

LAPORAN
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN 2
DI SMA NEGERI 1 TENGARAN



Disusun oleh :

Nama : Wisnu Nugroho
NIM : 6301409021
Program Studi : PKLO / S1

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2012

LEMBAR PENGESAHAN

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

Hari :

Tanggal :

Disahkan Oleh :

Koordinator Dosen Pembimbing

Kepala Sekolah

SMA N 1 Tenganan

Asma Lutfi, S. Th, M. Hum
NIP. 19780527200812201

Drs. Hendro Saptanto
NIP. 195811061987031001

Kepala Pusat Pengembangan PPL Unnes

Drs. Masugino, M.Pd
NIP. 195207211980121001

KATA PENGANTAR

Segala Puji hanya bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah, serta inayah-Nya kepada penulis, sehingga mampu menyelesaikan Praktik Pengalaman Lapangan 2 di SMA Negeri 1 Tengaran dengan baik dan lancar hingga penyusunan laporan Praktik Pengalaman Lapangan ini dapat tepat waktu..

Laporan ini disusun sebagai bukti tertulis bahwa penulis telah melaksanakan tugas-tugas selaku praktikan pada kegiatan PPL 2 di sekolah latihan SMA Negeri 1 Tengaran. Dalam pelaksanaan PPL 2 penulis banyak mendapatkan bantuan berupa motivasi dan semangat dari berbagai pihak. Oeh karena itu, pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. H. Sudjiono Sastroatmodjo, M. Si. selaku Rektor Unnes.
2. Asma Lutfi, S. Th, M. Hum selaku Koordinator PPL Unnes di SMA Negeri 1 Tengaran
3. Drs. Hendro Saptanto selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Tengaran
4. Drs. Rubianto Hadi, M.Pd selaku dosen pembimbing di SMA Negeri 1 Tengaran
5. Sugiarto S.Pd. selaku Guru Pamong mata pelajaran Penjasorkes
6. Seluruh guru dan staf, karyawan SMA Negeri 1 Tengaran
7. Kepada semua teman-teman seperjuangan PPL SMA Negeri 1 Tengaran yang terus memberi semangat.
8. Tidak lupa, siswa dan siswi Kelas XI dan XII sebagai kelas praktik mengajar.

Dalam penyusunannya, kami menyadari bahwa dalam laporan ini masih banyak terdapat kekurangan dan kelemahan. Oleh karena itu kritik dan saran akan senantiasa kami harapkan untuk perbakan kami masa datang. Semoga laporan ini dapat berguna bagi pembaca, dapat menambah wawasan dan pengetahuan khususnya di bidang kuliah praktik pendidikan. Amin.

Semarang, Oktober 2012

Penyusun

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR LAMPIRAN	v
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan	2
C. Manfaat PPL.....	3
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Pengertian praktik pengalaman Mengajar.....	4
B. Dasar PPL.....	4
C. Tujuan	5
D. Fungsi	5
E. Prinsip-prinsip	6
F. Perencanaan Pembelajaran	6
G. Aktualisasi Pembelajaran.....	7
BAB III PELAKSANAAN KEGIATAN	
A. Waktu Pelaksanaan	8
B. Tempat Pelaksanaan	8
C. Tahapan Kegiatan PPL 2	8
D. Materi Kegiatan	12
E. Proses Bimbingan	12
F. Faktor Pendukung dan Penghambat Selama PPL	12
G. Guru Pamong	13
H. Dosen Pembimbing	14
BAB IV PENUTUP	
A. Simpulan	15
B. Saran	15
REFLEKSI DIRI	
LAMPIRAN	

DAFTAR LAMPIRAN

1. Jadwal Mengajar
2. Daftar Hadir Dosen Koordinator PPL SMA N 1 TENGARAN
3. Daftar Hadir Dosen Pembimbing
4. Kartu Bimbingan
5. Hasil Penilaian Tes Praktik
6. Daftar Presensi Siswa Kelas XI IPA 1
7. Program Tahunan Kelas XII
8. Program Semester Kelas XII
9. Silabus Kelas XII
10. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam rangka mempersiapkan dan mewujudkan satu sistem pendidikan yang maju dan berkualitas dalam era global ini, pemerintah telah mengeluarkan peraturan tentang pendidikan dalam Undang-Undang nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dan Undang-Undang nomor 14 tahun 2005 tentang Guru dan Dosen. Adanya peraturan tersebut telah menuntut serangkaian perubahan dan perbaikan dalam sistem pendidikan di Indonesia. Akan tetapi, untuk mewujudkan tercapainya sistem pendidikan nasional yang ideal itu, dituntut adanya peran serta secara aktif dari berbagai pihak. Salah satu institusi yang berperan dalam rangka mewujudkan tercapainya sistem pendidikan nasional yang diidamkan adalah pihak Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan (LPTK) yang menghasilkan tenaga-tenaga pendidik sebagai salah satu pilar dunia pendidikan. LPTK yang menghasilkan tenaga-tenaga kependidikan yang profesional ini akan berbanding lurus dengan peningkatan kualitas pendidikan yang ada di Indonesia.

Oleh karena itu Universitas Negeri Semarang yang merupakan salah satu lembaga yang menyiapkan tenaga-tenaga kependidikan, menyiapkan program praktek pengalaman lapangan (PPL) yang wajib ditempuh para mahasiswa pada tahun terakhir kuliahnya. Hal ini bertujuan untuk menyiapkan tenaga kependidikan yang memperhatikan mutu, relevansi dan efektivitas serta berusaha meningkatkan mutu lulusan yang dapat memenuhi tuntutan dunia pendidikan yang senantiasa mengalami perubahan.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah semua kegiatan kurikuler yang harus dilakukan oleh mahasiswa praktikan sebagai pelatihan untuk menerapkan teori yang diperoleh dalam semester-semester sebelumnya sesuai dengan persyaratan yang telah ditetapkan agar mereka memperoleh pengalaman dan ketrampilan lapangan dalam penyelenggaraan pendidikan dan pengajaran di sekolah atau tempat latihan lainnya. Kegiatan PPL meliputi : praktik mengajar, praktik administrasi, praktik bimbingan dan konseling, serta kegiatan yang bersifat kokurikuler dan/ atau ekstrakurikuler yang berlaku di sekolah/ tempat latihan.

Mata kuliah Praktik Pengalaman Lapangan merupakan bagian integral dari kurikulum pendidikan tenaga kependidikan berdasarkan kompetensi yang termasuk didalam struktur program kurikulum Universitas Negeri Semarang. serta menyiapkan program praktek pengalaman lapangan (PPL) yang wajib ditempuh para mahasiswa pada tahun terakhir kuliahnya. Dimana bobot mata kuliah ini adalah SKS yang terdiri atas PPL 1 dengan bobot 2 SKS dan PPL 2 dengan bobot 4 SKS.

Sudah barang tentu keberhasilan Praktek Pengalaman Lapangan merupakan dambaan semua pihak baik pihak Universitas, mahasiswa dan pihak sekolah latihan. Oleh karena itu diperlukan kerjasama yang baik dan saling menguntungkan antara pihak yang satu dengan pihak yang lainnya. Perlu diketahui pada dasarnya semua itu adalah proses. Proses belajar yang akan menghasilkan perubahan yang signifikan bagi mahasiswa maupun bagi pihak lainnya dengan satu tujuan yakni meningkatkan kualitas pendidikan di Indonesia.

B. Tujuan

Program Praktek Pengalaman Lapangan memiliki tujuan - tujuan sebagai berikut :

1. Tujuan Umum

Menyiapkan mahasiswa agar menjadi tenaga pendidik yang handal dan profesional sehingga dapat membantu dalam meningkatkan derajat pendidikan masyarakat secara optimal.

2. Tujuan Khusus

- a. Meningkatkan, memperluas dan memantapkan kemampuan mahasiswa sebagai bekal untuk memasuki lapangan kerja sesuai dengan kebutuhan program pendidikan yang ditetapkan.
- b. Menumbuh kembangkan dan memantapkan sikap etis profesionalisme dan nasionalisme yang diperlukan mahasiswa untuk memasuki lapangan kerja, sesuai dengan bidangnya.

C. Manfaat

Praktik Pengalaman Lapangan dapat memberikan bekal kepada mahasiswa praktikan agar memiliki kompetensi paedagogik, professional, kepribadian, dan dosial. Dengan melaksanakan PPL diharapkan dapat memberikan manfaat terhadap semua komponen yang terkait, yaitu mahasiswa (praktikan), sekolah latihan, dan UNNES.

1. Manfaat bagi mahasiswa

- a. Mengetahui dan mempraktikkan secara langsung mengenai cara-cara pembuatan perangkat pembelajaran seperti Prota, Prosem, Silabus, RP yang dibimbing oleh guru pamong masing-masing.
- b. Mendapat kesempatan untuk menerapkan ilmu yang telah diperoleh selama kuliah ke dalam proses belajar mengajar yang sesungguhnya di sekolah praktikan.
- c. Mendewasakan cara berpikir, meningkatkan daya penalaran mahasiswa dalam melakukan penelaahan, perumusan dan pemecahan masalah-masalah yang ada dalam proses kegiatan pendidikan di sekolah.
- d. Memperoleh kesempatan mengamati suasana kegiatan belajar mengajar yang dilakukan oleh bapak atau ibu guru sehingga dapat dijadikan acuan pembelajaran yang sesungguhnya.

2. Manfaat bagi sekolah

- a. Memberikan masukan kepada sekolah mengenai hal-hal atau ide-ide baru dalam perencanaan program pendidikan yang akan datang untuk meningkatkan pembelajaran
- b. Memperluas kerja sama dalam proses pembelajaran antara sekolah praktikan dan perguruan tinggi

3. Manfaat bagi UNNES

- a. Memperoleh masukan tentang kasus pendidikan yang dipakai sebagai bahan pertimbangan penelitian
- b. Memperluas dan meningkatkan jaringan dan kerja sama dengan sekolah yang terkait
- c. Memperoleh masukan tentang perkembangan pelaksanaan PPL, sehingga kurikulum, metode, dan pengelolaan proses belajar mengajar di instansi atau sekolah dapat disesuaikan dengan tuntutan yang ada di lapangan.
- d. Sebagai informasi perkembangan ilmu pendidikan terhadap pengelolaan pembelajaran di UNNES dan sebagai penyalur pendidik yang dapat menciptakan calon-calon tenaga profesional yang berkompeten.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Pengertian PPL

Berdasarkan SK Rektor Universitas Negeri Semarang No. 35/O/2006 tentang Pedoman Praktik Pengalaman Lapangan bagi mahasiswa program Kependidikan UNNES adalah :

1. Praktik pengalaman lapangan adalah semua kegiatan kurikuler yang harus dilakukan oleh mahasiswa praktikan, sebagai pelatihan untuk menerapkan teori yang diperoleh dalam semester – semester sebelumnya, sesuai dengan persyaratan yang telah ditetapkan agar mereka memperoleh pengalaman dan ketrampilan lapangan dalam penyelenggaraan pendidikan dan pengajaran di sekolah maupun tempat latihan lainnya.
2. Kegiatan praktik pengalaman lapangan meliputi : praktik mengajar, praktik administrasi, praktik bimbingan dan konseling serta kegiatan pendidikan lain yang bersifat kokurikuler dan atau ekstrakurikuler yang berlaku di sekolah/tempat latihan.
3. PPL merupakan salah satu program dalam pendidikan pra jabatan guru yang dirancang khusus untuk menyiapkan para calon guru menguasai kemampuan keguruan yang terintegrasi dan utuh, sehingga setelah menyelesaikan pendidikannya dan diangkat menjadi guru, mereka siap mengemban tugas dan tanggung jawabnya sebagai guru. (dalam LGK Wardani dan Anan Suhaenah S : 1994 ; 2).

B. Dasar Pelaksanaan PPL

1. SK Rektor Universitas Negeri Semarang No. 35/O/2006 tentang Pedoman Praktik Pengalaman Lapangan bagi Mahasiswa Program Kependidikan Universitas Negeri Semarang.
2. SK Dirjen Dikti Depdiknas No.056/4/1996 tentang pedoman program pengalaman lapangan bagi mahasiswa IKIP dan FKIP se-Indonesia.
3. Nomor 162/O/2004 tentang Penyelenggaraan Pendidikan di Universitas Negeri Semarang

4. Nomor 163/O/2004 tentang Pedoman Penilaian Hasil Belajar Mahasiswa Universitas Negeri Semarang.
5. Keputusan Presiden:
 - a. Nomor 271 Tahun 1965 tentang Pengesahan Pendirian IKIP Semarang.
 - b. Nomor 124/M Tahun 1999 tentang perubahan Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan (IKIP) Semarang, Bandung, dan Medan menjadi Universitas.
 - c. Nomor 132/M Tahun 2006 tentang Pengangkatan Rektor Universitas Negeri Semarang.
6. Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia:
 - a. Nomor 0114/V/199 tentang Angka Kredit untuk masing-masing kegiatan bagi Dosen yang mengasuh Program Pendidikan Profesional untuk Pengangkatan Penetapan Jabatan dan Kenaikan Pangkat.
 - b. Nomor 278/O/1999 tentang Organisasi dan Tata Kerja Universitas Negeri Semarang.
7. Keputusan Menteri Pendidikan Nasional:
 - a. Nomor 234/U/2000 tentang Pedoman Pendirian Perguruan Tinggi.
 - b. Nomor 225/O/2000 tentang Status Universitas Negeri Semarang.
 - c. Nomor 232/U/2000 tentang Pedoman Penyusunan Kurikulum Pendidikan Tinggi dan Penilaian Hasil Belajar.
 - d. Nomor 045/U/2002 tentang Kurikulum Inti
 - e. Nomor 201/U/2003 tentang Perubahan Kepmendikbud
 - f. Nomor 278/U/1999 tentang Organisasi dan Tata Kerja Universitas Negeri Semarang.

C. Tujuan PPL

PPL bertujuan untuk membentuk mahasiswa praktikan agar menjadi tenaga pendidik yang profesional, sesuai dengan prinsip-prinsip pendidikan berdasarkan kompetensi yang meliputi kompetensi paedagogig, kompetensi kepribadian, kompetensi profesional, dan kompetensi sosial.

D. Fungsi PPL

PPL berfungsi memberikan bekal kepada mahasiswa praktikan agar memiliki kompetensi paedagogig, kompetensi kepribadian, kompetensi profesional, dan kompetensi sosial.

E. Prinsip-prinsip PPL

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 tempat latihan, serta lembaga-lembaga terkait lainnya,
3. PPL yang dimaksud meliputi PPL 1 dan PPL 2,
4. Pembimbingan mahasiswa PPL harus secara intensif dan sistematis oleh guru pamong, dosen pembimbing dan pihak lain.

F. Perencanaan Pembelajaran

1. Garis-garis Besar Program Pengajaran (GBPP)

Garis-garis Besar Program Pengajaran (GBPP) merupakan rambu-rambu program pengajaran pada sekolah yang keberadaannya sudah disesuaikan dengan kondisi psikologi siswa dan sekitarnya yang dapat dijadikan sebagai acuan secara umum.

2. Program Tahunan (Prota)

Program Tahunan merupakan bagian dari program pengajaran yang memuat alokasi waktu untuk setiap pokok bahasan dalam satu tahun.

3. Program Semester

Program semester merupakan bagian dari program yang memuat alokasi waktu untuk setiap satuan bahasan pada setiap semester.

4. Rencana Pembelajaran (RP)

Program rancangan atau rencana pengajaran adalah bahan acuan yang diperlukan oleh seorang guru untuk melaksanakan kegiatan mengajar pada setiap kali pertemuan yang berisi tujuan pembelajaran, alokasi waktu, standard kompetensi, media yang akan di gunakan serta jenis tagihan yang akan di lakukan siswa.

5. Lembar Kegiatan Siswa

Lembar kegiatan siswa merupakan kumpulan dari ringkasan materi serta soal-soal latihan.

6. Analisis Hasil Ulangan Harian

Asnalisis hasil ulangan harian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengetahui nilai yang diperoleh masing-masing siswa serta sejauh mana

ketuntasan belajar siswa secara individual maupun klasikal pada tiap pokok bahasan.

G. Aktualisasi Pembelajaran

1. Membuka Pelajaran.
2. Komunikasi dengan Siswa
3. Penggunaan Metode Pelajaran dan Media Pembelajaran
4. Variasi dalam Pembelajaran
5. Memberikan Penguatan
6. Menulis di Papan Tulis
7. Mengkondisikan Situasi Belajar
8. Memberikan Pertanyaan
9. Menilai hasil belajar
10. Memberikan balikan
11. Menutup Pelajaran

BAB III

PELAKSANAAN KEGIATAN

A. Waktu

Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan 2 (PPL 2) mahasiswa Universitas Negeri Semarang program studi kependidikan Tahun 2012 dilaksanakan mulai hari Senin 30 Juli 2012 sampai dengan Sabtu 20 Oktober 2012. Pelaksanaanya dilakukan setiap hari dari hari Senin sampai Sabtu. Pada hari Senin sampai Kamis kegiatan pembelajaran dimulai pukul 07.00 s/d 13.30. Pada hari Jum'at pembelajaran dimulai pukul 07.00 s/d 11.00 dan Pada hari Sabtu pembelajaran seperti pada hari Senin sampai Kamis yaitu dimulai pukul 07.00 s/d 13.30

B. Tempat

Pelaksanaan Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan 2 (PPL 2) di SMA N 1 Tenganan secara administrasi terletak di Prokimad (Proyek Pemukiman Angkatan Darat), desa Karangduren, Kecamatan Tenganan , Kabupaten Semarang. Sedangkan alamat lengkap SMA N 1 Tenganan adalah Kembangsari Karangduren Tenganan 50775 Po. Box. No. 161 Salatiga.

C. Tahapan Kegiatan PPL 2

1. Penerjunan ke sekolah latihan

Program pengalaman lapangan dilaksanakan sesuai dengan jadwal yang ditentukan oleh UPT PPL UNNES yaitu mulai tanggal 24 s/d 26 Juli 2012. Adapun penerjunan dan penyerahan mahasiswa PPL ke Sekolah oleh dosen Koordinator PPL yaitu Ibu Asma Lutfi, S. Th, M. Hum kepada SMA Negeri 1 Tenganan untuk diterima oleh Kepala Sekolah dan Waka Kurikulum.

2. Pelatihan mengajar dan tugas keguruan (Pengajaran Terbimbing)

Sehubungan dengan diterapkannya kurikulum baru di SMA Negeri 1 Tenganan yaitu Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP), praktikan merasa perlu untuk mengetahui lebih dalam tentang sistem pengajaran yang dipakai oleh guru yang mengajar di kelas. Untuk itu praktikan melakukan pengajaran model (pengajaran terbimbing) di kelas dengan bimbingan guru pamong yang dilaksanakan selama kurang lebih satu minggu pada minggu kedua praktik.

Sedangkan tugas keguruan lainnya yang dilaksanakan di SMA Negeri 1 Tenganan antara lain yaitu membuat perangkat pembelajaran.

3. Pelatihan mengajar dan tugas keguruan (Pengajaran Mandiri)

Pelatihan mengajar mandiri dilaksanakan mulai Minggu ke-2 sampai Minggu terakhir PPL. Sedangkan tugas keguruan lainnya yang dilaksanakan di SMA Negeri 1 Tenganan antara lain mengikuti kegiatan upacara bendera setiap diadakan upacara di Sekolah. Selain membuat perangkat pembelajaran dan mengikuti kegiatan ekstra maupun intra Sekolah, dalam melaksanakan KTSP guru harus mempunyai beberapa ketrampilan mengajar antara lain :

a. Membuka Pelajaran

Dalam membuka pelajaran, guru mengucapkan salam yang kemudian dilakukan dengan presensi siswa untuk mengetahui siswa yang hadir atau tidak hadir. Kemudian guru memberi motivasi pada siswa dengan cara mengingat kembali materi yang telah diajarkan.

b. Komunikasi Dengan Siswa

Komunikasi antara siswa dengan guru adalah yang terpenting selama PBM karena dengan komunikasi yang baik, maka PBM akan menjadi lancar. Komunikasi yang dimaksud adalah terjadinya komunikasi dalam dua arah yaitu guru menerangkan dan siswa mendengarkan dan bertanya juga. Komunikasi multi arah guru menjelaskan, siswa mendengarkan dan bertanya dan menyangkut siswa bertanya kepada siswa yang lain.

Dalam kegiatan ini, guru praktikan melakukan dengan baik sehingga terjadi hubungan yang wajar antara siswa dan guru sehingga materi dapat dipahami dengan baik.

c. Penggunaan Metode Pembelajaran

Pemilihan metode pembelajaran oleh guru merupakan hal yang harus diperhatikan. Dalam proses pembelajaran menggunakan metode pembelajaran disesuaikan dengan jenis tugas atau kegiatan-kegiatan pembelajaran sehingga akan menjadi lebih seimbang dan efisien dengan PBM, dimana artinya guru mampu memodifikasi metode tersebut, dengan demikian terjadi interaksi antara guru dengan siswa menjadi lebih baik.

d. Penggunaan Media Pembelajaran

Media pembelajaran yang digunakan dalam pembelajaran harus disesuaikan dengan bidang studi yang bersangkutan. Seorang guru dituntut

untuk bisa menentukan kapan penggunaan media pembelajaran sesuai dengan pokok bahasan yang diajarkan. Penggunaan media ini pun perlu didukung dengan buku-buku penunjang yang digunakan adalah buku perpustakaan.

e. Variasi Dalam Pembelajaran

1) Variasi Suara

Dalam menyampaikan materi pelajaran, guru praktikan harus mampu mengatur suaranya, karena dalam hal ini KTSP dilaksanakan di lapangan oleh karena itu suara guru harus keras agar dapat didengar oleh siswa. Variasi suara ini penting dilakukan agar siswa tidak merasa bosan dan jenuh.

2) Variasi Teknik

Teknik CBSA (Cara Belajar Siswa Aktif) akan berjalan dengan lancar apabila praktikan sudah mampu memaksimalkan minat dan bakat siswa untuk berperan aktif di lapangan. Variasi teknik ini harus tetap mengutamakan peran aktif siswa dalam proses belajar mengajar di kelas.

3) Variasi Media

Seorang guru harus memperhatikan variasi penggunaan media dalam pembelajaran. Media yang digunakan pun harus disesuaikan dengan bidang studi yang bersangkutan dan sesuai dengan pokok bahasan yang diajarkan sehingga akan membantu mempermudah siswa dalam memahami materi pelajaran yang diajarkan.

f. Memberikan Penguatan

Pemberian penguatan kepada siswa adalah suatu motivasi tersendiri agar siswa menjadi lebih tertarik pada materi pembelajaran, guru harus memperhatikan cara dan metode penguatan yang benar agar lebih mengena. Dalam memberikan penguatan setelah guru praktikan memberikan pertanyaan kepada siswa tentang materi yang telah dijelaskan ataupun pengetahuan umum yang berkaitan dengan materi tersebut. Kalimat yang biasa guru praktikan gunakan dalam memberikan penguatan adalah *Bagus pekerjaanya, sudah benar, excellent, Good Job, luar biasa dll.*

g. Mempraktikan gerak

Praktikan tidak pernah melewatkan proses belajar mengajar dengan memberikan contoh gerakan yang benar, dengan melihat guru memperagakan

contoh gerakan dalam materi, diharapkan siswa akan lebih mudah dalam memahami materi yang diajarkan.

h. Mengkondisikan Situasi Siswa

Kondisi yang tenang dan lancar adalah kondisi PBM yang sangat diharapkan oleh guru. Dalam mengkondisikan situasi belajar, agar siswa tenang dan dapat berkonsentrasi penuh, tindakan yang dilakukan oleh praktikan antara lain :

- 1) Praktikan tidak hanya berdiri di depan siswa sewaktu proses pembelajaran berlangsung kadang di tengah, kadang di belakang, dan kadang di pinggir.
- 2) Memperhatikan siswa-siswa yang pikirannya tidak berkonsentrasi atau sedikit membuat gaduh. Misalnya berbisik-bisik dengan temannya, mengantuk ataupun lainnya dengan memberikan pertanyaan atau memanggil nama siswa yang bersangkutan.

i. Memberikan Pertanyaan

Dalam memberikan pertanyaan secara tidak langsung memberi motivasi yang baik pada siswa karena setelah diberikan pertanyaan siswa diberikan pula penguatan. Pertanyaan harus sesuai dengan materi yang diberikannya. Pertanyaan ini dimaksudkan agar guru mengetahui apakah siswa selama PBM tadi sudah mampu menerima materi yang ada.

j. Memberikan Balikan

Praktikan selalu memberikan balikan agar keseluruhan kegiatan pembelajaran dapat diketahui, apakah sudah sesuai tujuan ataukah belum. Apabila belum tercapai maka praktikkan memberikan bimbingan kepada siswa

k. Menilai Hasil Belajar

Menutup Pelajaran oleh guru dimulai dari menyimpulkan materi yang telah diberikan kemudian memberikan tugas-tugas rumah untuk materi pada pertemuan berikutnya ataupun tugas dari apa yang telah diajarkan, namun kadang-kadang juga memberikan post test pada siswa. Tujuan dari post test ini adalah apakah materi pelajaran dengan metode yang dilaksanakan sudah tepat atau belum. Praktikan memberikan materi apa yang akan dipelajari untuk pertemuan selanjutnya guru mengucapkan salam penutup.

4. Pelaksanaan Ujian Program Mengajar

Pelaksanaan ujian praktik mengajar umumnya dilaksanakan pada minggu terakhir praktik. Ujian praktik mengajar ini dinilai oleh guru pamong dan dosen pembimbing yang bersangkutan dengan melihat secara langsung di kelas.

5. Penyusunan laporan PPL

Penyusunan laporan akhir PPL II dilaksanakan pada minggu terakhir PPL. Dalam penyusunan laporan akhir PPL II ini, praktikan mengkonsultasikan penyusunan laporan kepada dosen koordinator dan Guru pamong masing-masing untuk mendapatkan masukan-masukan tentang isi laporan akhir tersebut.

D. Materi Kegiatan

Materi kegiatan dalam PPL 2 ini adalah :

- a) Membuat perangkat pembelajaran atas bimbingan guru pamong.
- b) Melaksanakan praktik mengajar atas bimbingan guru pamong dan dosen pembimbing
- c) Mengikuti kegiatan ekstra maupun intra Sekolah.

Dalam praktik Pengalaman Lapangan (PPL) 2 ini praktikan mengajar kelas XI IPA 1, XI IPS 2, XII IPA 1, XII IPA 2, XII IPA 3 dan XII IPA 4. Mata pelajaran yang diajarkan adalah Penjasorkes.

E. Proses Bimbingan

Proses pembimbingan merupakan serangkaian kegiatan yang dilakukan antara praktikan kepada guru pamong, dosen pembimbing, koordinator dosen pembimbing dan semua pihak sekolah mengenai sistem pengajaran. Hal ini paling banyak dilakukan oleh guru pamong kepada praktikan yaitu tentang bimbingan dan cara mengelola kelas. Proses pembimbingan juga dilakukan antara praktikan dengan dosen di lapangan baik mengenai proses belajar mengajar maupun perangkat pembelajaran.

F. Faktor Pendukung dan Penghambat Selama PPL

1. Hal-hal yang mendukung selama PPL 2 berlangsung :

- a. Praktikkan dapat menjalin hubungan baik dengan guru pamong, sehingga praktikan dapat melakukan observasi tentang perangkat kegiatan belajar mengajar

- dan berlatih menyusun Program Tahunan, Program Semester, Silabus, dan Rencana Pengajaran.
- b. Dengan bimbingan guru pamong, praktikan diberi kesempatan untuk menguasai kelas, media serta perangkat pembelajarannya sehingga praktikan lebih kreatif dalam mengajar.
 - c. Kemudahan untuk meminjam buku sumber materi pelajaran di perpustakaan Sekolah dan guru pamong.
 - d. Dilibatkannya mahasiswa praktikan dalam kegiatan-kegiatan yang diadakan oleh Sekolah seperti kegiatan-kegiatan kesiswaan sehingga menambah pengalaman praktikan mengenai hal-hal dalam Sekolah selain mengajar.
2. Hal-hal yang menghambat dalam pelaksanaan PPL 2 ini antara lain :
- a. Kemampuan diri praktikan yang masih kurang.
 - b. Adanya siswa yang kurang berminat terhadap pelajaran PENJASORKES sehingga menyebabkan malas belajar dan kurang memahami materi yang diberikan.
 - c. Kurangnya sumber belajar bagi siswa.
 - d. Terbatasnya sarana dan prasarana yang ada di sekolah tempat praktikan.

G. Guru Pamong

Guru pamong memiliki peranan yang sangat penting dalam kesuksesan praktikan dalam melaksanakan PPL. Guru pamong yang telah ditetapkan kepala sekolah SMA Negeri 1 Tengaran merupakan guru yang sudah terpilih dan berkompeten dibidangnya. Guru pamong yang membimbing mahasiswa praktikan bidang studi Penjasorkes adalah Sugiarto S.Pd. Dalam praktiknya, guru pamong sudah baik dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes. Ketika pembelajaran berlangsung sikap ketegasan, kedewasaan, dan kestabilan emosi terlihat dalam menghadapi persoalan di kelas maupun di lapangan.

Selain itu, guru pamong pembimbing mahasiswa praktikan sangat serius dalam membimbing. Guru pamong setiap saat berdiskusi dengan praktikan mengenai masalah yang mungkin terjadi saat pembelajaran. Guru pamong juga memberikan banyak saran guna kelancaran pembelajaran yang akan dilakukan praktikan. Guru pamong setiap saat memantau praktikan ketika praktikan mengajar sehingga kekurangan-kekurangan yang mungkin terjadi dapat segera diperbaiki.

H. Dosen Pembimbing

Dosen pembimbing yang membimbing mahasiswa praktikan bidang studi PKLO adalah Drs. Rubianto Hadi, M.Pd Dosen pembimbing juga sangat membantu praktikan dalam melaksanakan PPL. Dosen pembimbing memberikan masukan-masukan bagi praktikan baik dalam hal materi maupun kepribadian praktikan.

Demikian seluruh pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) yang dilaksanakan di SMA Negeri 1 Tenganan.

BAB IV

PENUTUP

A. Simpulan

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa :

1. Peranan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) sangat besar dalam pencapaian lulusan yang berkualitas pada setiap mahasiswa program pendidikan, yaitu sebagai tambahan wawasan mengenai aktualisasi kurikulum dan perangkat yang menyertainya pada sekolah.
2. Dengan adanya PPL mahasiswa program pendidikan akan terbuka cakrawala pandangnya mengenai kondisi realitas sekolahan yang nantinya akan digeluti setelah lulus.
3. Mahasiswa praktikan setelah melakukan PPL ini diharapkan sudah dapat membuat Prota, Pomes, RPP, Silabus, dan Pengembangan nilai Silabus.
4. Dilihat dari kondisi SMA Negeri 1 Tenganan sudah cukup baik dengan masih perlu perbaikan di beberapa segi.

B. Saran

Untuk meningkatkan kualitas lulusan, SMA Negeri 1 Tenganan perlu melakukan perbaikan di beberapa segi antara lain yaitu penambahan sarana dan prasarana pendukung kegiatan belajar mengajar, peningkatan sumber daya pendidikan, serta peningkatan kualitas input siswa. Peningkatan sarana dan prasarana ini misalnya, penambahan koleksi buku-buku di perpustakaan. Sehingga dapat memperluas pengetahuan siswa dan mempermudah bagi siswa jika membutuhkan buku untuk referensi.

REFLEKSI DIRI

Nama : Wisnu Nugroho

NIM : 6301409021

Prodi : Pendidikan Keperawatan Olahraga

Dalam kegiatan PPL 1 mahasiswa PPL sebagai praktikan mengumpulkan data sebanyak mungkin melalui pengamatan dan wawancara. SMA Negeri 1 Tenganan menjadi objek praktikan dalam mengembangkan proses pengajaran yang dimiliki. Hal ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kondisi dari sekolah tersebut dalam aspek-aspek yang ditentukan.

Aspek refleksi diri meliputi :

1. Kekuatan dan kelemahan pembelajaran mata pelajaran yang ditekuni

a. Kekuatan :

Mata pelajaran penjasorkes dalam sebuah lingkup sekolah merupakan mata pelajaran yang paling diminati. Karena mampu memberikan efek *refresh* dan *relaks* pada siswa sekaligus membentuk pola kesegaran jasmani pada tubuh siswa. Mata pelajaran ini mempunyai penilaian yang lengkap. Penilaian Afektif, Psikomotorik, dan Kognitif ditambah Fisik menjadi proses pembentukan nilai dan karakter siswa. Dalam hal ini pendidikan jasmani mempunyai falsafah disebut dengan naturalisme Pendidikan Jasmani. Yaitu mengembangkan potensi siswa yang membawa mereka dalam aspek fikiran dan mental. Oleh karena itu dalam kehidupan sehari-hari pendidikan jasmani akan selalu bersinggungan dalam perkembangan manusia.

b. Kelemahan :

Selain memiliki kekuatan, pembelajaran Pendidikan Jasmani memiliki kekurangan yaitu Pendidikan Jasmani sebagai *trouble maker* dalam aktivitas pembelajaran selanjutnya. Hal ini terjadi karena energi yang dicurahkan dalam melakukan aktivitas pembelajaran ini banyak terforsir. Efek yang terjadi adalah lemas dan malas mengikuti pembelajaran selanjutnya. Aspek lain adalah pada pembelajaran Pendidikan Jasmani bagi siswa yang belum bisa melakukan aktivitas gerak adalah siswa menjadi enggan untuk melakukannya

2. Ketersediaan sarana dan prasarana

Sekolah yang dijadikan sekolah latihan para praktikan adalah SMA N 1 Tenganan. Sekolah tersebut merupakan sekolah yang mencetak siswa yang berkualitas. Lokasinya pun cukup strategis sebagai tempat pendidikan karena daerahnya cukup tenang dan jauh dari polusi. Sarana yang terdapat di sekolah cukup memenuhi standar. Terdapat lapangan voli, sepak bola, basket, tennis, dan lintasan lompat jauh. Perlengkapan olahraganya sudah cukup memadai untuk melakukan kegiatan pembelajaran.

3. Kualitas guru pamong dan dosen pembimbing

Menurut hasil observasi praktikan, kualitas yang dimiliki oleh guru pamong sudah baik sebagai pengajar untuk tingkat SMA. Kualitas dalam mengajar dalam setiap cabang olahraga dapat memberikan stimulus lebih dalam siswa memperoleh materi. Guru pamong dapat mengatasi siswa yang memiliki sikap yang bermasalah. Dosen pembimbing untuk mahasiswa praktikan adalah Drs. Rubianto Hadi, M.Pd., Beliau adalah dosen di Fakultas Ilmu Keolahragaan di kampus UNNES. Beliau telah memiliki pengalaman mengajar yang cukup banyak sehingga mahasiswa praktikan mendapatkan bimbingan yang sangat membangun.

4. *Kualitas pembelajaran di sekolah latihan*

Sistem pembelajaran di sekolah latihan, dalam hal ini di SMA Negeri 1 Tengeran sudah cukup baik dan sistematis. Sistem pembelajarannya sudah sesuai dengan apa yang menjadi acuan dari pembelajaran nasional. Semua tenaga kependidikan sudah melaksanakan tugasnya dengan sebaik-baiknya sesuai tujuan pembelajaran yang ingin di capai.

5. *Kemampuan diri praktikan*

Menurut pendapat pribadi, kemampuan yang dimiliki oleh praktikan masih terbatas. Jika dilihat dari penguasaan materi, praktikan dapat dikategorikan memiliki materi yang cukup memadai untuk mengajar. Namun, dalam hal pengalaman mengajar, praktikan masih belum memiliki kemampuan yang maksimal karena belum berlatih mengajar secara langsung di dalam kelas. Bagaimanapun ini menjadi proses bagi para praktikan untuk mengembangkan kemampuan mengajar yang tepat untuk anak didiknya. Sekaligus mengembangkan diri dalam sekolah dengan kualitas dengan sarana dan sistem yang tertata rapi.

6. *Nilai tambah yang diperoleh mahasiswa setelah melaksanakan PPL 1*

PPL1 dilaksanakan oleh para mahasiswa guna untuk mengobservasi lingkungan sekolah baik yang fisik maupun mental. Setelah melaksanakan PPL1, nilai tambah yang diperoleh mahasiswa banyak sekali tentunya. Salah satunya adalah pengalaman nyata yang diperoleh para mahasiswa tentang orientasi sekolah. Dengan koordinasi kepengurusan organisasi sekolah yang sangat kompleks dan terisitematis sesuai dengan bidang masing-masing. Mungkin saja dulu para mahasiswa telah mengalami orientasi sekolah saat mereka masih menjadi murid, tetapi orientasi sekolah yang dialami hanya sekedar sebatas pengetahuan untuk siswa, namun di pelaksanaan PPL1 ini, para mahasiswa dapat memperoleh pengetahuan tentang sekolah secara menyeluruh, mulai dari masalah kesiswaan, hingga masalah kurikulum. Setelah melaksanakan PPL1 ini, para mahasiswa juga memiliki pengetahuan tentang bagaimana cara mengajar yang benar sehingga materi yang kita berikan nantinya dapat diterima dengan baik oleh siswa. Mahasiswa juga dapat mempelajari beberapa trik yang dikeluarkan oleh para pengajar untuk menghadapi murid-murid yang memiliki kesulitan dalam menanamkan motivasi untuk belajar. Diharapkan pelaksanaan PPL1 ini nantinya dapat menjadi bekal untuk para mahasiswa jurusan pendidikan yang notabene merupakan calon guru agar lebih mengenal cikal bakal tempat kerjanya di kemudian hari.

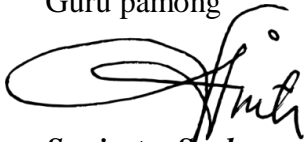
7. *Saran pengembangan bagi sekolah latihan dan UNNES*

Saran yang dapat mahasiswa berikan bagi sekolah latihan adalah pada bagian pelengkapan sarana dan prasarana bagi para murid dan juga pengajar serta staf sekolah lainnya lebih ditingkatkan kualitasnya. Saran pengembangan bagi UNNES dalam pelaksanaan program PPL ini bahwasanya mungkin sebaiknya dalam pelaksanaan PPL diadakan program peringkat untuk pembagian plotting sekolah agar kemampuan mahasiswa disesuaikan oleh sekolah latihan yang dituju. Dalam pembagian sekolah pun, diharap agar proses penerjunan dilaksanakan sejelasa mungkin sesuai prosedur yang berlaku dan tidak menyulitkan mahasiswa. Seperti ada beberapa kasus dimana peserta PPL tidak disambut dengan baik bahkan terkesan diusir karena melampaui quota yang ditetapkan oleh sekolah latihan yang dituju. Tak lupa pula permasalahan yang sempat timbul ketika dibukanya sistem online saat pendaftaran PPL beberapa waktu lalu dimana terdapat trobel yang menyulitkan mahasiswa

peserta PPL dalam mengakses sistem di internet. Sehingga diharapkan untuk pelaksanaan PPL kedepannya UNNES dapat memberikan prosedur yang lebih baik bagi para mahasiswanya sehingga pelaksanaan PPL dapat berjalan dengan lancar.

Tengaran, 10 Agustus 2012

Mengetahui
Guru pamong



Sugiarto, S.pd.

NIP.195610311982031003

Guru Praktikan



Wisnu Nugroho

NIM. 6301409021

Lampiran 1

**JADWAL MENGAJAR MAHSISWA PPL
SEKOLAH LATIHAN SMA N 1 TENGARAN**

NAMA : WISNU NUGROHO
NIM/PRODI : 6301409021 / PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS : FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

No.	HARI	JAM	KELAS	MATA PELAJARAN
1.	SENIN	09.15 – 11.00	XI IPA 1	PENJASORKES
2.	SELASA	08.30 – 10.00	XI IPS 2	
3.	RABU	07.00 – 08.30	XII IPA 1	
4.	KAMIS	07.00 – 08.30	XII IPA 4	
5.	JUMAT	07.00 – 08.30	XII IPA 2	
6.	SABTU	08.30 – 10.00	XII IPA 3	

Mengetahui,

Guru Pamong



Sugiarto, S.Pd.

NIP. 19561031 198203 1 003

Guru Praktikan



Wisnu Nugroho

NIM. 6301409021

Lampiran 2

DAFTAR HADIR DOSEN KOORDINATOR PPL
PROGRAM : PPL / TAHUN 2012

Sekolah/tempat latihan : SMA Negeri 1 Tenganan
Nama koordinator dosen pembimbing : Asma Lutfi, S. Th, M. Hum
NIP koordinator dosen pembimbing : 19780527200812201
Jurusan/Fakultas : Pend. Sosiologi Antropologi / FIS

No.	Tanggal	Uraian materi	Mahasiswa yang dikoordinir	Tanda Tangan
1.	30/07/2012	Penerjunan dan prnrmpatan mahasiswa PPL ke lokasi	19	
2.	01/10/2012	Monitoring dan evaluasi pelaksanaan PPL	19	
3.	06/10/2012	Monitoring, evaluasi pelaksanaan PPL dan sharing	19	
4.	09/10/2012	Koordinasi pelaksanaan PPL di SMA N 1 Tenganan	19	
5.	20/10/2012	Sharing, monitoring dan evaluasi pelaksanaan PPL	19	
6.	20/10/2012	Penarikan Mahasiswa PPL	19	
7.				
8.				

Tenganan, 9 Oktober 2012

Kepala Sekolah/Tempat latihan,
SMA Negeri 1 Tenganan

Drs. Hendro Saptanto
NIP. 195811061987031001

Lampiran 3

**DAFTAR HADIR DOSEN PEMBIMBING PPL
PRODI PKLO TAHUN 2012**

Sekolah/tempat latihan : SMA Negeri 1 Tengar
Nama/NIP dosen pembimbing : Drs. Rubianto Hadi, M.Pd
Jurusan/Fakultas : 196302061988031001

No	Tanggal	Mahasiswa yang dibimbing	Materi bimbingan	Tanda Tangan
1.	29 September 2012	Wisnu Nugroho	Monitoring dan evaluasi	
2.	2 Oktober 2012	Wisnu Nugroho	Monitoring dan evaluasi	
3.	9 Oktober 2012	Wisnu Nugroho	Monitoring dan ujian	
4.				
5.				

Tengaran, Oktober 2012




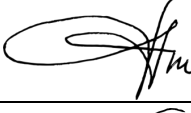




Kepala Sekolah/Tempat latihan,
SMA Negeri 1 Tengar

Drs. Hendro Saptanto
NIP. 195811061987031001

Lampiran 4

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

Tempat praktik : SMA Negeri 1 Tengaran

MAHASISWA Nama : Wisnu Nugroho NIM/Prodi : 6301409021 Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan					
GURU PAMONG Nama : Sugiarto, S.Pd. NIP : 195610311982031003 Bid. studi : Penjasorkes				DOSEN PEMBIMBING Nama : Drs. Rubianto Hadi, M.Pd NIP?Prodi : 196302061988031001 / PKLO Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan	
No.	Tgl.	Materi pokok	Kelas	Tanda Tangan	
				Dosen pembimbing	Guru pamong
1.	07/08/2012	Persiapan Perangkat Pembelajaran	XII IPA 4		
2.	10/09/2012	RPP Bola Voli	XI IPA 1		
3.	29/09/2012	RPP Sepak Bola	XII IPA 3		
4.	05/10/2012	RPP Atletik (Tolak Peluru)	XII IPA 2		
5.					

Tengaran, Oktober 2012

Mengetahui:
Kepala Sekolah,

Koordinator dosen pembimbing,

Drs. Hendro Saptanto
NIP. 195811061987031001

Asma Lutfi, S. Th, M. Hum
NIP. 19780527200812201

Lampiran 5

HASIL PENILAIAN TES PRAKTIK

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Kelas : XII IPA 2

Materi Pokok : Atletik (Tolak Peluru)

No	Nama Siswa	No. Soal / Skor yang diperoleh				Σ skor	Tolakan (m)	Nilai	Total nilai	% Ketercapaian	Ketuntasan Belajar	
		1	2	3	4						Ya	Tidak
1	AGUS DWI SAPUTRO	23	23	22	22	90	9,35	90		90%	1	0
2	ALI SHODIK	20	20	20	20	80	7,35	80		80%	1	0
3	ANA BI'AUNIKA	22	22	21	20	85	4,30	85		85%	1	0
4	ANDI KRISTİYANTO	20	20	20	20	80	5,40	80		80%	1	0
5	ANGGA ADI SAPUTRA	20	20	20	20	80	6,30	80		80%	1	0
6	ANGGITA VICKY HERNANDA	22	22	21	20	85	3,50	85		85%	1	0
7	ARIEF TRI ADMANUGRAHA	20	20	20	20	80	7,18	80		80%	1	0
8	ARUMSARI EKA PRATIWI	20	20	20	20	80	3,73	80		80%	1	0
9	BAMBANG SETYAWAN	20	20	20	20	80	6,65	80		80%	1	0
10	DARMANTO	23	23	22	22	90	8,98	90		90%	1	0
11	DEWI ANJANI	20	20	20	20	80	3,35	80		80%	1	0
12	DEWI SISWANTI PUTRI	20	20	20	20	80	3,41	80		80%	1	0
13	DIAH SEPTIANA PUJIASTUTI	20	20	20	20	80	3,18	80		80%	1	0
14	DWI YULIANTI PURWANINGSIH	20	20	20	20	80	3,27	80		80%	1	0
15	EKA DWI PUTRI HARYANI	22	22	21	20	85	3,30	85		85%	1	0
16	ELVI NUR AVIAH	23	23	22	22	90	4,60	90		90%	1	0
17	IHTIYAR KURNIA NINGTYAS	20	20	20	20	80	3,25	80		80%	1	0
18	IIN OKTRIYANI	20	20	20	20	80	3,14	80		80%	1	0
19	INDAH YULIAWATI	22	22	21	20	85	4,25	85		85%	1	0
20	INDANA KHOIRUN NIDA	20	20	20	20	80	3,32	80		80%	1	0
21	KUNIK MUNAWAROH	20	20	20	20	80	3,45	80		80%	1	0
22	MOHAMMAD AFRIYANTO	20	20	20	20	80	5,88	80		80%	1	0
23	MUCHHAMAD ARIF YULIANTO	20	20	20	20	80	6,09	80		80%	1	0
24	MUHAMAD RIFAI	20	20	20	20	80	7,08	80		80%	1	0
25	MUHAMMAD BAGUS NUGROHO	20	20	20	20	80	5,71	80		80%	1	0
26	NANDANG WICAKSONO	23	23	22	22	90	9,39	90		80%	1	0
27	NIKMAH BARIKATUN NISA'	20	20	20	20	80	3,31	80		80%	1	0
28	NURUL DWI KHASANAH	20	20	20	20	80	3,17	80		80%	1	0
29	PREHATI PUJI RAHAYU	20	20	20	20	80	3,25	80		80%	1	0
30	PUJI NUR ANI	20	20	20	20	80	3,51	80		80%	1	0
31	PUJIYANA AMALIA	20	20	20	20	80	3,10	80		80%	1	0
32	RATNA SEPTIYANI	20	20	20	20	80	3,20	80		80%	1	0

33	RENI STIAWAN	20	20	20	20	80	3,10	80		80%	1	0
34	SRI WAHYUNI	20	20	20	20	80	3,10	80		80%	1	0
35	SULISTIORINI	20	20	20	20	80	3,21	80		80%	1	0
36	SULISTIYANI	20	20	20	20	80	3,10	80		80%	1	0
37	TETI MAKTUBAH	20	20	20	20	80	3,05	80		80%	1	0
38	TIYAS SUMARSONO	20	20	20	20	80	3,51	80		80%	1	0
39	ULFA RIANA AMBARWATI	20	20	20	20	80	3,10	80		80%	1	0
40	WISHNU HANANTA	20	20	20	20	80	6,55	80		80%	1	0
41	WISNU PRABOWO	20	20	20	20	80	7,38	80		80%	1	0
42	WULAN FITRIANA	20	20	20	20	80	3,20	80		80%	1	0

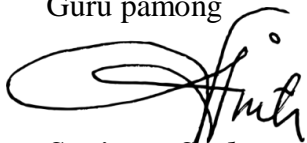
Keterangan :

- Melakukan teknik dasar tolak peluru (awalan, menolakan peluru, lepasnya peluru dan menjaga keseimbangan) dengan koordinasi yang baik sebanyak 2 kali.

Item penilaian Tolak Peluru

1. Posisi awalan
2. menolakan peluru
3. lepasnya peluru
4. menjaga keseimbangan

Mengetahui
Guru pamong



Sugiarto, S.p.d.
NIP.195610311982031003

Tengaran, 05 Oktober 2012

Guru Praktikan



Wisnu Nugroho
NIM. 6301409021

Lampiran 6



DHARMOTTAMA SATYA PRAJA

PEMERINTAH KABUPATEN SEMARANG
DINAS PENDIDIKAN
SMAN 1 TENGARAN
KEMBANGSARI KARANGDUREN TENGARAN 50775
PO. BOX. NO. 161 SALATIGA ☎ (0298) 321656

DAFTAR PRESENSI SISWA

KELAS : XI IPA 1
TAHUN PELAJARAN : 2012 - 2013

No.		L / P		NAMA SIWA	HARI / TANGGAL						ABSEN			KET.
urut	Induk	L	P		Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jum'at	Sabtu	S	I	A	
1	8041		1	AGITA INTAN PRAMESTI										
2	8072		1	AGNES INTAN PANGESTI										
3	8172	1		AGUS SUSANTO										
4	8045		1	ANNISA' AZZAHROH										
5	8175	1		AR ROYYA NOOR GUNADI AHMAD										
6	8143		1	ARINA MUSTA'AANAH										
7	8271		1	AYU FAJAR SAPUTRI										
8	8076		1	BELINDA ERLITA SUSHANTY										
9	8078		1	DEVITA PUTRI HARTANTI										
10	8275	1		DONI KUSUMANEGARA										
11	8080		1	DWI SAFITRI										
12	8057		1	ELSA KURNIAWATI										
13	8084		1	ENY LATIFAH										
14	8281	1		FEBRYAN WAHYU PRADANA										
15	8282		1	FITRIA INTAN PRAMUDI WARDANI										
16	8305		1	INDAH CAHYARINI										
17	8306		1	ISTIQOMAH SR SETYANINGRUM										
18	8127	1		MUHAMAD ARDHI NUGROHO										
19	8313	1		MUHAMMAD IQBAL MA'RUF										
20	8129	1		MUSTAFA PRAMUDITYA										
21	8094		1	NADYA TATIANA ZULIYANTI										
22	8222		1	NISFI MIFTAKHUL JANNAH										
23	8290		1	NORRI INTAN PUTRI CAHYANI										
24	8223		1	NUR HANIFAH										
25	8254		1	NUR ROFIQOH UTAMI										
26	8316		1	NURUL MAHMUDAH										
27	8317	1		OKTA DWI HERMAWAN										
28	8165	1		SEPTIAN AGUNG RAHMADI										
29	8199	1		SEPTIAN ANDRA SAPUTRA										
30	8229		1	SITI FATONAH										
31	8068		1	SITI NUR APRILIA										
32	8167		1	SRI ASTUTI										
33	8261		1	SULASMI										
34	8139		1	YUNITA SARI										
JUMLAH		10	24											

Lampiran 7

PROGRAM TAHUNAN

Nama Sekolah : SMA Negeri 1 Tenganan
 Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XII (duabelas)
 Tahun Pelajaran : 2012 / 2013

<i>Semester</i>	<i>Standar Kompetensi / Kompetensi Dasar</i>	<i>Alokasi Waktu</i>	<i>KET</i>
I	1. Mempraktikan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya 1.1 Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan olahraga bola besar dengan peraturan sebenarnya serta nilai kerjasama, kejujuran, menerima kekalahan, kerja keras dan percaya diri**)	12 Jam Pelajaran 4Jam Pelajaran	
	2. Mempraktikkan perencanaan aktivitas pengembangan untuk peningkatan dan pemeliharaan kebugaran jasmani dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya. 2.1 Merancang program latihan fisik untuk pemeliharaan kebugaran jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri. 2.2 Melaksanakan program latihan fisik sesuai dengan prinsip-prinsip latihan yang benar serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.	4 Jam Pelajaran	
	3. Mempraktikkan rangkaian gerak senam ketangkasan dengan konsep yang benar dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya. 3.1 Mempraktikkan keterampilan gerakan kombinasi rangkaian senam lantai serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman. 3.2 Mempraktikkan keterampilan gerakan kombinasi rangkaian senam ketangkasan serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab, dan menghargai teman	2 Jam Pelajaran	
	4. Mempraktikkan satu rangkaian gerak berirama berbentuk aktivitas aerobik secara beregu dengan diiringi musik dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya 4.1 Mempraktikkan keterampilan gerak berirama senam aerobik serta nilai kerjasama, kedisiplinan, percaya diri, keluwesan dan estetika. 4.2 Mempraktikkan keterampilan menyelaraskan antara gerak dan irama dengan iringan musik serta nilai kerjasama, kedisiplinan, percaya diri, keluwesan dan estetika.	4 Jam Pelajaran	

	<p>5. Mempraktikkan berbagai gaya renang lanjutan dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya</p> <p>5.1 Mempraktikkan keterampilan renang gaya punggung serta nilai disiplin, kerja keras dan keberanian</p> <p>5.2 Mempraktikkan keterampilan berbagai gaya renang lanjutan lainnya serta nilai disiplin, kerja keras dan keberanian.</p>	4 Jam Diluar Pelajaran	
	<p>6. Mempraktikkan dasar-dasar penjelajahan dan menerapkan budaya hidup sehat, dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya</p> <p>6.1 Mempraktikkan pola hidup sehat</p>	2 Jam Pelajaran	
<i>Jumlah Pelajaran Semester I (16 Pekan × 2 jp)</i>		32 jp	
II	<p>7. Mempraktikkan teknik dasar permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya</p> <p>7.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar lanjutan dengan tepat dan lancar serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan</p> <p>7.2 Mempraktikkan teknik dasar atletik lanjutan serta nilai toleransi, percaya diri, keberanian, keselamatan, berbagi tempat dan peralatan</p>	12 Jam Pelajaran	
	<p>8. Mempraktikkan tes kebugaran jasmani secara sederhana</p> <p>8.1 Mempraktikkan tes kesegaran jasmani secara sederhana</p> <p>8.2 Melakukan interpretasi secara sederhana hasil tes dalam menentukan derajat kebugaran</p>	4 Jam Pelajaran	
	<p>9. Mempraktikkan rangkaian gerak senam lantai dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya</p> <p>9.1 Mempraktikkan rangkaian senam lantai tanpa alat serta nilai percaya diri, kerja sama, disiplin, keberanian, dan keselamatan</p> <p>9.2 Mempraktikkan beberapa rangkaian senam lantai , serta nilai percaya diri dan disiplin</p>	4Jam Pelajaran	
	<p>10. Mempraktikkan senam irama tanpa alat dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya</p> <p>10.1 Mempraktikkan teknik dasar senam irama tanpa alat, SSB gerak pemanasan, gerak peralihan, inti, dan gerak pendinginan mengikuti irama, serta nilai disiplin, estetika, toleransi dan keluwesan</p>	4 Jam Pelajaran	
	<p>11. Mempraktikkan teknik dasar renang gaya dada, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya</p> <p>11.1 Mempraktikkan koordinasi teknik dasar gerakan kaki dan lengan renang gaya dada serta nilai-nilai disiplin, keberanian dan kebersihan</p> <p>11.2 Mempraktikkan koordinasi teknik dasar lengan dan</p>	6 Jam Diluar Pelajaran	

	pernapasan renang gaya dada serta nilai disiplin, keberanian dan kebersihan 11.3 Mempraktikkan koordinasi teknik dasar renang gaya dada serta nilai disiplin, keberanian dan kebersihan		
	12. Menerapkan budaya hidup sehat 12.1 Mempraktikkan identifikasi bahaya bencana alam 12.2 Mempraktikkan cara menghadapi berbagai bencana alam	2 Jam Pelajaran	
<i>Jumlah Pelajaran Semester I (16 Pekan × 2 jp)</i>		<i>32 jp</i>	

Mengetahui,
Kepala SMA N 1 Tenganan

Tenganan, September 2012
Guru Mata Pelajaran



Drs. Hendro Saptanto
NIP. 195811061987031001

Sugiarto, S.Pd.
NIP. 195610311982031003

Lampiran 8

PROGRAM SEMESTER

Nama Sekolah : SMA N 1 TENGARAN
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
 Kelas : XII (duabelas)

No	Materi Pokok / Kompetensi Dasar	Alokasi Waktu		Bulan																								
				Juli		Agustus			September				Oktober			November				Desember								
		T	N	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	
1.	1.1 Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan olahraga bola besar dengan peraturan sebenarnya serta nilai kerjasama, kejujuran, menerima kekalahan, kerja keras dan percaya diri**)	6																										
	1.2 Mempraktikkan teknik dasar atletik lanjutan serta nilai toleransi, percaya diri, keberanian, keselamatan, berbagi tempat dan peralatan	2																										
2.	2.1 Merancang program latihan fisik untuk pemeliharaan kebugaran jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.	1																										
	2.2 Melaksanakan program latihan fisik sesuai dengan prinsip-prinsip latihan yang benar serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.	1																										
3.	3.1 Mempraktikkan keterampilan gerakan kombinasi rangkaian senam lantai serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman	1																										
	3.2 Mempraktikkan keterampilan gerakan kombinasi rangkaian senam ketangkasan serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab, dan menghargai teman	1																										
4.	4.1 Mempraktikkan keterampilan gerak berirama senam aerobik serta nilai kerjasama, kedisiplinan, percaya diri, keluwesan dan estetika.	1																										

Lampiran 9

SILABUS

Nama Sekolah : SMA NEGERI 1 TENGARAN
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Kelas/Semester : XII/1
 Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan keterampilan permainan olahraga dengan peraturan yang sebenarnya dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya
 Alokasi Waktu : 6 X 45 Menit

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu (menit)	Sumber Belajar	Karakter Siswa yang di harapkan
1.1 Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan olahraga bola besar lanjutan dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri**)	Permainan sepak bola <ul style="list-style-type: none"> Teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, mengontrol, menggiring dan menembak) 	TM Menjelaskan teknik dasar permainan sepakbola PT <ul style="list-style-type: none"> Latihan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (meng-umpan, mengontrol, dan menggiring) berkelompok. Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi. KMTT <ul style="list-style-type: none"> Siswa dapat melakukan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (meng-umpan, mengontrol, dan meng-giring) berkelompok menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dalam bentuk formasi permainan dengan koordinasi yang baik. Siswa dapat Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi 	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan latihan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, mengontrol, menggiring dan menembak) berkelompok menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagianluar dan punggung kaki dalam bentuk formasi permainan dengan koordinasi yang baik. Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi 	Tes perbuatan	2 X 45 Menit	Panduan belajar bermain sepak bola Lapangan sepak bola, bola corong, pluit, stop watch	Kerjasama Kejujuran Kerja keras Toleransi Percaya diri
	Permainan bola voli <ul style="list-style-type: none"> Taktik dasar passing bawah, passing atas dan servis 	TM Menjelaskan Taktik dasar passing bawah, passing atas dan servis PT <ul style="list-style-type: none"> Latihan variasi dan kombinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis, smash dan bendungan secara berkelompok dalam bentuk pola penyerangan dan pola pertahanan. Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi. KMTT <ul style="list-style-type: none"> Siswa dapat Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis, smash dan bendungan secara berkelompok dalam bentuk pola penyerangan dan pola pertahanan dengan menggunakan koordinasi yang baik. Siswa dapat Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi 	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, dan servis, secara berkelompok dalam bentuk pola penyerangan dan pola pertahanan dengan menggunakan koordinasi yang baik. Bermain bola voli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri. 	Tes perbuatan	2 X 45 Menit	Panduan belajar bermain Bola voli Lapangan Bola Voli, bola corong, pluit, stop watch, net	Kerjasama Kejujuran Kerja keras Toleransi Percaya diri

<i>Kompetensi Dasar</i>	<i>Materi Pembelajaran</i>	<i>Kegiatan Pembelajaran</i>	<i>Indikator</i>	<i>Penilaian</i>	<i>Alokasi Waktu (menit)</i>	<i>Sumber Belajar</i>	<i>Karakter Siswa yang di harapkan</i>
	Bola Basket <ul style="list-style-type: none"> Operan dada Operan pantul Operan atas Operan samping 	TM <ul style="list-style-type: none"> Menjelaskan teknik operan dada Menjelaskan operan pantul Menjelaskan operan atas Menjelaskan operan samping PT <ul style="list-style-type: none"> Mempraktikkan teknik operan dada berpasangan ditempat dan sambil bergerak Mempraktikkan teknik operan dada berkelompok dengan pola segi tiga dan segi empat ditempat dan sambil bergerak. 	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan teknik operan bola setinggi dada dengan benar. 	Tugas Individu Tes perbuatan	2 X 45 Menit	Buku sumber Neumann, Hannes, (1985), <i>Bola basket Pendidikan Dasar dan Latihan</i> , Jakarta, PT. Gramedia. <i>Pendidikan Jasmani dan Kesehatan untuk SMA Kelas X</i>	Kerjasama Kejujuran Kerja keras Toleransi Percaya diri
1.2. Mempraktikkan teknik atletik dengan menggunakan peraturan yang sesungguhnya serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri **)	Atletik <ul style="list-style-type: none"> Nomor tolak peluru 	TM Menjelaskan tentang nomor tolak peluru PT <ul style="list-style-type: none"> pengenalan tolak peluru mulai cara memegang, latihan power lengan mendorong peluru kearah atas mempraktekan menolak peluru gaya menyamping tanpa awalan dengan cara; memegang peluru di pangkal jari dengan tiga jari dibelakang, peluru diletakkan dekat leher siku diangkat sejajar bahu, menolak peluru dengan meluruskan sikut diikuti diluruskan badan sebagai daya dorong. mempraktekan menolak peluru dengan awalan KMTT Membuat power point	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan teknik nomor tolak peluru gaya menyamping 	Tes perbuatan	2 X 45 Menit	Buku sumber: Gerry A. Carr,(2000), <i>Atletik Untuk Sekolah</i> , Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. meteran, pluit,	Kerjasama Kejujuran Kerja keras Toleransi Percaya diri

Mengetahui,
Kepala SMA N 1 Tenganan

Drs. Hendro Saptanto
NIP. 195811061987031001

Tenganan, September 2012
Guru Mata Pelajaran

Sugiarto, S.Pd.
NIP. 195610311982031003

Lampiran 10

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah	: SMA NEGERI 1 TENGARAN
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: XII / 1
Pertemuan	: 4 kali pertemuan
Alokasi Waktu	: 8 X 45 menit

Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan keterampilan permainan olahraga dengan peraturan yang sebenarnya dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar

- 1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain *salah satu* permainan olahraga bola besar lanjutan serta dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri**).

Indikator Pencapaian Kompetensi

1. Melakukan latihan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, mengontrol, menggiring dan menembak) berkelompok menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dalam bentuk formasi permainan dengan koordinasi yang baik.
2. Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan latihan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, mengontrol, menggiring dan menembak) berkelompok menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dalam bentuk formasi permainan dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri.

③ **Karakter siswa yang diharapkan :**

- *Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab,-*

③ **Kewirausahaan / Ekonomi Kreatif :**

- *Percaya diri, Berorientasi tugas dan hasil, Berani mengambil resiko, Berorientasi ke masa depan*

B. Materi Pembelajaran

Permainan Sepakbola

1. Variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, mengontrol, menggiring dan menembak) berkelompok menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dalam bentuk formasi permainan dengan koordinasi yang baik.
2. Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan kerjasama tim dengan baik dalam bentuk pertandingan.

C. Metode Pembelajaran

1. Demontrasi
2. *Inclusive* (cakupan)
3. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
4. Permainan (*game*)
5. Saling menilai sesama teman (*Resiprocal*)

D. Langkah-langkah Pembelajaran

Pertemuan ke 1 sampai 3

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan pembelajaran.
- Pemanasan secara umum
- Berlari mengelilingi lapangan sepakbola
- Pemanasan khusus sepakbola dalam bentuk permainan

2. Kegiatan Inti (60 menit)

Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi :

- Penjelasan cara melakukan latihan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, mengontrol, menggiring dan menembak) berkelompok menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dalam bentuk formasi permainan dengan koordinasi yang baik.

Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi,

- Melakukan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, mengontrol, menggiring dan menembak) berkelompok menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dalam bentuk formasi permainan dengan koordinasi yang baik.
- Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan kerjasama tim yang baik dalam bentuk pertandingan (jumlah pemain, lapangan permainan, dan peraturan permainan dimodifikasi).

Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, Siswa:

- Menyimpulkan tentang hal-hal yang belum diketahui (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air.*);

- Menjelaskan tentang hal-hal yang belum diketahui. (*nilai yang ditanamkan: Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);

3. **Kegiatan Penutup (15 menit)**

- Pendinginan (colling down) (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);
- Berbaris dan berdoa. (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);

Pertemuan 4

1. **Kegiatan Pendahuluan (10 menit)**

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan uji kompetensi.
- Pemanasan secara umum
- Berlari mengelilingi lapangan sepakbola

2. **Kegiatan Inti (70 menit)**

Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi :

Uji kompetensi permainan sepakbola yang terdiri dari :

Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi,

- Uji kompetensi menendang dan mengontrol bolasepak
- Uji kompetensi menggiring bolasepak
- Uji kompetensi menembak bolasepak
- Uji kompetensi variasi dan kombinasi teknik dasar permainan sepakbola

Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, Siswa:

- Menyimpulkan tentang hal-hal yang belum diketahui (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air*);
- Menjelaskan tentang hal-hal yang belum diketahui. (*nilai yang ditanamkan: Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);

3. **Kegiatan Penutup (10 menit)**

- Pendinginan (colling down) (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu*);

Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab);

- Berbaris dan berdoa. (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air, Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab*);

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Bola sepak atau sejenisnya
- Lapangan permainan sepakbola atau lapangan sejenisnya
- Tiang gawang
- Tiang pancang atau sejenisnya
- Peluit

2. Sumber Pembelajaran

- Media cetak
 - Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XII, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 - Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 - Buku permainan sepakbola
- Media elektronik
 - Audio/video visual teknik dasar permainan sepakbola
 - Rekaman/cuplikan pertandingan sepakbola (liga sepakbola)

F. Penilaian

1. Tugas Terstruktur dan Kelompok Mandiri Tidak Terstruktur

2. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar permainan sepakbola 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																		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 20																		

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

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Jelaskan yang dimaksud dengan formasi permainan sepakbola!
2.	Sebutkan macam-macam formasi dalam permainan sepakbola!
3.	Jelaskan cara bermain sepakbola dengan formasi 4-2-4!
4.	Jelaskan cara bermain sepakbola dengan formasi 4-3-3!
5.	Jelaskan cara bermain sepakbola dengan formasi 4-4-2!

b. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar menendang, menahan/mengontrol, menggiring dan menembak bola sepak, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar permainan sepakbola (Penilaian keterampilan cabang)

No	Nama Siswa	Mengumpan					Mengontrol					Menggiring					Jm l	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
5.																				
dsb																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

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

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Menendang dan menahan bola ke sasaran tembok) selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 30 kali > 25 kali	100%	Sangat Baik
25 – 29 kali	20 – 24 kali	90%	Baik
20 – 24 kali	15 – 19 kali	80%	Cukup
15 – 19 kali	10 – 14 kali	70%	Kurang
..... < 15 kali < 10 kali	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Menggiring bola) melewati rintangan selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 25 rintangan > 20 rintangan	100%	Sangat Baik
20 – 24 rintangan	16 – 19 rintangan	90%	Baik
15 – 19 rintangan	11 – 14 rintangan	80%	Cukup
10 – 14 rintangan	7 – 10 rintangan	70%	Kurang
..... < 10 rintangan < 7 rintangan	60%	Kurang Sekali

a. **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																						
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																						

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

Mengetahui,

Guru Pamong



Sugiarto, S.Pd.

NIP. 19561031 198203 1 003

Guru Praktikkan



Wisnu Nugro ho

NIM. 6301409021