

LAPORAN
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN 2
DI SMA N 1 TENGARAN



Disusun oleh

Nama : Rifqi Arsyad

NIM : 6301409100

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga,S1

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
TAHUN 2012

PENGESAHAN

Laporan Praktik Pengalaman Lapangan II di SMA N 1 Tenganan ini telah disusun sesuai dengan Pedoman PPL UNNES

Hari :

Tanggal :

Disahkan oleh:

Koordinator dosen pembimbing

Kepala Sekolah

Asma Luthfi S.Ag, M.Hum

NIP. 197805272008122001

Drs. Hendro Saptanto

NIP. 195811061987031001

Kepala Pusat Pengembangan PPL Unnes

Drs. Masugino, M.Pd

NIP. 195207211980121001

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah, Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat, hidayah dan karunia-Nya sehingga penyusun dapat melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan tahun 2012 dengan baik, hingga penyusunan laporan Praktik Pengalaman Lapangan II ini.

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya penyusun ucapkan kepada semua pihak terutama kepada kedua orang tua penyusun yang telah membantu dan mendukung baik berupa dukungan moral dan materiil hingga terselesaikannya Praktik Pengalaman Lapangan II ini. Laporan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) II ini tidak akan terselesaikan tanpa bantuan dan dorongan semangat serta dukungan semua pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini penyusun mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Sudijono Sastroatmodjo, M.Si selaku Rektor Universitas Negeri Semarang
2. Bapak Drs. Masugino, M.Pd , selaku koordinator UPT PPL Universitas Negeri Semarang
3. Ibu Asma Lutfi selaku dosen koordinator PPL di SMA N 1 Tenganan
4. Bapak Drs. Hendro Saptanto selaku kepala SMA N 1 Tenganan
5. Bapak Budhi Nugroho, selaku koordinator guru pamong SMA N 1 Tenganan
6. Bapak Wiyono, S.Pd, selaku guru pamong mata pelajaran Penjasorkes SMA N 1 Tenganan
7. Bapak dan Ibu guru SMA N 1 Tenganan
8. Seluruh karyawan dan Staf Tata Usaha di SMA N 1 Tenganan
9. Serta seluruh peserta didik di SMA N 1 Tenganan

Mudah-mudahan laporan ini dapat bermanfaat kelak dikemudian hari dan dapat diterima sebagai pelengkap pesyaratan dalam penyelesaian program PPL Unnes tahun 2012.

Akhir kata, *Alhamdulillahirabil'alamin*, semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan rahmat, hidayah dan karunia-Nya kepada kita semua. Amin.

Tenganan, Oktober 2012

Penyusun

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PENGESAHAN	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR LAMPIRAN	iv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan.....	2
C. Manfaat PPL.....	2
BAB II LANDASAN TEORI	4
A. Dasar Hukum.....	4
B. Struktur Organisasi Sekolah.....	5
1. Status, Peserta, Bobot Kredit dan Tahapan.....	5
2. Persyaratan dan Tempat.....	6
C. Tugas Guru di Sekolah dan di Kelas.....	6
BAB III PELAKSANAAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN	9
A. Waktu dan Tempat.....	9
B. Tahapan dan Materi Kegiatan.....	9
C. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan.....	9
D. Materi Kegiatan.....	13
E. Proses Pembimbingan.....	13
F. Hal-hal yang Mendukung dan Menghambat kegiatan PPL II.....	13
G. Guru Pamong.....	14
H. Dosen Pembimbing.....	14
BAB IV PENUTUP	15
A. Simpulan.....	15
B. Saran.....	15
REFLEKSI DIRI	
LAMPIRAN	

DAFTAR LAMPIRAN

1. Jadwal Mengajar
2. Rencana Kegiatan Praktikan di SMA N 1 Tengaran
3. Daftar Hadir Dosen Pembimbing PPL
4. Daftar Hadir Siswa
5. Kartu Bimbingan
6. Daftar Nilai Siswa
7. Kalender Pendidikan
8. Silabus
9. Program Semester Mata Pelajaran Penjasorkes kelas X
10. Program Tahunan Mata Pelajaran Penjasorkes kelas X
11. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Program Praktik Pelaksanaan Lapangan (PPL) merupakan salah satu kegiatan pendidikan yang wajib ditempuh oleh setiap mahasiswa program studi kependidikan di Universitas Negeri Semarang (UNNES). Sesuai dengan Peraturan Rektor Universitas Negeri Semarang nomor 14 Tahun 2012 tentang Pedoman Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Bagi Mahasiswa Program Kependidikan menyatakan bahwa Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah kegiatan intra kurikuler yang wajib diikuti oleh mahasiswa Program Kependidikan Universitas Negeri Semarang. Telah dijelaskan pula dalam Bab I Ketentuan Umum Pasal 1 bahwa 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 disekolah atau di tempat latihan lainnya.

Tujuan dari pelaksanaan PPL yakni untuk membentuk mahasiswa praktikan agar menjadi calon tenaga kependidikan yang profesional sesuai dengan prinsip-prinsip kependidikan berdasarkan kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi profesional dan kompetensi sosial. Program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) bertujuan pula untuk membina calon tenaga pendidik (guru) yang profesional, bertanggung jawab, dan berdisiplin serta mengetahui konsep dan aturan yang harus dijalankan sebagai seorang tenaga pendidik yang profesional. Program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) yang kami ikuti berlokasi di SMA N 1 Tengaran yang diharapkan dapat mengembangkan ilmu yang kami pelajari selama duduk dibangku perkuliahan dan mendapatkan pengalaman baru. Adapun mata kuliah yang diberikan selama mengikuti perkuliahan di Universitas Negeri Semarang (UNNES) yang diterapkan dilapangan meliputi mata kuliah bidang studi yang berkaitan dengan program jurusan Penjasorkes dan sesuai dengan bidang studi Penjasorkes.

B. Tujuan

Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) memiliki beberapa tujuan, diantaranya:

1. Tujuan Umum

Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) memiliki tujuan untuk membentuk mahasiswa praktikan agar menjadi calon tenaga kependidikan yang profesional, sesuai dengan prinsip-prinsip pendidikan berdasarkan kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi profesional, kompetensi sosial.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran umum sekolah latihan
- b. Melakukan observasi sekaligus orientasi terkait kondisi fisik sekolah, manajemen dan administrasi kelas atau sekolah, struktur organisasi kegiatan ekstrakurikuler, keadaan murid dan guru, dan lain-lain.
- c. Mendapatkan informasi tentang komite sekolah dan peranannya
- d. Mendapatkan informasi tentang pengembangan profesi guru
- e. Memantapkan pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi.
- f. Mahasiswa dapat terlibat aktif dalam proses mendapatkan pengetahuan model-model pembelajaran di sekolah latihan.
- g. Melatih dan mengembangkan kemampuan masing-masing diri praktikan secara optimal.

C. Manfaat PPL

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) memberikan bekal kepada mahasiswa agar memiliki kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi profesional dan kompetensi sosial. Dengan pelaksanaan PPL ini diharapkan dapat memberikan manfaat terhadap semua komponen yang terkait, yaitu mahasiswa, sekolah dan perguruan tinggi yang bersangkutan.

Manfaat secara khusus yang dapat diperoleh dalam pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan adalah sebagai berikut:

1. Manfaat bagi Mahasiswa Praktikan

- a. Praktikan dapat mengetahui dan mempraktikkan secara langsung mengenai cara-cara pembuatan perangkat pembelajaran seperti program tahunan, program semester, silabus dan Rancangan Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang dibimbing oleh masing-masing guru pamong.
- b. Praktikan dapat mempraktikkan ilmu yang diperolehnya selama di bangku kuliah melalui proses pengajaran yang dibimbing oleh guru pamong didalam kelas.
- c. Mahasiswa praktikan diharapkan mempunyai bekal yang menunjang tercapainya penguasaan profesional, personal dan kemasyarakatan.
- d. Mendewasakan cara berpikir dan meningkatkan daya nalar mahasiswa dalam melakukan penelaahan, perumusan dan pemecahan masalah pendidikan yang ada disekolah
- e. Memberikan bekal kepada mahasiswa praktikan agar memiliki kompetensi paedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi professional, dan kompetensi sosial.

2. Manfaat bagi SMA N 1 Tengaran

- a. Dapat mengembangkan kegiatan pembelajaran di sekolah dan memperluas kerjasama dalam proses pembelajaran di sekolah dengan perguruan tinggi yang bersangkutan.
- b. Meningkatkan kualitas pendidikan dan membimbing anak didik maupun mahasiswa PPL
- c. Mempererat kerjasama antara sekolah latihan dengan perguruan tinggi yang bersangkutan yang dapat bermanfaat bagi para lulusannya kelak

3. Manfaaat bagi Universitas Negeri Semarang

- a. Sebagai informasi perkembangan ilmu pendidikan terhadap pengelolaan pembelajaran di UNNES dan sebagai penyalur pendidik yang dapat menciptakan calon-calon tenaga profesional yang kompeten.
- b. Memperoleh masukan tentang kasus pendidikan yang dipakai sebagai bahan pertimbangan penelitian
- c. Memperluas dan meningkatkan jaringan dan kerjasama dengan sekolah yang terkait

- d. Memperoleh masukan tentang perkembangan pelaksanaan sehingga kurikulum, metode dan pengolahan proses belajar mengajar diinstansi atau sekolah dapat disesuaikan dengan tuntutan yang ada dilapangan.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. DASAR HUKUM

Pelaksanaan PPL ini mempunyai dasar hukum sebagai landasan pelaksanaannya yaitu:

Undang-undang:

- a. Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Lembaran Negara Tahun 2003 Nomor 78, Tambahan Lembaran Negara Nomor 4301).
- b. Undang-undang Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen (Lembaran Negara RI Tahun 2005 Nomor 157, Tambahan Lembaran Negara RI Nomor 4586).

Peraturan Pemerintah:

- a. Peraturan Pemerintah RI Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan (Lembaran Negara RI Tahun 2005 No. 41, Tambahan Lembaran Negara RI No. 4496).
- b. Peraturan Pemerintah Nomor 17 tahun 2010 tentang Pengelolaan dan Penyelenggaraan Pendidikan (Lembaran Negara Tahun 2010 Nomor 23, Tambahan Lembaran Negara Nomor 5105) sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Pemerintah Nomor 66 Tahun 2010 tentang Perubahan atas Peraturan Pemerintah Nomor 17 Tahun 2010 tentang Pengelolaan dan Penyelenggaraan Pendidikan (Lembaran Negara Tahun 2010 Nomor 112, Tambahan Lembaran Negara Nomor 5157)

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.

Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan

Nomor 278/O/1999 tentang Organisasi dan Tata Kerja Universitas Negeri Semarang.

Keputusan Menteri Pendidikan Nasional:

- a. Nomor 232/U/2000 tentang Pedoman Penyusunan Kurikulum Pendidikan Tinggi dan Penilaian Hasil Belajar.
- b. Nomor 234/U/2000 tentang Pedoman Pendirian Perguruan Tinggi.
- c. Nomor 225/O/2000 tentang Status Universitas Negeri Semarang.

- d. Nomor 045/U/2002 tentang kurikulum inti.
- e. Nomor 201/O/2003 tentang Perubahan Kepmendikbud.
- f. Nomor 278/O/1999 tentang Organisasi dan Tata Kerja Universitas Negeri Semarang.
- g. Nomor 176/MPN.A4/KP/2010 tentang Pengangkatan Rektor Universitas Negeri Semarang Masa Jabatan Tahun 2010-2014

Keputusan Rektor Universitas Negeri Semarang:

- a. Nomor 46/O/2001 tentang Jurusan dan Program Studi di Lingkungan Fakultas serta Program Studi pada Program Pascasarjana Universitas Negeri Semarang.
- b. Nomor 162/O/2004 tentang Penyelenggaraan Pendidikan di Universitas Negeri Semarang.
- c. Nomor 163/O/2004 tentang Pedoman Penilaian Hasil Belajar Mahasiswa.

B. STRUKTUR ORGANISASI SEKOLAH

1. Status, Peserta, Bobot Kredit dan Tahapan

Sekolah sebagai unit pelaksana teknis pendidikan formal di lingkungan Departemen Pendidikan Nasional yang berada dibawah dan bertanggung jawab kepada Kepala Kantor Pendidikan Nasional Propinsi yang bersangkutan. Pengorganisasian suatu sekolah tergantung pada jenis, tingkat dan sifat sekolah yang bersangkutan. Susunan organisasi sekolah tertuang dalam Keputusan Menteri Pendidikan Nasional tentang susunan organisasi dan tata kerja jenis sekolah tersebut. Dari struktur organisasi sekolah tersebut terlihat hubungan dan mekanisme kerja antara Kepala Sekolah, Guru, Murid, pegawai Tata Usaha sekolah serta pihak lainnya di luar sekolah. Koordinasi integrasi dan sinkronisasi kegiatan-kegiatan yang terarah memerlukan pendekatan pengadministrasian yang efektif dan efisien, yaitu :

- a. Berorientasi kepada tujuan, yaitu berarti bahwa administrasi sekolah menunjang tercapainya tujuan pendidikan.
- b. Berorientasi kepada pendayagunaan suatu sumber (tenaga, dan dan sarana) secara tepat guna dan hasil guna.
- c. Mekanisme pengelolaan sekolah meliputi perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan dan penilaian hasil kegiatan administrasi sekolah harus dilakukan secara sistematis dan terpadu.

2. Pesaratan dan Tempat

- a. Ada beberapa persyaratan yang harus dipenuhi mahasiswa agar dapat mengikuti program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), yaitu:
 1. Mahasiswa telah menempuh minimal 110 sks dibuktikan dengan KHS dan KRS pada semester enam (6)
 2. Mendaftarkan diri sebagai calon peserta PPL secara *online*
 3. PPL2 dilaksanakan setelah PPL1
- b. Sedangkan tempat pelaksanaannya adalah:
 1. PPL dilaksanakan dikampus, dan di sekolah/tempat latihan
 2. Tempat praktik ditetapkan berdasarkan persetujuan Rektor dengan Dinas Pendidikan Kabupaten/Kota, atau pimpinan lain yang setara dan terkait dengan tempat latihan
 3. Penempatan mahasiswa di sekolah/tempat latihan sesuai minat

C. TUGAS GURU DI SEKOLAH DAN DI KELAS

Guru sebagai tenaga pengajar dijenjang pendidikan dasar maupun menengah harus mempunyai kualitas diri serta mengembangkan kepribadiannya sebagai salah satu upaya mencapai tujuan pendidikan nasional. Selain itu guru perlu menjaga citra dirinya sehingga dapat dijadikan teladan bagi siswa dan lingkungan. Berikut ini adalah tugas dan tanggung jawab guru di sekolah dan di kelas baik sebagai pengajar, pendidik, anggota sekolah maupun sebagai anggota masyarakat.

1. Tugas dan kewajiban guru sebagai pengajar
 - a. Mengadakan persiapan mengajar seperlunya sesuai dengan kurikulum yang berlaku
 - b. Mengajar di sekolah setiap hari kerja.
 - c. Mengadakan evaluasi pelajaran secara teratur dan kontinu sesuai teknik evaluasi yang berlaku serta menganalisis hasil pelajaran.
 - d. Memelihara tata tertib kelas dan tata tertib sekolah.
 - e. Membina hubungan baik dengan sekolah, orang tua, dan masyarakat.

- f. Membina hubungan baik dengan berbagai golongan masyarakat dan pemerintah daerah setempat.
- g. Melaksanakan tugas-tugas yang diberikan sekolah.

2. Tugas dan kewajiban guru sebagai pendidik

- a. Guru sebagai manusia pribadi harus memiliki kepribadian yang mantap, tata krama yang sesuai dengan peraturan sekolah, berwibawa dan berakhlak mulia.
- b. Guru wajib menyayangi siswa dan profesinya serta selalu menjadikan dirinya suri tauladan bagi siswa.
- c. Guru harus menyetarakan pengetahuan dan meningkatkan pengetahuan profesinya sesuai dengan perkembangan ilmu pengetahuan.
- d. Guru berpartisipasi aktif dalam melaksanakan program dan kegiatan sekolah.
- e. Guru harus mentaati peraturan dan menyesuaikan dengan situasi dan kondisi setempat.
- f. Guru harus memberikan contoh dalam menegakkan disiplin dan tata tertib.
- g. Guru harus membantu siswa dalam mengatasi kesulitan belajar tanpa membedakan status sosial, ekonomi, dan keadaan fisik siswa.
- h. Guru harus memotivasi siswa dalam belajar, berkarya, dan berkreasi.
- i. Guru mampu berkomunikasi dengan siswa untuk meningkatkan prestasinya.
- j. Guru harus dapat menerima perbedaan pendapat siswa dan berani mengatakan yang benar dan salah tanpa menyinggung perasaan.
- k. Guru tidak boleh mempermalukan siswa di depan siswa lain.
- l. Dalam mengadakan pendekatan dengan siswa guru harus mengikuti prinsip-prinsip bimbingan dan penyuluhan.

3. Tugas guru sebagai anggota sekolah :

- a. Guru wajib memiliki rasa cinta dan bangga atas sekolahnya dan selalu menjaga nama baik sekolah.

- b. Guru ikut memberikan masukan atau saran positif dalam pengembangan pembelajaran dan kegiatan ekstra kurikuler.
- c. Guru ikut bertanggung jawab dalam menjaga dan memelihara pelaksanaan 7K (Keamanan, Ketertiban, Kebersihan, Keindahan, Kekeluargaan, Kesejahteraan, dan Kerindangan) di lingkungan sekolah.

4. Tugas guru sebagai anggota masyarakat :

- a. Guru dapat menjadi modernisator pendidikan dalam masyarakat.
- b. Guru dapat menjadi dinamisator dalam pembangunan masyarakat.
- c. Guru dapat menjadi katalisator antar sekolah, orang tua, dan masyarakat.
- d. Guru dapat menjadi stabilisator dalam perkembangan masyarakat.

BAB III

PELAKSANAAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN

A. Waktu dan Tempat

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) tahun 2012 ini dilaksanakan mulai tanggal 30 Juli 2012 sampai dengan tanggal 20 Oktober 2012 di SMA N 1 Tenganan yang berlokasi di Kembanghari, Karangduren Tenganan Nomor 161 Salatiga, Kabupaten Semarang.

SMA N 1 Tenganan terpilih menjadi tempat Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dengan pertimbangan hal-hal sebagai berikut:

1. Sudah menggunakan kurikulum 2006 yang diperbarui dengan KTSP
2. Lokasi sekolah yang strategis
3. SMA N 1 Tenganan merupakan sekolah induk yang merupakan sekolah yang membawahi 14 sekolah lain yang ada di sekita Kabupaten Semarang

B. Tahapan dan Materi Kegiatan

Pelaksanaan PPL I dan PPL II dilaksanakan secara simultan pada semester yang sama. Pelaksanaan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan terdiri dari beberapa kegiatan yaitu:

1. Pendaftaran tanggal 11 Juni 2012 sampai 19 Juni 2012
2. Pembekalan *Microteaching* 16 Juli 2012 sampai 21 Juli 2012
3. Pembekalan PPL 24 Juli 2012 sampai 26 Juli 2012
4. Upacara penerjunan PPL 30 Juli 2012
5. Pelaksanaan PPL I dan PPL II tanggal 30 Juli 2012 sampai 20 Oktober 2012
6. Penarikan PPL dari sekolah/tempat latihan tanggal 20 Oktober 2012

C. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

1. Penerjunan ke sekolah latihan

Program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dilaksanakan sesuai jadwal yang telah ditentukan oleh PT PPL UNNES, yaitu dimulai dari tanggal 30 Juli 2012 sampai dengan tanggal penarikan mahasiswa dari sekolah/tempat latihan 20 Oktober 2012. Penyerahan mahasiswa PPL kepada pihak sekolah dilakukan oleh dosen koordinator PPL UNNES yang dalam hal ini dilakukan oleh Ibu Asma Luthfi S.Ag, M.Hum.

2. Pelatihan Mengajar dan Tugas Keguruan (Pengajaran Terbimbing)

Berkaitan dengan diterapkannya Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) di SMA N 1 Tengaran, maka praktikan merasa perlu 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 kurang lebih dua minggu pertama praktik. Praktikan juga ikut melihat guru pamong ketika mengajar sehingga praktikan mendapatkan ilmu dari praktik dan pengamatan secara langsung yang tentunya memiliki ilmu dan pengalaman yang jauh lebih banyak dan bisa dijadikan contoh bagi praktikan. Tugas keguruan lain yang dilakukan di SMA N 1 Tengaran yakni membuat perangkat pembelajaran.

3. Pelatihan Mengajar dan Tugas Keguruan (Pengajaran Mandiri)

Pelatihan mengajar mandiri dilaksanakan dimulai pada minggu ke-5 sampai minggu terakhir pelaksanaan PPL. Sedangkan tugas keguruan lainnya yang dilaksanakan di SMA N 1 Tengaran antara lain membuat perangkat pembelajaran serta mendampingi siswa dalam kegiatan ekstra kurikuler.

Selain membuat perangkat pembelajaran dan mengikuti kegiatan ekstra maupun intra sekolah, dalam pelaksanaan KBM guru harus mempunyai ketrampilan mengajar, antara lain:

a. Membuka/Mengawali Kegiatan Belajar Mengajar

Dalam membuka pelajaran guru mengucapkan salam kemudian dilanjutkan dengan berdoa dan presensi siswa untuk mengetahui jumlah siswa yang hadir maupun yang tidak hadir. Kemudian guru memberikan motivasi dengan memberikan gambaran cerita atau contoh tentang materi yang akan dipelajari yang berkaitan dengan materi yang telah dipelajari dipertemuan sebelumnya.

b. Komunikasi dengan Siswa

Tujuan dari komunikasi dengan siswa yang terpenting yakni supaya memudahkan guru menyampaikan materi pembelajaran. Komunikasi yang dimaksud yakni komunikasi dua arah, guru menerangkan dan siswa mendengarkan dan bertanya karena pada pendekatan kontekstual penilaian sikap siswa pun harus diperhatikan

c. Penggunaan Metode Pembelajaran

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

d. Penggunaan Media Pembelajaran

Penggunaan media pembelajaran yang digunakan harus sesuai dengan materi dan tujuan tercapainya indikator oleh siswa. Seorang guru dituntut untuk bisa menentukan kapan penggunaan media pembelajaran sesuai dengan pokok bahasa yang diajarkan. Penggunaan media inipun perlu didukung dengan buku penunjang lainnya.

e. Variasi Pembelajaran

Praktikan dalam mengajar menggunakan variasi diantaranya volume dan nada suara untuk memberikan penekanan pada materi tertentu yang dirasa penting. Praktikan memberi kesempatan kepada siswa untuk berpikir dan memahami apa yang disampaikan dengan memberikan pandangan yang merata kepada semua siswa agar merasa diperhatikan dan memperhatikan pelajaran.

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 kepada siswa, biasanya guru memberikan penguatan setelah guru praktikan memberikan

pertanyaan kepada siswa tentang materi yang dijelaskan atau pengetahuan umum yang berkaitan dengan materi tersebut.

g. Menulis di Papan Tulis

Praktikan tidak pernah melewatkan proses belajar mengajar dengan menulis di papan tulis, guru membagi papan tulis menjadi dua bagian. Ketika guru menulis di papan tulis selalu berada di sebelah kiri atau tidak membelakangi siswa dengan demikian sewaktu menulis di papan tulis guru praktikan dapat mengontrol situasi belajar mengajar.

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 didepan kelas sewaktu proses pembelajaran. Kadang di tengah, di belakang, dan di pinggir.
2. Memperhatikan siswa-siswa yang pikirannya tidak berkondentrasi atau membuat gaduh dengan memberikan pertanyaan atau nama siswa yang bersangkutan.

i. Memberikan Pertanyaan

Dalam memberikan pertanyaan secara tidak langsung memberi motivasi yang baik kepada siswa karena setelah diberikan pertanyaan siswa diberikan pula penguatan. Pertanyaan harus sesuai dengan materi yang diberikan. Pertanyaan ini dimaksudkan agar 12 guru mengetahui apakah siswa selama PBM tadi sudah mampu menerima materi yang ada.

j. Memberikan Balikan

Praktikan selalu memberi balikan agar keseluruhan kegiatan dapat diketahui apakah sudah sesuai tujuan atautakah belum. Apabila belum maka praktikan memberi bimbingan kepada siswa.

k. Menilai Hasil Belajar

Penilaian hasil belajar siswa selain berdasarkan pada tugastugas yang telah diberikan juga berdasarkan hasil ulangan harian. Tugas-tugas ini dapat diberikan pada setiap akhir bab atau setiap akhir pokok bahasan yang telah diberikan.

l. Menutup Pelajaran

Menutup pelajaran oleh guru dimulai dari menyimpulkan materi yang telah diberikan kemudian memberikan tugas-tugas rumah untuk materi pada pertemuan berikutnya maupun tugas dari apa yang telah diajarkan.

4. Pelaksanaan Ujian Program Mengajar

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

5. Penyusunan Laporan PPL

Penyusunan laporan akhir PPL II dilaksanakan pada minggu terakhir mengajar di SMA N 1 Tenganan. Dalam penyusunan laporan akhir PPL II ini, praktikan mengkonsultasikan penyusunan laporan kepada dosen pembimbing dan guru pamong masing-masing untuk mendapatkan masukan-masukan laporan akhir tersebut.

D. Materi Kegiatan

Materi kegiatan PPL ini adalah:

1. Membuat perangkat pembelajaran atas bimbingan guru pamong
2. Melaksanakan praktik mengajar atas bimbingan guru pamong dan dosen pembimbing
3. Mengikuti kegiatan ekstra kurikuler di sekolah

E. Proses Pembimbingan

Proses pembimbingan dalam hal ini berkaitan dengan pembimbingan yang dilakukan oleh guru pamong terhadap praktikan yang meliputi penyusunan perangkat pembelajaran, dan pelatihan mengajar. Proses bimbingan ini dilakukan untuk membantu praktikan dalam pelaksanaan PPL apabila praktikan tersebut mengalami kesulitan mengenai Kegiatan Belajar Mengajar (KBM). Selain itu dalam proses pembimbingan guru pamong juga memberikan masukan yang berarti bagi kekurangan mahasiswa sehingga praktikan dapat mengetahui dan merubah kekurangan tersebut sehingga menjadi optimal.

Guru pamong dalam memberikan bimbingan kepada praktikan terlebih dahulu memberikan gambaran kondisi siswa, praktikan mengikuti guru pamong untuk melakukan observasi di kelas.

Pada saat penerjunan dosen koordinator didampingi oleh guru koordinator memberikan pengarahan kepada mahasiswa PPL tentang keadaan SMA N 1 Tenganan secara umum dan pengalamannya menjadi dosen koordinator dan guru koordinator.

F. Hal-hal yang Mendukung dan Menghambat kegiatan PPL II

1. Hal-hal yang mendukung

- a. Guru pamong dan dosen pembimbing selalu siap dan berkenan menyediakan waktu apabila praktikan memerlukan bimbingan
- b. Guru pamong memberikan kebebasan berkreasi sehingga proses pembelajaran bisa maksimal
- c. Sarana dan prasaran yang diperlukan dalam kegiatan belajar mengajar sudah cukup tersedia di sekolah latihan

2. Hal-hal yang menghambat

- a. Kemampuan praktikan dalam penguasaan materi yang kurang dalam
- b. Kurangnya persiapan media pembelajaran dalam kegiatan belajar mengajar

G. Guru Pamong

Guru pamong materi pelajaran Penjasorkes yakni Bapak Wiyono, S.Pd, beliau sangat berpengalaman sebagai seorang guru. Beliau sangat menguasai materi dan memiliki suara yang keras, sehingga selama kegiatan belajar mengajar berlangsung, siswa terus fokus memperhatikan materi yang diajarkan oleh Bapak Wiyono. Beliau selalu bisa mengaktifkan siswa selama proses pembelajaran. Beliau tegas, tapi tetap ramah dengan siswa. Hal ini terlihat ketika beliau mengajar dikelas, siswa memperhatikan dengan seksama namun ketika berada di luar kelas beliau akrab dengan siswa.

Selama berlangsungnya Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), beliau selalu mau meluangkan waktu untuk membantu praktikan ditengah kesibukan beliau sebagai guru dan sebagai wakil kepala sekolah bidang humas. Beliau terbuka dan dalam memberikan masukan, kritik dan saran tentang bagaimana membelajarkan siswa dengan baik sehingga hampir dipastikan praktikan tidak mengalami kesulitan yang berarti selama mengajar dikelas.

H. Dosen Pembimbing

Dosen pembimbing praktikan disiplin untuk datang ke sekolah latihan, membimbing dan memantau dalam mengajar, memecahkan persoalan yang praktikan hadapi serta dalam pembuatan perangkat pembelajaran yang benar. Dosen pembimbing juga sangat terbuka kepada mahasiswa dan selalu membantu bila mahasiswa mengalami kesulitan. Praktikan selalu diminta oleh dosen pembimbing untuk selalu konsultasi terhadap persiapan mengajar. Hal ini bertujuan agar praktikan lancar dan meminimalkan kesalahan yang dibuat selama mengajar.

BAB IV

PENUTUP

A. SIMPULAN

Berdasarkan uraian serta pengalaman praktikan selama mengikuti dan melaksanakan PPL II di SMA N 1 Tenganan, maka praktikan dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Pelaksanaan PPL merupakan proses pencarian pengalaman yang mutlak diperlukan bagi setiap calon pendidik.
2. Supaya mampu mengelola kelas dengan baik, seorang guru harus bisa:
 - a. Menguasain bahan atau materi
 - b. Mampu menyesuaikan tujuan khusus pembelajaran dengan materi yang disampaikan
 - c. Mampu menciptakan kondisi kelas yang kondusif
3. Dalam setiap pelaksanaan proses belajar mengajar guru harus senantiasa memberikan motivasi kepada siswanya
4. Dalam setiap permasalahan baik itu yang berhubungan dengan materi maupun dengan anak didik, praktikan harus berkonsultasi dengan guru pamong

B. SARAN

1. Untuk Mahasiswa PPL
 - a. Senantiasa menjaga dan menjalin komunikasi yang baik dengan sesama mahasiswa PPL maupun dengan guru-guru dan staf karyawan sekolah
2. Untuk Pihak SMA N 1 Tenganan

Sebagai mahasiswa PPL, praktikan mempunyai beban yang cukup berat, untuk itu praktikan meminta dan menyarankan pihak sekolah terutama guru untuk lebih membantu dalam memotivasi bagi mahasiswa PPL dalam melaksanakan kegiatan

3. Untuk Pihak UPT PPL

- a. Pihak UPT terutama bagian pengelola website yang berkaitan dengan PPL diharapkan dapat meningkatkan kinerjanya berkaitan dengan plotting mahasiswa, kunjungan dosen pembimbing dan lain-lain sehingga semua pihak yang terkait dengan PPL bisa merasa nyaman dan PPL dapat berjalan semakin lancar.

REFLEKSI DIRI

Nama : RIFQI ARSYAD
Nim : 6301409100
Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga, S1
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Program Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan kegiatan yang wajib dilaksanakan bagi seluruh mahasiswa program kependidikan untuk memperoleh pengalaman mengajar di sekolah secara langsung. Oleh karena itu, diharapkan setelah lulus dari Universitas Negeri Semarang para mahasiswa khususnya yang mengambil program kependidikan mampu menjadi tenaga pengajar profesional yang siap untuk bertugas dalam dunia pendidikan. Universitas Negeri Semarang menjalin kerjasama dengan berbagai sekolah di kota Semarang dan berbagai daerah lainnya sebagai tempat latihan dalam pelaksanaan kegiatan PPL. Salah satu sekolah latihan tersebut adalah SMA Negeri 1 Tenganan Kabupaten Semarang. Di SMA Negeri 1 Tenganan mahasiswa praktikan melaksanakan observasi tentang kondisi fisik lingkungan sekolah, keadaan guru dan siswa, fasilitas sekolah, interaksi sosial, tata tertib dan pengelolaan organisasi sekolah dan lain-lain.

Mahasiswa praktikan juga diizinkan untuk melakukan praktek mengajar sesuai dengan bidang studi mereka masing-masing dan atas bimbingan dari guru pamong.

A. Kekuatan dan Kelemahan Mata Pelajaran Penjaskes

Sekarang ini Penjaskes menjadi salah satu mata pelajaran yang wajib dalam kurikulum jenjang pendidikan mulai dari TK hingga jenjang SMA. Hal ini menunjukkan betapa pentingnya peranan Penjaskes dalam kehidupan.

Penjaskes merupakan mata pelajaran yang mengedepankan ketrampilan motorik siswa dalam melaksanakan berbagai jenis kegiatan keolahragaan. Maka dari itu, siswa masih perlu belajar banyak tentang materi Penjaskes, misalnya tentang pembelajaran gerak, melaksanakan materi, kemampuan psikomotor, sikap afektif dan kognitif siswa. Penjaskes merupakan salah satu mata pelajaran yang wajib diikuti oleh setiap peserta didik. Sehingga sepadat apapun jadwal pembelajaran pada bidang studi lain, mata pelajaran ini selalu diberikan 2 jam pelajaran selama seminggu. Banyak diantara siswa-siswi di SMA Negeri 1 Tenganan Semarang yang gemar dalam berolahraga, namun bakat-bakat mereka belum tersalurkan secara baik di sekolah ini. Akan tetapi mereka memiliki motivasi yang cukup tinggi dan bersifat aktif untuk terus meningkatkan kemampuan mereka dalam memahami segala materi dalam pelajaran Penjaskes serta mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang mereka gemari di sekolah ini. Hal ini membuat praktikan yakin bahwa siswa-siswi di SMA Negeri 1 Tenganan Kabupaten Semarang kelak akan mampu meningkatkan kemampuan psikomotor dalam kegiatan jasmani serta memahami nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

B. Ketersediaan Sarana dan Prasarana Dalam Proses Belajar Mengajar

Kelengkapan sarana dan prasarana yang tersedia di SMA Negeri 1 Tenganan kabupaten Semarang sebagai penunjang dan pendukung kegiatan belajar mengajar dinilai sudah lengkap dan memadai dalam melaksanakan pembelajaran teori, namun untuk sarana & prasarana olahraga menurut saya masih terbatas. Mulai dari ruang kelas yang tertata rapi dan sangat nyaman untuk tempat belajar siswa, serta tersedianya laboratorium dan perpustakaan dengan koleksi buku yang cukup memadai namun perlu diadakan penambahan koleksi mengingat berlakunya kurikulum KTSP. Di sekolah ini juga tersedia ruang media bahasa dengan fasilitas Televisi, DVD player, LCD, komputer, dll dengan keadaan yang cukup baik.

Akan tetapi, untuk melaksanakan pembelajaran Penjaskes, Fasilitas penunjang olahraganya masih sangat terbatas. Andai saja fasilitas penunjangnya memadai tentu pembinaan olahraga di SMA 1 Tenganan ini bisa berkembang dengan baik. Tentu dengan adanya fasilitas itu bisa bermanfaat bagi siswa karena membuat penyampaian materi, konsep, dan praktik mengenai pembelajaran Penjaskes mudah diserap dan dipahami oleh para siswa. Sehingga keterampilan motorik mereka terus meningkat yang bermuara pada tercapainya tujuan pembelajaran Penjaskes di SMA Negeri 1 Tenganan

C. Kualitas Guru Pamong dan Dosen Pembimbing

Guru pamong mata pelajaran Penjaskes di SMA Negeri 1 Tenganan sangat membantu bagi praktikan dalam melaksanakan proses pengajaran dan pembelajaran di kelas. Beliau dengan baik membimbing praktikan dan mengarahkan praktikan agar mempunyai rasa percaya diri yang tinggi dalam mengajar di kelas. Beliau membebaskan praktikan untuk berkreasi agar dapat mengembangkan materi kepada siswa serta memberikan pengarahan, saran, dan kritik yang membangun dan bermanfaat bagi kemajuan praktikan. Beliau juga sangat kooperatif, mulai dari pemberian data-data program pembelajaran, silabus hingga RPP. Dengan kerjasama yang terjalin antara praktikan dengan guru pamong tersebut, membuat praktikan menjadi mudah menjalankan tugas-tugas yang diberikan, baik tugas mengajar teori di dalam kelas maupun pembelajaran praktek di luar kelas. Dosen pembimbing yang mendampingi mahasiswa praktikan di SMA Negeri 1 Tenganan selalu memberikan pengarahan dan motivasi kepada mahasiswa praktikan untuk terus mengembangkan diri dan mendapatkan pengalaman serta pengetahuan yang berharga selama kegiatan ini sebagai bekal untuk menjadi guru yang baik dan profesional dibidangnya.

D. Kualitas Pembelajaran di Sekolah Latihan

Kualitas pembelajaran di SMA Negeri 1 Tenganan sudah cukup baik. Untuk semua kelas sudah menggunakan kurikulum KTSP. Didukung pula dengan RPP dan analisis materi pembelajaran yang kesemuanya adalah syarat administratif bagi seorang guru sebelum mengajar di kelas.

E. Refleksi Kemampuan Diri Praktikan

Setelah melaksanakan PPL 2 di SMA Negeri 1 Tenganan kabupaten Semarang, praktikan menyadari bahwa praktikan belum sepenuhnya memiliki kemampuan sebagai seorang guru seperti yang diharapkan, karena masih dalam taraf belajar sehingga masih banyak terdapat kekurangan yang dimiliki. Sebagai mahasiswa praktikan yang mengajar mata pelajaran Penjaskes masih terlalu banyak kekurangan dalam cara penyampaian materi, baik teori didalam kelas maupun ketika praktek di lapangan. Praktikan akan terus berusaha secara maksimal sehingga praktikan dapat terus mengembangkan diri menjadi seorang pengajar yang baik dan profesional. Dengan adanya praktik mengajar di sekolah ini, praktikan merasa sangat terbantu karena banyak sekali pengalaman baru serta ilmu yang dapat diambil dan diterapkan sebagai bekal menjadi seorang tenaga pengajar.

F. Nilai Tambah yang diperoleh praktikan setelah melaksanakan PPL 2

Selama meniti pendidikan sebagai mahasiswa program studi pendidikan kepelatihan olahraga di Universitas Negeri Semarang, praktikan telah memperoleh berbagai bekal dan telah dipersiapkan menjadi guru yang baik dan profesional antara lain bagaimana membuat RPP, dan Silabus yang terbaru. Bagaimana cara membuat tes untuk siswa, penerapan metode-metode mengajar pelajaran penjaskes baik dalam teori maupun praktek, sampai dengan cara memahami dan menghadapi para siswa yang berasal dari berbagai latar belakang yang

berbeda. Setelah melaksanakan PPL 2 praktikan dapat mempraktekan dan menerapkan secara langsung apa yang telah dipelajari tentang tugas dan peran guru. Selain itu, praktikan juga belajar bagaimana bersosialisasi dengan warga sekolah khususnya di SMA Negeri 1 Tengaran yang menerapkan kedisiplinan, kebersamaan, serta keimanan namun tetap mengutamakan kasih sayang.

G. Refleksi Saran dan Pengembangan

1. Untuk SMA Negeri 1 Tengaran

Yang ingin saya soroti dari sekolah tempat PPL saya ini yang berhubungan dengan penjaskes ialah terbatasnya sarana & prasarana yang menyangkut sarana penunjang untuk mata pelajaran penjaskes. Sehingga dalam menyampaikan materi yang seharusnya memakai sarana menjadi sedikit terganggu karena minimnya sarana praktek. Namun, keterbatasan sarana & prasarana bukan menjadi penghalang dalam menyampaikan materi. Akan tetapi, malah menjadi tantangan untuk guru penjas maupun praktikan agar lebih inovatif & tambah kreatif dalam penyampaian materi penjas kedepannya.

2. Untuk UNNES

Pengontrolan oleh dosen pembimbing dan koordinator agar lebih ditingkatkan lagi dan terus menjalin kerjasama yang baik dan harmonis dengan lembaga-lembaga lain dalam pemberian pembekalan yang optimal bagi mahasiswa praktikan agar mahasiswa lebih siap terjun dilapangan.

Semarang, 11 Agustus 2012

Mengetahui,
Guru Pamong



Wiyono SPd.
NIP. 19690818 199802 1 008

Praktikan



Rifqi Arsyad
NIM. 6301409100

PROGRAM TAHUNAN

Nama Sekolah : SMA Negeri 1 Tengar

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Kelas : XII (duabelas)

Tahun Pelajaran : 2012 / 2013

Semester	Standar Kompetensi/ Kompetensi Dasar	Alokasi Waktu (Jam Pelajaran)	KET
I	<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya <ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan olahraga bola besar dengan peraturan sebenarnya serta nilai kerjasama, kejujuran, menerima kekalahan, kerja keras dan percaya diri**) • Mempraktikkan teknik dasar atletik lanjutan serta nilai toleransi, percaya diri, keberanian, keselamatan, berbagi tempat dan peralatan • Mempraktikan jenis latihan beban dengan alat sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya <ul style="list-style-type: none"> • Mengidentifikasi jenis-jenis latihan yang sesuai dengan kebutuhan • Mempraktikkan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan untuk kebugaran jasmani sesuai dengan kebutuhan dengan menggunakan alat sederhana serta nilai semangat, tanggung jawab, disiplin, dan percaya diri • Mempraktikan rangkaian gerak senam lantai dengan gerakan yang benar dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya <ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan rangkaian senam lantai tanpa alat serta nilai percaya diri, kerja sama, disiplin, keberanian, dan keselamatan • Mempraktikkan beberapa rangkaian senam lantai , serta nilai keberanian, kedisiplinan, keluwesan dan estetika • Mempraktikan rangkaian gerak teknik senam irama tanpa dan dengan alat serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya <ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan teknik dasar senam irama tanpa alat, SKJ 2008 gerak pemanasan, gerak peralihan, inti, dan gerak pendinginan mengikuti irama, serta nilai disiplin, estetika, toleransi dan keluwesan 	<p>12 Jam Pelajaran</p> <p>6 Jam Pelajaran</p> <p>4 Jam Pelajaran</p> <p>4 Jam Pelajaran</p> <p>4 Jam Pelajaran</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikan teknik dasar renang gaya dada, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya <ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan teknik dasar gerakan kaki renang 		

	<p>gaya dada serta nilai disiplin, keberanian dan kebersihan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan teknik dasar gerakan lengan renang gaya dada serta nilai disiplin, keberanian dan kebersihan • Mempraktikkan teknik dasar gerakan kaki, gerakan lengan dan pernapasan gaya dada serta nilai disiplin, keberanian dan kebersihan • Mempraktikkan dasar-dasar penjelajahan dan menerapkan budaya hidup sehat, dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya <ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan pola hidup sehat 	<p>6 Jam Diluar Pelajaran</p> <p>2 Jam Pelajaran</p>	
Jumlah Pelajaran Semester I (16 Pekan × 2 jp)		32 jp	
II	<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan teknik dasar permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya <ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar lanjutan dengan tepat dan lancar serta nilai kerjasama, toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan • Mempraktikkan teknik dasar atletik lanjutan serta nilai toleransi, percaya diri, keberanian, keselamatan, berbagi tempat dan peralatan 	<p>12 Jam Pelajaran</p> <p>6 Jam Pelajaran</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan tes kebugaran jasmani secara sederhana <ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan tes kesegaran jasmani secara sederhana • Melakukan iterpretasi secara sederhana hasil tes dalam menentukan derajat kebugaran • Mempraktikkan rangkaian gerak senam lantai dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya <ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan rangkaian senam lantai tanpa alat serta nilai percaya diri, kerja sama, disiplin, keberanian, dan keselamatan • Mempraktikkan beberapa rangkaian senam lantai , serta nilai percaya diri dan disiplin 	<p>4 Jam Pelajaran</p> <p>4 Jam Pelajaran</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan senam irama tanpa alat dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya <ul style="list-style-type: none"> • 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>	
	<ul style="list-style-type: none"> • Memparaktikkan teknik dasar renang gaya dada, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya 		

<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan koordinasi teknik dasar gerakan kaki dan lengan renang gaya dada serta nilai-nilai disiplin, keberanian dan kebersihan • Mempraktikkan koordinasi teknik dasar lengan dan pernapasan renang gaya dada serta nilai disiplin, keberanian dan kebersihan • Mempraktikkan koordinasi teknik dasar renang gaya dada serta nilai disiplin, keberanian dan kebersihan 	6 Jam Diluar Pelajaran		
<ul style="list-style-type: none"> • Menerapkan budaya hidup sehat <ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan identifikasi bahaya bencana alam • Mempraktikkan cara menghadapi berbagai bencana alam <p>Jumlah Pelajaran Semester I (16 Pekan × 2 jp)</p>	2 Jam Pelajaran		
Jumlah Pelajaran Semester I (16 Pekan × 2 jp)		32 jp	

Mengetahui,

Kepala SMA N 1 Tengaran

Tengaran, Juli 2012

Guru Mata Pelajaran



Drs. Hendro Saptanto
NIP. 19581106 198703 1 001

Wiyono SPd
NIP. 19690818 199802 1 008

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

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 kecabangan)

No	Nama Siswa	Mengumpan					Mengontrol					Menggiring					Jm 1	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

c. 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			
		Kerjasma			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																					

Jumlah skor yang diperoleh

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

Mengetahui,

Kepala SMA N 1 Tengaran

Drs. Hendro Saptanto
NIP. 19581106 198703 1 001

Tengaran, Juli 2012

Guru Mata Pelajaran



Wiyono SPd
NIP. 19690818 199802 1 008

DAFTAR NILAI
TES ATLETIK START JONGKOK & SENAM LANTAI ROLL DEPAN
SMA NEGERI 1 TENGARAN TAHUN PELAJARAN 2012-2013
SEMESTER GASAL

MATA PELAJARAN : PENJASORKES

KELAS : X.2

No. Urut	No. induk	Nama siswa	NILAI			
			Atletik		Senam Lantai	
			Tes	Remidi	Tes	Remidi
1.	8038	Ade Candra Bagus Wicaksono	80		90	
2.	8173	Aji Jati Saputro	90		80	
3.	8043	Anggit randi Saputro	90		90	
4.	8074	Anindhito Cyanda Putra	90		90	
5.	8241	Aufa Aldhea Onaisha	90		90	
6.	8178	Dani Rahmandhani	80		80	
7.	8051	Desi Waluyaningtyas	90		80	
8.	8274	Devi Yuniawati	90		90	
9.	8276	Dwi Luviana	90		90	
10.	8280	Elfrida Asni Dwiyanti	90		90	
11.	8086	Galih Ansat Dea Nucky	80		90	
12.	8119	Galih Jati Caraka	70	75	90	
13.	8284	Imroatul Azizah	90		90	
14.	8154	Linda Sedyani	90		70	
15.	8187	Lisa Nur Firdausya Andiani	90		80	
16.	8219	M. Reza Bayu Trihatmaja	80		80	
17.	8287	Mawar Kusuma Wardani	90		80	
18.	8288	Mita Saroh	70	80	80	
19.	8128	Muhammad Khoirul Kabib	75		90	
20.	8252	Muhammad Khamdani	80		90	
21.	8289	Muhammad Muhrodi	90		90	
22.	8315	Novi Anita Pratiwi	80		90	
23.	8191	Novi Nur Latiffah	90		90	
24.	8163	Reni Yuliyanti	90		90	

25.	8320	Ria Putri Anggraini	90		90	
26.	8164	Sapto Aji Nugroho	80		80	
27.	8326	Siti Nur Aisati Kurniawati	90		70	
28.	8101	Siti Nur Mahmudah	80		80	
29.	8328	Sri Wahyuningsih	80		80	
30.	8329	Tri Wulandari	90		80	
31.	8137	Ulim Masdiqoh	90		90	
32.	8267	Yusuf Effendi	85		90	
33.	8171	Zusi Hermawati	90		90	

Mengetahui,
Guru Pamong



Wiyono SPd.
NIP. 19690818 199802 1 008

Praktikan



Rifqi Arsyad
NIM. 6301409100