

# *LAMPIRAN*

## Lampiran 1

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN ( RPP ) SIKLUS I

Satuan Pendidikan	: SDN 057 Teppo
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas	: IV (Empat)
Semester	: 1 (Satu)
Alokasi Waktu	: 3 x 45 menit

**Standar Kompetensi (SK)**

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

**Kompetensi Dasar (KD)**

Mempraktikkan variasi gerak dasar atletik yang dimodifikasi, serta nilai semangat, sportifitas, kerja sama, percaya diri, dan kejujuran.

**Indikator Kognitif**

1. Siswa dapat membuat keputusan untuk menentukan sikap tubuh saat melakukan tolakan dalam olahraga tolak peluru
2. Siswa dapat membuat keputusan untuk menentukan sikap tolakan.
3. Siswa dapat membuat keputusan untuk mempertahankan sikap akhir menolak peluru.

**Psikomotor**

Siswa melakukan gerak dasar tolak peluru menggunakan bola yang dimodifikasi :

1. Menolak bola sejauh mungkin.

**Afektif****Perilaku berkarakter**

1. Disiplin dalam melakukan setiap tugas pembelajaran
2. Bersemangat dan sungguh-sungguh dalam pembelajaran

### **Keterampilan sosial**

1. Bekerjasama dengan teman dalam menyelesaikan tugas gerak.
2. Bertanya dan berpendapat saat pembelajaran.
3. Percaya diri, toleransi, tanggung jawab dalam melakukan gerakan

#### **A. Tujuan Pembelajaran Kognitif**

1. Siswa dapat menjelaskan Langkah-Langkah menolak peluru
2. Siswa dapat menjelaskan gaya menolak dalam tolak peluru
3. Siswa dapat menjelaskan informasi tentang tolak peluru
4. Siswa dapat menjelaskan cara mempertahankan sikap awal, tolakan, dan akhir setelah menolak peluru.

#### **Psikomotor**

1. Siswa dapat melakukan gerak dasar menolak menggunakan bola plastik yang diisi pasir.
2. Mempertahankan sikap akhir setelah menolak peluru dengan benar.

#### **Afektif**

##### **Perilaku Berkarakter**

1. Mengikuti proses pembelajaran, dan menunjukkan sikap disiplin dalam melakukan setiap tugas pembelajaran.
2. Mengikuti proses pembelajaran, dan menunjukkan sikap semangat dan bersungguh-sungguh dalam melakukan tugas pembelajaran.

##### **Keterampilan Sosial**

1. Melakukan rangkaian gerakan tolak peluru, siswa menunjukkan sikap kerjasama.
2. Pada saat melakukan gerakan, siswa saling melakukan koreksi.
3. Pada saat guru menjelaskan, siswa memperhatikan.
4. Pada saat siswa lain bertanya atau menjawab pertanyaan guru, seluruh siswa mendengarkan dan memperhatikan.
5. Pada saat melakukan tugas-tugas pembelajaran, siswa melaksakannya dengan penuh percaya diri dan toleransi.

## **B. Materi Pembelajaran**

Atletik (Tolak Peluru)

- Gerak dasar Tolak peluru dengan bola yang dimodifikasi

## **C. Model/pendekatan, Strategi, Metode/teknik Pembelajaran.**

1. Model/Pendekatan : Pendekatan taktis.
2. Strategi : Memberi contoh – siswa melakukan – evaluasi
3. Metode/teknik : (bagian – keseluruhan – gabungan), Diskusi, tugas, dan tanya jawab.

## **D. Langkah-Langkah Pembelajaran**

### **1. Persiapan Guru Penjasorkes Sebelum Pembelajarana.**

- a. Menyiapkan peralatan / media pembelajaran
- b. Guru menyiapkan pertanyaan-pertanyaan untuk mengelaborasi respons siswa.

### **2. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)**

- a. Berdoa dan presensi. Siswa berbaris dengan tertib dan disiplin.
- b. Apersepsi (menghubungkan materi pembelajaran dengan pengetahuan awal siswa). Saat ini, siswa didorong untuk berani berpendapat terkait pengetahuan gerak dasar menolak.
- c. Menyampaikan Tujuan pembelajaran dan memotivasi siswa.
- d. Pemanasan dilakukan dengan “*game*”.

### **3. Kegiatan Inti (45 menit)**

#### **a. Mengamati**

- a. Membaca informasi tentang gerak fundamental tolak peluru (teknik memegang peluru, teknik akan menolakkan peluru, teknik menolakkan peluru, teknik setelah melokkan peluru).

- b. Mencari informasi tentang gerak fundamental tolak peluru (teknik memegang peluru, teknik akan menolakkan peluru, teknik menolakkan peluru, teknik setelah melokkan peluru).
- c. Mencermati sekilas pergerakan tolak peluru gaya samping secara langsung dan membuat catatan tentang gerak fundamental tolak peluru (teknik memegang peluru, teknik akan menolakkan peluru, teknik menolakkan peluru, teknik setelah melokkan peluru). dan membuat catatan hasil pengamatan

**b. Bertanya**

- a. Mengarahkan agar peserta didik aktif mempertanyakan tentang berbagai gerak fundamental tolak peluru gaya samping, misalnya :
  - Bagaimana cara memegang peluru ?
  - Bagaiman cara meletakkan peluru sebelum di tolak ?
  - Bagaiman cara menolakkan peluru ?
- b. Mengarahkan agar peserta didik aktif mempertanyakan tentang manfaat tolak peluru

**c. Mengumpulkan informasi atau mencoba**

- Memberi kebebasan kepada peserta didik untuk melakukan gerakan tolak peluru gaya samping sebisanya
- Memberikan tantangan agar peserta didik memperagakan pergerakan :
  1. Memegang peluru .
  2. Meletakkan peluru sebelum ditolakkan
  3. Menolakkan peluru sekuat - kuatnya.
  4. Mendarat dengan kaki kanan ke depan, kaki kiri diangkat ke atas untuk keseimbangan.
- Secara bergantian tiap siswa melakukan tolak peluru gaya samping, sementara siswa yang lain mengadakan pengamatan Disebelah belakang pelempar.
- Mendiskusikan setiap gerak fundamental tolak peluru gaya samping (teknik memegang peluru, teknik akan menolakkan peluru, teknik menolakkan peluru, teknik setelah melokkan peluru ). dengan benar dan membuat kesimpulan.

- Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerakan tolak peluru gaya samping (teknik memegang peluru, teknik akan menolakkan peluru, teknik menolakkan peluru, teknik setelah melokkan peluru ). dengan benar dan membuat kesimpulannya.
- Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental tolak peluru gaya samping (teknik memegang peluru, teknik akan menolakkan peluru, teknik menolakkan peluru, teknik setelah melokkan peluru) dengan benar dan membuat kesimpulan.

#### **d. Mengasosiasi/ Menalar**

- Siswa mampu menalar apa yang harus di lakukanya saat ia berada di lapangan.
- Siswa menemukan gerak fundamental tolak peluru gaya samping (teknik memegang peluru, teknik akan menolakkan peluru, teknik menolakkan peluru, teknik setelah melokkan peluru ) untuk kebutuhan dengan menunjukkan disiplin dan percaya diri.

#### **e. Mengkomunikasikan**

- Melakukan tolak peluru gaya samping (teknik memegang peluru, teknik akan menolakkan peluru, teknik menolakkan peluru, teknik setelah melokkan peluru ) serta menunjukkan sportifitas, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama melaksanakan.
- Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan.
- Menunjukkan perilaku menerima kelebihan orang lain dan mengekspresikan kelebihannya sendiri tidak berlebihan.
- Memberikan saran perbaikan kepada teman lain selama melakukan kegiatan.
- Memaparkan hasil diskusi tentang ketrampilan gerak tolak peluru gaya samping secara kelompok dengan menunjukkan kerjasama.

#### **f. Pendinginan**

1. Kedua tangan lurus keatas kemudian lepaskan kebawah sambil teriak
  2. Badan dibungkukkan kedepan dan kedua tangan diayunkan kedepan dan belakang.
- Siswa diberikan tugas-tugas

- Melakukan evaluasi proses pembelajaran, melakukan refleksi dengan tanya jawab kepada peserta didik, menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran

Doa syukur

## Lampiran 2

## RENCANA

Satuan Pendidikan	: SDN 057 Teppo
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas	: IV (Empat)
Semester	: 1 (Satu)
Alokasi Waktu	: 2 x 45 menit

## PELAKSANAAN PEMBELAJARAN ( RPP ) SIKLUS II

**Standar Kompetensi (SK)**

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

**Kompetensi Dasar (KD)**

Mempraktikkan variasi gerak dasar atletik yang dimodifikasi, serta nilai semangat, sportifitas, kerja sama, percaya diri, dan kejujuran.

**Indikator Kognitif**

1. Siswa dapat membuat keputusan untuk menentukan sikap tubuh saat melakukan tolakan dalam olahraga tolak peluru
2. Siswa dapat membuat keputusan untuk menentukan sikap tolakan.
3. Siswa dapat membuat keputusan untuk mempertahankan sikap akhir menolak peluru.

**Psikomotor**

1. Siswa melakukan gerak dasar tolak peluru menggunakan bola yang dimodifikasi :
2. Menolak bola sejauh mungkin.

**Afektif****Perilaku berkarakter**

1. Disiplin dalam melakukan setiap tugas pembelajaran.
2. Bersemangat dan sungguh-sungguh dalam pembelajaran



### **Keterampilan sosial**

1. Bekerjasama dengan teman dalam menyelesaikan tugas gerak.
2. Bertanya dan berpendapat saat pembelajaran.
3. Percaya diri, toleransi, tanggung jawab dalam melakukan gerakan

### **A. Tujuan Pembelajaran Kognitif**

1. Siswa dapat menjelaskan Langkah-Langkah menolak peluru
2. Siswa dapat menjelaskan gaya menolak dalam tolak peluru
3. Siswa dapat menjelaskan informasi tentang tolak peluru
4. Siswa dapat menjelaskan cara mempertahankan sikap awal, tolakan, dan akhir setelah menolak peluru.

### **Psikomotor**

1. Siswa dapat melakukan gerak dasar menolak menggunakan bola plastik yang diisi pasir.
2. Mempertahankan sikap akhir setelah menolak peluru dengan benar.

### **Afektif**

#### **Perilaku Berkarakter**

1. Mengikuti proses pembelajaran, dan menunjukkan sikap disiplin dalam melakukan setiap tugas pembelajaran.
2. Mengikuti proses pembelajaran, dan menunjukkan sikap semangat dan bersungguh-sungguh dalam melakukan tugas pembelajaran.

### **Keterampilan Sosial**

1. Melakukan rangkaian gerakan tolak peluru, siswa menunjukkan sikap kerjasama.
2. Pada saat melakukan gerakan, siswa saling melakukan koreksi.
3. Pada saat guru menjelaskan, siswa memperhatikan.
4. Pada saat siswa lain bertanya atau menjawab pertanyaan guru, seluruh siswa mendengarkan dan memperhatikan.
5. Pada saat melakukan tugas-tugas pembelajaran, siswa melaksakannya dengan penuh percaya diri dan toleransi.

#### **B. Materi Pembelajaran**

#### **Atletik (Tolak Peluru)**

- Gerak dasar Tolak peluru dengan bola yang dimodifikasi

### **C. Model/pendekatan, Strategi, Metode/teknik Pembelajaran.**

1. Model/Pendekatan : Pendekatan taktis.
2. Strategi : Memberi contoh – siswa melakukan – evaluasi
3. Metode/teknik : (bagian – keseluruhan – gabungan), Diskusi, tugas, dan tanya jawab.

### **D. Langkah-Langkah Pembelajaran**

#### **1. Persiapan Guru Penjasorkes Sebelum Pembelajarana.**

- a. Menyiapkan peralatan / media pembelajaran
- b. Guru menyiapkan pertanyaan-pertanyaan untuk mengelaborasi respons siswa.

#### **2. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)**

- a. Berdoa dan presensi. Siswa berbaris dengan tertib dan disiplin.
- b. Apersepsi (menghubungkan materi pembelajaran dengan pengetahuan awal siswa). Saat ini, siswa didorong untuk berani berpendapat terkait pengetahuan gerak dasar menolak.
- c. Menyampaikan Tujuan pembelajaran dan memotivasi siswa.
- d. Pemanasan dilakukan dengan “ *game*”.

#### **3. Kegiatan Inti (45 menit)**

##### **a. Mengamati**

- a. Membaca informasi tentang gerak fundamental tolak peluru (teknik memegang peluru, teknik akan menolakkan peluru, teknik menolakkan peluru, teknik setelah melokkan peluru).
- b. Mencari informasi tentang gerak fundamental tolak peluru (teknik memegang peluru, teknik akan menolakkan peluru, teknik menolakkan peluru, teknik setelah melokkan peluru).
- c. Mencermati sekilas pergerakan tolak peluru gaya samping secara langsung dan membuat catatan tentang gerak fundamental tolak peluru (teknik memegang peluru, teknik akan menolakkan peluru, teknik menolakkan peluru, teknik setelah melokkan peluru). dan membuat catatan hasil pengamatan

### **b. Mengumpulkan informasi atau mencoba**

- Memberi kebebasan kepada peserta didik untuk melakukan gerakan tolak peluru gaya samping sebisanya
- Memberikan tantangan agar peserta didik memperagakan pergerakan :
  1. Memegang peluru .
  2. Meletakkan peluru sebelum ditolakkan
  3. Menolakkan peluru sekuat - kuatnya.
  4. Mendarat dengan kaki kanan ke depan, kaki kiri diangkat ke atas untuk keseimbangan.
- Secara bergantian tiap siswa melakukan tolak peluru gaya samping, sementara siswa yang lain mengadakan pengamatan Disebelah belakang pelempar.
- Mendiskusikan setiap gerak fundamental tolak peluru gaya samping (teknik memegang peluru, teknik akan menolakkan peluru, teknik menolakkan peluru, teknik setelah melokkan peluru ). dengan benar dan membuat kesimpulan.
- Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerakan tolak peluru gaya samping (teknik memegang peluru, teknik akan menolakkan peluru, teknik menolakkan peluru, teknik setelah melokkan peluru ). dengan benar dan membuat kesimpulannya.
- Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental tolak peluru gaya samping (teknik memegang peluru, teknik akan menolakkan peluru, teknik menolakkan peluru, teknik setelah melokkan peluru) dengan benar dan membuat kesimpulan.

### **c. Mengasosiasi/ Menalar**

- Siswa mampu menalar apa yang harus di lakukanya saat ia berada di lapangan.
- Siswa menemukan gerak fundamental tolak peluru gaya samping (teknik memegang peluru, teknik akan menolakkan peluru, teknik menolakkan peluru, teknik setelah melokkan peluru ) untuk kebutuhan dengan menunjukkan disiplin dan percaya diri.

### **d. Mengkomunikasikan**

- Melakukan tolak peluru gaya samping (teknik memegang peluru, teknik akan menolakkan peluru, teknik menolakkan peluru, teknik setelah melokkan peluru ) serta

menunjukkan sportifitas, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama melaksanakan.

- Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan.
- Menunjukkan perilaku menerima kelebihan orang lain dan mengekspresikan kelebihannya sendiri tidak berlebihan.
- Memberikan saran perbaikan kepada teman lain selama melakukan kegiatan.
- Memaparkan hasil diskusi tentang ketrampilan gerak tolak peluru gaya samping secara kelompok dengan menunjukkan kerjasama.

#### **e.Pendinginan**

3. Kedua tangan lurus keatas kemudian lepaskan kebawah sambil teriak
4. Badan dibungkukkan kedepan dan kedua tangan diayunkan kedepan dan belakang.
  - Siswa diberikan tugas-tugas
  - Melakukan evaluasi proses pembelajaran, melakukan refleksi dengan tanya jawab kepada peserta didik, menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran

Doa syukur

### Lampiran 3

#### EVALUASI TEKNIK GERAKAN TOLAK PELURU PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI 057 TEPPPO DESA LAWEWE KEC. BAEBUNTA KAB. LUWU UTARA

Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Materi Pokok	: Pembelajaran Atletik Tolak Peluru
Program	: SD Negeri 057 Teppo Desa Lawewe Kec. Baebunta Kab.Luwu Utara
Evaluator	:
Tanggal	:

Lembar evaluasi ini dimaksudkan untuk mengetahui keberhasilan siswa dalam menguasai teknik tolak peluru. Yang mencakup beberapa teknik yaitu teknik memegang peluru, teknik menahan peluru pada bahu, sikap awal menolak peluru, gerakan menolak, dan sikap akhir menolak peluru.

Petunjuk pengisian lembar evaluasi teknik tolak peluru:

1. Pengamatan atau evaluasi dilakukan setelah semua siswa melakukan pembelajaran tolak peluru dengan menggunakan media bola plastik.
2. Evaluasi mencakup kesesuaian teknik yang dilakukan siswa, yang meliputi: teknik memegang peluru, teknik menahan peluru pada bahu, sikap awal menolak peluru, gerakan menolak, dan sikap akhir menolak peluru.
3. Rentangan evaluasimulai dari “tidak baik” sampai dengan “sangat baik” dengan cara member tanda √ (centang) pada kolom yang tersedia.

Keterangan:

1 : tidak baik

2 : kurang baik

3 : cukup baik

4 : baik

5 : sangat baik

#### A. Analisis Gerakan Tolak Peluru

1. Teknik Memegang Peluru:

- 1) Peluru ditempatkan pada telapak tangan 2) Jari-jari renggang.
  - 3) Ibu jari berada pada samping peluru.
  - 4) Jari kelingking menahan peluru dari arah yang berlawanan dari ibu jari
  - 5) Genggaman harus kuat atau mantab.
2. Teknik Menahan Peluru Pada Bahu:
- 1) Kaki kanan ditempatkan di muka batas belakang lingkaran, kaki kiri diletakkan di samping kiri selebar badan dan segaris dengan arah lemparan.
  - 2) Peluru dipegang dengan tangan kanan.
  - 3) Peluru diletakan pada batas antara leher dengan pundak, di bawah telinga, ketiak membuka, dan lengan terentang segaris dengan pundak.
  - 4) Lengan kiri di muka dan dada sedikit ditekuk.
  - 5) Kaki kiri menapak dengan ujung kaki
3. Sikap Awal Menolak Peluru:
- 1) Kaki kanan ditempatkan ke muka batas lingkaran belakang
  - 2) Kaki kiri diletakan di samping kiri selebar badan, segaris dengan arah lemparan.
  - 3) Kaki kanan sedikit ditekuk, berat badan berada pada kaki kanan.
  - 4) Badan agak membengkok dan sedikit condong ke kanan.
  - 5) Pandangan mata dijatuhkan kira-kira 4 meter ke depan.
  - 6) Pusatkan pikiran, kalau sudah merasa cukup, kaki kiri diayunkan ke muka agak menyamping.
  - 7) Setelah ayunan kaki kiri yang merupakan persiapan awalan dirasa cukup, kaki kanan ditekuk lebih rendah.
  - 8) Bersama dengan ayunan kaki kiri, kaki kanan menolak kearah lemparan dan mendarat di tengah lingkaran.

## 4. Gerakan Menolak Peluru:

- 1) Peluru berpangkal diantara leher dan bahu.
- 2) Lengan membuka, membentuk sudut siku-siku.
- 3) Pegangan peluru tidak boleh berubah.
- 4) Pandangan kearah sasaran yang dituju.
- 5) Arah peluru parabola.

## 5. Sikap Akhir Menolak Peluru:

- 1) Sesudah menolak peluru, membuat gerakan lompatan untuk menukar kaki kanan ke depan.
- 2) Kaki tidak boleh jatuh di luar lingkaran
- 3) Ujung kaki usahakan menyentuh balok tolakan
- 4) Bersamaan dengan mendaratnya kaki kanan, kaki kiri ditarik ke belakang.
- 5) Demikian juga dengan lengan kiri untuk menjaga keseimbangan.

. **Teknik Penskoran**

No	Kriteria	Keterangan
1	Teknik Memegang Peluru: 1) Peluru ditempatkan pada telapak tangan 2) Jari-jari renggang 3) Ibu jari berada pada samping peluru 4) Jari kelingking menahan peluru dari arah yang berlawanan dari ibu jari 5) Genggaman harus kuat atau mantab	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nilai 4: siswa dapat melakukan teknik gerakan dengan sempurna</li> <li>• Nilai 3: siswa dapat melakukan 4 gerakan dengan benar</li> <li>• Nilai 2: siswa dapat melakukan 3 gerakan dengan benar</li> <li>• Nilai 1: siswa dapat melakukan 2 atau 1</li> </ul>

		gerakan dengan benar
2	<p>Teknik Menahan Peluru Pada bahu:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kaki kanan ditempatkan di muka batas belakang lingkaran, kaki kiri diletakkan di samping kiri selebar badan dan segaris dengan arah lemparan.</li> <li>2. Peluru dipegang dengan tangan kanan.</li> <li>3. Peluru diletakan pada batas antara leher dengan pundak, di bawah telinga, ketiak membuka, dan lengan terentang segaris dengan pundak.</li> <li>4. Lengan kiri di muka dan dada sedikit ditekuk.</li> <li>5. Kaki kiri menapak dengan ujung kaki</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nilai 4: siswa dapat melakukan teknik gerakan dengan sempurna</li> <li>• Nilai 3: siswa dapat melakukan 4 gerakan dengan benar</li> <li>• Nilai 2: siswa dapat melakukan 3 gerakan dengan benar</li> <li>• Nilai 1: siswa dapat melakukan 2 atau 1 gerakan dengan benar</li> </ul>
3	<p>Sikap Awal Menolak Peluru:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Kaki kanan ditempatkan ke muka batas lingkaran belakang</li> <li>2) Kaki kiri diletakan di samping kiri selebar badan, segaris dengan arah lemparan.</li> <li>3) Kaki kanan sedikit</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nilai 4: siswa dapat melakukan teknik gerakan dengan sempurna</li> <li>• Nilai 3: siswa dapat melakukan 7,6 atau 5 gerakan dengan benar</li> <li>• Nilai 2: siswa dapat melakukan 4 atau 3 gerakan dengan</li> </ul>



	<p>ditekuk, berat badan berada pada kaki kanan.</p> <p>4) Badan agak membengkok dan sedikit condong ke kanan.</p> <p>5) Pandangan mata dijatuhkan kirakira 4 meter ke depan.</p> <p>6) Pusatkan pikiran, kalau sudah merasa cukup, kaki kiri diayunkan ke muka agak menyamping.</p> <p>7) Setelah ayunan kaki kiri yang merupakan persiapan awalan dirasa cukup, kaki kanan ditekuk lebih rendah.</p> <p>8) Bersama dengan ayunan kaki kiri, kaki kanan menolak kearah lemparan dan mendarat di tengah lingkaran.</p>	<p>benar</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nilai 1: siswa dapat melakukan 2 atau 1 gerakan dengan benar</li> </ul>
4	<p>Gerakan Menolak Peluru</p> <p>1) Peluru berpangkal diantara leher dan bahu.</p> <p>2) Lengan membuka, membentuk sudut siku-siku.</p> <p>3) Pegangan peluru tidak boleh berubah.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nilai 4: siswa dapat melakukan teknik gerakan dengan sempurna</li> <li>• Nilai 3: siswa dapat melakukan 4 gerakan dengan benar</li> <li>• Nilai 2: siswa dapat melakukan 3 gerakan dengan benar</li> <li>• Nilai 1: siswa dapat melakukan 2 atau 1</li> </ul>

	<p>4) Pandangan kearah sasaran yang dituju.</p> <p>5) Arah peluru parabola.</p>	<p>gerakan dengan benar</p>
5	<p>Sikap Akhir Menolak Peluru</p> <p>1) Sesudah menolak peluru, membuat gerakan lompatan untuk menukar kaki kanan ke depan.</p> <p>2) Kaki tidak boleh jatuh di luar lingkaran</p> <p>3) Ujung kaki usahakan menyentuh balok tolakan</p> <p>4) Bersamaan dengan mendaratnya kaki kanan, kaki kiri ditarik ke belakang.</p> <p>5) Demikian juga dengan lengan kiri untuk menjaga keseimbangan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nilai 4: siswa dapat melakukan teknik gerakan dengan sempurna</li> <li>• Nilai 3: siswa dapat melakukan 4 gerakan dengan benar</li> <li>• Nilai 2: siswa dapat melakukan 3 gerakan dengan benar</li> <li>• Nilai 1: siswa dapat melakukan 2 atau 1 gerakan dengan benar</li> </ul>

## Lampiran 4

Kondisi awal nilai kemampuan melakukan gerak dasar tolak peluru kelas IV SD Negeri  
057 Teppo Desa Lawewe Kec.Baebunta Kab.Luwu Utara.

No	Nama	KKM	L/P	ITEM PENILAIAN			$\bar{x}$	Ket
				Kognitif	Afektif	Psikomotor		
1	Baim	70	L	70	75	70	72	Tuntas
2	Ilham		L	75	70	52	66	Tidak Tuntas
3	M. Alfat Ibrahim		L	70	70	52	64	Tidak Tuntas
4	Muh. Asriyal		L	75	75	70	73	Tuntas
5	M. Alief Ardiasah		L	65	65	65	65	Tidak Tuntas
6	M. Nurfaaisal		L	75	70	75	73	Tuntas
7	Aqila		P	70	65	44	60	Tidak Tuntas
8	Ica		P	65	75	48	63	Tidak Tuntas
9	Marwah. F.A		P	75	70	70	72	Tuntas
10	Nirmahayu		P	70	75	44	63	Tidak Tuntas
11	Nurhidayah		P	70	60	48	59	Tidak Tuntas
12	Putri		P	70	65	75	70	Tuntas
13	Raditia		P	70	75	56	67	Tidak Tuntas
14	Alda		P	70	75	56	67	Tidak Tuntas
15	Sitti Sahra		P	65	70	40	58	Tidak Tuntas
16	Khaerunnisa		P	65	65	48	59	Tidak Tuntas
17	Wulandari		P	65	70	56	64	Tidak Tuntas
18	Nurayoa		P	70	70	56	65	Tidak Tuntas

Jumlah Siswa yang tuntas belajarnya = 5 siswa (27.77%)

Jumlah Siswa yang tidak tuntas = 13 siswa (63.33 %)

Keterangan :

KKM = Kriteria Ketuntasan Minimal

L = Laki – Laki

P = Perempuan

Nilai Rata – Rata ( $\bar{x}$ ) =  $\frac{\text{Nilai Kognitif} + \text{Nilai Afektif} + \text{Nilai Psikomotor}}{3}$

## Lampiran 5

Nilai Ketuntasan Hasil Belajar Siswa Kelas kelas IV SD Negeri 057 Teppo Desa Lawewe  
Kec.Baebunta Kab.Luwu Utara. 2020/2021 dari Kondisi Awal ke Siklus 1

No	Nama	KKM	L/ P	Nilai Awal	Nilai Siklus I	Ket
1	Baim	70	L	72	74	Tuntas
2	Ilham		L	66	68	Tidak Tuntas
3	M. Alfat Ibrahim		L	64	66	Tidak Tuntas
4	Muh. Asriyal		L	73	75	Tuntas
5	M. Alief Ardiasah		L	65	67	Tidak Tuntas
6	M. Nurfaaisal		L	73	75	Tuntas
7	Aqila		P	60	62	Tidak Tuntas
8	Ica		P	63	65	Tidak Tuntas
9	Marwah. F.A		P	72	74	Tuntas
10	Nirmahayu		P	63	65	Tuntas
11	Nurhidayah		P	59	61	Tidak Tuntas
12	Putri		P	70	72	Tuntas
13	Raditia		P	67	69	Tidak Tuntas
14	Alda		P	67	73	Tuntas
15	Sitti Sahra		P	58	60	Tidak Tuntas
16	Khaerunnisa		P	59	61	Tidak Tuntas
17	Wulandari		P	64	66	Tidak Tuntas
18	Nurayoa		P	65	67	Tidak Tuntas

Jumlah Siswa yang tuntas belajarnya = 7 siswa (35%)

Jumlah Siswa yang tidak tuntas = 11 siswa (65%)

## Lampiran 6

Nilai Ketuntasan Hasil Belajar Siswa Kelas kelas IV SD Negeri 057 Teppo Desa Lawewe  
Kec.Baebunta Kab.Luwu Utara. 2021/2021 dari Siklus 1 Ke Siklus II

No	Nama	KKM	L/ P	Nilai Siklus I	Nilai Siklus II	Ket
1	Baim	70	L	74	90.7	Tuntas
2	Ilham		L	68	81.7	Tuntas
3	M. Alfat Ibrahim		L	66	79.7	Tuntas
4	Muh. Asriyal		L	75	91.3	Tuntas
5	M. Alief Ardiasah		L	67	82.7	Tuntas
6	M. Nurfaisal		L	75	90.7	Tuntas
7	Aqila		P	62	78.7	Tuntas
8	Ica		P	65	84.0	Tuntas
9	Marwah. F.A		P	74	85.3	Tuntas
10	Nirmahayu		P	65	84.7	Tuntas
11	Nurhidayah		P	61	80.7	Tuntas
12	Putri		P	72	75.7	Tuntas
13	Raditia		P	69	85.3	Tuntas
14	Alda		P	73	80.3	Tuntas
15	Sitti Sahra		P	60	79.7	Tuntas
16	Khaerunnisa		P	61	76.3	Tuntas
17	Wulandari		P	66	80.0	Tuntas
18	Nurayoa		P	67	68.3	Tidak Tuntas

Jumlah Siswa yang tuntas belajarnya = 17 siswa (95%)

Jumlah Siswa yang tidak tuntas = 1 siswa(5%)

## Lampiran 7

Nilai Ketuntasan Hasil Belajar Siswa Kelas kelas IV SD Negeri 057 Teppo Desa Lawewe  
Kec.Baebunta Kab.Luwu Utara. 2020/2021 dari Kondisi Awal Ke Siklus II

No	Nama	KKM	L/ P	Nilai Awal	Nilai Siklus II	Ket
1	Baim	70	L	72	90.7	Tuntas
2	Ilham		L	66	81.7	Tuntas
3	M. Alfat Ibrahim		L	64	79.7	Tuntas
4	Muh. Asriyal		L	73	91.3	Tuntas
5	M. Alief Ardiasah		L	65	82.7	Tuntas
6	M. Nurfaisal		L	73	90.7	Tuntas
7	Aqila		P	60	78.7	Tuntas
8	Ica		P	63	84.0	Tuntas
9	Marwah. F.A		P	72	85.3	Tuntas
10	Nirmahayu		P	63	84.7	Tuntas
11	Nurhidayah		P	59	80.7	Tuntas
12	Putri		P	70	75.7	Tuntas
13	Raditia		P	67	85.3	Tuntas
14	Alda		P	67	80.3	Tuntas
15	Sitti Sahra		P	58	79.7	Tuntas
16	Khaerunnisa		P	59	76.3	Tuntas
17	Wulandari		P	64	80.0	Tuntas
18	Nurayoa		P	65	68.3	Tidak Tuntas

## Lampiran 8

## Penilaian Aspek Kognitif Siklus I

No	Nama Siswa	Kela min	Nilai yang diperoleh										$\Sigma$ Nilai Kognitif
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	Baim	L	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	7
2	Ilham	L	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	8
3	M. Alfat Ibrahim	L	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	7
4	Muh. Asriyal	L	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9
5	M. Alief Ardiasah	L	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	7
6	M. Nurfaisal	L	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
7	Aqila	P	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	7
8	Ica	P	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	7
9	Marwah. F.A	P	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
10	Nirmahayu	P	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	8
11	Nurhidayah	P	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	7
12	Putri	P	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	7
13	Raditia	P	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	7
14	Alda	P	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	7
15	Sitti Sahra	P	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	6
16	Khaerunnisa	P	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	7
17	Wulandari	P	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	7
18	Nurayoa	P	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	7

## Lampiran 9

## Penilaian Aspek Afektif Siklus I

No	Nama Siswa	Kela min	Nilai				$\Sigma$
			A	B	C	D	Skor
1	Baim	L	4	2	3	2	11
2	Ilham	L	2	3	3	3	11
3	M. Alfat Ibrahim	L	2	2	3	4	11
4	Muh. Asriyal	L	3	4	3	3	13
5	M. Alief Ardiasah	L	3	2	2	3	10
6	M. Nurfaisal	L	2	2	2	3	9
7	Aqila	P	2	3	2	3	10
8	Ica	P	3	4	4	4	15
9	Marwah. F.A	P	3	3	4	4	14
10	Nirmahayu	P	2	4	4	2	12
11	Nurhidayah	P	3	2	4	4	13
12	Putri	P	2	3	3	3	11
13	Raditia	P	2	4	4	3	13
14	Alda	P	2	4	4	2	12
15	Sitti Sahra	P	2	4	4	2	12
16	Khaerunnisa	P	3	4	3	2	12
17	Wulandari	P	2	4	3	3	12
18	Nurayoa	P	3	3	2	3	11

Keterangan :

A = Kejujuran

B = Keaktifan

C = Motivasi Belajar

D = Sportifitas



## Lampiran 10

## Penilaian Aspek Psikomotor Siklus I

No	Nama Siswa	Indikator Sikap			Total Skor	Nilai
		Awalan	Tolakan	Akhir		
1	Baim	2	3	2	7	60
2	Ilham	4	4	3	11	68
3	M. Alfat Ibrahim	2	4	3	9	60
4	Muh. Asriyal	4	4	4	12	80
5	M. Alief Ardiasah	2	3	4	9	68
6	M. Nurfaishal	3	4	4	11	80
7	Aqila	3	2	3	8	60
8	Ica	3	4	2	9	68
9	Marwah. F.A	4	3	3	10	68
10	Nirmahayu	3	3	3	9	68
11	Nurhidayah	2	3	4	9	60
12	Putri	4	4	4	12	68
13	Raditia	3	3	3	9	60
14	Alda	3	4	4	11	72
15	Sitti Sahra	3	3	3	9	60
16	Khaerunnisa	4	3	2	9	60
17	Wulandari	2	3	4	9	60
18	Nurayoa	2	2	4	8	52

$$\text{Nilai Psikomotor} = \frac{\text{jumlah total nilai yang diperoleh}}{\text{Jumlah Maksimal nilai (12)}} \times 100$$

## Lampiran 11

## Penilaian Aspek Kognitif Siklus II

No	Nama Siswa	Nilai										Jumlah Skor
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	Baim	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	90
2	Ilham	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	85
3	M. Alfat Ibrahim	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	82
4	Muh. Asriyal	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	90
5	M. Alief Ardiasah	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	90
6	M. Nurfaisal	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	90
7	Aqila	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	78
8	Ica	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	83
9	Marwah. F.A	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	91
10	Nirmahayu	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	85
11	Nurhidayah	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	85
12	Putri	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	79
13	Raditia	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	85
14	Alda	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	76
15	Sitti Sahra	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	80
16	Khaerunnisa	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	82
17	Wulandari	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	80
18	Nurayoa	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	75

## Lampiran 12

## Penilaian Aspek Afektif Siklus II

No	Nama Siswa	Nilai				Jumlah Skor	Ket
		A	B	C	D		
1	Baim	3	4	3	3	90	
2	Ilham	4	4	4	3	80	
3	M. Alfat Ibrahim	3	3	4	3	77	
4	Muh. Asriyal	4	3	3	3	92	
5	M. Alief Ardiasah	3	3	3	3	78	
6	M. Nurfaisal	3	4	3	3	90	
7	Aqila	3	4	3	3	78	
8	Ica	4	4	4	3	89	
9	Marwah. F.A	3	3	3	4	85	
10	Nirmahayu	3	3	3	3	89	
11	Nurhidayah	4	3	4	3	85	
12	Putri	3	4	3	4	72	
13	Raditia	4	3	3	3	79	
14	Alda	4	4	4	4	85	
15	Sitti Sahra	4	3	4	4	79	
16	Khaerunnisa	3	4	4	4	75	
17	Wulandari	4	4	4	4	80	
18	Nurayoa	3	3	3	4	70	

Keterangan :

A = Kejujuran

B = Keaktifan

C = Motivasi Belajar

D = Sportifitas

## Lampiran 13

## . Penilaian Aspek Psikomotor Siklus II

No	Nama Siswa	Indikator Sikap			Total Skor	Nilai
		Awalan	Tolakan	Akhir		
1	Baim	4	5	4	23	92
2	Ilham	4	4	4	20	80
3	M. Alfath Ibrahim	3	4	4	20	80
4	Muh. Asriyal	4	4	5	23	92
5	M. Alief Ardiasah	3	4	5	20	80
6	M. Nurfaishal	5	4	4	23	92
7	Aqila	4	4	3	20	80
8	Ica	4	4	4	20	80
9	Marwah. F.A	3	5	3	20	80
10	Nirmahayu	3	5	5	20	80
11	Nurhidayah	3	4	4	18	72
12	Putri	3	3	4	19	76
13	Raditia	5	4	4	23	92
14	Alda	5	3	4	20	80
15	Sitti Sahra	4	5	4	20	80
16	Khaerunnisa	3	3	4	18	72
17	Wulandari	3	3	4	20	80
18	Nurayoa	3	3	3	15	60

$$\text{Nilai Psikomotor} = \frac{\text{jumlah total nilai yang diperoleh}}{\text{Jumlah Maksimal nilai (25)}} \times 100$$

Lampiran 14

## Dokumentasi

### Persiapan Penelitian



Proses Pembelajaran

Pendahuluan / Pemanasan

Siklus I









Siklus II





## Pembelajaran Tolak Peluru

### Pembelajaran gerak dasar tolak peluru

Siklus I





Siklus II







## Tes Kognitif

### Siklus I



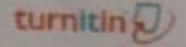


## Media Bola plastik diisi pasir



## Sekolah Tempat Penelitian





skripsi bapak haryanto.pdf  
Jan 20, 2021  
10858 words / 67968 characters

Haryanto

# skripsi bapak haryanto.pdf

## Sources Overview

**38%**

OVERALL SIMILARITY

1	www.scribd.com	INTERNET	15%
2	lib.unnes.ac.id	INTERNET	9%
3	mafiadoc.com	INTERNET	2%
4	es.scribd.com	INTERNET	2%
5	ukhuwahislami1.blogspot.com	INTERNET	2%
6	askinguse.wordpress.com	INTERNET	1%
7	id.scribd.com	INTERNET	1%
8	munisaham.blogspot.com	INTERNET	1%
9	repository.upi.edu	INTERNET	<1%
10	bagawanabiyasa.wordpress.com	INTERNET	<1%
11	panduanbelajarjok.blogspot.com	INTERNET	<1%
12	lestarysnote.blogspot.com	INTERNET	<1%
13	eprints.unm.ac.id	INTERNET	<1%
14	munawirmanchunian.blogspot.com	INTERNET	<1%





16	www.coursehero.com INTERNET	<1%
16	eprints.uns.ac.id INTERNET	<1%
17	Sudjianto Sudjianto. "PENERAPAN MODEL DISCOVERY LEARNING METODE INQUIRY SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN PRESTASI BELAJAR" DISKUSI	<1%
18	recaja.com INTERNET	<1%
19	pt.scribd.com INTERNET	<1%

**Excluded search repositories:**

- None

**Excluded from Similarity Report:**

- Bibliography
- Small Matches (less than 30 words).

**Excluded sources:**

- None