

LAMPIRAN



Lampiran 1



SURAT KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS WAHID HASYIM SEMARANG
 Nomor : 123/Kep-FKIP/III/2016

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 untuk menjadi pembimbing.

Mengingat : 1. Keputusan Menteri Pendidikan Nasional tanggal 4 Mei 2011 tentang penyelenggaraan Program Studi Pendidikan Jasmani kesehatan dan Rekreasi (SI) 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 rabu tanggal 26 Februari 2016 tentang skripsi.

Memutuskan :

PERTAMA : Menunjuk dan menagaskan kepada :

1. Nama : Nowo Tri Purnomo, M.Pd
 NIP : 10.12.1.0212
 Pangkat/Golongan : Penata Muda TK 1/III-b
 Jabatan Fungsional : Asisten Ahli

Sebagai Pembimbing I (Pertama)

2. Nama : Sofyan Ardyanto, M.Pd
 NIP : 10.14.1.0298
 Pangkat/Golongan : Penata Muda/ III-a
 Jabatan Fungsional : -

Sebagai Pembimbing II (Kedua)

Untuk membimbing mahasiswa penyusun skripsi :

Nama : Andika Budi Kurniawan
 NIM : 128010268
 Topik/Judul : Pengaruh Gaya Mengajar Resiprokal Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas VII Pada Olahraga Atletik Lompat Jauh Gaya Jongkok di SMP Negeri 23 Semarang.

KEDUA : Keputusan ini berlaku sejak mulai ditetapkan.

Ditetapkan di : Semarang
 Pada Tanggal : 21 Maret 2016
 Dekan FKIP
 Universitas Wahid Hasyim Semarang


 Prof. Dr. H. Mahmutarom Idris, SH, MH
 NPP 01-49.0.0005

Tembusan :

1. Pembimbing I dan II.
2. Mahasiswa Itu.
3. Arsip.

Lampiran 2



**PEMERINTAH KOTA SEMARANG
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 23 SEMARANG**

Jl. RM. Hadi Subeno Mijen Kota Semarang Telp. 024-7711053
Email: smp23smg@gmail.com web : www.smp23smg.sch.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 420 /251 / 2016

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMP Negeri 23 Semarang :

Nama : Nining Sulistyarningsih,S.Pd,M.Pd
NIP : 19660627 198803 2 008
Pangkat/Gol : Pembina Tk.I / IV b
Jabatan : Kepala SMP Negeri 23 Semarang

Dengan ini menyatakan telah melaksanakan Observasi Penelitian

Nama : Andika Budi Kurniawan
NIM : 126010268
Perguruan Tinggi : Universitas Whid Hasim
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul : " Observasi Penelitian "
Keterangan : Telah melaksanakan Observasi Penelitian pada tanggal, 30 April 2016
di SMP Negeri 23 Semarang

Demikian Surat keterangan ini saya saya buat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 29 April 2016
Kepala SMP Negeri 23 Semarang

Nining Sulistyarningsih, S.Pd,M.Pd
NIP : 19660627 198803 2 008

Lampiran 3



**PEMERINTAH KOTA SEMARANG
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 23 SEMARANG**

Jl. Raya RM. Hadi Soebeno Mijen Kota Semarang, Telp : 024 – 7711053
Email : smpn23smg@gmail.com Website : www.smpn23smg.sch.id

**SURAT KETERANGAN
NOMOR : 420/477/2016**

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMP Negeri 23 Semarang menerangkan bahwa :

Nama : Andika Budi Kurniawan
NPM : 128010268
Perguruan Tinggi : Universitas Wahid Hasim
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Judul : “ Pengaruh Gaya Mengajar Resiprokal Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas VII Pada Olah Raga Atletik Lompat Jauh Gaya Jongkok di SMP Negeri 23 Semarang “

Bahwa nama tersebut di atas benar - benar telah melaksanakan Penelitian Olah Raga

kepada siswa kelas VII pada tanggal, 28 Juli s/d 16 Agustus 2016 di SMP Negeri 23 Semarang

Demikian surat keterangan ini saya buat agar dipergunakan sebagaimana mestinya

Semarang, 18 Agustus 2016

Kepala SMP Negeri 23 Semarang

NINING SULISTYANINGSIH, S. Pd. M. Pd
NIP. 196606271988032008

Lampiran 4

Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar SMP Negeri 23 kelas VII

Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
1. Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	1.1 Mempraktikkan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi permainan bola besar, serta nilai kerjasama, sportivitas dan kejujuran
	1.2 Mempraktikkan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi permainan bola kecil, serta nilai kerjasama, sportivitas dan kejujuran
	1.3 Mempraktikkan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi atletik, serta nilai semangat, sportivitas, percaya diri dan kejujuran
2. Mempraktikkan latihan dasar kebugaran jasmani dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	2.1 Mempraktikkan aktivitas untuk kekuatan otot-otot anggota badan bagian atas, serta nilai kerja keras, disiplin, kerjasama dan kejujuran
	2.2 Mempraktikkan aktivitas untuk kecepatan dan kualitas gerak yang

	meningkat, serta nilai kerja keras, disiplin, kerjasama, dan kejujuran
3. Mempraktikkan berbagai bentuk senam ketangkasan dengan kontrol yang baik, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	3.1 Mempraktikkan latihan peregangan dan pelepasan yang benar sebelum memulai aktivitas senam, serta nilai percaya diri, dan disiplin 3.2 Mempraktikkan bentuk-bentuk senam ketangkasan dalam meningkatkan koordinasi dan nilai-nilai percaya diri dan disiplin
4. Mempraktikkan berbagai gerak dasar dalam gerak ritmik, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	4.1 Mempraktikkan pola jalan, lari dan lompat dalam gerak ritmik, serta nilai kerjasama, percaya diri, dan disiplin 4.2 Mempraktikkan kombinasi pola gerak jalan, lari dan lompat dalam gerak ritmik, serta nilai kerjasama, percaya diri, dan disiplin
5. Mempraktikkan teknik dasar renang gaya bebas dan nilai yang terkandung di dalamnya	5.1 Mempraktikkan teknik dasar gerakan kaki renang gaya bebas serta nilai disiplin, keberanian dan kebersihan 5.2 Mempraktikkan teknik dasar gerakan lengan renang gaya bebas serta nilai disiplin, keberanian dan kebersihan

6. Menerapkan budaya hidup sehat	6.1 Mengetahui cara menjaga kebersihan alat reproduksi 6.2 Mengetahui berbagai bentuk pelecehan seksual 6.3 Mengetahui cara menjaga diri dari pelecehan seksual
----------------------------------	---

SKKD diatas adalah SKKD keseluruhan untuk mata pelajaran pennisorkes kelas VII di SMP. Namun dalam penelitian ini akan fokus pada olah raga atletik dengan koordinasi yang baik. lebih khususnya tentang lompat jauh gaya jongkok.



Lampiran 5

RPP Gaya Mengajar Konvensional

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP Negeri 23 Semarang

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga
dan Kesehatan

Kelas/Semester : VII/ I (satu)

Alokasi Waktu : 4 x 45 menit

A. Standar Kompetensi

Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

B. Kompetensi Dasar

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

C. Indikator

Dapat mengerti, memahami dan melakukan lompat jauh gaya jongkok dengan baik dan benar

D. Tujuan Pembelajaran

Siswa dapat menjelaskan, menjalankan dan mempraktekkan lompat jauh gaya jongkok.

- E. Materi Ajar (Materi Pokok)
Atletik lompat jauh gaya jongkok
- F. Metode Pembelajaran
Gaya konvensional (demonstrasi)
- G. Langkah-langkah Pembelajaran:

Pertemuan I

- 1. Kegiatan Pendahuluan
 - a. Membariskan siswa
 - b. Berdoa
 - c. Mengabsen kehadiran siswa
 - d. Melakukan gerakan pemanasan
 - 1) Joging keliling lapangan
 - 2) Peregangan otot
 - 3) Permainan pemanasan
 - e. Menyampaikan materi inti yang akan diajarkan terhadap siswa
- 2. Kegiatan inti
 - a. Eksplorasi
 - 1) Guru menanyakan kepada peserta didik tentang materi pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dari awalan, tumpuan, melayang dan mendarat dengan baik dan benar.
 - 2) Guru menanyakan kepada peserta didik tentang manfaat pembelajaran lompat jauh gaya jongkok terhadap kesehatan dan otot-otot yang

dominan yang dipergunakan dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok.

b. Elaborasi

- 1) Guru memberikan contoh gerakan secara keseluruhan dari awalan, tumpuan, melayang dan mendarat
- 2) Siswa mempraktekkan lompat jauh gaya jongkok dari awalan, tumpuan, melayang dan mendarat

c. Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, guru

- 1) Guru memberikan umpan balik dan memberikan penguatan pada siswa yang benar lompat jauh gaya jongkok
- 2) Guru membantu siswa yang belum benar dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok
- 3) Memberikan motivasi kepada siswa agar lebih bersemangat dalam mempraktikkan gerak lompat jauh gaya jongkok
- 4) Memfasilitasi siswa untuk memperoleh pengalaman yang bermakna dalam mencapai kompetensi dasar
- 5) Kegiatan penutup

Dalam kegiatan penutup, guru:

- a) Melakukan penilaian atau refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilakukan secara konsisten dan mengevaluasinya
- b) Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran

- c) Colling down
- d) Berdoa, setelah itu siswa dibubarkan.

Pertemuan 2

1. Kegiatan Pendahuluan

- a. Membariskan siswa
- b. Berdoa
- c. Mengabsen kehadiran siswa
- d. Melakukan gerakan pemanasan
 - 1) Joging keliling lapangan
 - 2) Peregangan otot
 - 3) Permainan pemanasan
- e. Menyampaikan materi inti yang akan di ajarkan terhadap siswa

2. Kegiatan inti

- a. Eksplorasi
 - 1) Guru menanyakan kepada peserta didik tentang materi pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dari awalan ,tumpuan, melayang dan mendarat dengan baik dan benar.
 - 2) Guru menanyakan kepada peserta didik tentang manfaat pembelajaran lompat jauh gaya jongkok terhadap kesehatan dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok

b. Elaborasi

- 1) Guru memberikan contoh gerakan secara keseluruhan dari awalan, tumpuan, melayang dan mendarat
- 2) Siswa mempraktekkan lompat jauh gaya jongkok dari awalan, tumpuan, melayang dan mendarat

b. Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, guru

- 1) Guru memberikan umpan balik dan memberikan penguatan pada siswa yang benar lompat jauh gaya jongkok
- 2) Guru membantu siswa yang belum benar dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok
- 3) Memberikan motivasi kepada siswa agar lebih bersemangat dalam mempraktikkan gerak lompat jauh gaya jongkok
- 4) Memfasilitasi siswa untuk memperoleh pengalaman yang bermkna dalam mencapai kompetensi dasar
- 5) Kegiatan penutup

Dalam kegiatan penutup, guru:

- a) Melakukan penilaian atau refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilakukan secara konsisten dan mengevaluasinya
- b) Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran
- c) Colling down

3. Sumber Belajar

- Lapangan lompat jauh
- Kerucut dan peluit
- Buku referensi, **, Roji, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan**

Kelas VII, Jakarta :Erlangga

- Lembar Kerja Proses Belajar, **Roji**, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

4. Penilaian

1. Teknik penilaian:

Petunjuk Penilaian

Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan singkat dan tepat!

Jawab soal berikut dengan benar, dengan deskripsi sebagai berikut

Skor 4 : jika kamu mampu menjawab semua jawaban dengan benar

Skor 3 : jika kamu mampu menjawab *tiga* jawaban dengan benar

Skor 2 : jika kamu mampu menjawab *dua* jawaban dengan benar

Skor 1 : jika kamu mampu menjawab *satu* jawaban dengan benar

No	Butir Pertanyaan	Kriteria Penyelesaian					Nilai Akhir
		1	2	3	4		
1.	Sebutkan macam-macam gaya lompat jauh						
2.	Sebutkan macam-macam teknik dasar lompat jauh gaya jongkok						
3.	Jelaskan cara-cara mempraktekkan lompat						

	jauh gaya jongkok						
	Skor max : 12						
	Nilai = skor perolehan/skor maks x 4						

Penilaian terhadap kualitas jawaban, dengan rentang nilai antara 1-4

Jumlah skor yang diperoleh

NILAI = ----- x 4

Jumlah skor maksimal

Petunjuk Penilaian

Penilaian aspek keterampilan diperoleh melalui penilaian proses, yaitu: sikap awal, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir melakukan suatu proses gerak dasar lompat jauh gaya jongkok

No	Subjek	Sikap Awal					Tahap Tumpuan					Melayang					Mendarat					Skor total
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
1																						
2																						
3																						

Penilaian Sikap

Petunjuk Penilaian

Penilaian aspek perilaku (sikap) dilakukan dengan pengamatan selama mengikuti kegiatan belajar mengajar. Pengamatan dalam proses penilaian dilakukan saat peserta didik melakukan pembelajaran lompat jauh

gaya jongkok. Aspek-aspek yang dinilai meliputi: kerja sama, tanggung jawab, menghargai teman, disiplin, dan toleransi.

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (√) dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4 . (Sangat baik = 4 Baik = 3, Cukup = 2, dan Kurang = 1).

<i>Aspek Spiritual dan Sosial</i>	<i>Skor</i>			
	1	2	3	4
1. Kerja sama				
2. Tanggung jawab				
3. Menghargai teman				
4. Disiplin				
Jumlah skor maksimal = 16 (4 x 4)				

Rekapitulasi Penilaian

No	Nama Peserta Didik	Aspek-Aspek Penilaian			Keterangan
		Sikap	Pengetahuan	Keterampilan	
1.					220/3 = 73
2.					
3.					

Lampiran 6

RPP GRPP Gaya Mengajar Resiprokal RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP Negeri 23 Semarang

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga
dan Kesehatan

Kelas/Semester : VII/ I (satu)

Alokasi Waktu : 4 x 45 menit

A. Standar Kompetensi

Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

B. Kompetensi Dasar

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

C. Indikator

Dapat mengerti, memahami dan melakukan lompat jauh gaya jongkok dengan baik dan benar

D. Tujuan Pembelajaran

Siswa dapat menjelaskan, menjalankan dan mempraktekkan lompat jauh gaya jongkok.

- E. Materi Ajar (Materi Pokok)
Atletik lompat jauh gaya jongkok
- F. Metode Pembelajaran
Gaya Resiprokal
- G. Langkah-langkah Pembelajaran:

Pertemuan I

3. Kegiatan Pendahuluan

- a. Membariskan siswa
- b. Berdoa
- c. Mengabsen kehadiran siswa
- d. Melakukan gerakan pemanasan
 - 1) Joging keliling lapangan
 - 2) Peregangan otot
 - 3) Permainan pemanasan
- e. Menyampaikan materi inti yang akan di ajarkan terhadap siswa

4. Kegiatan inti

- a. Eksplorasi
 - 1) Guru menanyakan kepada peserta didik tentang materi pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dari awalan ,tumpuan, melayang dan mendarat dengan baik dan benar.
 - 2) Guru menanyakan kepada peserta didik tentang manfaat pembelajaran lompat jauh gaya jongkok terhadap kesehatan dan otot-otot yang

dominan yang dipergunakan dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok.

b. Elaborasi

- 1) Guru memberikan contoh gerakan secara keseluruhan dari awalan, tumpuan, melayang dan mendarat
- 2) Siswa dibagi 4 kelompok, 1 kelompok menilai 1 kelompok yang sedang mempraktekan lompat jauh gaya jongkok dengan lembar penilaian yang disediakan oleh guru
- 3) Siswa akan lebih memahami keseluruhan materi gerakan lompat jauh gaya jongkok karena menilai kelompok lain dengan menggunakan lembar penilaian

c. Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, guru

- 1) Guru memberikan umpan balik dan memberikan penguatan pada siswa yang benar lompat jauh gaya jongkok
- 2) Guru membantu siswa yang belum benar dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok
- 3) Memberikan motivasi kepada siswa agar lebih bersemangat dalam mempraktikan gerak lompat jauh gaya jongkok
- 4) Memfasilitasi siswa untuk memperoleh pengalaman yang bermakna dalam mencapai kompetensi dasar
- 5) Kegiatan penutup

Dalam kegiatan penutup, guru:

- e) Melakukan penilaian atau refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilakukan secara konsisten dan mengevaluasinya
- f) Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran
- g) Colling down
- h) Berdoa, setelah itu siswa dibubarkan.

Pertemuan 2

2. Kegiatan Pendahuluan

- a. Membariskan siswa
- b. Berdoa
- c. Mengabsen kehadiran siswa
- d. Melakukan gerakan pemanasan
 - 1) Joging keliling lapangan
 - 2) Peregangan otot
 - 3) Permainan pemanasan
- e. Menyampaikan materi inti yang akan di ajarkan terhadap siswa

3. Kegiatan inti

- a. Eksplorasi
 - 1) Guru menanyakan kepada peserta didik tentang materi pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dari awalan ,tumpuan, melayang dan mendarat dengan baik dan benar.
 - 2) Guru menanyakan kepada peserta didik tentang manfaat pembelajaran lompat jauh gaya jongkok terhadap kesehatan dan

otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok

b. Elaborasi

- 1) Guru memberikan contoh gerakan secara keseluruhan dari awalan, tumpuan, melayang dan mendarat
- 2) Siswa dibagi 4 kelompok, 1 kelompok menilai 1 kelompok yang sedang mempraktekan lompat jauh gaya jongkok dengan lembar penilaian yang disediakan oleh guru
- 3) Siswa akan lebih memahami keseluruhan materi gerakan lompat jauh gaya jongkok karena menilai kelompok lain dengan menggunakan lembar penilaian

c. Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, guru

- 1) Guru memberikan umpan balik dan memberikan penguatan pada siswa yang benar lompat jauh gaya jongkok
- 2) Guru membantu siswa yang belum benar dalam melakukan lompat jauh gaya jongkok
- 3) Memberikan motivasi kepada siswa agar lebih bersemangat dalam mempraktikan gerak lompat jauh gaya jongkok
- 4) Memfasilitasi siswa untuk memperoleh pengalaman yang bermkna dalam mencapai kompetensi dasar
- 5) Kegiatan penutup

Dalam kegiatan penutup, guru:

- a) Melakukan penilaian atau refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilakukan secara konsisten dan mengevaluasinya
- b) Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran
- c) Colling down

5. Sumber Belajar

- Lapangan lompat jauh
- Kerucut dan peluit
- Buku referensi, **, Roji, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas VII**, Jakarta :Erlangga

Lembar Kerja Proses Belajar, **Roji**, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

4. Penilaian

1. Teknik penilaian:

Petunjuk Penilaian

Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan singkat dan tepat!

Jawab soal berikut dengan benar, dengan deskripsi sebagai berikut

Skor 4 : jika kamu mampu menjawab semua jawaban dengan benar

Skor 3 : jika kamu mampu menjawab *tiga* jawaban dengan benar

Skor 2 : jika kamu mampu menjawab *dua* jawaban dengan benar

Skor 1 : jika kamu mampu menjawab *satu* jawaban dengan benar

No	Butir Pertanyaan	Kriteria Penyelesaian					Nilai Akhir
		1	2	3	4		

Penilaian Sikap

Petunjuk Penilaian

Penilaian aspek perilaku (sikap) dilakukan dengan pengamatan selama mengikuti kegiatan belajar mengajar. Pengamatan dalam proses penilaian dilakukan saat peserta didik melakukan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok. Aspek-aspek yang dinilai meliputi: kerja sama, tanggung jawab, menghargai teman, disiplin, dan toleransi.

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (√) dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4 (Sangat baik = 4 Baik = 3, Cukup = 2, dan Kurang = 1).

Aspek Spiritual dan Sosial	Skor			
	1	2	3	4
1. Kerja sama				
2. Tanggung jawab				
3. Menghargai teman				
4. Disiplin				
Jumlah skor maksimal = 16 (4 x 4)				

Rekapitulasi Penilaian

No	Nama Peserta Didik	Aspek-Aspek Penilaian			Keterangan
		Sikap	Pengetahuan	Keterampilan	
1.					220/3 = 73
2.					
3.					

Lampiran 7

Lembar penilaian menggunakan gaya mengajar resiprokal

Lembar penilaian keterampilan lompat jauh gaya jongkok

Hari/tanggal : Sabtu / 6 Agustus 2016

Nama Siswa : Aditya Pratama

Kelompok : B

Berilah penilaian terhadap aspek pengamatan yang diamati dengan membubuhkan tanda *checklist* (✓) pada berbagai nilai sesuai dengan indikatornya:

	Aspek yang di nilai	Skor				
		(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
1.	Tahap Awalan			✓		
	a. Posisi start				✓	
	b. Kecepatan lari				✓	
	c. Ayunan lengan/tangan				✓	
2.	Tahap Tolakan				✓	
	a. Ketepatan kaki					✓
	b. Ketepatan tangan				✓	
	c. Ketepatan bertumpu				✓	
3.	Tahap Melayang di Udara			✓		
	a. Posisi badan sempurna			✓		
	b. Posisi tangan saat di udara			✓		
	c. Gerakan kaki				✓	
4.	Tahap Pendaratan			✓		
	a. Posisi tangan saat mendarat			✓		
	b. Kesempurnaan posisi badan			✓		
	c. Posisi kaki saat mendarat			✓		

Kelompok Penilai : C

Lampiran 8

Data Siswa SMP Negeri 23 Semarang Kelas VII G (konvensional)

Dan Kelas VII H (Resiprokal)

No.	Kelas VII G Konvensional	Kelas	No.	Kelas VII H Resiprokal	Kelas
1.	AHMAD N A	VII G	1.	ADELA P	VII H
2.	ALGA R J	VII G	2.	ADITYA P	VII H
3.	ANDIKA F C	VII G	3.	ADITYA PK	VII H
4.	ANDRI N F	VII G	4.	AHMAD ARIF	VII H
5.	ANITA O	VII G	5.	A TAUFIK	VII H
6.	ANJAR P	VII G	6.	ARIF R	VII H
7.	ARCHYTA F	VII G	7.	DESI R	VII H
8.	CECEP F	VII G	8.	DESTYANA S	VII H
9.	DHAYU P	VII G	9.	DEWIL	VII H
10.	DIVA I	VII G	10.	DUAH T	VII H
11.	EKA A	VII G	11.	FEBRIANA W	VII H
12.	EKNY B	VII G	12.	GURUH W	VII H
13.	INDINA F	VII G	13.	HANINDA C	VII H
14.	ISAC M	VII G	14.	KARTIKA W	VII H
15.	LIESMA R	VII G	15.	LORIS A	VII H
16.	LUTFI F	VII G	16.	MARCELINA M	VII H
17.	MARETA M	VII G	17.	MAXCEL S	VII H
18.	MIRANTI K	VII G	18.	MIQBAL	VII H
19.	MOH FAUZI	VII G	19.	M KHOER	VII H
20.	M RAMA	VII G	20.	M CHANDRA	VII H
21.	NABILA M	VII G	21.	MUTIARA M	VII H
22.	NADILA W	VII G	22.	NABILA I	VII H
23.	NAUFAL E	VII G	23.	NANDA A	VII H
24.	PUTRI A	VII G	24.	NUR HUDA	VII H
25.	RAHMA O	VII G	25.	RIZKY Z	VII H
26.	RUHIT A	VII G	26.	SABRINA N	VII H
27.	SATRIYAN A	VII G	27.	SALMA N	VII H
28.	SEVITA G	VII G	28.	SRI WAHYUNI	VII H
29.	SHINTA M	VII G	29.	TIARA N	VII H
30.	SYIFA A	VII G	30.	WINA P	VII H
31.	TEGAR F	VII G	31.	ZEISA B	VII H
32.	TRIANA P	VII G	32.	VIVAN SINAR	VII H

Lampiran 9

ABSENSI KELAS VIII G (KONVENSIONAL)

No.	Nama	Pertemuan 1	Pertemuan 2	Pertemuan 3	Pertemuan 4
1.	AHMAD N A	√	√	√	√
2.	ALGA R J	√	√	√	√
3.	ANDIKA F C	√	√	√	√
4.	ANDRI N F	√	√	√	√
5.	ANITA O	√	√	√	√
6.	ANJAR P	√	√	√	√
7.	ARCHYTA F	√	√	√	√
8.	CECEP F	√	√	√	√
9.	DHAYU P	√	√	√	√
10.	DIVA I	√	√	√	√
11.	EKA A	√	√	√	√
12.	EKNY B	√	√	√	√
13.	INDINA F	√	√	√	√
14.	ISAC M	√	√	√	√
15.	LIESMA R	√	√	√	√
16.	LUTFI F	√	√	√	√
17.	MARETA M	√	√	√	√
18.	MIRANTI K	√	√	√	√
19.	MOH FAUZI	√	√	√	√
20.	M RAMA	√	√	√	√
21.	NABILA M	√	√	√	√
22.	NADILA W	√	√	√	√
23.	NAUFAL E	√	√	√	√
24.	PUTRI A	√	√	√	√
25.	RAHMA O	√	√	√	√
26.	RUHIT A	√	√	√	√
27.	SATRIYAN A	√	√	√	√
28.	SEVITA G	√	√	√	√
29.	SHINTA M	√	√	√	√
30.	SYIFA A	√	√	√	√
31.	TEGAR F	√	√	√	√
32.	TRIANA P	√	√	√	√

ABSENSI KELAS VIII H (RESIPROKAL)

No.	Nama	Pertemuan 1	Pertemuan 2	Pertemuan 3	Pertemuan 4
1.	ADELA P	√	√	√	√
2.	ADITYA P	√	√	√	√
3.	ADITYA PK	√	√	√	√
4.	AHMAD ARIF	√	√	√	√
5.	A TAUFIK	√	√	√	√
6.	ARIF R	√	√	√	√
7.	DESI R	√	√	√	√
8.	DESTYANA S	√	√	√	√
9.	DEWIL	√	√	√	√
10.	DUAH T	√	√	√	√
11.	FEBRIANA W	√	√	√	√
12.	GURUH W	√	√	√	√
13.	HANINDA C	√	√	√	√
14.	KARTIKA W	√	√	√	√
15.	LORIS A	√	√	√	√
16.	MARCELINA M	√	√	√	√
17.	MAXCEL S	√	√	√	√
18.	MIQBAL	√	√	√	√
19.	M KHOER	√	√	√	√
20.	M CHANDRA	√	√	√	√
21.	MUTIARA M	√	√	√	√
22.	NABILA I	√	√	√	√
23.	NANDA A	√	√	√	√
24.	NUR HUDA	√	√	√	√
25.	RIZKY Z	√	√	√	√
26.	SABRINA N	√	√	√	√
27.	SALMA N	√	√	√	√
28.	SRI WAHYUNI	√	√	√	√
29.	TIARA N	√	√	√	√
30.	WINA P	√	√	√	√
31.	ZEISA B	√	√	√	√
32.	VIVAN SINAR	√	√	√	√

[illegible]

DATA MENTAH PRE-TEST KELAS VIII H

No.	Subjek	Sikap Awal					Tahap tumpuan					Melayang					pendaratan					Total skor
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
1.	ADELA P																					
2.	ADITYA																					
3.	ADITYA																					
4.	A ARIF																					
5.	TAUFIK																					
6.	ARIF R																					
7.	DESI R																					
8.	DESTYA																					
9.	DEWIL																					
10.	DUAH T																					
11.	FEBRIA																					
12.	GURUH																					
13.	HANI																					
14.	KARTI																					
15.	LORIS A																					
16.	MARCEL																					
17.	MAXCEL																					
18.	MIQBAL																					
19.	KHOER																					
20.	CANDRA																					
21.	MUTIA																					
22.	NABILA																					
23.	NANDA																					
24.	HUDA																					
25.	RIZKY Z																					
26.	SABRI																					
27.	SALMA																					
28.	SRI W																					
29.	TIARA N																					
30.	WINA P																					
31.	ZEISA B																					
32.	VIVAN S																					

Nilai = total skor x 5 = 10

Lampiran 11

Data Hasil *Pre-test* Dan *Post-test* Kelas Konvensional dan Kelas Resiprokal

No	Konvensional	Pretest	Posttest	No	Resiprokal	Pretest	Posttest
1.	AHMAD N	70	75	1.	ADELA P	70	85
2.	ALGA R J	90	95	2.	ADITYA P	80	85
3.	ANDIKA F	75	75	3.	ADITYA	70	80
4.	ANDRI N F	60	65	4.	A ARIF	60	70
5.	ANITA O	60	65	5.	A TAUFIK	60	80
6.	ANJAR P	60	60	6.	ARIF R	70	85
7.	ARCHYTA	60	65	7.	DESI R	60	90
8.	CECEP F	55	65	8.	DESTYAN	60	85
9.	DHAYU P	60	65	9.	DEWIL	60	80
10.	DIVA I	60	70	10.	DUAH T	90	90
11.	EKA A	60	75	11.	FEBRIAN	55	75
12.	EKNY B	50	65	12.	GURUH	55	80
13.	INDINA F	55	70	13.	HANINDA	50	80
14.	ISAC M	60	75	14.	KARTIKA	60	75
15.	LIESMA R	50	70	15.	LORIS A	55	80
16.	LUTFI F	50	75	16.	MARCELI	55	80
17.	MARETA M	60	75	17.	MAXCEL	80	95
18.	MIRANTI K	70	80	18.	MIQBAL	70	90
19.	MOH FAUZI	55	65	19.	M KHOER	65	85
20.	M RAMA	85	90	20.	CANDRA	60	80
21.	NABILA M	60	70	21.	MUTIARA	70	85
22.	NADILA W	60	70	22.	NABILA I	65	80
23.	NAUFAL E	75	75	23.	NANDA A	65	80
24.	PUTRI A	65	65	24.	HUDA	65	80
25.	RAHMA O	55	70	25.	RIZKY Z	65	80
26.	RUHIT A	80	90	26.	SABRINA	70	85
27.	SATRIYAN	60	65	27.	SALMA N	60	85
28.	SEVITA G	60	70	28.	SRI W	65	75
29.	SHINTA M	55	70	29.	TIARA N	80	85
30.	SYIFA A	55	70	30.	WINA P	60	85
31.	TEGAR F	50	65	31.	ZEISA B	60	85
32.	TRIANA P	50	60	32.	VIVAN S	65	75
Jumlah		1970	2280	Jumlah		2065	2630
Rata-Rata		61,5625	71,25	Rata-Rata		64,53125	82,1875
Minimal		50	60	Minimal		50	70
Maksimal		90	95	Maksimal		90	95
Std. Deviasi				Std. Deviasi			

Lampiran 12

1. HASIL DESKRIPSI STATISTIK DATA PRETEST

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Konvensional	32	50.00	90.00	61.5625	11.31923
Resiprokal	32	50.00	90.00	64.5312	8.64715
Valid N (listwise)	32				

2. HASIL DESKRIPSI STATISTIK DATA POSTTEST

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Konvensional	32	60.00	95.00	71.2500	8.23055
Resiprokal	32	70.00	95.00	82.1875	5.22671
Valid N (listwise)	32				

3. UJI HASIL PRETEST

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Konvensional	61.5625	32	11.31923	2.00098
Resiprokal	64.5312	32	8.64715	1.52861

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Konvensional & resiprokal	32	.387	.029

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Konvensional – Resiprokal	2.96875	11.27797	1.99368	7.03489	1.09739	1.489	31	.147

4. UJI PRETEST DAN POSTTEST KELAS KONVENSIONAL

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Pretest	61.5625	32	11.31923	2.00098
Posttest	71.2500	32	8.23055	1.45497

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Pretest & posttest	32	.783	.000

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	Df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Pretest – Posttest	9.68750	7.06394	1.24874	12.23432	7.14068	7.758	31	.000

5. UJI PRETEST DAN POSTTEST KELAS RESIPROKAL

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Pretest	64.5312	32	8.64715	1.52861
Posttest	82.1875	32	5.22671	.92396

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Pretest & Posttest	32	.523	.002

Paired Samples Test

	Paired Differences					T	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Pretest – Posttest	1.76562E1	7.40361	1.30879	20.32554	14.98696	13.491	31	.000

6. UJI POSTTEST KELAS KONVENSIONAL DAN RESIPROKAL

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Konvensional	71.2500	32	8.23055	1.45497
Resiprokal	82.1875	32	5.22671	.92396

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Konvensional & Resiprokal	32	.103	.574

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Konvensional – Resiprokal	1.09375	9.28383	1.64116	14.28468	7.59032	6.664	31	.000

UJI NORMALITAS

1. HASIL UJI NORMALITAS PRETEST

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Konvensional	Resiprokal
N		32	32
Normal Parameters ^a	Mean	61.5625	64.5312
	Std. Deviation	11.31923	8.64715
Most Extreme Differences	Absolute	.305	.200
	Positive	.305	.200
	Negative	-.125	-.144

Kolmogorov-Smirnov Z	1.725	1.131
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005	.155
a. Test distribution is Normal.		

2. UJI NORMALITAS POSTTEST

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Konvensional	Resiprokal
N		32	32
Normal Parameters ^a	Mean	71.2500	82.1875
	Std. Deviation	8.23055	5.22671
Most Extreme Differences	Absolute	.217	.193
	Positive	.217	.193
	Negative	-.161	-.182
Kolmogorov-Smirnov Z		1.225	1.094
Asymp. Sig. (2-tailed)		.099	.182
a. Test distribution is Normal.			

UJI HOMOGENITAS

1. UJI HOMOGENITAS KONTROL

Test of Homogeneity of Variances

Konvensional

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.581	4	25	.210

ANOVA

Konvensional					
	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	2853.224	6	475.537	10.627	.000
Within Groups	1118.651	25	44.746		
Total	3971.875	31			

2. UJI HOMOGENITAS RESIPROKAL**Test of Homogeneity of Variances**

Resiprokal

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
2.906	3	26	.054

ANOVA

Resiprokal					
	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	795.999	5	159.200	2.720	.042
Within Groups	1521.970	26	58.537		
Total	2317.969	31			

Lampiran 13

TABEL UJI PERBEDAAN PRETEST KELAS KONVENSIONAL DAN RESIPROKAL

No.	Konvensional	Resiprokal	D	D	d ²
1.	70	70	0	-95	9025
2.	90	80	10	-85	7225
3.	75	70	5	-90	8100
4.	60	60	0	-95	9025
5.	60	60	0	-95	9025
6.	60	70	-10	-105	11025
7.	60	60	0	-95	9025
8.	55	60	-5	-100	10000
9.	60	60	0	-95	9025
10.	60	90	-30	-125	15625
11.	60	55	5	-90	8100
12.	50	55	-5	-100	10000
13.	55	50	5	-90	8100
14.	60	60	0	-95	9025
15.	50	55	-5	-100	10000
16.	50	55	-5	-100	10000
17.	60	80	-20	-115	13225
18.	70	70	0	-95	9025
19.	55	65	-10	-105	11025
20.	85	60	25	-70	4900
21.	60	80	-20	-115	13225
22.	60	65	-5	-100	10000
23.	75	65	10	-85	7225
24.	65	65	0	-95	9025
25.	55	65	-10	-105	11025
26.	90	70	20	-75	5625
27.	60	60	0	-95	9025
28.	60	65	-5	-100	10000
29.	55	80	-25	-120	14400
30.	55	60	-5	-100	10000
31.	50	60	-10	-105	11025
32.	50	65	-15	-110	12100
Σ	1970	2065	95	3135	311075
Mean	61,5625	64,53125			

$$MD = \frac{\sum D}{N} = \frac{95}{32} = 2,96875$$

$$t = \frac{(MD)}{\frac{\sqrt{\sum d^2}}{N(N-1)}} = \frac{(2,96875)}{\frac{\sqrt{311075}}{32(32-1)}} = \frac{2,96875}{\frac{\sqrt{557,74098}}{992}}$$

$$= \frac{2,96875}{\sqrt{0,56223889}} = \frac{2,96875}{0,74982591} = 3,9592524$$





Guru memimpin siswa melakukan pemanasan



Memberikan materi lompat jauh gaya jongko



Memberikan contoh lompat jauh gaya jongkok



Membagikan lembar penilaian kepada kelas resiprokal



Siswa melakukan penilaian dengan berdiskusi kelompok pada kelas resiprokal



Siswa melakukan penilaian lompat jauh



Koordinasi dengan guru olahraga SMP Negeri 23 Semarang



Dibantu guru SMP Negeri 23 dan guru PPL Unwahas

