

Lampiran 1. Data Awal Siswa

No	Nama	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1	Anugrah Pratama	68	67	60	195	65	TT
2	Dafa Ashar	76	75	80	231	77	T
3	Farhan Zezar M	72	83	70	225	75	T
4	Gibran Alhabsy	60	58	60	178	59	TT
5	Juwardi	64	67	60	191	64	TT
6	Muh. Tasrif A	68	67	70	205	68	TT
7	Muflih Ghathfan	80	67	80	227	76	T
8	Muh. Afgan Syani	60	75	60	195	65	TT
9	Muh. Aldiansyah A	72	75	70	217	72	TT
10	Muh. Alfauzi S	60	75	60	195	65	TT
11	Muh. Fauzan	64	67	60	191	64	TT
12	Muhammad Rafki	72	83	70	225	75	T
13	Muhammad Rifqi	64	58	60	182	61	TT
14	Muhammad Taufiq	64	67	60	191	64	TT
15	Ainiah Sahfirah	68	67	70	205	68	TT
16	Alfiana	60	75	60	195	65	TT
17	Ariqah Fatinah	64	67	60	191	64	TT
18	Aura Fauziyyah	60	75	60	195	65	TT
19	Aura Kartina	76	75	80	231	77	T
20	Aqhyla Audyna	60	75	60	195	65	TT
21	Cantika	64	67	60	191	64	TT
22	Herawati	60	75	60	195	65	TT
23	Kayla Islami	64	67	60	191	64	TT
24	Najwah Az Zahni	80	75	70	225	75	T
25	Nur Aliftra R	60	75	60	195	65	TT
26	Nur Asifah Indah	64	58	60	182	61	TT
27	Nurul Aissyah	64	67	60	191	64	TT
28	Nur Arifah	68	67	70	205	68	TT
29	Nurul Fauziyyah	64	67	60	191	64	TT
30	Nurul Rahma	60	75	60	195	65	TT
31	Rizky Risma R	80	75	70	225	75	T
32	Salsabillah	80	67	80	227	76	T
33	Salwah Fitriani	64	67	60	191	64	TT
34	Tiara Anggraini	60	75	60	195	65	TT
35	Zeliha Syarha	76	75	80	231	77	T
36	Zyahara Fatimah	72	83	70	225	75	T
Jumlah						2441	
Rata-Rata						67	
Nilai Maksimun						77	
Nilai Minimum						59	
%Kelulusan						28	
%Ketidak Lulusan						72	
Kategori Kurang							

Keterangan : 10 Siswa Tuntas

Lampiran 2. RPP

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP) Siklus I

Satuan Pendidikan : Madrasah Tsanawiyah Negeri Luwu

Kelas/Semester : VIII

Mata Pelajaran : PJOK

Topik : Lempak Cakram

Waktu : 3 x 40 menit

A. Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar

Kompetensi Inti	Kompetensi Dasar
1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya. 2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotongroyong), santun, percayadiri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan social 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. Mengolah, menyaji, dan menalar 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	1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan: <ul style="list-style-type: none"> • Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran • Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir • mempraktikkan kebiasaan baik dalam berolahraga dan latihan 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 3.4 Menentukan variasi dan kombinasi teknik dasar, serta peraturan yang dimodifikasi untuk menambah tingkat kesulitan dan melatih keterampilan pengambilan keputusan saat berada dalam perlombaan atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) 4.3 Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar ke dalam perlombaan atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) secara lancar, terkontrol, dan koordinatif

B. Indikator

1. Berdoa sebelum dan sesudah proses pembelajaran Penjas.
2. Mengakui kelebihan orang lain.
3. Melaksanakan sesuai dengan aturan Permainan.
4. Mengakui kekalahan dan kemenangan.
5. Mempraktikkan kebiasaan baik dalam berolahraga dan latihan.
6. Menghargai lawan dan kawan saat kegiatan pembelajaran dan permainan.
7. Menjelaskan variasi dan kombinasi teknik lempar cakram
8. Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik lempar cakram

C. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan sikap awal gerakan memegang cakram, mengayun cakram dengan benar.
2. Siswa dapat melakukan sikap dasar melempar cakram dengan benar.
3. Siswa melakukan rangkaian gerakan gerak lanjut lanjutan dalam melempar cakram awalan menyamping dengan benar

D. Materi Pembelajaran

1. Atletik (Lempar Cakram Awalan Menyamping)

E. Metode Pembelajaran

- Pendekatan Scientific

F. Media, Alat dan Sumber Pembelajaran

1. Media Pembelajaran
 - a. Rangkaian gambar lempar cakram gaya menyamping
 - b. Guru yang memperagakan rangkaian gerakan lempar cakram gaya menyamping.
2. Alat Pembelajaran
 - a. 6 Cakram
 - b. Cone
 - c. Lapangan
 - d. Peliut
3. Sumber Belajar
 - a. Internet

- b. Buku Panduan : Eddy Purnomo Dapan, Hal 145-150. Dasar-Dasar Atletik. Alfamedia, 2013.

G. Langkah-Langkah Pembelajaran

1. Kegiatan Pendahuluan (20 menit)
 - a. Guru membariskan siswa menjadi 3 bershaft
 - b. Guru memimpin peserta didik melakukan doa
 - c. Kemudian presensi/behitung satu persatu
 - d. Guru memastikan keadaan siswa dalam keadaan sehat
 - e. Apersepsi
Di dalam apersepsi guru menanyakan kepada peserta didik mengenai lempar cakram. Tujuannya supaya guru mengetahui sejauh mana peserta didik menguasai materi tentang olahraga atletik berupa lempar cakram.

2. Kegiatan Inti (90 menit)
 - a. Mengamati
 - Peserta didik mengamati demonstrasi yang diberikan oleh guru berupa penjelasan gambar lempar cakram gaya menyamping. Tujuan adalah agar peserta didik mendapat gambaran akan materi yang akan diajarkan guru.
 - Guru menjelaskan tentang cara memegang cakram, sikap awalan pelaksanaan, sikap akhir melakukan lemparan cakram.
 - Guru menilai keterampilan peserta didik mengamati.
 - b. Menanya
 - Guru membimbing siswa agar aktif menggali informasi tentang lempar cakram awalan menyamping sehingga siswa mempunyai pertanyaan-pertanyaan.
 - Guru menanyakan kepada siswa tentang apa kesulitan dalam melakukan sikap dasar lempar cakram gaya menyamping.
 - c. Mencoba
 - Setelah peserta didik dijelaskan tentang lempar cakram gaya menyamping, peserta diberi metode tahapan pembelajaran lempar cakram
 - Peserta didik dibagi menjadi 6 kelompok

- Menggelindingkan cakram ke tanah dengan tujuan agar siswa mengenal cakram dan melihat cara berputar yang benar.
- Kemudian melakukan lemparan dengan cara berputar searah jarum jam secara bergantian dalam kelompoknya sebanyak 5 kali.

d. Menalar

Dengan data yang telah dimiliki mengenai teknik gaya menyamping, kemudian peserta didik membuat kesimpulan mengenai lempar cakram, apakah ada kesulitan saat melakukan lemparan.

e. Mengomunikasikan

Peserta didik melakukan lempar cakram dengan menyamping

Di fokuskan hasil lemparan cakram memutar searah jarum jam dan cakram stabil.

3. Penutup (10 menit)

- a. Melakukan pendinginan
- b. Memberikan evaluasi
- c. Menyampaikan materi untuk pertemuan selanjutnya
- d. Berdoa bersama dan menyampaikan salam
- e. Peserta dibubarkan.

H. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

Rubrik Penilaian Keterampilan

No	Subyek	SKOR ASPEK YANG DINILAI					JML SKOR
		N1	N2	N3	N4	N5	
		Posisi Awal	Gerak Awalan	Gerakan Memutar	Power Position	Gerak Pelepasan	
SKOR MAXIMUM 25							

KRITERIA PENILAIAN

- a. Posisi Awal
 - 1) Siswa berdiri pada tepi belakang garis
 - 2) Punggung siswa menghadap ke arah lemparan
 - 3) Kedua kaki parralel, terpisah selebar bahu
 - 4) Piring plastik berada pada tekukan sendi pertama
 - 5) Pergelangan tangan terlihat sedikit dibengkokkan

- b. Gerakan Awal
 - 1) Siswa melakukan kuda-kuda, siap melakukan
 - 2) Awal gerakan berputar diawali dengan mengayunkan piring plastik
 - 3) Terlihat parallel dengan tanah setinggi bahu
 - 4) Akhir ayunan piring plastik kira-kira berada diatas tumit kiri
 - 5) Ayunan tidak terputus-putus

- b. Gerakan Memutar
 - 1) Diawali dengan memutar lutut kiri keluar
 - 2) Terlihat nampak siswa menurunkan pusat massa tubuh
 - 3) Berat badan dipindahkan ke kaki kiri
 - 4) Terlihat kaki kanan yang ditekuk menolak dari tanah
 - 5) Bahu kiri dan lengan kanan harus ditahan di belakang

- c. Power Position
 - 1) Badan bagian atas siswa terlihat agak miring kearah kaki kanan yang ditekuk
 - 2) Paha kanan posisinya kira-kira besar sudutnya 90° dengan arah lemparan
 - 3) Poros pinggang mengarah kearah sektor lemparan
 - 4) Lengan lempar dengan piring plastik masih tetap dibelakang poros bahu
 - 5) Lengan kiri terlihat ditahan di belakang dalam arah yang berlawanan

- b. Gerak pelepasan piring plastik
 - 1) Kaki kanan menunjuk kearah lemparan dengan suatu gerakan
 - 2) Terlihat pinggang dibawa kedepan melawan bagian atas badan
 - 3) Koordinasi gerakan anggota tubuh
 - 4) Terlihat melakukan secara maksimal sesuai kemampuannya
 - 5) Lepasnya piring plastik yang terlihat eksplosif

Memeriksa dan Menyetujui

Mengetahui,
Kepala MTs Negeri Luwu

Peneliti

Dra. Hj. Sitti Ara, M. Pd. I
NIP. 19680322199703 2001

Ramadhan Fatual Sidik
NIM. 1885201020

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP) Siklus II

Satuan Pendidikan : Madrasah Tsanawiyah Negeri Luwu

Kelas/Semester : VIII

Mata Pelajaran : PJOK

Topik : Lempak Cakram

Waktu : 3 x 40 menit

A. Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar

Kompetensi Inti	Kompetensi Dasar
<ol style="list-style-type: none"> 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 social 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. Mengolah, menyaji, dan menalar 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 	<ol style="list-style-type: none"> 1.2 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan: <ol style="list-style-type: none"> 1. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran 2. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir 3. Mempraktikkan kebiasaan baik dalam berolahraga dan latihan 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 3.4 Menentukan variasi dan kombinasi teknik dasar, serta peraturan yang dimodifikasi untuk menambah tingkat kesulitan dan melatih keterampilan pengambilan keputusan saat berada dalam perlombaan atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) 4.3 Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar ke dalam perlombaan atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) secara lancar, terkontrol, dan koordinatif

B. Indikator

1. Berdoa sebelum dan sesudah proses pembelajaran Penjas.
2. Mengakui kelebihan orang lain.
3. Melaksanakan sesuai dengan aturan Permainan.
4. Mengakui kekalahan dan kemenangan.
5. Mempraktikkan kebiasaan baik dalam berolahraga dan latihan.
6. Menghargai lawan dan kawan saat kegiatan pembelajaran dan permainan.
7. Menjelaskan variasi dan kombinasi teknik lempar cakram
8. Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik lempar cakram

C. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan sikap awal gerakan memegang cakram, mengayun cakram dengan benar.
2. Siswa dapat melakukan sikap dasar melempar cakram dengan benar.
3. Siswa melakukan rangkaian gerakan gerak lanjut lanjutan dalam melempar cakram awalan menyamping dengan benar

D. Materi Pembelajaran

1. Atletik (Lempar Cakram Awalan Menyamping)

E. Metode Pembelajaran

1. Pendekatan Scientific

F. Media, Alat dan Sumber Pembelajaran

1. Media Pembelajaran
 - a. Rangkaian gambar lempar cakram gaya menyamping
 - b. Guru yang memperagakan rangkaian gerakan lempar cakram gaya menyamping.

G. Alat Pembelajaran

1. 6 Cakram
2. Cone
3. Lapangan
4. Peliut

H. Sumber Belajar

1. Internet

2. Buku Panduan : Eddy Purnomo Dapan, Hal 145-150.
Dasar-Dasar Atletik. Alfamedia, 2013.

I. Langkah-Langkah Pembelajaran

1. Kegiatan Pendahuluan (20 menit)

- a. Guru membariskan siswa menjadi 3 bershaft
- b. Guru memimpin peserta didik melakukan doa
- c. Kemudian presensi/behitung satu persatu
- d. Guru memastikan keadaan siswa dalam keadaan sehat
- e. Apersepsi

Di dalam apersepsi guru menanyakan kepada peserta didik mengenai lempar cakram. Tujuannya supaya guru mengetahui sejauh mana peserta didik menguasai materi tentang olahraga atletik berupa lempar cakram.

2. Kegiatan Inti (90 menit)

- a. Mengamati
 - Peserta didik mengamati demonstrasi yang diberikan oleh guru berupa penjelasan gambar lempar cakram gaya menyamping. Tujuan adalah agar peserta didik mendapat gambaran akan materi yang akan diajarkan guru.
 - Guru menjelaskan tentang cara memegang cakram, sikap awalan pelaksanaan, sikap akhir melakukan lemparan cakram.
 - Guru menilai keterampilan peserta didik mengamati.
- b. Menanya
 - Guru membimbing siswa agar aktif menggali informasi tentang lempar cakram awalan menyamping sehingga siswa mempunyai pertanyaan-pertanyaan.
 - Guru menanyakan kepada siswa tentang apa kesulitan dalam melakukan sikap dasar lempar cakram gaya menyamping.
- c. Mencoba
 - Setelah peserta didik dijelaskan tentang lempar cakram gaya menyamping, peserta diberi metode tahapan pembelajaran lempar cakram
 - Peserta didik dibagi menjadi 6 kelompok

- Menggelindingkan cakram ke tanah dengan tujuan agar siswa mengenal cakram dan melihat cara berputar yang benar.
- Kemudian melakukan lemparan dengan cara berputar searah jarum jam secara bergantian dalam kelompoknya sesuai target yang telah diberi tanda
- Setiap kelompok berlomba untuk melakukan lemparan tepat sasaran ditarget dan mendapat nilai 1 apabila lemparan berada dalam target yang telah dibatasi garis untuk lempar cakram
- Kelompok yang mendapatkan nilai tertinggi maka dialah pemenangnya

d. Menalar

Dengan data yang telah dimiliki mengenai teknik gaya menyamping, kemudian peserta didik membuat kesimpulan mengenai lempar cakram, apakah ada kesulitan saat melakukan lemparan.

e. Mengomunikasikan

Peserta didik melakukan lempar cakram dengan menyamping

Di fokuskan hasil lemparan cakram memutar searah jarum jam dan cakram stabil.

3. Penutup (10 menit)

- a. Melakukan pendinginan
- b. Memberikan evaluasi
- c. Menyampaikan materi untuk pertemuan selanjutnya
- d. Berdoa bersama dan menyampaikan salam
- e. Peserta dibubarkan.

J. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

Rubrik Penilaian Keterampilan

No	Subyek	SKOR ASPEK YANG DINILAI					JML SKOR
		N1	N2	N3	N4	N5	
		Posisi Awal	Gerak Awalan	Gerakan Memutar	Power Position	Gerak Pelepasan	
SKOR MAXIMUM 25							

KRITERIA PENILAIAN

- a. Posisi Awal
 - 1) Siswa berdiri pada tepi belakang garis
 - 2) Punggung siswa menghadap ke arah lemparan
 - 3) Kedua kaki parralel, terpisah selebar bahu
 - 4) Piring plastik berada pada tekukan sendi pertama
 - 5) Pergelangan tangan terlihat sedikit dibengkokkan

- b. Gerakan Awal
 - 1)Siswa melakukan kuda-kuda, siap melakukan
 - 2)Awal gerakan berputar diawali dengan mengayunkan piring plastik
 - 3)Terlihat parallel dengan tanah setinggi bahu
 - 4)Akhir ayunan piring plastik kira-kira berada diatas tumit kiri
 - 5)Ayunan tidak terputus-putus

- c. Gerakan Memutar
 - 1)Diawali dengan memutar lutut kiri keluar
 - 2)Terlihat nampak siswa menurunkan pusat massa tubuh
 - 3)Berat badan dipindahkan ke kaki kiri
 - 4)Terlihat kaki kanan yang ditekuk menolak dari tanah
 - 5)Bahu kiri dan lengan kanan harus ditahan di belakang

- d. Power Position
 - 1)Badan bagian atas siswa terlihat agak miring kearah kaki kanan yang ditekuk
 - 2)Paha kanan posisinya kira-kira besar sudutnya 90° dengan arah lemparan
 - 3)Poros pinggang mengarah kearah sektor lemparan
 - 4)Lengan lempar dengan piring plastik masih tetap dibelakang poros bahu
 - 5)Lengan kiri terlihat ditahan di belakang dalam arah yang berlawanan

Memeriksa dan Menyetujui

Mengetahui,

Kepala MTs Negeri Luwu

Peneliti

Dra. Hj. Sitti Ara, M. Pd. I
NIP. 19680322199703 2001

Ramadhan Fatual Sidik
NIM. 1885201020

Lampiran 3. Soal-Soal Latihan Siklus I & II

**SOAL-SOAL LATIHAN
SIKLUS I**

Nama Sekolah :	Mata Pelajaran : PJOK
Nama/No. Absen :	Hari, Tanggal :
Kelas :	Waktu :

Berilah tanda silang (x) pada huruf a,b,c dan d yang tepat sebagai jawaban pertanyaan berikut !

1. Lempar cakram adalah salah satu cabang olahraga
 - a. Renang
 - b. Senam
 - c. Atletik
 - d. Lompat Jauh

2. Lempar cakram diperlombakan di olimpiade 1 pada tahun
 - a. 1890
 - b. 1896
 - c. 1897
 - d. 1899

3. Bertempat dimana olimpiade lempar cakram diperlombakan...
 - a. Tokyo
 - b. Newyork
 - c. Athena
 - d. Seoul

4. Berapa berat cakram untuk putra senior
 - a. 4 kg
 - b. 3 kg
 - c. 2 kg
 - d. 1 kg

5. Berapa berat cakram untuk putri senior
 - a. 4 kg
 - b. 3 kg
 - c. 2 kg
 - d. 1 kg

6. Berapa meter garis tengah cakram untuk putra senior....
 - a. 219-221 mm
 - b. 180-182 mm
 - c. 230-240 mm

- d. 218-223 mm
7. Berapa meter garis tengah cakram untuk putri senior
- a. 219-221 mm
 - b. 180-182 mm
 - c. 230-240 mm
 - d. 218-223 mm
8. Sudut putara yang harus dilakukan saat melakukan lempar cakram adalah
- a. 20 derajat
 - b. 40 derajat
 - c. 60 derajat
 - d. 30 derajat
9. Bagaimana sikap awalan saat melakukan lempar cakram
- a. Duduk
 - b. Jongkok
 - c. Setengah duduk
 - d. Berdiri menyamping
10. Berapa derajat sudut lapangan lempar cakram
- a. 90 derajat
 - b. 40 derajat
 - c. 60 derajat
 - d. 30 derajat

SOAL-SOAL LATIHAN
SIKLUS II

Nama Sekolah :	Mata Pelajaran : PJOK
Nama/No. Absen :	Hari, Tanggal :
Kelas :	Waktu :

Berilah tanda silang (x) pada huruf a,b,c dan d yang tepat sebagai jawaban pertanyaan berikut !

1. Istilah lain dari lempar cakram adalah
 - a. High jump
 - b. The shot put
 - c. Discus throw
 - d. Sprint

2. Berapa lebar ukuran garis batas lempar cakram
 - a. 2 cm
 - b. 4 cm
 - c. 6 cm
 - d. 5 cm

3. Ukuran garis tengah lapangan lempar cakram...
 - a. 3,00 m
 - b. 3,50 m
 - c. 2,00 m
 - d. 2,50 m

4. Berapa derajat arah tolakan pada lempar cakram
 - a. 90 derajat
 - b. 30 derajat
 - c. 120 derajat
 - d. 180 derajat

5. Bahan yang digunakan pada lingkaran tempat untuk melempar cakram terbuat dari
 - a. karet
 - b. kayu
 - c. baja
 - d. batu

6. Bentuk lapangan lempar cakram harus mirip dengan huruf
 - a. Huruf A
 - b. Huruf B
 - c. Huruf C

- d. Huruf D
7. Ukuran diameter cakram sepanjang
- a. 220 mm
 - b. 200 mm
 - c. 230 mm
 - d. 300 mm
8. Lingkaran untuk melempar cakram berdiameter
- e. 2,0 m
 - f. 2,4 m
 - g. 2,5 m
 - h. 3,0 m
9. Cabang olahraga atletik nomor lempar dibawah ini adalah
- a. Lompat tinggi
 - b. Lempat cakram
 - c. Sprint
 - d. Lompat Jauh
10. Saat melempar cakram pemain harus mendarat dengan menggunakan
- a. Tangan kiri
 - b. Kedua kaki
 - c. Kaki kiri
 - d. Kaki kanan

Lampiran 4. Penilaian Psikomotor Siklus I

No	Nama Siswa	SKOR ASPEK YANG DINILAI					JML SKOR	NILAI
		N1	N2	N3	N4	N5		
		Posisi Awal	Gerak Awalan	Gerakan Memutar	Power Position	Gerak Pelepasan		
1	AP	3	3	4	4	3	17	68
2	DA	4	4	4	4	4	20	80
3	FZ	3	4	4	4	4	19	76
4	GA	2	3	4	3	3	15	60
5	JW	3	4	3	3	4	17	68
6	MT	4	4	4	4	4	20	80
7	MG	4	3	4	4	4	19	76
8	MAS	4	4	4	4	4	20	80
9	MAA	4	4	4	4	4	20	80
10	MAS	3	4	3	4	3	17	68
11	MFS	4	4	4	4	4	20	80
12	MR	4	4	4	3	4	19	76
13	MR	3	2	3	4	3	15	60
14	MT	4	4	4	4	3	19	76
15	AS	4	4	4	4	4	20	80
16	AF	4	4	4	4	3	19	76
17	AFB	3	4	3	4	3	17	68
18	AFR	4	4	4	4	4	20	80
19	AKA	4	4	4	4	4	20	80
20	AAR	4	4	4	4	4	20	80
21	CK	3	3	4	4	3	17	68
22	HR	4	4	4	4	4	20	80
23	KIP	4	4	4	4	4	20	80
24	NAZ	3	4	4	4	4	19	76
25	NAR	4	4	3	4	3	18	72
26	NAI	3	2	3	4	3	15	60
27	NA	4	4	4	4	4	20	80
28	NA	3	4	4	4	3	18	72
29	NFS	4	3	3	4	3	17	68
30	NR	4	4	4	4	4	20	80
31	RR	3	4	4	4	4	19	76
32	SS	4	4	4	4	4	20	80
33	SF	4	4	4	4	4	20	80
34	TA	4	4	3	4	3	18	72
35	ZSA	4	4	3	4	4	19	76
36	ZF	4	4	4	4	4	20	80

Lampiran 5. Penilaian Afektif Siklus I

No	Nama	Aspek yang di nilai												Jml	Nilai
		Jujur			Kerjasama			Disiplin			Tanggung jawab				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1	AP		√			√			√			√		8	67
2	DA			√		√			√			√		9	75
3	FZ		√				√	√					√	9	75
4	GA			√		√				√	√			9	75
5	JW		√				√	√				√		8	67
6	MT		√				√	√					√	9	75
7	MG			√		√				√	√			9	75
8	MAS		√				√	√					√	9	75
9	MAA			√		√				√	√			9	75
10	MAS		√			√			√			√		8	67
11	MFS		√				√	√					√	9	75
12	MR			√		√			√			√		9	75
13	MR		√				√	√					√	9	75
14	MT			√		√				√	√			9	75
15	AS			√		√			√			√		9	75
16	AF		√				√	√					√	9	75
17	AFB		√			√			√			√		8	67
18	AFR			√		√			√			√		9	75
19	AKA		√				√		√				√	10	83
20	AAR		√				√	√					√	9	75
21	CK		√			√			√			√		8	67
22	HR		√				√	√					√	9	75
23	KIP			√		√				√	√			9	75
24	NAZ		√				√	√					√	9	75
25	NAR			√		√			√			√		9	75
26	NAI		√				√	√					√	9	75
27	NA			√		√				√	√			9	75
28	NA			√		√			√			√		9	75
29	NFS		√			√			√			√		8	67
30	NR		√				√	√					√	9	75
31	RR			√		√				√	√			9	75
32	SS		√				√	√					√	9	75
33	SF			√		√			√			√		9	75
34	TA		√				√	√					√	9	75
35	ZSA		√				√		√				√	10	83
36	ZF			√		√			√			√		9	75

Lampiran 7. Rekapitulasi Siklus I

No	Nama	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1	Anugrah Pratama	68	67	70	205	68	TT
2	Dafa Ashar	80	75	80	235	78	T
3	Farhan Zezar M	76	75	80	231	77	T
4	Gibran Alhabsy	60	75	60	195	65	TT
5	Juwardi	68	67	70	205	68	TT
6	Muh. Tasrif A	80	75	70	225	75	T
7	Muflih Ghathfan	76	75	80	231	77	T
8	Muh. Afgan Syani	80	75	70	225	75	T
9	Muh. Aldiansyah A	80	75	70	225	75	T
10	Muh. Alfauzi S	68	67	70	205	68	TT
11	Muh. Fauzan	80	75	70	225	75	T
12	Muhammad Rafki	76	75	80	231	77	T
13	Muhammad Rifqi	60	75	60	195	65	TT
14	Muhammad Taufiq	76	75	80	231	77	T
15	Ainiah Sahfirah	80	75	70	225	75	T
16	Alfiana	76	75	80	231	77	T
17	Ariqah Fatinah	68	67	70	205	68	TT
18	Aura Fauziyyah	80	75	70	225	75	T
19	Aura Kartina	80	83	80	243	81	T
20	Aqhyla Audyna	80	75	70	225	75	T
21	Cantika	68	67	70	205	68	TT
22	Herawati	80	75	70	225	75	T
23	Kayla Islami	80	75	70	225	75	T
24	Najwah Az Zahni	76	75	80	231	77	T
25	Nur Aliftha R	72	75	70	217	72	TT
26	Nur Asifah Indah	60	75	60	195	65	TT
27	Nurul Aissyah	80	75	70	225	75	T
28	Nur Arifah	72	75	70	217	72	TT
29	Nurul Fauziyyah	68	67	70	205	68	TT
30	Nurul Rahma	80	75	70	225	75	T
31	Rizky Risma R	76	75	80	231	77	T
32	Salsabillah	80	75	80	235	78	T
33	Salwah Fitriani	80	75	70	225	75	T
34	Tiara Anggraini	72	75	70	217	72	TT
35	Zeliha Syarha	76	83	80	239	80	T
36	Zyahara Fatimah	80	75	80	235	78	T
Jumlah						2653	
Rata-Rata						74	
Nilai Maksimun						81	
Nilai Minimum						65	
%Kelulusan						67	
%Ketidak Lulusan						33	
Kategori Kurang							

Keterangan : 24 Siswa Tuntas

Lampiran 8. Penilaian Psikomotor Siklus II

No	Nama Siswa	SKOR ASPEK YANG DINILAI					JML SKOR	NILAI
		N1	N2	N3	N4	N5		
		Posisi Awal	Gerak Awalan	Gerakan Memutar	Power Position	Gerak Pelepasan		
1	AP	4	5	5	4	4	22	88
2	DA	5	4	5	4	5	23	92
3	FZ	5	5	5	5	4	24	96
4	GA	3	5	5	3	4	20	80
5	JW	4	5	5	4	4	22	88
6	MT	4	5	5	4	4	22	88
7	MG	5	4	5	5	5	24	96
8	MAS	5	4	5	4	5	23	92
9	MAA	5	4	5	5	5	24	96
10	MAS	5	4	5	4	5	23	92
11	MFS	4	5	5	4	5	23	92
12	MR	4	5	5	4	4	22	88
13	MR	3	4	4	3	4	18	72
14	MT	5	4	5	4	5	23	92
15	AS	4	5	5	4	4	22	88
16	AF	5	4	5	5	5	24	96
17	AFB	5	4	5	5	5	22	88
18	AFR	5	5	5	5	4	24	96
19	AKA	4	5	5	5	5	22	88
20	AAR	5	4	5	5	5	24	96
21	CK	4	4	5	5	5	23	92
22	HR	4	4	4	5	5	22	88
23	KIP	5	5	5	5	4	24	96
24	NAZ	5	4	4	4	5	22	88
25	NAR	4	5	5	5	5	24	96
26	NAI	3	4	4	3	4	18	72
27	NA	5	5	5	5	4	24	96
28	NA	3	5	5	4	3	20	80
29	NFS	5	4	4	5	5	23	92
30	NR	5	5	5	5	4	24	96
31	RR	5	4	4	4	5	22	88
32	SS	4	4	4	5	5	22	88
33	SF	4	5	5	4	5	23	92
34	TA	4	4	4	4	4	20	80
35	ZSA	5	5	5	5	4	24	96
36	ZF	4	4	4	4	4	20	80

Lampiran 9. Penilaian Afektif Siklus II

No	Nama	Aspek yang di nilai												Jml	Nilai
		Jujur			Kerjasama			Disiplin			Tanggung jawab				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1	AP			√			√		√				√	11	92
2	DA		√				√		√				√	10	83
3	FZ		√				√			√			√	11	92
4	GA			√		√			√			√		9	75
5	JW			√			√		√				√	11	92
6	MT		√				√			√			√	11	92
7	MG			√			√		√				√	11	92
8	MAS			√		√				√		√		10	83
9	MAA		√				√			√			√	11	92
10	MAS			√		√				√		√		10	83
11	MFS		√				√		√				√	10	83
12	MR		√				√			√			√	11	92
13	MR			√		√			√			√		9	75
14	MT			√		√				√		√		10	83
15	AS		√				√			√			√	11	92
16	AF			√			√		√				√	11	92
17	AFB		√				√			√			√	11	92
18	AFR			√			√		√				√	11	92
19	AKA		√				√			√			√	11	92
20	AAR			√			√		√				√	11	92
21	CK			√		√				√		√		10	83
22	HR			√			√		√				√	11	92
23	KIP		√				√			√			√	11	92
24	NAZ		√				√			√			√	11	92
25	NAR			√			√		√				√	11	92
26	NAI			√		√			√			√		9	75
27	NA		√				√			√			√	11	92
28	NA			√		√				√		√		10	83
29	NFS		√				√		√				√	10	83
30	NR		√				√			√			√	11	92
31	RR			√			√		√				√	11	92
32	SS		√				√			√			√	11	92
33	SF			√		√				√		√		10	83
34	TA		√				√		√				√	10	83
35	ZSA		√				√			√			√	11	92
36	ZF			√		√				√		√		10	83

Lampiran 11. Rekapitulasi Siklus II

No	Nama	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1	Anugrah Pratama	88	92	90	270	90	T
2	Dafa Ashar	92	83	90	265	88	T
3	Farhan Zezar M	96	92	90	278	93	T
4	Gibran Alhabsy	80	75	70	225	75	T
5	Juwardi	88	92	90	270	90	T
6	Muh. Tasrif A	88	92	90	270	90	T
7	Muflih Ghathfan	96	92	90	278	93	T
8	Muh. Afgan Syani	92	83	90	265	88	T
9	Muh. Aldiansyah A	96	92	80	268	89	T
10	Muh. Alfauzi S	92	83	90	265	88	T
11	Muh. Fauzan	92	83	90	265	88	T
12	Muhammad Rafki	88	92	90	270	90	T
13	Muhammad Rifqi	72	75	70	217	72	TT
14	Muhammad Taufiq	92	83	90	265	88	T
15	Ainiah Sahfirah	88	92	90	270	90	T
16	Alfiana	96	92	80	268	89	T
17	Ariqah Fatinah	88	92	90	270	90	T
18	Aura Fauziyyah	96	92	80	268	89	T
19	Aura Kartina	88	92	90	270	90	T
20	Aqhyla Audyna	96	92	80	268	89	T
21	Cantika	92	83	90	265	88	T
22	Herawati	88	92	90	270	90	T
23	Kayla Islami	96	92	90	278	93	T
24	Najwah Az Zahni	88	92	90	270	90	T
25	Nur Aliftha R	96	92	80	268	89	T
26	Nur Asifah Indah	72	75	70	217	72	TT
27	Nurul Aissyah	96	92	90	278	93	T
28	Nur Arifah	80	83	80	243	81	T
29	Nurul Fauziyyah	92	83	90	265	88	T
30	Nurul Rahma	96	92	90	278	93	T
31	Rizky Risma R	88	92	90	270	90	T
32	Salsabillah	88	92	90	270	90	T
33	Salwah Fitriani	92	83	90	265	88	T
34	Tiara Anggraini	80	83	80	243	81	T
35	Zeliha Syarha	96	92	90	278	93	T
36	Zyahara Fatimah	80	83	80	243	81	T
Jumlah						3159	
Rata-Rata						88	
Nilai Maksimun						93	
Nilai Minimum						72	
%Kelulusan						94	
%Ketidak Lulusan						6	
Kategori Kurang							

Keterangan : 34 Siswa Tuntas

Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian

Siklus I



Kegiatan Pemanasan



Menjelaskan Materi Kepada Siswa



Penilaian Psikomotor Siswa



Penilaian Kognitif Siswa



Penilaian Afektif Siswa

Siklus II



Kegiatan Pemanasan



Menjelaskan materi kepada siswa



Penilaian Psikomotor Siswa



Penilaian Kognitif Siswa



Penilaian Afektif Siswa