

LAPORAN AKHIR
Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) 2
Semester Gasal Tahun Akademik 2023/2024
di MA Al-Hidayah Bangkalan



Oleh:

Ariska Rusdiana

2047711006

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAH RAGA
STKIP PGRI BANGKALAN
TAHUN 2023

LAPORAN AKHIR
Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) 2
SEMESTER GASAL TAHUN AKADEMIK 2023/2024
DI MA AL-HIDAYAH BANGKALAN



Oleh:

Ariska Rusdiana

2047711006

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAH RAGA
STKIP PGRI BANGKALAN
TAHUN 2023

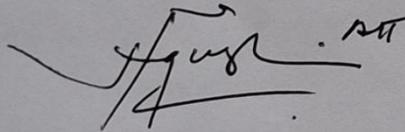
HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Individu Pelaksanaan Pengenalan Lapangan Persekolahan 2 oleh:

Nama : Ariska Rusdiana
NIM : 2047711006
Program Studi : Pendidikan Olahraga

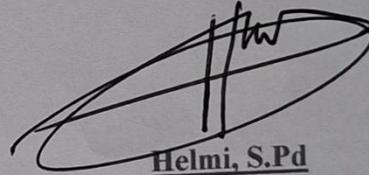
Telah diperiksa dan disetujui pada tanggal 16 Oktober 2023

Dosen Pembimbing Lapangan
STKIP PGRI Bangkalan



Agus Himawan, M.Pd
NIDN. 0725088505

Guru Pamong
PJOK MA Al-Hidayah Bangkalan



Helmi, S.Pd
NPK. 7921650047011

Mengetahui

Kepala MA Al-Hidayah Bangkalan



Rosita Priyanti Damayanti, S.Pd
NPK. 16830860154095

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum, Wr. Wb.

Alhamdulillah, Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga laporan individu pelaksanaan PLP II di MA Al-Hidayah Jengkebulan Bangkalan dapat terselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Terimakasih juga penulis ucapkan kepada kedua orang tua, teman-teman PLP II, Guru Pamong PJOK, Pihak Sekolah, dan Sahabat atas dukungan dan sarannya.

Laporan individu pelaksanaan PLP II ini merupakan suatu catatan nyata yang tertulis mengenai kegiatan Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) yang telah dilakukan dan dilaksanakan disekolah MA Al – Hidayah Jengkebulan Bangkalan. Kegiatan belajar mengajar, membimbing siswa dalam kelas, mengenal ruang lingkup sekolah, dan segala aturan yang terdapat di sekolah untuk menjadi panutan yang baik bagi siswa.

Semua hal tersebut telah tercatat dan terangkum dalam laporan individu pelaksanaan PLP ini. Sehingga dapat menjadi bahan bacaan yang berguna dan bermanfaat bagi pembaca.

Laporan ini merupakan hasil atau bukti nyata dari kegiatan PLP yang telah penulis laksanakan selama satu bulan lebih mengajar serta mengabdikan di MA Al –Hidayah Jengkebulan Bangkalan. Hal ini juga merupakan salah satu mata kuliah yang penulis tempuh di semester VI di STKIP PGRI Bangkalan. Dan dalam kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Fajar Hidayatullah, M. Pd. selaku Ketua STKIP PGRI Bangkalan.
2. Hendra Sudarso, M. Pd. selaku Dosen Pembimbing Lapangan MA Al-HidayahJengkebulan Bangkalan.
3. Tera Athena, M. Pd. selaku Koordinator Dosen Pembimbing Lapangan.
4. Ana Yuliati, S. Pd. selaku UPPL STKIP PGRI Bangkalan.
5. Rosita Priyan Damayanti, S. Pd. selaku Kepala Sekolah MA Al-Hidayah Jengkebulan Bangkalan.
6. Bapak dan Ibu Dosen STKIP PGRI Bangkalan.
7. Bapak dan Ibu Guru MA Al-Hidayah Bangkalan.
8. Teman-teman PLP II di MA Al-Hidayah Bangkalan.

9. Siswa-siswi MA Al-Hidayah Bangkalan.

Dengan segala kerendahan hati, penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulisan laporan ini jauh dari sempurna. Untuk itu kritik dan saran sangat penulis harapkan demi kesempurnaan laporan ini. Laporan ini juga telah dibuat berdasarkan pedoman PLP II STKIP PGRI Bangkalan.

Semoga laporan individu ini dapat dipahami bagi siapa pun pembacanya. Penulis mohon maaf bila terdapat kesalahan dalam laporan ini, dan mohon untuk mengkritik dan memberikan saran yang membangun.

Bangkalan, 16 Oktober 2023

Penyusun

Ariska Rusdiana
NPM. 2047711006

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang PLP 2	1
B. Tujuan PLP 2	2
C. Manfaat PLP 2	3
BAB II	5
PENYAJIAN LAPORAN	5
A. Persiapan Pelaksanaan Program	5
a. Pembelajaran Microteaching	5
b. Pembekalan PLP II	5
c. Kalender Pendidikan (terlampir)	5
d. Rencana pekan aktif (terlampir)	5
e. Program Tahunan (terlampir)	6
f. Program Semester (terlampir)	6
g. Silabus (terlampir)	6
h. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) (terlampir)	7
B. Pelaksanaan Program	7
a. Persiapan Sebelum Mengajar	7
b. Pembuatan RPP	7
c. Praktik Mengajar	8
d. Umpan Balik dari Guru Pamong	8
C. Hasil Pelaksanaan Program	10
a. Faktor Pendukung	10
b. Faktor Penghambat	11
c. Upaya Mengatasi (Faktor Penghambat)	11
BAB III	12
PENUTUP	12
A. Simpulan	12
B. Saran	12
DAFTAR PUSTAKA	15

LAMPIRAN 16

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang PLP 2

Pengenalan Lapangan Persekolahan merupakan kegiatan praktik nyata yang dilakukan oleh siswa, sebagai pelatihan untuk menerapkan teori yang telah didapatkan di perkuliahan selama enam semester. Menurut Komaruddin (2006:200) praktik merupakan cara melaksanakan kegiatan mengajar secara nyata apa yang dikemukakan dalam teori. Dari pernyataan tersebut dapat didefinisikan bahwa praktik merupakan suatu pelaksanaan teori dalam keadaan nyata. Tidak sedikit mahasiswa yang terkadang belum bisa melakukan sebuah kegiatan yang nyata (mengajar) di lapangan yang masih kaku dan grogi saat mengajar. Oleh sebab itu mahasiswa diharuskan mengikuti sebuah program pengalaman lapangan sebagai bentuk praktik sebelum terjun sebagai guru tetap di sebuah sekolah. Tujuan dari pelaksanaan Pengenalan Lapangan Persekolahan ini adalah untuk mencetak dan membentuk seorang guru yang profesional atau untuk membentuk mahasiswa praktikan sebagai calon tenaga pendidik yang profesional, sesuai dengan prinsip-prinsip kependidikan berdasarkan empat kompetensi, yaitu kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi sosial, dan kompetensi profesional. Sasaran yang ingin dicapai adalah kepribadian calon pendidik yang memiliki seperangkat pengetahuan, keterampilan, nilai dan sikap, serta pola tingkah laku yang diperlukan bagi profesi serta cakap dan tepat menggunakannya di dalam menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran, baik di sekolah maupun di luar sekolah (Oemar Hamalik, 2009: 171 – 172).

STKIP PGRI Bangkalan adalah salah satu lembaga kependidikan yang sudah mencetak seorang guru atau tenaga kependidikan yang sudah sedemikian banyak dan hal tersebut bisa dikatakan telah sukses. Kenyataan yang ada di lapangan mengatakan bahwa kebanyakan seorang tenaga pendidik yang ada di kabupaten Bangkalan ini adalah lulusan STKIP PGRI Bangkalan, dari hal itu STKIP merupakan sebuah kampus yang profesional. Fungsinya menghasilkan tenaga kependidikan yang meningkatkan mutu lulusan antara lain dengan menjalankan kerja sama dengan berbagai lembaga yang kompeten dalam

penyelenggaraan kependidikan. Hal tersebut dilakukan sebagai upaya penerapan tenaga kependidikan yang profesional. Dalam hal ini, maka STKIP PGRI Bangkalan melakukan kerjasama dengan MA Al – Hidayah Jengkebuen Bangkalan yang bertujuan yang membina dan membimbing serta menilai mahasiswa STKIP PGRI Bangkalan yang bertujuan untuk membina dan membimbing serta menilai mahasiswa STKIP PGRI Bangkalan dalam melaksanakan kegiatan pengalaman lapangan dan mempraktikkan pengetahuan – pengetahuannya yang diperoleh di kampus dalam kegiatan yang nyata.

Dengan demikian Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) merupakan kegiatan yang memasyarakatkan kemampuan aplikatif dan terpadu dari seluruh pengalaman belajar sebelumnya ke dalam pelatihan merupakan kinerja dalam semua hal yang berkaitan dengan kegiatan mengajar maupun tugas keguruan lainnya. Kegiatan PLP diarahkan pada pelatihan terbatas, terbimbing, dan sistematis sesuai dengan petunjuk guru pamong.

B. Tujuan PLP 2

Setelah mengikuti kegiatan Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) II, para mahasiswa diharapkan dapat memantapkan kompetensi akademik kependidikan dan bidang keilmuan masing-masing program studi yang disertai dengan kemampuan berpikir kritis, kemampuan berkomunikasi serta kemampuan melakukan sosialisasi dengan lingkungan sekolah melalui kegiatan sebagai berikut:

1. Menelaah kurikulum dan membuat perangkat pembelajaran sesuai dengan yang digunakan oleh guru masing-masing sekolah sasaran;
2. Mempelajari menelaah, serta meniru model/strategi pembelajaran yang digunakan guru di masing-masing sekolah sasaran;
3. Mempelajari, menelaah, serta meniru sistem evaluasi/penilaian yang digunakan guru di masing-masing sekolah sasaran;
4. Mempelajari, menelaah, membuat serta memanfaatkan media pembelajaran yang digunakan guru di masing-masing sekolah sasaran;
5. Membantu guru dalam mengembangkan RPP, media pembelajaran, bahan ajar, serta bentuk evaluasi sesuai dengan kurikulum yang

digunakan oleh masing-masing pihak sekolah;

6. Latihan praktik mengajar di kelas dengan bimbingan guru pamong sesuai program studi masing-masing dan arahan dari dosen pembimbing lapangan PLP II
7. Melaksanakan tugas-tugas pendampingan kepada peserta didik baik dalam bidang
8. akademik seperti kegiatan pendampingan di kelas dan bidang non akademik seperti pendampingan kegiatan ekstrakurikuler.
9. Membantu guru dan pihak sekolah dalam melaksanakan tugas-tugas pekerjaan yang berkaitan dengan administrasi.

C. Manfaat PLP 2

Manfaat Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) yaitu sebagai bekal bagi mahasiswa agar memiliki kompetensi profesional, kompetensi personal dan kemasyarakatan. Kompetensi profesional merupakan kemampuan yang mampu menjalankan tugas dan jabatannya dengan keahliannya terkait dengan nilai dan moral bagi suatu bangsa.

Manfaat Pengenalan Lapangan Persekolahan bagi calon guru atau mahasiswa PLP adalah sebagai berikut:

1. Mendapatkan kesempatan untuk mempraktikkan bekal teori-teori yang diperoleh selama enam semester kuliah di STIKP PGRI Bangkalan.
2. Mengetahui dan mengenal secara langsung kegiatan belajar mengajar di sekolah tempat Pengenalan Lapangan Persekolahan dilaksanakan di MA Al – Hidayah Jengkebuan Bangkalan.
3. Memperdalam pengalaman dan penghayatan mahasiswa tentang pelaksanaan pendidikan.
4. Memperluas cara berpikir, meningkatkan cara atau pola penalaran mahasiswa dalam melakukan penelaahan, dan pemecahan masalah pendidikan yang ada di sekolah atau lembaga pendidikan lainnya.

Manfaat bagi sekolah mitra adalah:

1. Meningkatkan kualitas pendidikan.
2. Memberikan masukan kepada sekolah atas hal-hal atau ide-ide baru

dalam perencanaan program pendidikan yang akan datang.

Sedangkan Manfaat bagi STKIP PGRI Bangkalan adalah:

1. Memperoleh informasi baru mengenai pendidikan yang sedang dipakai sebagai bahan pertimbangan penelitian.
2. Mendapatkan masukan tentang perkembangan pelaksanaan Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) hingga kurikulum, sehingga metode yang dipakai dapat disesuaikan dengan tuntutan yang ada di lapangan.

BAB II

PENYAJIAN LAPORAN

A. Persiapan Pelaksanaan Program

Sebelum melaksanakan Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) terlebih dahulu mahasiswa mengikuti pembekalan yang bertujuan untuk memberikan gambaran tentang pelaksanaan pengajaran. Program yang dirancang untuk dilaksanakan di MA Al – Hidayah Jengkebulan Bangkalan untuk program Individu meliputi: Pembelajaran Microteaching, Pembekalan PLP 2, Kalender Pendidikan, Rencana Pekan Efektif, Program Tahunan, Program Semester, Silabus, Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).

a. Pembelajaran Microteaching

Microteaching adalah sebuah model pembelajaran yang diperkecil. Kata “diperkecil” yang dimaksud disini mencakup beberapa hal. Yang pertama jumlah peserta didik yang terbatas, ruang kelas terbatas, waktu pembelajaran yang terbatas, dan lain-lain.

b. Pembekalan PLP II

Cara atau proses pengamatan/observasi dan pemagangan yang dilakukan mahasiswa program sarjana pendidikan untuk mempelajari aspek pembelajaran dan pengelolaan pendidikan untuk mempelajari aspek pembelajaran dan pengelolaan pendidikan di satuan pendidikan.

c. Kalender Pendidikan (terlampir)

Kurikulum Satuan Pendidikan pada setiap jenis dan jenjang diselenggarakan dengan mengikuti Kalender Pendidikan pada setiap tahun ajaran. Kalender Pendidikan adalah pengaturan waktu untuk kegiatan pembelajaran peserta didik selama satu tahun. Ajaran yang mencakup permulaan tahun pelajaran, minggu efektif belajar, waktu pembelajaran efektif dan hari libur. Adanya Kalender Pendidikan ini adalah sebagai petunjuk secara keseluruhan untuk menjalankan aktivitas belajar mengajar selama satu tahun.

d. Rencana pekan aktif (terlampir)

Pekan Efektif adalah hitungan hari-hari efektif yang ada pada tahun pelajaran berlangsung. Untuk menyusun RPE yang harus dilihat dan diperhatikan adalah Kalender Akademik yang sedang berlangsung yang menjadi

pedoman sekolah dalam menetapkan jumlah minggu/pekan efektifnya, jadwal pelajaran definitifnya dan juga kalender atau almanak secara umum. Adanya RPE dalam proses belajar mengajar sebagai petunjuk teknis bagi seorang guru.

e. Program Tahunan (terlampir)

Program Tahunan adalah rencana penetapan alokasi waktu satu tahun untuk mencapai tujuan (SK/KI dan KD) yang telah ditetapkan. Penetapan alokasi waktu diperlukan agar seluruh kompetensi dasar yang ada dalam kurikulum seluruhnya dapat dicapai oleh siswa. Penentuan alokasi waktu ditentukan pada jumlah jam pelajaran sesuai dengan struktur kurikulum yang berlaku serta keluasan materi yang harus dikuasai oleh siswa.

f. Program Semester (terlampir)

Program Semester adalah satuan waktu yang digunakan untuk penyelenggaraan program pendidikan. Kegiatan yang dilaksanakan untuk penyelenggaraan program pendidikan. Kegiatan yang dilaksanakan dalam semester itu ialah kegiatan tatap muka, praktikum, kerja lapangan, mid semester, ujian semester dan berbagai kegiatan lainnya yang diberi penilaian keberhasilan. Satu semester terdiri dari 22 minggu kerja termasuk penyelenggaraan tatap muka, mid semester dan ujian semester.

Dalam Program Pendidikan Semester dipakai satuan waktu terkecil, yaitu satuan semester untuk menyatakan lamanya satu program pendidikan. Masing-masing Program Semester sifatnya lengkap dan merupakan satu kebulatan dan berdiri sendiri. Pada setiap akhir semester segenap bahan kegiatan program semester yang disajikan harus sudah selesai dilaksanakan dan mahasiswa yang mengambil program tersebut sudah dapat ditentukan lulus atau tidak.

Program Semester adalah program yang berisikan garis – garis besar mengenai hal – hal yang hendak dilaksanakan dan dicapai dalam semester tersebut. Program Semester merupakan penjabaran dari Program Tahunan. Isi dari Program Semester adalah tentang bulan, pokok bahasan yang hendak disampaikan, waktu yang direncanakan, dan keterangan – keterangan.

g. Silabus (terlampir)

Silabus adalah suatu perangkat rencana dan pengaturan pelaksanaan

pembelajaran serta penilaian yang disusun secara sistematis dan memuat komponen-komponen yang saling berkaitan untuk kemudian mencapai penguasaan kompetensi dasar. Adapun tujuan dari silabus dalam rencana pelaksanaan pembelajaran ialah diantaranya mempermudah, memperlancar, serta meningkatkan hasil proses belajar-mengajar dan menyusun berbagai rencana pembelajaran secara profesional, yang sistematis dan berdaya guna. Dengan demikian guru akan melihat, menganalisis, mengamati, serta memprediksi berbagai program pembelajaran tentang berbagai kerangka kerja yang terencana dan logis .

h. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) (terlampir)

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) adalah rencana yang menggambarkan prosedur dan pengorganisasian pembelajaran untuk mencapai satu kompetensi dasar yang ditetapkan dalam Standar Isi dan dijabarkan dalam Silabus. Lingkup Rencana Pembelajaran paling luas mencakup satu kompetensi dasar yang terdiri atas satu indikator atau beberapa indikator untuk satu kali pertemuan atau lebih. Adanya RPP adalah sebagai petunjuk bagi gurudalam mengajar selama satu kali pertemuan supaya terarah dan tercapai tujuan materi.

B. Pelaksanaan Program

Dari pelaksanaan Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) yang dilakukan di MA Al – Hidayah Jengkebulan Bangkalan. Penulis mendapat tugas praktik mengajar di Kelas XI IPA, Materi yang ditugaskan oleh guru pamong untuk diberikan kepada siswa yaitu sebagai berikut:

a. Persiapan Sebelum Mengajar

Mahasiswa melakukan persiapan sebelum mengajar dengan mempersiapkan perangkat pembelajaran, mulai dari pembuatan RPP, Media pembelajaran, Metode pembelajaran, dll. Sehingga ketika nanti memulai kegiatan pembelajaran mahasiswa sudah siap dan mampu mengimplementasikan RPP dalam kelas.

b. Pembuatan RPP

Sebelum melakukan praktik mengajar mahasiswa praktikan membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) sesuai dengan kompetensi yang

akan diajarkan. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran dibuat oleh praktikan dengan bimbingan dosen pembimbing.

c. Praktik Mengajar

Bentuk pelaksanaan Praktik Pengenalan Lapangan merupakan jenis praktik mengajar terbimbing. Praktik mengajar terbimbing dilakukan 4 (empat) kali. Masing- masing pelaksanaan praktik mengajar dilakukan di kelas tinggi/kelas X sampai XII. Praktik mengajar terbimbing adalah praktik mengajar lengkap dengan persiapan membuat RPP dan media, menggunakan fasilitas yang ada, serta mengembangkan metode dan keterampilan mengajar di kelas, dengan bimbingan guru pembimbing/guru pamong (guru kelas).

Waktu pelaksanaan	Pertemuan	Kelas	Jam	Materi
Kamis, 5 Oktober 2023	1	X	06.30 – 07.45	Teori dan Praktik Teknik Dasar Servis Bola Voli
Rabu, 11 Oktober 2023	2	XII	06.30 – 07.45	Teknik Dasar Bola Basket
Kamis, 12 Oktober	3	X	06.30 – 07.45	Penilaian Servis Bola Voli dan Teori Teknik Dasar Pasing Bola Voli

d. Umpan Balik dari Guru Pamong

Pelaksanaan PLP di MA Al Hidayah Jengkebulan Bangkalan tidak terlepas dari peran pembimbing. Selama kegiatan PLP di MA Al Hidayah Jengkebulan Bangkalan mahasiswa PLP mendapat bimbingan dari berbagai pihak MA Al Hidayah Jengkebulan Bangkalan di antaranya:

1. Guru pembimbing setiap mata Pelajaran.
2. Pihak sekolah memberikan tugas dan kepercayaan kepada para guru pamong selama melaksanakan PLP di MA Al Hidayah Jengkebulan Bangkalan.
3. Mahasiswa PLP mendapatkan masukan dan kritikan yang membangun terutama setelah praktikan selesai mengajar di dalam kelas. Kritik, saran dan masukan yang diberikan oleh guru pamong memiliki tujuan

untuk meningkatkan kualitas proses pembelajaran saat di dalam kelas, penyampaian materi yang akan disampaikan,

metode yang di gunakan oleh praktikan, interaksi dengan siswa - siswi, alokasi waktudan cara mengelola kelas.

Beberapa masukan di sampaikan oleh guru pamong terhadap mahasiswa PLP adalah sebagai berikut :

1. Membantu praktikan saat menentukan metode dan media yang sesuai atau yang tepat digunakan kepada siswa – siswi.
2. Membimbing praktikan dalam pembuatan perangkat pembelajaran yang baik dan benar.
3. Membantu praktikan mengatasi siswa - siswi yang sulit dikendalikan.
4. Memberikan saran kepada praktikan dalam memancing siswa - siswi untuk berpikir kritis, kreatif saat pemecahan masalah atau kasus.
5. Memberikan saran praktikan saat menyusun soal-soal dan evaluasi.

C. Hasil Pelaksanaan Program

Sistem penilaian yang digunakan selama mengajar yaitu mengambil dari nilai tugas individu. Karena setiap pertemuan penulis mengajar dikelas yang berbeda, nilai akhir didapatkan dari nilai tugas individu siswa, nilai akhir yang diperoleh setiap siswa selama proses belajar mengajar yaitu:

a. Faktor Pendukung

Selama masa PLP berlangsung, penulis telah melaksanakan praktik mengajar dikelas X bimbingan guru pamong PJOK. Penulis mengajar di kelas X dengan harapan dapat membantu para siswa untuk menguasai materi PJOK yang diajarkan. Di samping itu, penulis juga berharap dapat melatih kemampuan untuk menghadapi siswa yang memiliki karakter dan kepribadian yang berbeda-beda.

Metode yang digunakan selama mengajar adalah metode pembelajaran diskusi, tanya jawab, dan bermain peran, yang dapat mengembangkan kemampuan berpikir kritis, berkomunikasi, berkolaborasi, dan berinteraksi, serta menanamkan sikap jujur, peduli, dan bertanggung jawab, dengan model pembelajaran “*Active Learning*”. Setelah selesai menyampaikan materi ajar, penulis memberi kesempatan pada siswa untuk menanyakan materi yang belum dimengerti. Agar siswa lebih memahami materi, siswa diberi beberapa tugas dan latihan yang dikerjakan secara individual maupun dalam kelompok diskusi.

Kelompok diskusi ini diharapkan dapat bekerja sama dengan baik dalam membantu siswa lainnya dalam mengerjakan soal latihan.

b. Faktor Penghambat

Mengajar merupakan kegiatan yang memang harus benar-benar diperhatikan secara mendalam, mengenai hal apa yang perlu dipersiapkan dan yang perlu disampaikan. Dalam proses mengajar terdapat permasalahan yang dijumpai yaitu penyusunan RPP yang kurang tepat. Dalam mengajar. Selama dalam proses belajar mengajar, banyak hambatan dan masalah yang harus dilalui dan ditemukan saat itu di karenakan beberapa hal yang mempengaruhi. Adapun hambatan yang dialami di antaranya yakni:

1. Para siswa kurang aktif di dalam kelas.
2. Terdapat siswa yang tidur dikelas.
3. Motivasi setiap siswa yang berbeda-beda dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar. Ada siswa yang memiliki motivasi tinggi untuk mengikuti pelajaran dan juga ada siswa yang tidak memiliki motivasi untuk mengikuti pelajaran.
4. Beberapa siswa masih suka mengobrol sendiri dan terkadang mengganggu teman sekelasnya.
5. Terdapat siswa keluar masuk minta izin dengan alasan bermacam-macam.

c. Upaya Mengatasi (Faktor Penghambat)

Upaya yang dilakukan untuk mengatasi faktor penghambat :

1. Membangun komunikasi dengan siswa-siswi.
2. Mengajak siswa-siswi untuk menentukan tujuan belajarnya.
3. Mengenali gaya belajar siswa-siswi.
4. Membimbing untuk menyusun sistem belajarnya sendiri.
5. Buat suasana belajar terasa menyenangkan.

BAB III

PENUTUP

A. Simpulan

Dari pelaksanaan Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP II) di MA Al – Hidayah Jengkebulan Bangkalan. Mahasiswa PLP dapat menarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Kegiatan PLP ini sangat penting bagi calon guru, karena kegiatan ini memberikan
2. pengalaman baik mengenai proses belajar maupun tugas administrasi kependidikan lainnya.
3. Dalam pelaksanaan program pembelajaran dibutuhkan persiapan, kesadaran, ide, wawasan, pengetahuan, keterampilan, dan kreativitas yang tinggi.
4. Mengajar merupakan kegiatan sederhana akan tetapi memerlukan persiapan secara matang, yang dapat memerlukan kerja aktif dan kemampuan mengevaluasi keadaan baik pada awal pembelajaran maupun pada aktif pembelajaran.
5. Calon guru mendapatkan pengalaman dalam menghadapi tantangan dan hambatan yang menyangkut proses belajar mengajar sehingga nantinya akan mendapatkan jalan keluar yang baik bila menemukan masalah yang sama.
6. Calon guru mendapatkan pengetahuan dan pengalaman yang tidak diperoleh dibangku kuliah sehingga terdapat titik temu antara praktek dan teori.
7. Pengalaman PLP dapat dijadikan sebagai ukuran untuk mengetahui kemampuan mengajar guru.
8. Seorang calon guru dituntut untuk memiliki pengetahuan yang luas, keterampilan, nilai dan tingkah laku, serta dedikasi yang tinggi di dalam melaksanakan tugas sebagai seorang pendidik yang profesional.

B. Saran

Sebagai penutup atas yang dijalani bersama dan analisis bersama selaku mahasiswa PLP, terdapat beberapa saran yang kami anggap perlu, demi kemajuan bersama baik pihak sekolah, pihak Kampus maupun bagi kami selaku

subjek yang menjalani.

Adapun saran yang diberikan yaitu:

1. Setiap pendidik harus mempersiapkan diri sebelum mengajar, karena siswa di zaman sekarang lebih kritis, meskipun kita yakin telah mempersiapkannya.
2. Guru hendaknya lebih dekat dengan siswa, karena sebagai pendidik kita bukan hanya mendidik tapi kita juga harus mengetahui karakter mereka masing-masing.

3. Sebaiknya seorang pendidik selalu memberikan semangat atau motivasi kepada anakdidiknya agar mereka semangat dalam menuntut ilmu.
4. Memperbanyak perlengkapan media belajar seperti Power Point dan Karton sebagainyang mendukung pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Mukarromah, Asifa. (2022). LAPORAN INDIVIDU PENGENALAN LAPANGAN PERSEKOLAHAN (PLP) II SEMESTER GANJIL TAHUN AKADEMIK 2022/2023 MADRASAH ALIYAH AL-HIDAYAH JENGKEBUAN BANGKALAN. Bangkalan: STKIP PGRI Bangkalan.
- Tim UPPL . (2022). Buku Pedoman Pengenalan Lapangan Persekolahan BangkalanBangkalan: STKIP PGRI BANGKALAN.
- Tim UPPL. (2023) JUKNIS PENULISAN PLP II Tahun 2023. Bangkalan: STKIP PGRI BANGKALAN

LAMPIRAN

a. KALENDER AKADEMIK TAHUN PELAJARAN 2023/2024



**YAYASAN PENDIDIKAN ISLAM PONPES AL HIDAYAH
MADRASAH ALIYAH AL HIDAYAH
JANGKEBUAN - KAB. BANGKALAN**

Bulan	Tanggal Tahun	2023																														Banyak Pekan	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		31
Juli																	M	A	B	LN1	B	B	B	M	1	2	3	4	5	6	M	7	2
Agustus		8	9	10	11	12	M	13	14	15	16	17	18	M	19	20	21	LN2	22	23	M	24	25	26	27	28	29	M	30	31	32	33	5
September		34	35	M	36	37	38	39	40	41	M	42	43	44	45	46	47	M	48	49	50	51	52	53	M	54	55	56	LN3	57	58	4	
Oktober		M	59	60	61	62	63	64	M	65	66	67	68	69	70	M	71	72	73	74	75	76	M	77	78	79	80	81	82	M	83	84	4
November		85	86	87	88	M	89	90	91	92	93	94	M	95	96	97	98	99	100	M	101	102	103	104	105	PHG	M	106	107	108	109	5	
Desember		110	111	M	AAS1	AAS1	AAS1	AAS1	AAS1	AAS1	M	AAS1	AAS1	EF	EF	EF	EF	M	EF	EF	EF	EF	EF	PR1	M	LS1	LS1	LS1	LS1	LS1	LS1	M	4
Januari		LS1	C	1	2	3	4	M	5	6	7	8	9	10	M	11	12	13	14	15	16	M	17	18	19	20	21	22	M	23	24	25	5
Februari		26	27	28	M	29	30	31	LN4	32	LN5	M	33	34	35	36	37	38	M	39	40	41	42	43	44	M	45	46	47	48	4		
Maret		49	50	M	51	52	53	54	55	56	M	LN6	LAP	LAP	56	58	59	M	ANBK	ANBK	ANBK	ANBK	ANBK	ANBK	M	LIF	LIF	LIF	LIF	LIF	LIF	M	4
April		LIF	LIF	LIF	LIF	LIF	LIF	M	LIF	LIF	LN8	LN8	LIF	LIF	M	LIF	LIF	LIF	LIF	LIF	M	D	60	61	62	63	64	M	65	66	4		
Mei		LN9	67	68	69	M	70	71	72	LN10	73	74	M	75	76	77	78	79	80	M	81	82	83	LN11	84	85	M	86	87	88	89	90	5
Juni		LN12	M	AAS2	AAS2	AAS2	AAS2	AAS2	M	AAS2	AAS2	EF	EF	EF	EF	M	LN13	EF	EF	EF	EF	PR2	M	LS2	LS2	LS2	LS2	LS2	LS2	LS2	M	4	

A	: Awal Tahun Pelajaran 2023/2024
B	: Masa Orientasi Murid Baru
PHG	: Peringatan Hari Guru
AAS1	: Assesmen Akhir Semester 1
PR1	: Pembagian Raport Semester 1
LS1	: Libur Semester 1
C	: Awal Masuk Semester 2
ANBK	: Assesmen Nasional Kelas XII
PR2	: Pembagian Raport Semester 2
LS2	: Libur Semester 2
D	: Silaturahmi Warga Madrasah
AAS2	: Assesmen Akhir Semester 2

LN8	: Libur Nasional Idul Fitri 1445H
LIF	: Libur Idul Fitri 1445H
LN9	: Libur Nasional Hari Buruh
LN10	: Libur Nasional Kenaikan Yesus Kristus
LN11	: Libur Nasional Waisak
LN12	: Libur Nasional Hari Lahir Pancasila
LN13	: Libur Nasional Idul Adha 1445H

LN1	: Libur Nasional Tahun Baru Islam 1445H
LN2	: Libur Nasional HUT RI Ke-78
LN3	: Libur Nasional Maulid Nabi Muhammad SAW
LN4	: Libur Nasional Isra' Miraj
LN5	: Libur Nasional Tahun Baru Imlek
LN6	: Libur Nasional Nyepi
LAP	: Libur Awal Puasa

Banyak pekan tidak efektif mengajar semester 1
Banyak pekan tidak efektif mengajar semester 2

: 5 pekan
: 9 pekan

Bangkalan, 12 Juni 2023
Kepala Madrasah

ROSITA PRIYAN DAMAYANTI, S.Pd
NPK. 6830860154095

b. RPE

ANALISIS ALOKASI WAKTU

Mata Pelajaran : PJOK
Satuan Pendidikan : SMA/MA
Kelas/Semester : X / Ganjil
Tahun Pelajaran : 2023-2024

PERHITUNGAN MINGGU/JAM EFEKTIF

A. PERHITUNGAN JAM EFEKTIF

I. Jumlah Minggu :

No	Bulan	Jml. Minggu
1	Juli	4
2	Agustus	5
3	September	4
4	Oktober	4
5	November	5
6	Desember	4
Jumlah		26

II. Jumlah Minggu Tidak Efektif :

Bulan	Kegiatan	Jml. Minggu
Juli	Kegiatan Awal Masuk Sekolah	2
Oktober	Ulangan Tengah Semester 1	1
Desember	Ulangan Akhir Semester	1
Desember	Libur Semester	1
Jumlah		5

III. Banyaknya Minggu Efektif

: $26 - 5 = 21$ Minggu

IV Banyaknya Jam Pelajaran Pelajaran

: $21 \text{ Minggu} \times 3 \text{ Jam Pelajaran} = 63 \text{ Jam}$

B. DISTRIBUSI ALOKASI WAKTU

No	Materi Pokok / Kompetensi Dasar	Alokasi Waktu
1	3.1 Merancang pola penyerangan dan pertahanan salah satu permainan bola besar* 4.1 Mempraktikkan hasil rancangan pola penyerangan dan pertahanan salah satu permainan bola besar*	18 JP
2	3.2 Merancang pola penyerangan dan pertahanan salah satu permainan bola kecil * 4.2 Mempraktikkan hasil rancangan pola penyerangan dan pertahanan salah satu permainan bola kecil*	15 JP
3	3.3 Merancang simulasi perlombaan jalan cepat, lari, lompat dan lempar yang disusun sesuai peraturan* 4.3 Mempraktikkan hasil rancangan simulasi perlombaan jalan cepat, lari, lompat dan lempar yang disusun sesuai peraturan*	12 JP
4	3.4 Merancang pola penyerangan dan pertahanan dalam olahraga beladiri yang disusun sesuai peraturan permainan** 4.4 Mempraktikkan hasil rancangan pola penyerangan dan pertahanan dalam olahraga beladiri yang disusun sesuai peraturan permainan**	12 JP
5	3.5 Merancang program latihan untuk meningkatkan derajat kebugaran	6 JP

	jasmani terkait kesehatan dan keterampilan secara pribadi 4.5 Mempraktikkan hasil rancangan program latihan untuk meningkatkan derajat kebugaran jasmani terkait kesehatan dan keterampilan secara pribadi	
Jumlah Jam Cadangan		0 JP

Banyaknya Jam Pelajaran : 21 Minggu x 3 Jam Pelajaran = 63 Jam Pelajaran

Jumlah Jam Cadangan : 0 Jam Pelajaran

**Jumlah Jam Pelajaran Efektif : 63 Jam Pelajaran - 0 Jam Pelajaran
: 63 Jam Pelajaran**

Mengetahui,
Guru Pamong

Bangkalan, 16 Oktober 2023

Mahasiswa PLP II

HELMI, S.Pd
NPK. 7921650047011

ARISKA RUSDIANA
NIM. 2047711006

ANALISIS ALOKASI WAKTU

Mata Pelajaran : PJOK
Satuan Pendidikan : SMA/MA
Kelas/Semester : X / Genap
Tahun Pelajaran : 2023-2024

PERHITUNGAN MINGGU/JAM EFEKTIF

A. PERHITUNGAN JAM EFEKTIF

I. Jumlah Minggu :

No	Bulan	Jml. Minggu
1	Januari	5
2	Februari	4
3	Maret	4
4	April	4
5	Mei	5
6	Juni	4
Jumlah		26

II. Jumlah Minggu Tidak Efektif :

Bulan	Kegiatan	Jml. Minggu
Januari	Libur Semester Ganjil	1
Maret	Ujian Tengah Semester 2	1
Maret	Tes Kemampuan Dasar	1
Mei	Ujian akhir Semester	1
Juni	Libur Semester	3
Jumlah		7

III. Banyaknya Minggu Efektif

: $26 - 7 = 19$ Minggu

IV. Banyaknya Jam Pelajaran Pelajaran

: $19 \text{ Minggu} \times 3 \text{ Jam Pelajaran} = 57 \text{ Jam}$

B. DISTRIBUSI ALOKASI WAKTU

No	Materi Pokok / Kompetensi Dasar	Alokasi Waktu
1	3.6 Merancang beberapa pola rangkaian keterampilan senam lantai 4.6 Mempraktikkan hasil rancang beberapa pola rangkaian keterampilan senam lantai	21 JP
2	3.7 Merancang sistematika latihan (gerak pemanasan, inti latihan, dan pendinginan) dalam aktivitas gerak berirama 4.7 Merancang sistematika latihan (gerak pemanasan, inti latihan, dan pendinginan) dalam aktivitas gerak berirama	9 JP
3	3.8 Menganalisis keterampilan dua gaya renang untuk keterampilan penyelamatan diri, dan tindakan pertolongan kegawatdaruratan di air dengan menggunakan alat bantu*** 4.8 Mempraktikkan hasil analisis keterampilan dua gaya renang untuk keterampilan penyelamatan diri, dan tindakan pertolongan kegawatdaruratan di air dengan menggunakan alat bantu***	12 JP
4	3.9 Menganalisis langkah-langkah melindungi diri dan orang lain dari Penyakit Menular Seksual (PMS) 4.9 Mempresentasikan hasil analisis langkah-langkah melindungi diri dan orang lain dari Penyakit Menular Seksual (PMS)	15 JP
Jumlah Jam Cadangan		0 JP

Banyaknya Jam Pelajaran

: $19 \text{ Minggu} \times 3 \text{ Jam Pelajaran} = 57 \text{ Jam Pelajaran}$

Jumlah Jam Cadangan

: 0 Jam Pelajaran

Jumlah Jam Pelajaran Efektif : 57 Jam Pelajaran - 0 Jam Pelajaran
: 57 Jam Pelajaran

Mengetahui,
Guru Pamong

Bangkalan, 16 Oktober 2023

Mahasiswa PLP II

HELMI, S.Pd
NPK. 7921650047011

ARISKA RUSDIANA
NIM. 2047711006

c. Program Tahunan



Satuan Pendidikan
Mata Pelajaran
Kelas / Semester
Tahun Pelajaran
Kurikulum

: Madrasah Aliyah Al Hidayah
: PJOK
: XI
: 2023-2024
: IKM

MADRASAH ALIYAH AL HIDAYAH
PROGRAM TAHUNAN (PROTA)

SMTR	CAPAIAN KOMPETENSI		KOMPETENSI DASAR	JP	MATERI
I	PERMAINAN BOLA BESAR	Peserta didik mampu mempraktikkan seluruh teknik dasar daripada permainan bola besa epak bola, bola volley, bola basket) dengan baik dan benar	Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan*	38 JP	Teknik dasar sepak bola, Teknik dasar bola volley, Teknik dasar bola basket
	PERMAINAN BOLA KECIL	Peserta didik mampu mempraktikkan seluruh teknik dasar daripada permainan bola besr (Badminton, tenis meja) dengan baik dan benar	Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola kecil serta menyusun rencana perbaikan*		Teknik dasar badminton, Teknik dasar tenis meja
	ATELETIK	Peserta didik mampu mempraktikkan nomor-nomor ateletik diantaranya adalah lari, lempar dan lompat dengan baik dan benar	Mempraktikkan hasil analisis keterampilan jalan, lari, lompat, dan lempar untuk menghasilkan gerak yang efektif serta menyusun rencana perbaikan *		Teknik lari, lempar dan lompat
II	AKTIVITAS SENAM	Peserta didik mampu mempraktikkan seluruh aktifitas senam lantai dengan baik dan benar	Mempraktikkan hasil analisis berbagai keterampilan gerak senam pembentukan dalam aktivitas senam lantai.	34 JP	Senam lantai
	GERAK BERIRAMA	Peserta didik mampu mempraktikkan grakan berirama dengan baik dan benar	Mempraktikkan hasil sistematika latihan (gerak pemanasan, inti latihan, dan pendinginan) dalam aktivitas gerak berirama		Senam irama
	KEBUGARAN JASMANI	Peserta didik mampu mempraktikkan 10 komponen kebugaran jasmani	Mempraktikkan hasil analisis konsep		Kecepatan, kelentukan, kekuatan, dll

SMTR	CAPAIAN KOMPETENSI		KOMPETENSI DASAR	JP	MATERI
			latihan dan pengukuran komponen kebugaran jasmani terkait keterampilan (kecepatan, kelincahan, keseimbangan, dan koordinasi) menggunakan instrumen terstandar		

Mengetahui,
Guru Pamong

Bangkalan, 16 Oktober 2023
Mahasiswa PLP II

HELMI, S.Pd
NPK. 7921650047011

ARISKA RUSDIANA
NIM. 2047711006

PROGRAM SEMESTER

Tahun Pelajaran : 2023/2024
Kelas/Semester : XII / Genap
Mata Pelajaran : PJOK
Alokasi Waktu : 2 Jam / Minggu

Materi Pokok / Kompetensi Dasar	Jml JP	Januari					Februari					Maret					April					Mei					Juni					Ket
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4					
3.6 Merancang beberapa pola rangkaian keterampilan senam lantai	21 JP																															
4.6 Mempraktikkan hasil rancang beberapa pola rangkaian keterampilan senam lantai		3	3	3	3	3	3	3	3																							
3.7 Merancang sistematika latihan (gerak pemanasan, inti latihan, dan pendinginan) dalam aktivitas gerak berirama	9 JP																															
4.7 Merancang sistematika latihan (gerak pemanasan, inti latihan, dan pendinginan) dalam aktivitas gerak berirama										3	3																					
3.8 Menganalisis keterampilan dua gaya renang untuk keterampilan penyelamatan diri, dan tindakan pertolongan kegawatdaruratan di air dengan menggunakan alat bantu***	12 JP																															
4.8 Mempraktikkan hasil analisis keterampilan dua gaya renang untuk keterampilan penyelamatan diri, dan tindakan pertolongan kegawatdaruratan di air dengan menggunakan alat bantu***															3	3	3	3														

e. Silabus

SILABUS

Satuan Pendidikan	:	MA AL-HIDAYAH
Mata Pelajaran	:	Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)
Kelas/Semester	:	X/1-2 (Ganjil & Genap)
Alokasi Waktu	:	3 JP / Minggu
Tahun Pelajaran	:	20.../20...
Standar Kompetensi (KI)	:	<p>KI-1 & KI-2 : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, santun, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), bertanggung jawab, responsif, dan pro-aktif dalam berinteraksi secara efektif sesuai dengan perkembangan anak di lingkungan, keluarga, sekolah, masyarakat dan lingkungan alam sekitar, bangsa, negara, kawasan regional, dan kawasan internasional</p> <p>KI-3 : Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah</p> <p>KI-4 : Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metode sesuai kaidah keilmuan</p>

Kompetensi Dasar		Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
3.1	Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi	Sepakbola: ✓ Mengumpan bola ✓ Menembak bola	<ul style="list-style-type: none"> Siswa menyimak informasi dan peragaan materi tentang keterampilan gerak permainan sepakbola (mengumpan bola, menembak bola, mengontrol bola, menggiring bola, menyundul bola, lemparan kedalam, gerak tanpa bola)

Kompetensi Dasar		Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
	gerak yang baik*)	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mengontrol bola ✓ Menggiring bola ✓ Menyundul bola ✓ Lemparan kedalam ✓ Gerak tanpa bola 	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa mencoba dan melakukan keterampilan gerak permainan sepakbola (mengumpan bola, menembak bola, mengontrol bola, menggiring bola, menyundul bola, lemparan kedalam, gerak tanpa bola) • Siswa mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru • Siswa memperagakan hasil belajar keterampilan gerak permainan sepakbola ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, sportif, kerja sama, dan percaya diri
4.1	Mempraktik-kan hasil analisis keterampilan gerak salah satu per-mainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik *)	<p>Bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Passing bawah ✓ Passing atas ✓ Servis bawah ✓ Servis atas ✓ <i>Smash/spike</i> ✓ <i>Block/bendungan</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa menerima dan mempelajari kartu tugas (<i>task sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas keterampilan gerak permainan bolavoli (<i>passing</i> bawah, <i>passing</i> atas, servis bawah, servis atas, <i>smash/ spike</i>, <i>block/bendungan</i>) dengan berbagai bagian posisi • Siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru untuk mencapai ketuntasan belajar pada setiap materi pembelajaran. • Siswa menerima umpan balik dari guru. • Siswa melakukan pengulangan pada materi pembelajaran yang belum tercapai ketuntasannya sesuai umpan balik yang diberikan • Siswa mencoba tugas keterampilan gerak permainan bolavoli ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, sportif, kerja sama, dan percaya diri
		<p>Bolabasket:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Melempar bola ✓ Menangkap bola ✓ Menggiring bola ✓ Menembak bola ✓ <i>Lay Up shoot</i> ✓ <i>Pivot</i> ✓ <i>Rebound</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa mendapatkan pasangan sesuai dengan yang ditentukan guru melalui permainan • Siswa bersama pasangan menerima dan mempelajari lembar kerja (<i>student work sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas keterampilan gerak permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola, <i>lay up shoot</i>, <i>pivot</i> dan <i>rebound</i>) dengan berbagai posisi) • Siswa berbagi tugas siapa yang pertama kali menjadi “pelaku” dan siapa yang menjadi “pengamat”. Pelaku melakukan tugas gerak satu persatu dan pengamat mengamati, serta memberikan masukan jika terjadi kesalahan (tidak sesuai dengan lembar kerja) • Siswa berganti peran setelah mendapatkan aba-aba dari guru • Siswa mencoba tugas keterampilan gerak permainan bolabasket ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, sportif, kerja sama, dan percaya diri

Kompetensi Dasar		Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
			<ul style="list-style-type: none"> • Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran
3.2	Menganalisis keterampilan gerak salah satu per-mainan bola kecil untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik*	Softball: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Melempar, ✓ Menangkap, ✓ Memukul bola menggunakan pemukul, 	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa mendapatkan pasangan sesuai dengan yang ditentukan guru melalui permainan • Siswa bersama pasangan menerima dan mempelajari lembar kerja (<i>student work sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas keterampilan gerak permainan softball (melempar, menangkap, memukul bola menggunakan pemukul, berlari ke <i>base</i>, dan mematikan lawan). • Siswaberbagi tugas siapa yang pertama kali menjadi “pelaku” dan siapa yang menjadi “pengamat”. Pelaku melakukan tugas gerak satu persatu dan pengamat mengamati, serta memberikan masukan jika terjadi kesalahan (tidak sesuai dengan lembar kerja) • Siswa berganti peran setelah mendapatkan aba-aba dari guru • Siswa mencoba tugas keterampilan gerak permainan softballke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, sportif, kerja sama, dan percaya diri • Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran
4.2	Mempraktik-kan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola kecil untuk meng-hasilkan koordinasi gerak yang baik*	Bulutangkis: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Posisi berdiri dan foot work, ✓ Pegangan raket, ✓ Pukulan atas dan bawah, ✓ Servis 	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa menerima dan mempelajari kartu tugas (<i>task sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas keterampilan gerak permainan bulutangkis (posisi berdiri dan <i>footwork</i>, pegangan raket, pukulan atas dan bawah, dan servis) • Siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru untuk mencapai ketuntasan belajar pada setiap materi pembelajaran • Siswa menerima umpan balik dari guru. • Siswa melakukan pengulangan pada materi pembelajaran yang belum tercapai ketuntasannya sesuai umpan balik yang diberikan • Siswa mencoba tugas keterampilan gerak permainan bulutangkiske dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, sportif, kerja sama, dan percaya diri. • Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran

Kompetensi Dasar		Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
		Tenis Meja: ✓ Memegang bet ✓ Pukulan <i>forehand</i> dan <i>backhand</i> ✓ Servis	<ul style="list-style-type: none"> Siswa menyimak informasi dan peragaan materi tentang keterampilan gerak permainan tenis meja (memegang bet, pukulan <i>forehand</i> dan <i>backhand</i>, dan servis) Siswa membagi diri ke dalam delapan kelompok sesuai dengan materi (materi menjadi nama kelompok, contoh kelompok memegang bet, kelompok pukulan <i>forehand</i>, dan seterusnya). Di dalam kelompok ini setiap siswa secara berulang-ulang mempraktikkan gerak sesuai dengan nama kelompoknya Setiap anggota kelompok berkunjung ke kelompok lain untuk mempelajari dan “mengajari” materi dari dan ke kelompok lain setelah mendapatkan aba-aba dari guru Setiap anggota kelompok kembali ke kelompok masing-masing untuk mempelajari dan “mengajari” materi dari dan ke kelompoknya sendiri setelah mendapatkan aba-aba dari guru Siswa menerima umpan balik secara individual maupun klasikal dari guru. Siswa mencoba tugas keterampilan gerak permainan tenis meja ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, sportif, kerja sama, dan percaya diri
3.3	Menganalisis keterampilan jalan cepat, lari, lompat dan lempar untuk meng-hasilkan gerak yang efektif *)	Jalan Cepat: ✓ Start ✓ Gerakan jalan cepat ✓ Memasuki garis finis	<ul style="list-style-type: none"> Siswa menerima dan mempelajari kartu tugas (<i>task sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas keterampilan gerak jalan cepat (gerak start, gerakan jalan cepat, dan memasuki garis finis). Siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru untuk mencapai ketuntasan belajar pada setiap materi pembelajaran. Siswa menerima umpan balik dari guru. Siswa melakukan pengulangan pada materi pembelajaran yang belum tercapai ketuntasannya sesuai umpan balik yang diberikan Siswa mencoba tugas keterampilan gerak jalan cepat ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran
4.3	Mempraktik- kan hasil analisis keterampilan jalan cepat, lari, lompat dan lempar untuk menghasilkan gerak yang efektif *)	Lari Jarak Pendek: ✓ Start ✓ Gerakan lari jarak pendek ✓ Memasuki garis	<ul style="list-style-type: none"> Siswa menyimak informasi dan peragaan materi tentang keterampilan gerak lari jarak pendek (gerak start, gerakan jalan cepat, dan memasuki garis finis) Siswa mencoba dan melakukan keterampilan gerak lari jarak pendek (gerak start, gerakan jalan cepat, dan memasuki garis finis) dengan berbagai posisi baik tanpa awalan maupun dengan

	Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
		finis	awalan <ul style="list-style-type: none"> • Siswa mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru • Siswa memperagakan hasil belajar keterampilan gerak lari jarak pendek ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin,percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama • Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran
		Lompat Jauh: ✓ Awalan ✓ Tolakan ✓ Melayang di udara ✓ Mendarat	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa menerima dan mempelajari lembar periksa sendiri (<i>selfcheck sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas keterampilan gerak lompat jauh (gerak awalan, tolakan/tumpuan, melayang di udara, dan mendarat) • Siswa mencoba melakukan gerak sesuai dengan gambar dan diskripsi yang ada pada lembar periksa sendiri • Siswa melakukan tugas gerak dan memeriksa keberhasilannya sendiri (sesuai indikator atau tidak) secara berurutan satu persatu. Jika telah menguasai gerakan pertama (tolakan/tumpuan), maka dipersilahkan untuk melanjutkan ke gerakan kedua (awalan), dan jika belum maka harus mengulang kembali gerakan pertama. Demikian seterusnya hingga tuntas seluruh materi. • Siswa mendapatkan umpan balik secara intrinsik (<i>intrinsic feedback</i>) dari diri sendiri • Siswamelakukan keterampilan gerak lompat jauh ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional yang dilandasi nilai-nilai disiplin,percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama • Umpan balik disediakan dalam lembar periksa sendiri, dan secara oleh siswa. • Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran
		Tolak Peluru: ✓ Memegang peluru ✓ Awalan ✓ Menolak peluru ✓ Gerak lanjutan	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa menerima dan mempelajari kartu tugas (<i>task sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas keterampilan gerak tolak peluru (gerak memegang peluru, awalan, menolak peluru, gerak lanjutan) • Siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru untuk mencapai ketuntasan belajar pada setiap materi pembelajaran • Siswa menerima umpan balik dari guru • Siswa melakukan pengulangan pada materi pembelajaran yang belum tercapai ketuntasannya sesuai umpan balik yang diberikan • Siswa mencoba tugas keterampilan gerak tolak peluruke dalam permainan sederhana dan atau

Kompetensi Dasar		Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
			<p>tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran
3.4	Menganalisis keterampilan gerak seni dan olahraga beladiri untuk menghasilkan gerak yang efektif **)	Pencaksilat: ✓ Kuda-kuda ✓ Pola langkah ✓ Pukulan ✓ Tendangan ✓ Tangkisan ✓ Elakan ✓ Hindaran	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa menyimak informasi dan peragaan materi tentang berbagai keterampilan gerak beladiri (sikap kuda-kuda dan pola langkah, serangan dengan tangan, serangan dengan kaki, belaan, dan elakan) • Siswa membagi diri ke dalam kelompok sesuai dengan petunjuk guru • Siswa merancang rangkain gerak (jurus) seni beladiri sesuai dengan gerakan yang dikuasai dan kreativitas kelompok dalam bentuk tulisan dan gambar (paling tidak memuat dua puluh gerakan dan menuju tiga arah) • Setiap anggota kelompok mencoba secara bersama-sama hasil rancangan jurus tersebut dan saling memberikan umpan balik • Siswa memaparkan hasil rancangan kelompoknya, disertai peragaan seluruh anggota kelompok secara bergantian di depan kelas dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, keberanian, dan kerja sama
4.4	Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak seni dan olahraga beladiri untuk menghasilkan gerak yang efektif **)		
3.5	Menganalisis konsep latihan dan pengukuran komponen kebugaran jasmani terkait kesehatan (daya tahan, kekuatan, komposisi tubuh, dan kelenturan) menggunakan instrumen terstandar	Latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan: ✓ Komposisi tubuh ✓ Daya tahan jantung dan paru-paru/ <i>cardiovascular</i> ✓ Daya tahan otot ✓ Kelenturan ✓ Kekuatan ✓ Pengukuran	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa menyimak informasi dan peragaan materi tentang berbagai latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan (komposisi tubuh, daya tahan jantung dan paru-paru (<i>cardiovascular</i>), daya tahan otot, kelenturan, dan kekuatan), serta pengukurannya • Siswa mencoba latihan dan pengukuran kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan yang telah diperagakan oleh guru • Siswa mempraktikkan secara berulang berbagai latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan pengukurannya sesuai dengan komando dan giliran yang diberikan oleh guru dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama • Siswa menerima umpan balik secara langsung maupun tertunda dari guru secara klasikal • Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran
4.5	Mempraktikkan hasil analisis konsep latihan dan pengukuran komponen kebugaran jasmani terkait kesehatan (daya tahan, kekuatan, komposisi tubuh,		

Kompetensi Dasar		Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
	dan kelenturan) menggunakan instrumen terstandar	kebugaran jasmani	
3.6	Menganalisis keterampilan rangkaian gerak sederhana dalam aktivitas spesifik senam lantai.	Senam Lantai ✓ Lompat kangkang ✓ Lompat jongkok	<ul style="list-style-type: none"> Siswa menerima dan mempelajari kartu tugas (<i>task sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas keterampilan rangkaian gerak senam lantai (lompat kangkang dan lompat jongkok) Siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru untuk mencapai ketuntasan belajar pada setiap materi pembelajaran Siswa menerima umpan balik dari guru Siswa melakukan pengulangan pada materi pembelajaran yang belum tercapai ketuntasannya sesuai umpan balik yang diberikan Siswa mencoba tugas keterampilan rangkaian gerak senam lantai dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, keberanian, dan kerja sama Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran
4.6	Mempraktikkan hasil analisis keterampilan rangkaian gerak sederhana dalam aktivitas spesifik senam lantai.		
3.7	Menganalisis gerak rangkaian langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) dalam aktivitas gerak berirama.	Aktivitas Gerak Berirama: ✓ Langkah ✓ Ayunan Lengan	<ul style="list-style-type: none"> Siswa menyimak tujuan pembelajaran, dan penjelasan permasalahan yang akan diselesaikan mengenai rangkaian keterampilan gerak dalam aktivitas gerak berirama (langkah dasar, gerak dan ayunan lengan dan tangan, pelurusan sendi tubuh, dan irama gerak) Siswa menyimak langkah-langkah menyelesaikan masalah dalam aktivitas gerak berirama Siswa mengumpulkan informasi yang sesuai, mencoba gerak dasar berirama untuk mendapatkan penjelasan dan pemecahan masalah, serta menerima umpan balik dari guru Siswa berbagi tugas dengan teman dalam merencanakan dan menyiapkan karya sebagai laporan untuk menjawab permasalahan sesuai arahan guru Siswa bersama kelompok memaparkan temuan dan karyanya di depan kelas secara bergantian dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran berdasarkan kualitas laporan dan dalam mengatasi persoalan.
4.7	Mempraktikkan hasil analisis gerak rangkaian langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) dalam aktivitas gerak berirama		
3.8	Menganalisis keterampilan satu gaya renang (***)	Renang: ✓ Gerakan kaki	<ul style="list-style-type: none"> Siswa menyimak informasi dan peragaan materi tentang berbagai keterampilan gerak aktivitas

Kompetensi Dasar		Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
4.8	Mempraktik-kan hasil analisis keterampilan satu gaya renang ***)	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Gerakan tangan ✓ Pengambilan napas ✓ Koordinasi gerakan 	<p>airrenang gaya bebas (gerakan kaki, gerakan lengan, mengambil napas, dan koordinasi gerakan)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Siswa mencoba keterampilan gerak aktivitas air yang telah diperagakan oleh guru • Siswa mempraktikkan secara berulang berbagai keterampilan gerak aktivitas air sesuai dengan komando dan giliran yang diberikan oleh guru dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, keberanian, dan kerja sama • Siswa menerima umpan balik secara langsung maupun tertunda dari guru secara klasikal • Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran
3.9	Memahami konsep dan prinsip pergaulan yang sehat antar remaja dan menjaga diri dari kehamilan pada usia sekolah.	Pergaulan sehat: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Konsep pergaulan sehat ✓ Prinsip pergaulan sehat 	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa membagi diri menjadi empat kelompok/sesuai dengan pokok bahasan (konsep pergaulan sehat, prinsip pergaulan sehat, pergaulan tidak sehat, dan dampak pergaulan tidak sehat) • Setiap kelompok berdiskusi dan menuliskan hasil diskusi pada karton untuk ditempel di dinding dan dibaca oleh kelompok lain • Setiap anggota kelompok membaca dan mencatat hasil diskusi kelompok lain yang ditempel, kemudian membuat pertanyaan sesuai dengan pokok bahasan tersebut (paling sedikit satu pertanyaan setiap kelompok/empat pertanyaan) • Setiap kelompok mengajukan pertanyaan dan dijawab oleh kelompok lain yang membahas pokok bahasan sesuai pertanyaan tersebut • Setiap kelompok menyusun simpulan akhir dan membacakannya di akhir pembelajaran secara bergiliran dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama • Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran
4.9	Mempresentasikan konsep dan prinsip pergaulan yang sehat antar remaja dan menjaga diri dari kehamilan pada usia sekolah	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Menghindari Pergaulan yang tidak sehat ✓ Dampak pergaulan yang tidak sehat 	
3.10	Menganalisis berbagai peraturan perundangan serta konsekuensi hukum bagi para pengguna dan pengedar narkoba, zat-zat aditif (NAPZA) dan obat berbahaya lainnya	NAPZA: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Peraturan perundangan ✓ Konsekuensi hukum bagi para pengguna dan pengedar . 	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa menyimak informasi dan peragaan materi tentang berbagai peraturan perundangan serta konsekuensi hukum bagi para pengguna dan pengedar narkoba, psikotropika, zat-zat aditif (NAPZA) dan obat berbahaya lainnya serta penyebab; gejala; dampak pengguna narkoba • Siswa melaporkan/ mempresentasikan hasil pengamatan dihadapan guru dan teman sekelas tentang peraturan perundangan serta konsekuensi hukum bagi para pengguna dan pengedar narkoba, psikotropika, zat-zat aditif (NAPZA)

Kompetensi Dasar		Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
4.10	Mempresent-asikan berbagai peraturan perundangan serta konsekuensi hukum bagi para pengguna dan pengedar narkotika, psikotropika, zat-zat aditif (NAPZA) dan obat berbahaya lainnya.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Penyebab ✓ Gejala ✓ Dampak ✓ Pencegahan 	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru • Siswa membuat kesimpulan hasil diskusi tentang peraturan perundangan serta konsekuensi hukum bagi para pengguna dan pengedar narkotika, psikotropika, zat-zat aditif (NAPZA) secara individual atau berkelompok dilandasi nilai-nilai disiplin,percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama

Mengetahui,
Guru Pamong

Helmi, S.Pd
NPK. 7921650047011

Bangkalan, 16 Oktober 2023
Mahasiswa PLP II

Ariska Rusdiana
NIM. 2047711006

f. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : MA Al-Hidayah
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
 Kelas/Semester : X/ Ganjil
 Materi Pokok : Bola voli
 Alokasi Waktu : 2 minggu / 2 x 45 menit

A. Kompetensi Inti

- **KI-1 dan KI-2: Menghayati dan mengamalkan** ajaran agama yang dianutnya. **Menghayati dan mengamalkan** perilaku jujur, disiplin, santun, peduli (gotong royong, kerja sama, toleran, damai), bertanggung jawab, responsif, dan pro-aktif dalam berinteraksi secara efektif sesuai dengan perkembangan anak di lingkungan, keluarga, sekolah, masyarakat dan lingkungan alam sekitar, bangsa, negara, kawasan regional, dan kawasan internasional”.
- **KI 3:** Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
- **KI4:** Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metode sesuai kaidah keilmuan

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator
3.1. Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan*	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan analisis variasi dan kombinasi keterampilan gerak servis atas, servis bawah, passing atas passing bawah. • Mempraktikkan variasi dan kombinasi ketrampilan gerakan servis atas, servis bawah, passing atas passing bawah.
4.1 Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar sertamenyusun rencana perbaikan*	<ul style="list-style-type: none"> • Bermain bola voli dengan menerapkan teknik permainan yang telah dipelajarinya menggunakan peraturan yang sesungguhnya

C. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat:

- a) Kognitif
 1. Peserta didik dapat menjelaskan gerak secara benar Teknik, kesalahan dan perbaikan dalam Servis Bola Voli.
 2. Peserta didik dapat menjelaskan gerak secara benar Teknik, kesalahan dan perbaikan dalam Passing Bola Voli.
- b) Psikomotor
 1. Peserta didik mampu mempraktikkan secara baik dan benar gerak

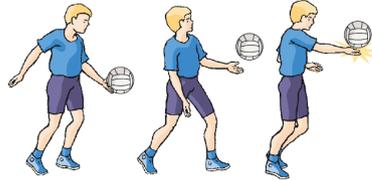
Servis Bola Voli.

2. Peserta didik mampu mempraktikkan secara baik dan benar gerak passing Bola Voli.

D. Materi Pembelajaran

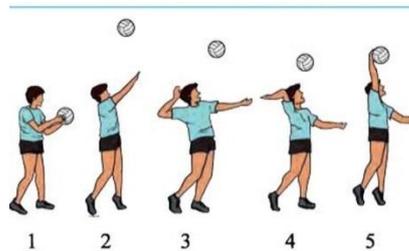
Bola voli:

- **Servis Bawah**



1. Berdiri dengan kaki kiri ke depan, kaki kanan di belakang.
2. Bola dipegang oleh tangan kiri Lambungkan bola setinggi bahu Pada saat bersamaan ayunkan lengan kanan ke belakang, kemudian pukul bola dengan tangan kanan.
3. Perkenaan bola tepat pada tangan dan telapak tangan menghadap ke arah bola.
4. Pukulan dilakukan dengan tangan dalam keadaan mengepal.
5. Setelah bola dipukul, diteruskan dengan melangkahkan kaki kanan ke depan.

- **Servis Atas**



1. Sikap awal melakukan servis atas adalah pemain bola voli yang melakukan serangan pertama atau service terletak pada posisi 1 dan mengambil posisi servis di luar garis belakang.
2. Tubuh dalam posisi tegak dengan pandangan mata fokus melihat ke arah datangnya bola.
3. Kaki kiri dilangkahkan ke depan. Hal ini dilakukan bersamaan dengan salah satu memegang bola.
4. Bola dilemparkan ke atas dan dipukul dengan menggunakan jari tangan yang dalam posisi rapat.
5. Bola harus dipukul dengan sekuat tenaga agar bisa mencapai area lawan. Setelah memukul bola, posisi tubuh harus kembali dalam posisi siap.

- **Passing Bawah**



1. Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu.
2. Rendahkan lutut dan letakkan tumpuan berat pada ujung kaki bagian depan.
3. Rapatkan dan luruskan lengan di depan badan hingga kedua ibu jari letaknya sejajar.
4. Arahkan pandangan ke tempat datangnya bola.

- **Passing Atas**



1. Dorong kedua lengan ke depan untuk menyambut arah datangnya bola.
2. Secara bersamaan, angkat kedua lutut, pinggul, dan tumit untuk meluweskan gerakan.
3. Pastikan arah datangnya bola berada di tengah atas wajah Anda.
4. Tepatkan sentuhan bola hingga mengenai ruas-ruas jari tangan.

E. Metode Pembelajaran

- Model : Pembelajaran Langsung
- Metode : Ceramah, Penugasan
- Pendekatan : Saintifik

F. Media Pembelajaran

1. Media:

- a. Model peserta didik atau guru yang memperagakan gerak spesifik passing dan servis bola permainan bola voli.

2. Alat dan Bahan:

- a. Lapangan permainan bola voli atau lapangan sejenisnya.
- b. Bola voli atau bola sejenisnya.
- c. Jaring/net bola voli atau sejenisnya.
- d. Peluit dan Stopwatch.

G. Sumber Belajar

1. Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan kelas XI, Buku PJOK lain yang relevan, internet, narasumber, lingkungan sekitar, dan sumber lain yang relevan

H. Langkah-Langkah Pembelajaran

➤ Pertemuan ke-1 (45 menit)

No.	Fase	Langkah-Langkah	Waktu
1	Mempersiapkan sarana dan prasarana	Persiapan 1. Menyiapkan peluit, bola voli, lapangan, dan lain sebagainya. 2. Menyiapkan perangkat pembelajaran (silabus, RPP,	

		lembar presensi, instrumen penilaian)	
2	Fase -1 Menyampaikan tujuan dan menyiapkan peserta didik	Kegiatan Awal 1. Memberi salam kepada peserta didik, melakukan doa bersama sebelum memulai pembelajaran, dan melakukan presensi 2. Memimpin warming up. 3. Menyampaikan garis besar cakupan materi Teknik, kesalahan dan perbaikan dalam Passing dan servis Bola Voli yang akan dilakukan. 4. Menyampaikan metode pembelajaran dan teknik penilaian yang digunakan.	15'
		Kegiatan Inti 1. Guru mendemonstrasikan keterampilan teknik dasar passing bawah dan passing atas ,servis bawah dan servis atas bola voli.	75'
		2. Membimbing peserta didik dalam melakukan latihan awal teknik dasar passing bawah dan passing atas ,servis bawah dan servis atas bola voli.	
		3. Membimbing peserta didik dalam pemantapan keterampilan passing bawah dan passing atas ,servis bawah dan servis atas bola voli.	
		4. Memimpin cooling down.	
		Kegiatan Penutup 1. Menginformasikan kepada peserta didik materi pelajaran yang akan dibahas pada pertemuan berikutnya <i>Materi selanjutnya adalah Teknik, kesalahan dan perbaikan dalam Servis bola voli serta penilaian yang akan dilakukan</i> 2. Presensi peserta didik 3. Berdoa dan memberi salam menutup pembelajaran.	15'

➤ **Pertemuan ke-2 (45 menit)**

No.	Fase	Langkah-Langkah	Waktu
1	Mempersiapkan sarana dan prasarana	Persiapan 1. Menyiapkan peluit, bola voli, lapangan, dan lain sebagainya.	

		2. Menyiapkan perangkat pembelajaran (silabus, RPP, lembar presensi, instrumen penilaian)	
2	Fase -1 Menyampaikan tujuan dan menyiapkan peserta didik	<p>Kegiatan Awal</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Memberi salam kepada peserta didik, melakukan doa bersama sebelum memulai pembelajaran, dan melakukan presensi 2. Memimpin warming up. 3. Menyampaikan garis besar cakupan materi Teknik, kesalahan dan perbaikan dalam Servis bola voli yang akan dilakukan. 4. Menyampaikan metode pembelajaran dan teknik penilaian yang digunakan. 	15'
		<p>Kegiatan Inti</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru mendemonstrasikan keterampilan teknik dasar passing bawah dan passing atas ,servis bawah dan servis atas bola voli. 	75'
		<ol style="list-style-type: none"> 2. Guru membimbing peserta didik dalam melakukan penilaian teknik dasar passing bawah dan passing atas ,servis bawah dan servis atas bola voli. 	
		<ol style="list-style-type: none"> 3. Guru membimbing peserta didik dalam pemantapan keterampilan passing bawah dan passing atas ,servis bawah dan servis atas bola voli. 	
		<ol style="list-style-type: none"> 4. Guru memimpin cooling down. 	
		<p>Kegiatan Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Menginformasikan kepada peserta didik materi pelajaran yang akan dibahas pada pertemuan berikutnya 2. Presensi peserta didik 3. Berdoa dan memberi salam menutup pembelajaran. 	15'

Lampiran Penilaian Hasil Pembelajaran

1. Teknik penilaian

➤ Tes unjuk kerja

Rentang nilai antara 1 -4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}}$$

➤ Pengamatan sikap

Mendapat nilai 1

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}}$$

➤ Kuis (pengetahuan)

Rentang nilai antara 1-4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}}$$

Nilai Akhir yang diperoleh siswa =

$$\frac{\text{Nilai tes unjuk kerja (keterampilan) + Nilai Observasi (sikap) + Nilai (Kuis)}}{(\text{Pengetahuan})}$$

TES UNJUK KERJA (KETERAMPILAN)

Aspek yang dinilai	Kualitas gerak			
	1	2	3	4
Melakukan teknik dasar passing bawah, passing atas, servis bawah dan servis atas 1. Posisi kedua kaki lutut saat akan melakukan passing bawah, passing atas, servis dan smash 2. Bentuk gerakan lengan saat melakukan gerakan passing bawah, passing atas, servis dan smash 3. Posisi badan yang benar saat akan melakukan gerakan passing bawah, passing atas, servis bawah dan servis atas dalam permainan bola voli 4. Bentuk arah bola hasil passing bawah, passing atas, servis bawah dan servis atas dalam permainan bola voli.				
Jumlah				
Jumlah Skor Maksimal = 16				

SIKAP/PERILAKU DALAM 6 UNSUR KESEGERAN JASMANI

Perilaku yang diharapkan	Cek (√)
1. Berlaku sportif	
2. Kerja sama	
3. Toleransi dalam berbagi peralatan	
4. Belajar menerima kekalahan	
Jumlah	
Jumlah Skor Maksimal = 4	

PEMAHAMAN KONSEP TEKNIK BOLA VOLI

Pertanyaan yang diajukan	Nilai			
	1	2	3	4
1. Bagaimana posisi kedua lengan saat kamu passing bawah, passing atas, servis bawah dan servis atas?				
2. Bagaimana posisi kedua telapak tangan saat kamu passing bawah, passing atas, servis bawah dan servis atas dalam permainan bola Voli?				
Jumlah				
Jumlah Skor Maksimal = 8				

Bangkalan, 16 Oktober 2023

Mengetahui,
Guru Pamong

Mahasiswa

Helmi, S.Pd
NPK. 7921650047011

Ariska Rusdiana
NIM. 2047711006

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN(RPP)

Sekolah : MA Al-Hidayah
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : XII / Ganjil
Materi Pokok : Bola Basket
Alokasi Waktu : 1 minggu / 2 x 45 menit

A. Kompetensi Inti

- **KI-1 dan KI-2:** Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, santun, peduli (gotong royong, kerja sama, toleran, damai), bertanggung jawab, responsif, dan pro-aktif dalam berinteraksi secara efektif sesuai dengan perkembangan anak di lingkungan, keluarga, sekolah, masyarakat dan lingkungan alam sekitar, bangsa, negara, kawasan regional, dan kawasan internasional”.
- **KI 3:** Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
- **KI4:** Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metode sesuai kaidah keilmuan

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator
1. Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencanaperbaikan*	<ul style="list-style-type: none">• Mengidentifikasi teknik dasar permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring) yang telah diamati.• Mengidentifikasi berbagai informasi tentang teknik dasar permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring) melalui Video, TV, media yang lain ataupun pengamatan langsung.• Memahami kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat mempraktikkan gerak teknik dasar permainan bola basket dan membuat kesimpulannya.• Menirukan berbagai teknik dasar keterampilan gerak melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola ke ring basket dengan benar sesuai yang diperagakan.• Menganalisis gerakan teknik dasar permainan bola basket dengan memilah gerakan-gerakan untuk diterapkan dalam permainan.
4.1 Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar sertamenyusun rencana perbaikan*	<ul style="list-style-type: none">• Bermain bola basket dengan menerapkan teknik yang telah dipelajari menggunakan peraturan sesungguhnya.

C. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat:

- a) Kognitif
 1. Peserta didik dapat menjelaskan gerak secara benar Teknik, kesalahan dan perbaikan dalam Dribble Bola Basket.
 2. Peserta didik dapat menjelaskan gerak secara benar Teknik, kesalahan dan perbaikan dalam Passing Bola Basket.
- b) Psikomotor
 1. Peserta didik mampu mempraktikkan secara baik dan benar gerak Dribble Bola Basket.
 2. Peserta didik mampu mempraktikkan secara baik dan benar gerak Passing Bola Basket.

D. Materi Pembelajaran

Bola Basket:

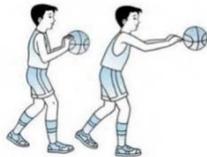
- Dribble



- a. Sikap melangkah kedua kaki agak di tekuk
- b. Badan agak condong ke depan
- c. Dorong bola ke lantai dengan menggunakan telapak tangan baik tangan kanan maupun kiri
- d. Sumber gerakan mendorong dari siku

- Passing

- Chest Pass



- a. Awali dengan posisi berdiri tegak.
- b. Kedua kaki dibuka sewajarnya sehingga berada dalam keseimbangan terbaik.
- c. Kedua tangan memegang bola di depan dada dengan jari-jari tangan menempel kuat di bola dan kedua siku agak ditekuk.
- d. Pandangan mata ke arah rekan yang dituju.

E. Metode Pembelajaran

- Model : Pembelajaran Langsung
- Metode : Ceramah, Praktik
- Pendekatan : Saintifik

F. Media Pembelajaran

1. Media:

- a. Model peserta didik atau guru yang memperagakan gerak spesifik dribble dan passing bola permainan bola basket.

2. Alat dan Bahan:

- a. Lapangan permainan bola basket atau lapangan sejenisnya.
- b. Bola basket atau bola sejenisnya.

- c. Ring basket atau sejenisnya.
- d. Peluit dan Stopwatch.

G. Sumber Belajar

- 1. Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan kelas XII, Buku PJOK lain yang relevan, internet, narasumber, lingkungan sekitar, dan sumber lain yang relevan

H. Langkah-Langkah Pembelajaran

➤ **Pertemuan ke-1**

No.	Fase	Langkah-Langkah	Waktu
1	Mempersiapkan sarana dan prasarana	Persiapan 1. Menyiapkan peluit, bola basket, lapangan, dan lain sebagainya. 2. Menyiapkan perangkat pembelajaran (silabus, RPP, lembar presensi, instrumen penilaian)	
2	Fase -1 Menyampaikan tujuan dan menyiapkan peserta didik	Kegiatan Awal 1. Memberi salam kepada peserta didik, melakukan doa bersama sebelum memulai pembelajaran, dan melakukan presensi 2. Memimpin warming up. 3. Menyampaikan garis besar cakupan materi Teknik, kesalahan dan perbaikan dalam <i>dribbling</i> dan <i>passing (chest pass)</i> bola basket yang akan dilakukan. 4. Menyampaikan metode pembelajaran dan teknik penilaian yang digunakan.	15'
		Kegiatan Inti 1. Guru mendemonstrasikan keterampilan Teknik, kesalahan dan perbaikan dalam <i>dribbling</i> dan <i>passing (chest pass)</i> bola basket.	75'
		2. Membimbing peserta didik dalam melakukan latihan awal <i>dribbling</i> dan <i>passing (chest pass)</i> bola basket.	
		3. Membimbing peserta didik dalam pemantapan keterampilan <i>dribbling</i> dan <i>passing (chest pass)</i> bola basket.	
		4. Memimpin cooling down.	
		Kegiatan Penutup 1. Menginformasikan kepada peserta didik materi pelajaran yang akan dibahas pada pertemuan berikutnya	15'

		<ol style="list-style-type: none">2. Presensi peserta didik3. Berdoa dan memberi salam menutup pembelajaran.	
--	--	---	--

Lampiran Penilaian Hasil Pembelajaran

1. Teknik penilaian

➤ **Tes unjuk kerja**

Rentang nilai antara 1 -4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}}$$

➤ **Pengamatan sikap**

Mendapat nilai 1

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}}$$

➤ **Kuis (pengetahuan)**

Rentang nilai antara 1-4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}}$$

Nilai Akhir yang diperoleh siswa =

$$\frac{\text{Nilai tes unjuk kerja (keterampilan) + Nilai Observasi (sikap) + Nilai (Kuis)}}{(\text{Pengetahuan})}$$

TES UNJUK KERJA (KETERAMPILAN)

Aspek yang dinilai	Kualitas gerak			
	1	2	3	4
Melakukan teknik dasar dribbling dan passing 1. Posisi kedua kaki lutut saat akan melakukan dribbling dan passing (<i>Chest Pass</i>) 2. Bentuk gerakan lengan saat melakukan gerakan dribbling dan passing (<i>Chest Pass</i>) 3. Posisi badan yang benar saat akan melakukan gerakan dribbling dan passing (<i>Chest Pass</i>)				
Jumlah				
Jumlah Skor Maksimal = 12				

SIKAP/PERILAKU DALAM 6 UNSUR KESEGERAN JASMANI

Perilaku yang diharapkan	Cek (√)
1. Berlaku sportif	
2. Kerja sama	
3. Toleransi dalam berbagi peralatan	
4. Belajar menerima kekalahan	
Jumlah	
Jumlah Skor Maksimal = 4	

PEMAHAMAN KONSEP TEKNIK BOLA BASKET

Pertanyaan yang diajukan	Nilai			
	1	2	3	4
1. Bagaimana posisi kedua lengan saat kamu dribbling dan passing (<i>Chest Pass</i>)? 2. Bagaimana posisi kedua telapak tangan saat kamu dribbling dan passing (<i>Chest Pass</i>)?				
Jumlah				
Jumlah Skor Maksimal = 8				

Bangkalan, 16 Oktober 2023

Mengetahui,
Guru Pamong

Mahasiswa

Helmi, S.Pd
NPK. 7921650047011

Ariska Rusdiana
NIM. 2047711006

h. Dokumentasi Kegiatan

