

Lampiran 1



**SURAT KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS WAHID HASYIM SEMARANG
Nomor : 75/Kep-FKIP/V/2017**

Tentang :

PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI

- Menimbang :** 1. Bahwa untuk memperlancar mahasiswa Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dalam membuat skripsi, maka perlu menetapkan dosen pembimbing skripsi.
- Mengingat :** 1. Keputusan Menteri Pendidikan Nasional tanggal 4 Mei 2011 tentang penyelenggaraan Program Studi Pendidikan Jasmani kesehatan dan Rekreasi (S1) pada Universitas Wahid Hasyim Semarang.
2. Keputusan Rektor Universitas Wahid Hasyim Semarang No : 132/Kep-UWH/V/2011 tentang Pendirian Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
- Memperhatikan :** Rapat pimpinan Fakultas pada hari Senin tanggal 22 Mei 2017 tentang pembimbing skripsi.

Memutuskan :

PERTAMA : Menunjuk dan menugaskan kepada :

1. Nama : Drs. Kardiyono, M.Pd
NIP : 10.11.1.0204
Pangkat/Golongan : Penata Muda TK 1/III-b
Jabatan Fungsional : Asisten Ahli

Sebagai Pembimbing I (Pertama)

2. Nama : Lusiana, M.Pd
NIP : 10.11.1.0191
Pangkat/Golongan : Penata Muda Tk 1/III-b
Jabatan Fungsional : Asisten Ahli

Sebagai Pembimbing II (Kedua)

Untuk membimbing mahasiswa penyusun skripsi :

- Nama : Rizqi Alan Parthasena
NIM : 138010298
Topik/Judul : Upaya Meningkatkan Pembelajaran Lompat Tinggi Melalui Pendekatan Bermain Lompat Tali Pada Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 2 Kramat.

KEDUA : Keputusan ini berlaku sejak mulai ditetapkan.

Ditetapkan di : Semarang
Pada Tanggal : 22 Mei 2017

Dekan FKIP

Universitas Wahid Hasyim Semarang



Drs. Kardiyono, M.Pd
NIP 10.11.1.0204

Tembusan:

1. Pembimbing I dan II.
2. Mahasiswa Ybs.

Lampiran 2



**PEMERINTAH KABUPATEN TEGAL
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMP NEGERI 2 KRAMAT**

Alamat: Jln. Beringin No 4 Babakan Kec. Kramat – Kab. Tegal
Telp. (0283) 6145172 Kode Pos 52181

SURAT KETERANGAN

Nomor: 070 / 271 / 2018

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMP Negeri 2 Kramat Kabupaten Tegal menerangkan kepada :

Nama : **RIZQI ALAN PARTHASENA**
 NIM : 138010298
 Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Wahid Hasyim Semarang.
 Jenjang Program : S.1 (Sarjana)

Telah mengadakan penelitian kepada siswa kelas VIII pada bulan April 2018 di SMP Negeri 2 Kramat- kabupaten Tegal Dengan judul :

”UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR KAYANG DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA DINDING PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 2 KRAMAT – KABUPATEN TEGAL TAHUN 2018”

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan seperlunya



Kramat, 9 Juni 2018
Kepala Sekolah, J

SETIA AJI, S.Pd
Pembina

NIP. 196208081983011002

Lampiran 3

SIKLUS I

Aspek Kognitif

No	NAMA	JK	Aspek Kognitif	Nilai KKM	Hasil
1	Akhmad Faqih Fajryan	L	75	7,0	T
2	Alya Henai Anastasia	P	65		BT
3	Aqsha Rayya Jaladika	L	50		BT
4	Bara Abiyyi Muslim	L	65		BT
5	Dhea Amalia	P	60		BT
6	Dwi FebbyMustikaningrum	P	50		BT
7	Ella Roza	P	55		BT
8	Elsa Febiana	P	75		T
9	Fernanda Dimas Arief Saputra	L	80		T
10	Firda Afiyani Salsabila	P	80		T
11	Galih Catur Nugroho	L	75		T
12	Hanum Julia Rinton	L	75		T
13	Harlian Ajeng Ardy Garini	P	50		BT
14	Isma Rachmawati	P	55		BT
15	M. Demas Pangestu	L	75		T
16	M Faris Jahafal Syahputra	L	60		BT
17	Mei Rismawati	P	65		BT
18	Meylan Dina Novitasari	P	55		BT
19	Mohammad Farhan Setiawan	L	50		BT
20	Muhamad Riyo Ferdiyansyah	L	80		T
21	Nazarine Aurora Mutiara	P	50		BT
22	Nur Yaman	L	55		BT
23	Olivia Ramayanti	P	50		BT
24	Purwanti	P	50		BT
25	Rahadian Zidane Rabbani	P	65		BT
26	Rizki Dwi Wulandari	P	60		BT
27	Salsa Ayu Kusuma Putri	P	65		BT
28	Shafira Dwi Nur 'Izzati	P	55		BT
29	Thomas Dwi Saputra	L	75		T
30	Tika Isnaeni	P	60		BT
31	Tyas Ratna Yuniar	P	65		BT
32	Vivi Noviyanti	P	75		T
33	Wisnu Hartono	L	55		BT
34	Zidane Rizky Ramadhani	L	55		BT
Jumlah			2130		
Rata-rata			62,64706		

Aspek Afektif

No	NAMA	JK	Aspek Afektif	Nilai KKM	Hasil
1	Akhmad Faqih Fajryan	L	60	7,0	BT
2	Alya Henai Anastasia	P	55		BT
3	Aqsha Rayya Jaladika	L	75		T
4	Bara Abiyyi Muslim	L	50		BT
5	Dhea Amalia	P	75		T
6	Dwi FebbyMustikaningrum	P	75		T
7	Ella Roza	P	60		BT
8	Elsa Febiana	P	80		T
9	Fernanda Dimas Arief Saputra	L	45		BT
10	Firda Afiyani Salsabila	P	75		T
11	Galih Catur Nugroho	L	45		BT
12	Hanum Julia Rinton	L	60		BT
13	Harlian Ajeng Ardy Garini	P	80		T
14	Isma Rachmawati	P	55		BT
15	M. Demas Pangestu	L	55		BT
16	M Faris Jahafal Syahputra	L	60		BT
17	Mei Rismawati	P	65		BT
18	Meylan Dina Novitasari	P	75		T
19	Mohammad Farhan Setiawan	L	50		BT
20	Muhamad Riyo Ferdiyansyah	L	80		T
21	Nazarine Aurora Mutiara	P	65		BT
22	Nur Yaman	L	55		BT
23	Olivia Ramayanti	P	60		BT
24	Purwanti	P	80		T
25	Rahadian Zidane Rabbani	P	50		BT
26	Rizki Dwi Wulandari	P	60		BT
27	Salsa Ayu Kusuma Putri	P	75		T
28	Shafira Dwi Nur 'Izzati	P	55		BT
29	Thomas Dwi Saputra	L	50		BT
30	Tika Isnaeni	P	45		BT
31	Tyas Ratna Yuniar	P	65		BT
32	Vivi Noviyanti	P	60		BT
33	Wisnu Hartono	L	80		T
34	Zidane Rizky Ramadhani	L	80		T
Jumlah			2155		
Rata-rata			63,382353		

Aspek Psikomotor

No	NAMA	JK	Aspek Psikomotor	Nilai KKM	Hasil
1	Akhmad Faqih Fajryan	L	50	7,0	BT
2	Alya Henai Anastasia	P	65		BT
3	Aqsha Rayya Jaladika	L	65		BT
4	Bara Abiyyi Muslim	L	55		BT
5	Dhea Amalia	P	85		T
6	Dwi FebbyMustikaningrum	P	65		BT
7	Ella Roza	P	55		BT
8	Elsa Febiana	P	50		BT
9	Fernanda Dimas Arief Saputra	L	80		T
10	Firda Afiyani Salsabila	P	80		T
11	Galih Catur Nugroho	L	65		BT
12	Hanum Julia Rinton	L	65		BT
13	Harlian Ajeng Ardy Garini	P	50		BT
14	Isma Rachmawati	P	65		BT
15	M. Demas Pangestu	L	60		BT
16	M Faris Jahafal Syahputra	L	85		T
17	Mei Rismawati	P	55		BT
18	Meylan Dina Novitasari	P	85		T
19	Mohammad Farhan Setiawan	L	60		BT
20	Muhamad Riyo Ferdiyansyah	L	75		T
21	Nazarine Aurora Mutiara	P	65		BT
22	Nur Yaman	L	60		BT
23	Olivia Ramayanti	P	50		BT
24	Purwanti	P	65		BT
25	Rahadian Zidane Rabbani	P	85		T
26	Rizki Dwi Wulandari	P	65		BT
27	Salsa Ayu Kusuma Putri	P	80		T
28	Shafira Dwi Nur 'Izzati	P	50		BT
29	Thomas Dwi Saputra	L	65		BT
30	Tika Isnaeni	P	75		T
31	Tyas Ratna Yuniar	P	65		BT
32	Vivi Noviyanti	P	60		BT
33	Wisnu Hartono	L	65		BT
34	Zidane Rizky Ramadhani	L	60		BT
Jumlah			2225		
Rata-rata			65,44117647		

SIKLUS II

Aspek Kognitif

No	NAMA	JK	Aspek Kognitif	Nilai KKM	Hasil
1	Akhmad Faqih Fajryan	L	75	7,0	T
2	Alya Henai Anastasia	P	80		T
3	Aqsha Rayya Jaladika	L	85		T
4	Bara Abiyyi Muslim	L	75		T
5	Dhea Amalia	P	65		BT
6	Dwi FebbyMustikaningrum	P	80		T
7	Ella Roza	P	75		T
8	Elsa Febiana	P	75		T
9	Fernanda Dimas Arief Saputra	L	80		T
10	Firda Afiyani Salsabila	P	65		BT
11	Galih Catur Nugroho	L	75		T
12	Hanum Julia Rinton	L	85		T
13	Harlian Ajeng Ardy Garini	P	80		T
14	Isma Rachmawati	P	75		T
15	M. Demas Pangestu	L	85		T
16	M Faris Jahafal Syahputra	L	75		T
17	Mei Rismawati	P	60		BT
18	Meylan Dina Novitasari	P	80		T
19	Mohammad Farhan Setiawan	L	85		T
20	Muhamad Riyo Ferdiansyah	L	75		T
21	Nazarine Aurora Mutiara	P	50		BT
22	Nur Yaman	L	80		T
23	Olivia Ramayanti	P	65		BT
24	Purwanti	P	60		BT
25	Rahadian Zidane Rabbani	P	75		T
26	Rizki Dwi Wulandari	P	80		T
27	Salsa Ayu Kusuma Putri	P	85		T
28	Shafira Dwi Nur 'Izzati	P	75		T
29	Thomas Dwi Saputra	L	75		T
30	Tika Isnaeni	P	65		BT
31	Tyas Ratna Yuniar	P	85		T
32	Vivi Noviyanti	P	80		T
33	Wisnu Hartono	L	75		T
34	Zidane Rizky Ramadhani	L	80		T
Jumlah			2560		
Rata-rata			75,294118		

Aspek Afektif

No	NAMA	JK	Aspek Afektif	Nilai KKM	Hasil
1	Akhmad Faqih Fajryan	L	85	7,0	T
2	Alya Henai Anastasia	P	65		BT
3	Aqsha Rayya Jaladika	L	85		T
4	Bara Abiyyi Muslim	L	85		T
5	Dhea Amalia	P	75		T
6	Dwi FebbyMustikaningrum	P	90		T
7	Ella Roza	P	65		BT
8	Elsa Febiana	P	85		T
9	Fernanda Dimas Arief Saputra	L	55		BT
10	Firda Afiyani Salsabila	P	75		T
11	Galih Catur Nugroho	L	90		T
12	Hanum Julia Rinton	L	50		BT
13	Harlian Ajeng Ardy Garini	P	90		T
14	Isma Rachmawati	P	85		T
15	M. Demas Pangestu	L	75		T
16	M Faris Jahafal Syahputra	L	65		BT
17	Mei Rismawati	P	85		T
18	Meylan Dina Novitasari	P	75		T
19	Mohammad Farhan Setiawan	L	90		T
20	Muhamad Riyo Ferdiyansyah	L	85		T
21	Nazarine Aurora Mutiara	P	80		T
22	Nur Yaman	L	75		T
23	Olivia Ramayanti	P	90		T
24	Purwanti	P	80		T
25	Rahadian Zidane Rabbani	P	50		BT
26	Rizki Dwi Wulandari	P	55		BT
27	Salsa Ayu Kusuma Putri	P	85		T
28	Shafira Dwi Nur 'Izzati	P	50		BT
29	Thomas Dwi Saputra	L	75		T
30	Tika Isnaeni	P	85		T
31	Tyas Ratna Yuniar	P	80		T
32	Vivi Noviyanti	P	90		T
33	Wisnu Hartono	L	65		BT
34	Zidane Rizky Ramadhani	L	85		T
Jumlah			2600		
Rata-rata			76,470588		

Aspek Psikomotor

No	NAMA	JK	Aspek Psikomotor	Nilai KKM	Hasil
1	Akhmad Faqih Fajryan	L	90	7,0	T
2	Alya Henai Anastasia	P	85		T
3	Aqsha Rayya Jaladika	L	80		T
4	Bara Abiyyi Muslim	L	55		BT
5	Dhea Amalia	P	80		T
6	Dwi FebbyMustikaningrum	P	75		T
7	Ella Roza	P	85		T
8	Elsa Febiana	P	55		BT
9	Fernanda Dimas Arief Saputra	L	85		T
10	Firda Afiyani Salsabila	P	80		T
11	Galih Catur Nugroho	L	65		BT
12	Hanum Julia Rinton	L	80		T
13	Harlian Ajeng Ardy Garini	P	55		BT
14	Isma Rachmawati	P	90		T
15	M. Demas Pangestu	L	90		T
16	M Faris Jahafal Syahputra	L	85		T
17	Mei Rismawati	P	75		T
18	Meylan Dina Novitasari	P	80		T
19	Mohammad Farhan Setiawan	L	80		T
20	Muhamad Riyo Ferdiyansyah	L	65		BT
21	Nazarine Aurora Mutiara	P	80		T
22	Nur Yaman	L	90		T
23	Olivia Ramayanti	P	85		T
24	Purwanti	P	80		T
25	Rahadian Zidane Rabbani	P	75		T
26	Rizki Dwi Wulandari	P	65		BT
27	Salsa Ayu Kusuma Putri	P	85		T
28	Shafira Dwi Nur 'Izzati	P	75		T
29	Thomas Dwi Saputra	L	80		T
30	Tika Isnaeni	P	80		T
31	Tyas Ratna Yuniar	P	65		BT
32	Vivi Noviyanti	P	65		BT
33	Wisnu Hartono	L	85		T
34	Zidane Rizky Ramadhani	L	80		T
Jumlah			2625		
Rata-rata			77,20588235		

Lampiran 4

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : S M P N 2 KRAMAT

Kelas/Semester : VIII/ 1 (satu)

Mata Pelajaran: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Alokasi Waktu : 2 Pertemuan (6 JP)

A. Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotongroyong) santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

B. Kompetensi Dasar :

- 1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan:
 - a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran.
 - b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir.
 - c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan.
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.
- 2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.
- 2.3 Memahami konsep variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana.
- 2.4 mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana.

C. Indikator Pencapaian Kompetensi :

KD 1 :

- 1.1.1. Melakukan doa sebelum memulai pembelajaran .
- 2.1.1. Menunjukkan sikap berusaha semaksimal mungkin dalam melakukan pembelajaran.
- 3.1.1. Menunjukkan perilaku baik dengan melakukan gerakan sesuai fungsi tubuh.
- 4.1.1. Melakukan pemanasan dan pendinginan sebelum dan sesudah pembelajaran.

KD 2 :

- 2.1.1. Saat bermain menunjukkan sikap sportif (jujur, saling menghargai, sungguh-sungguh, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan kerja sama)
- 2.1.2. Merapikan kembali alat yang sudah digunakan

KD 3 :

- 3.1.1 Menyebutkan konsep variasi pada senam lantai kayang
- 3.1.2 Menyebutkan konsep kombinasi pada senam lantai kayang

KD 4 :

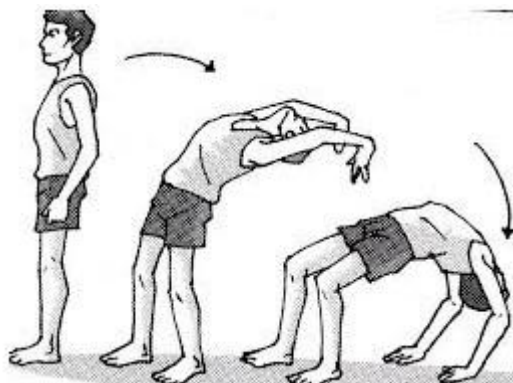
- 4.1.1 Melakukan variasi pada senam lantai kayang
- 4.1.2 Melakukan kombinasi pada senam lantai kayang

D. Materi Pembelajaran :

1. Materi pembelajaran reguler

Sikap Kayang

Caranya adalah sikap berdiri membelakangi matras dengan kedua kaki agak dibuka dan kedua tangan diayunkan ke belakang, ke atas secara perlahan hingga kedua telapak tangan menempel pada matras. Kemudian secara perlahan berdiri tegak.



2. Materi pembelajaran remedial

Pembelajaran remedial dilakukan pada siswa yang nilainya berada di bawah KKM yang telah ditentukan. Siswa yang nilainya kurang memenuhi akan mendapat pembelajaran ulang seperti yang telah diberikan sebelumnya dan siswa diberikan waktu untuk berlatih agar mereka dapat mencapai nilai standar minimal KKM. Materi pembelajaran remedial sama seperti dengan materi pembelajaran yang telah diajarkan yaitukayang

E. Kegiatan Pembelajaran

a. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- 1) Siswa dikumpulkan , disiapkan, berbaris, dilanjutkan berdo'a, presensi, apersepsi, diberikan pengarahannya serta tujuan pembelajaran.
- 2) Guru mengecek penguasaan kompetensi yang sudah dipelajari sebelumnya, yaitudengan cara memberi beberapa pertanyaan mengenai materi yang telah dipelajari sebelumnya.
- 3) Guru menyampaikan kompetensi yang akan dicapai, yaitu memahami konsep senam lantai kayangdan menunjukkan manfaatnya dalam kehidupan sehari-hari.
- 4) Guru menyampaikangaris besar cakupan materi dan kegiatan yang akan dilakukan, yaitu melakukan kayang

b. Kegiatan Inti (80 menit)

1) Mengamati

- Membaca informasi tentang konsep variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana dari berbagai sumber baik cetak maupun elektronik dan membuat kesimpulannya, atau

2) Menanya

- Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang berbagai bentuk rangkai senam dasar.
- Mempertanyakan dampak latihan senam lantai terhadap kebugaran dan kesehatan tubuh

3) Mengumpulkan informasi/data/ mencoba

- Melakukan gerak kayang dengan berbagai variasi awalan dengan menunjukkan sikap percaya diri.

- Melakukan gerak kayang dengan bantuan media dinding.
- 4) Menalar/mengasosiasi
- Menemukan hubungan variasi posisi awalan dengan sikap akhir serta menemukan kesalahan-kesalahan yang sering terjadi dalam kayang
- 5) Mengomunikasikan
- Menerapkan berbagai variasi keterampilan gerak berguling ke depan dengan menunjukkan perilaku disiplin, kerjasama, dan percaya diri.
 - Bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan peramaian
 - Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih
 - Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permianan
 - Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang keterampilan gerak jalan cepat dengan menunjukkan kerjasama
- c. Kegiatan Penutup (25 menit)
- 1) Guru bersama-sama peserta didik melakukan identifikasi kelebihan dan kekurangan kegiatan pembelajaran (yaitu kegiatan mengamati gerakan kayang merumuskan pertanyaan, mengumpulkan informasi dengan cara membaca buku siswa, menjawab pertanyaan dengan informasi yang diperoleh, dan mencoba dengan cara mempraktekkan langsung di lapangan)
 - 2) Memberikan umpan balik dan penugasan pada peserta didik
 - 3) Berbaris, berdoa, lalu dibubarkan

F. Penilaian

1. Penilaian Pengetahuan

- a. Teknik penilaian : tes tertulis
- b. Butir Soal Pengetahuan

No.	Butir Pertanyaan	Kriteria Penskoran					Nilai Akhir
		0	1	2	3	Σ	
1.	Jelaskan cara melakukan teknik senam lantai						

	kayang						
2.	Jelaskan kesalahan yang sering terjadi saat senam lintai kayang.						

Kriteria Penilaian (Pengetahuan/Pemahaman)

- Skor 3 : jika peserta didik mampu menjelaskan tentang gerak dasar fundamental teknik dasar kayang dengan jelas dan runtut
- Skor 2 : jika peserta didik mampu menjawab dua pertanyaan di atas tapi tidak runtut.
- Skor 1 : jika peserta didik mampu menjawab salah satu pertanyaan tersebut.
- Skor 0 : jika peserta didik tidak mampu menjawab kedua pertanyaan tersebut.

2. Keterampilan

a. Teknik Penilaian: Observasi

b. Kisi-kisi:

Lembar Observasi Keterampilan

No.	Aspek yang dinilai	Kualitas Gerakan			
		1	2	3	4
1.	Rangkaian gerak guling depan				

Petunjuk Penilaian :

1. Kriteria kayang yang benar:

1. sikap berdiri membelakangi matras dengan kedua kaki agak dibuka
2. kedua tangan diayunkan ke belakang,
3. ke atas secara perlahan hingga kedua telapak tangan menempel pada matras
4. Kemudian secara perlahan berdiri tegak

SKOR	KETERANGAN
4	Jika peserta didik memenuhi kriteria 1,2,3,4
3	Jika peserta didik memenuhi kriteria 1,2,3
2	Jika peserta didik memenuhi kriteria 1,2
1	Jika peserta didik memenuhi kriteria 1

2. Sikap spiritual

- a. Teknik Penilaian: Observasi
- b. Bentuk Instrumen: Lembar observasi
- c. Kisi-kisi:

No.	Indikator penilaian Sikap/nilai	Butir Instrumen
	Berdoa sebelum dan sesudah pelajaran	1
2.	Menggunakan pakaian dan sepatu olahraga ketika berolahraga	2
3.	Melakukan pemanasan sebelum dan sesudah pelajaran	3
4.	Berperilaku baik dengan menggerakkan tubuh sesuai fungsinya	4

Instrumen : Lihat lampiran 1

3. Sikap sosial

- a. Teknik Penilaian: observasi
- b. Bentuk Instrumen: skala sikap
- c. Kisi-kisi:

No.	Sikap/nilai	Butir Instrumen
1.	Saat bermain menunjukkan sikap sportif	1
2.	Berhati-hati atas keselamatan diri dan orang lain dalam melakukan latihan	2
3.	Mengembalikan alat	3

4.	Mentaati aturan dalam mengikuti pelajaran	4
----	---	---

Instrumen: lihat Lampiran 1

Lampiran 1 Penilaian Sikap Spiritual dan Sosial:

Lembar Observasi Sikap Spiritual

No.	Perilaku yang diharapkan	Pengamatan
		(Skor)
1.	Melakukan doa sebelum dan sesudah pelajaran	
2.	Menggunakan pakaian olahraga yang santun saat pembelajaran penjasorkes	
3.	Melakukan pemanasan sebelum dan sesudah pelajaran	
4.	Berperilak baik dengan menggerakkan tubuh sesuai fungsinya	
	Jumlah skor maksimal : 16	

Nilai sikap spiritual = $\text{Jumlah skor} : \text{Jumlah skor maksimal} \times 100$

Lembar Observasi Sikap Sosial

No.	Perilaku yang diharapkan	Pengamat
		(Skor)
1.	Saat bermain menunjukan sikap sportif	
2.	Berhati-hati atas keselamatan diri dan orang lain dalam melakukan pelajaran	
3.	Mengembalikan alat	
4.	Mentaati peraturan dalam mengikuti pelajaran	
	Jumlah skor maksimal = 16	

Nilai sikap spiritual = Jumlah skor : Jumlah skor maksimal x 100

Petunjuk Penilaian Sikap Spiritual dan Sosial :

SKOR	NILAI KUALITATIF
4	Sangat Baik
3	Baik
2	Cukup
1	Kurang

G. Media/alat, Bahan, dan Sumber Belajar

1. Media/alat
 - a. Gambar pearaga gerak dasar kayang
 - b. Lapangan
 - c. matras
2. Sumber Belajar
 - a. Buku pegangan guru dan peserta didik SMP Kelas VIII Muhajir, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Jakarta : Puskurbuk Kemdikbud RI

MENGETAHUI,
KEPALA SEKOLAH

GURU MATA PELAJARAN

Suraharjo. S. Pd

.....

pLampiran 5

SILABUS

Sekolah	SMP Negeri 2 Kramat.
Kelas	VIII
Mata Pelajaran	Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Semester	2 (Dua)
Standar Kompetensi	6. Mempraktikkan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Standar Kompetensi : 8. Mempaktikkan teknik dasar senam lantai dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian			Alokasi Waktu	Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
8.1 Mempraktikkan rangkaian teknik dasar kayang serta nilai kedisiplinan, keberanian dan tanggungjawab	Senam lantai	Rangkaian teknik dasar gerakan kayang	Melakukan rangkaian teknik dasar kayang secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai keberanian dan tanggung jawab	Tes (unjuk kerja) dan sikap Tes sikap	- Simulasi - Uji petik prosedur - Uji petik produk - Observ	Tes rangkaian gerak dasar kayang Observasi terhadap sikap keberanian dan tanggung jawab		Buku teks, buku referensi, lapangan, busa / matras, CD, media cetak / elektronik

8.2 mempraktikkan rangkaian teknik dasar guling depan dan guling lenting serta nilai kedisiplinan, keberanian dan tanggungjawab	• Senam lantai	• Rangkaian teknik dasar gerak guling depan dan guling lenting	• Melakukan rangkaian teknik dasar guling depan dan guling lenting secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai keberanian dan tanggung jawab	Tes (unjuk kerja) dan sikap Tes sikap	▪ Simulasi ▪ Uji petik prosedur ▪ Uji petik produk ▪ Observasi	Tes rangkaian teknik dasar gerak guling depan dan guling lenting dan observasi Observasi terhadap sikap keberanian dan tanggung jawab		Buku teks, buku referensi, lapangan, busa / matras, CD, media cetak / elektronik
---	---	--	--	---	---	---	--	---

Mengetahui
Kepala Sekolah

.....
NIP.

Tegal, 5 Januari 2018
Guru Mata Pelajaran

.....
NIP.

Lampiran 6

Dok



