelajaran :

- Ceramah
- Demonstrasi
- Praktek

IV. Langkah – langkah Pembelajaran

Kegiatan	Waktu	Deskripsi	Perorganisasian Kelas
A. Kegiatan awal	15 menit	<ol style="list-style-type: none"> Berbaris (anak yang paling tinggi disebelah kanan) Berdoa Presensi Appresepsi 	○ ○ ○ □ ○ ○ ○ □ ○ ○ ○ □ ○ ○ ○ □
B. Kegiatan inti	40 menit	<p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> ☞ Penjelas konsep gerakan start pada cabang lari olahraga atletik dengan konsep yang benar. <p>Elaborasi</p> <ul style="list-style-type: none"> ☞ Menjelaskan tentang cabang lari olahraga atletik ☞ Menjelaskan gerakan start pada cabang lari olahraga atletik ☞ Melakukan gerakan start jongkok ☞ Melakukan start jongkok pada saat berlari ☞ Melakukan gerakan lari dengan benar ☞ Melakukan gerakan pada saat di garis finish 	 
C. Kegiatan akhir	15 Menit	<p>Konfirmasi</p> <ul style="list-style-type: none"> ☞ Koreksi gerakan secara klasikal, kemudian mencoba merangkum materi ☞ Pengumuman dan pemberian apresiasi hasil latihan siswa. <p>Tugas terstruktur : Carilah artikel terkait dengan materi yang dipelajari baik dari internet</p>	

		<p>maupun suber belajar yang lain.</p> <p>Tugas tak struktur :</p> <p>Melakukan latihan gerakan start dengan benar.</p>	
--	--	---	--

V. Penilaian

Indikator Pencapaian Kompetensi	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen/ Soal
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Melakukan gerakan start ➤ Melakukan start saat berlari ➤ Melakukan gerakan lari dengan benar ➤ Melakukan gerakan pada saat di garis finish 	<p>Test tertulis</p> <p>Test pengamatan</p> <p>Tes tanya jawab</p>	<p>Tes ketrampilan/tes praktek</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lakukanlah start dengan benar • Lakukanlah gerakan start pada saat berlari • Lakukan gerakan lari dengan benar • Lakukan gerakan pada saat di garis finish

FORMAT KRITERIA PENILAIAN

PRODUK (HASIL DISKUSI)

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

PERFORMANSI

No.	Aspek	Kriteria	Skor
1.	Pengetahuan	* Pengetahuan	4
		* kadang-kadang Pengetahuan	2
		* tidak Pengetahuan	1

2.	Praktek	* aktif Praktek	4
		* kadang-kadang aktif	2
		* tidak aktif	1
3.	Sikap	* Sikap	4
		* kadang-kadang Sikap	2
		* tidak Sikap	1

LEMBAR PENILAIAN

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

CATATAN :

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

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

Mengetahui
Guru Penjasorkes

Semarang, 20 September 2012
Praktikan

HALIMAH TUSSAKDIAH, A.MaPd

NIP. 19721014 199903 2 004

MUHAMMAD ARIANTO

NIM.6102409097

Mengetahui
Guru Pamong

BAMBANG IRIYANTO, A.Ma.Pd

NIP. 1961080819840510003

Bahan Ajar

teknik lari sprint



Lari jarak pendek (sprint)

Lari jarak pendek adalah semua perlombaan lari dimana peserta berlari dengan kecepatan penuh/maksimal sepanjang jarak yang harus ditempuh. Lari cepat meliputi jarak: 100 m, 200 m, 400m.

kelangsungan gerak pada sprint secara teknik sama, kalau ada perbedaan hanyalah terletak pada penghematan penggunaan tenaga karena perbedaan jarak yang harus ditempuh. Makin jauh jarak yang harus ditempuh makin membutuhkan daya tahan yang besar, sehingga ada yang dinamakan “edurance”.

Teknik lari jarak pendek terbagi menjadi tiga, yaitu start jongkok, gerakan lari, dan teknik memasuki garis finish.

START PADA LARI

Start adalah persiapan awal seorang pelari untuk melakukan gerakan lari.

1. Untuk nomor lari jarak pendek start yang digunakan adalah start jongkok (*crouch start*)
2. Untuk jarak menengah dan jauh menggunakan start berdiri (*standing start*).

Tujuan utama start dalam lari jarak pendek, lari estafet/sambung, dan lomba lari gawang adalah untuk mengoptimalkan pola lari percepatan. Si pelari harus dapat mengatasi kelembaman/inertia dengan menerapkan daya maksimum terhadap start block sesegera mungkin setelah tembakan pistol start atau aba-aba dari starter dan bergerak ke dalam suatu posisi optimum untuk tahap lari percepatan.**Start**

Dalam perlombaan lari, ada tiga cara start, ialah :

- start berdiri (*standing start*)
- start jongkok (*crouching start*)
- start melayang (*flying start*) dilakukan hanya untuk pelari ke II, III dan IV dalam lari estafet 4 x 100 m.

1). Start jongkok

Cara melakukan start jongkok adalah sebagai berikut:

- Posisi berjongkok dengan kedua kaki bertumpu pada sandaran blok start, lutut kaki belakang berada sejajar dengan ujung kaki depan.
- Kedua lengan lurus sejajar dengan bahu, dan jari-jari tangan diletakkan dibelakang garis start.
- Berat badan bertumpu di kedua tangan, sehingga sikap seimbang dapat

dipertahankan sampai ada aba-aba.

Start jongkok yang digunakan oleh pelari jarak pendek, dapat dibedakan menjadi 3, yaitu:

- Start jongkok pendek (bunch start) : jarak kaki saat jongkok 14-28 meter
- Start jongkok menengah (medium start) : jarak kaki saat jongkok 35-42 meter
- Start jongkok panjang (long start) : jarak kaki saat jongkok 50-70 meter

Teknik Start Jongkok Pada Lari Cepat | Sprint – Lari cepat adalah salah satu nomor lomba cabang atletik yang paling bergengsi. Dalam mengajarkan lari pada siswa, hal yang terlebih dulu harus diajarkan oleh guru penjas adalah cara melakukan start yang benar. Start yang baik juga akan mempengaruhi hasil atau waktu yang dicapai pelari. Berikut penjelasan tentang Teknik Start Jongkok.

Teknik Start Jongkok terdiri dari 4 (empat) fase yaitu :

Posisi Bersedia

Posisi start standar : letak balok depan adalah 2 kali panjang telapak kaki di belakang garis start. Letak balok belakang 1,5 panjang telapak kaki di belakang balok depan. Atur balok depan lebih datar dari balok belakang. Kedua tangan lurus garis start selebar bahu dan menopang berat badan.

Posisi Siap

Kedua lengan menopang berat badan. Bahu di atas dan sedikit dari kedua tangan. Angkat pantat sampai lutut membentuk sudut 90 derajat dan pantat diangkat sedikit lebih tinggi dari bahu.

Gerak Dorong Lepas Dari Balok Start

Gerak dorong ke depan dari kaki depan. Angkat tangan dari tanah pada saat serentak. Tariklah kaki kiri ke depan dengan cepat. Luruskan pinggang dan lutut sepenuhnya pada saat gerak dorong berakhir.

Gerak Percepatan

Dorong ke depan dengan cepat dan penuh kekuatan dari tanah. Pertahankan posisi badan dan tegakkan tolok badan sedikit

Aba-aba yang digunakan start jongkok :

“Bersedia”

Letak balok depan adalah 2 kali panjang telapak kaki di belakang garis start. Letak balok belakang 1,5 panjang telapak kaki di belakang balok depan. Atur balok depan lebih datar dari balok belakang. Kedua tangan lurus garis start selebar bahu dan menopang berat badan.

“Siap”

Kedua lengan menopang berat badan. Bahu di atas dan sedikit dari kedua tangan. Angkat pantat sampai lutut membentuk sudut 90 derajat dan pantat diangkat sedikit lebih tinggi dari bahu.

“Yaaa”

Gerak dorong ke depan dari kaki depan. Angkat tangan dari tanah pada saat serentak. Tariklah kaki kiri ke depan dengan cepat. Luruskan pinggang dan lutut sepenuhnya pada saat gerak dorong berakhir. Dorong ke depan dengan cepat dan

penuh kekuatan dari tanah. Pertahankan posisi badan dan tegakkan togok badan sedikit

2). Gerakan lari

Gerakan sprint, dibagi menjadi 3 gerakan,. Yaitu:

- Posisi tubuh pada saat lari

Posisi tubuh/badan condong ke depan secara wajar, serta otot sekitar leher dan rahang tetap rileks dengan kepala dan punggung dalam posisi segaris. Pada saat lari mulut tertutup dan rapat serta pandangan ke depan lintasan.

- Ayunan kedua lengan

Ayunan lengan dilakukan dari belakang ke depan secara berganti-ganti dengan siku sedikit dibengkokkan.

- Gerakan langkah kaki

Langkah kaki panjang dan dilakukan secepat mungkin. Pendaratan kaki/tumpuan selalu pada ujung telapak kaki, sedangkan lutut sedikit dibengkokkan.

3). Memasuki finish

Memasuki garis finish merupakan suatu hal yang sangat penting untuk mencapai sukses. Keterlambatan persekian detik memasuki garis finish sangatlah rugi.

Teknik memasuki garis finish:

- Membusungkan dada kedepan, saat menjelang garis finish.
- Menjatuhkan salah satu bahu kedepanbawah, saat masih dalam posisi lari.

Yang dilarang adalah:

- Meloncat pada saat memasuki garis finish
- Menarik/menggapai pita finish
- Berhenti mendadak atau mengurangi kecepatan digaris finish.

Dari ketiga teknik dalam lari sprint tersebut dapat disimpulkan sebagai berikut:

- Konsentrasilah pada saat start dan lari
- Pertahankan lari dari mulai start sampai garis finish
- 30 meter menjelang finish lari harus dipercepat
- Sikap lari tetap pada jalur lurus
- Badan tidak oleng ke kiri maupun kanan.

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Sekolah	: Sekolah Dasar Negeri Purwoyoso 03
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: V (Lima) / 1 (satu)
Pertemuan	: 1
Alokasi Waktu	: 3 x 35 menit

Standar Kompetensi :

- 1. Mempraktekkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olah raga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya**

Kompetensi dasar :

- 1.1 Mempraktekkan gerak dasar dalam permainan bola kecil sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerjasama tim, sportifitas dan kejujuran**

1. Tujuan Pembelajaran :

5. Kognitif , diharapkan setelah pembelajaran pesdik mampu melakukan permainan Rounders dengan peraturan yang sederhana.
6. Afektif , diharapkan pesdik dapat berkembang menuju karakter percaya diri, disiplin, berani, kerjasama, membantu teman, mengutamakan keselamatan baik diri dan temannya.
7. Psikomotor , pembelajaran pesdik dapat mempraktikkan berbagai gerak melempar, menangkap, memukul, dan berlari.

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

II. Materi Ajar (Materi Pokok) :

- **PERMAINAN BOLA KECIL (ROUNDERS)**

III. Metode Pembelajaran :

- Ceramah
- Demonstrasi
- Praktek

IV. Langkah – langkah Pembelajaran

Kegiatan	Waktu	Deskripsi	Perorganisasian Kelas
D. Kegiatan awal	15 menit	5. Berdoa 6. Presensi 7. Appresepsi	
E. Kegiatan inti	40 menit	<p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> ☞ Melambungkan bola dengan berbagai arah dan kecepatan berpasangan atau perorangan ☞ Menjelaskan dan mempraktekkan peraturan main yang terdapat dalam permainan kasti ☞ Mendemonstrasikan tehnik kerjasama dan permainan yang sportivitas <p>melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran</p> <p>Elaborasi</p> <ul style="list-style-type: none"> ☞ Melakukan gerakan melambungkan 	  

<p>F. Kegiatan akhir</p>	<p>20 Menit</p>	<p>/melempar bola tanpa bola dengan hitungan</p> <ul style="list-style-type: none"> ☞ Melakukan lempar tangkap dari berbagai arah dan kecepatan : melempar bola lurus, melempar bola lambung, melempar menyusur tanah dilakukan secara berpasangan ☞ Melakukan gerakan memukul bola dengan hitungan ☞ Memukul bola yang dilambungkan sendiri ☞ Memukul bola yang dilambungkan oleh orang lain ☞ Bermain kasti dengan peraturan yang dimodifikasi ☞ Bermain kasti / pemanjapan <p style="text-align: center;">Konfirmasi</p> <ul style="list-style-type: none"> ☞ Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa ☞ Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan <p style="text-align: center;">Tugas</p>	 
---------------------------------	-----------------	--	---

		terstruktur : Melakukan gerak keseimbangan sesuai aba-aba. Tugas tak terstruktur : Melakukan latihan permainan rounders mandiri.	
--	--	---	--

W. Penilaian

Indikator Pencapaian Kompetensi	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen/ Soal
<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan gerakan: • Melambungkan bola • Melempar bola • Menangkap bola • Berlari 	Test tertulis Test pengamatan Tes tanya jawab	Test praktek	<ul style="list-style-type: none"> • Praktikkanlah memukul bola • Praktikkanlah melempar bola • Praktikkanlah menangkap bola

FORMAT KRITERIA PENILAIAN



PRODUK (HASIL DISKUSI)

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



PERFORMANSI

No.	Aspek	Kriteria	Skor
1.	Pengetahuan	* Pengetahuan	4
		* kadang-kadang Pengetahuan	2
		* tidak Pengetahuan	1

2.	Praktek	* aktif Praktek	4
		* kadang-kadang aktif	2
		* tidak aktif	1
3.	Sikap	* Sikap	4
		* kadang-kadang Sikap	2
		* tidak Sikap	1

LEMBAR PENILAIAN

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

CATATAN :

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

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

Mengetahui
Guru Penjasorkes

Semarang, 30 Agustus 2012
Praktikan

HALIMAH TUSSAKDIAH,

A.Ma.Pd

NIP. 19721014 199903 2 004

MUHAMMAD ARIANTO

NIM.6102409097

Kepala Sekolah SDN Puwoyoso 03

Guru Pamong

SUYATINAH, S.Pd
IRIYANTO, A.Ma.Pd

NIP. 195611081977032003

BAMBANG

NIP. 1961080819840510003

Dosen Pembimbing

AGUS PUJANTO, S.Pd, M.Pd

NIP.

MATERI

Permainan Rounders

Permainan rounders adalah salah satu permainan yang menggunakan bola kecil. Permainan ini sangat membutuhkan kerja sama dan kekompakkan para pemain. Aturan-aturan yang ada dalam permainan ini, hampir sama dengan permainan kasti atau permainan kippers.

1. Teknik bermain Rounders

Ada tiga teknik bermain rounders, yaitu : melempar, menangkap, dan memukul bola.

A. Teknik melempar bola.

Dalam bermain rounders, pemain harus dapat menguasai teknik melempar bola dengan baik.

1) Melempar bola melambung.

Gerakannya Berdiri santai, satu tangan memegang bola, Posisi badan seorang ke arah sasaran lemparan, Mata memandang ke arah sasaran lemparan, Langkahkan satu kaki ke depan, Lempar bola dengan cara mengayunkan tangan dengan kuat ke depan melewati samping kepala, Lemparkan bola hingga melambung.

2) Melempar bola mendatar setinggi dada.

Gerakannya Berdiri santai, satu tangan memegang bola, Posisi badan seorang ke arah sasaran lemparan, Mata memandang ke arah sasaran lemparan, Langkahkan satu kaki ke depan, Lempar bola dengan cara mengayunkan tangan dengan kuat ke depan melewati samping kepala, Lemparkan bola mendatar setinggi dada.

B. Teknik menangkap bola.

Menangkap bola dapat dilakukan dengan kedua tangan atau satu tangan. Teknik menangkap bola disesuaikan dengan arah datangnya bola, seperti melambung, mendatar, atau menyusur tanah.

1). Menangkap bola melambung.

Gerakannya Badan berdiri tegak, langkahkan satu kaki ke depan, Letakkan kedua telapak tangan saling berhadapan, dengan kedua lengan lurus ke atas, Lihat arah datangnya bola, Berlarilah sesuai dengan gerakan bola, Tangkap bola.

2). Menangkap bola mendatar setinggi dada.

Gerakannya Badan berdiri tegak, langkahkan satu kaki ke depan, Letakkan kedua telapak tangan di depan dada saling berhadapan, Lihat arah datangnya bola, Ketika menangkap bola, kedua tangan ditarik ke arah dada.

3). Menangkap bola menyusur tanah.

Gerakannya Langkahkan kaki kiri ke depan, Lutut kaki kiri ditekuk, lutut kaki kanan menempel di tanah, Kedua telapak tangan saling berhadapan dan berada di depan lutut kaki kanan, Lihat arah datangnya bola. Ketika bola datang, tangkap bola tersebut.

C. Teknik memukul bola.

Dalam permainan rounders, pemain harus dapat memukul bola.

Teknik memukul bola ada dua cara, yaitu teknik pukulan melambung dan teknik pukulan mendatar.

1). Pukulan melambung.

Gerakannya Posisi kedua kaki terbuka, Salah satu tangan memegang kayu pemukul dan tangan yang lain meminta bola melambung, Kemudian pegang kayu pemukul dengan kedua tangan, Badan menghadap ke arah datangnya bola, tangan yang memegang tongkat berada di arah yang berlawanan dengan posisi badan, Ketika bolanya datang pukul bola sekuat-kuatnya, Hasil pukulan diharapkan dapat melambung juga.

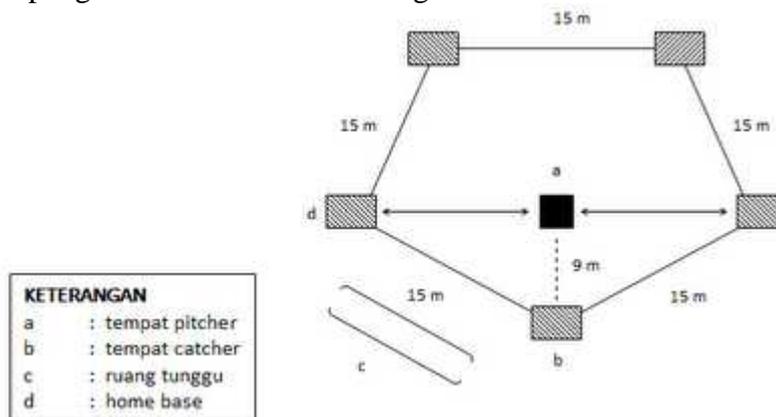
2). Pukulan mendatar.

Gerakannya Posisi kedua kaki terbuka, Salah satu tangan memegang kayu pemukul, Tangan yang lain meminta bola mendatar, Kemudian, pegang kayu pemukul dengan kedua tangan, Posisi badan menghadap ke arah datangnya bola, tangan yang memegang tongkat berada di arah yang berlawanan dengan posisi badan, Ketika bola datang pukul bola sekuat-kuatnya, Ayunan kayu pemukul secara mendatar agar setelah dipukul bola bergerak mendatar juga.

Bermain Rounders

A. Bentuk lapangan

Lapangan rounders berbentuk segi lima.



1. Panjang sisi lapangan 15 m.

2. Base atau tiang hinggap

Base terdiri atas lima base dengan ukuran 40 cm x 40 cm. Tempat pelambung atau pitcher plate berukuran 40 cm x 80 cm.

3. Kayu pemukul

Kayu pemukul berukuran panjang maksimal 1 meter, garis tengah kayu pemukul 7 cm.

B. Aturan permainan

1. Pemain

Satu regu terdiri dari 12 pemain, setiap pemain harus memakai nomor dada.

Pemain rounders dipimpin oleh seorang kapten regu.

2. Regu penjaga

Tugas regu penjaga selama permainan rounders adalah :

Menghalangi pemain regu pemukul yang berlari ke base atau ke tiang hinggap,
Melambungkan bola untuk regu pemukul,
Menghalangi pemain regu pemukul masuk ke home base.

3. Pelambung atau pitcher

Tugas pelambung atau pitcher yaitu, melemparkan bola ke pemain yang akan memukul bola (batter). Pitcher terdiri atas pitcher plate dengan salah satu kaki.

4. Nilai

Pemain akan mendapat nilai 1 apabila berhasil melalui satu base meskipun tidak berhasil memukul bola dengan baik,

Pemain akan mendapat nilai 1 apabila masuk ke ruang bebas atau base ke lima tanpa membuat kesalahan atau dimatikan lawan.

Pemain mendapat nilai 6 apabila dapat memukul bola dengan baik dan berlari dari base pertama hingga kembali ke ruang bebas tanpa berhenti,

Regu jaga mendapat nilai 1 apabila berhasil menangkap bola.

5. Pergantian tempat

Pemain dapat berganti tempat atau mengganti anggota regu dengan pemain baru, apabila

Regu pemukul telah enam kali melakukan kesalahan, Regu pemukul tersentuh oleh regu penjaga,

Regu penjaga berhasil menangkap bola sebanyak lima kali hasil pukulan regu pemukul,

Kayu pemukul keluar dari garis pemukul dan membahayakan pemain regu penjaga.

6. Lamanya permainan.

Lama permainan tiga Inning.

Inning adalah satu kali menjadi regu pemukul dan satu kali menjadi regu penjaga.

7. Base

Tiap base hanya boleh ditempati satu pemain, apabila ada dua pemain maka pelari yang terdepan mendapat hukuman satu kali mati, Pelari yang di belakang tidak boleh mendahului pelari yang di depannya.

A. Istilah Alam Permainan Rounders

Ball : Bola yang dilemparkan pelambung salah, yaitu bola tidak berada di atas tempat untuk memukul.

Strike : Bola yang dilemparkan pelambung benar, yaitu bola yang dilemparkan meluncur di atas

tempat pemukul antara lutut dan bahu pemukul.

Out : Bola yang dipukul jatuh di luar garis batas pelari.

Base : Tempat hinggap bagi seorang pemukul atau pelari.

Pitcher : Pelambung, dari regu jaga.

Catcher : Penangkap bola/penjaga belakang dari regu jaga.

Home Base : Base tempat memukul bola.

Mengetik : Mematikan lawan dengan cara menyentuh bola.

Membakar : Mematikan lawan dengan memegang bola sebelum pemain sampai di base.

Home Run : Pemukul dengan pukulannya sendiri dapat kembali ke ruang bebas secara langsung

. Cara Bermain

1. Permainan rounders dimainkan oleh 2 regu, dimana tiap regu terdiri atas 12 pemain dengan 6 pemain cadangan.
2. Sebelum permainan dimulai, dilakukan undian. Regu yang memenangkan undian berhak memilih menjadi regu pemukul atau regu jaga.
3. Pemukul diberi kesempatan memukul sebanyak 3 kali, jika pukulan pertama atau kedua baik, ia harus lari menuju base.
4. Urutan memukul sesuai dengan normor yang telah ditentukan.
5. Pemukul di belakangnya tidak boleh mendahului pemukul di depannya.
6. Setiap base hanya boleh diisi oleh satu pemain saja.
7. Setiap regu pemukul berpindah base, regu jaga boleh mematikan.
8. Cara mendapatkan angka :
Setiap base yang dilewati pemain mendapat angka 1.
Jika dibakar atau terkena tik tidak mendapat nilai pada base itu.
Jika dapat kembali ke ruang tunggu dengan pukulan sendiri dan setiap base selamat maka akan mendapat angka 6.

