

**L
A
M
P
I
R
A
N**

Lampiran 1

Lembar Observasi Belajar Mengajar

FORMAT PENGAMATAN PROSES BELAJAR MENGAJAR

I. IDENTITAS KBM YANG DIAMATI

1. Nama Sekolah : MTsN Model Kota Palopo
2. Alamat Sekolah : Jl. Andi Kambo, Surutanga, Wara Timur,
Kota Palopo, Sulawesi Selatan
3. Nama : Aditya
4. Mata Pelajaran : PENJAS
5. Materi : Permainan Bola Besar (Sepak Bola)
6. Siklus/Pertemuan : 2
7. Kelas : VIII
8. Waktu : 2 X 40 menit

II. ASPEK YANG DIAMATI

Petunjuk pengisian : Berilah tanda centang (√) pada kolom yang sesuai dengan aspek yang diamati.

No.	Aspek yang diamati	ya	tidak
1.	A. Pendahuluan <ul style="list-style-type: none"> • Apakah pendidik mengabsen, memotivasi/meningkatkan minat belajar 	√	

	<ul style="list-style-type: none"> • Apakah pendidik menjelaskan tujuan pembelajaran • Menyiapkan alat • Mengemukakan alur kegiatan yang akan dilakukan peserta didik 	<p>√</p> <p>√</p>	<p>√</p>
2	<p>B. Kegiatan Pokok</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apakah pendidik menggunakan alat, bahan atau media pembelajaran • Sesuaikah materi dengan materi • Memotivasi peserta didik bertanya • Berperan sebagai fasilitator • Mengaktifkan diskusi • Memantau kesulitan/kemajuan belajar peserta didik 	<p>√</p> <p>√</p> <p>√</p>	<p>√</p> <p>√</p> <p>√</p>
3	<p>C. Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apakah peserta didik membuat rangkuman/catatan • Apakah pendidik memberikan tugas/pr • Apakah pendidik melakukan refleksi 		<p>√</p> <p>√</p> <p>√</p>

Lampiran 2

FORMAT PENGAMATAN KEGIATAN BELAJAR MENGAJAR

I. IDENTITAS KBM YANG DIAMATI

1. Nama Sekolah : MTsN Model Kota Palopo
2. Alamat Sekolah : Jl. Andi Kambo, Surutanga, Wara Timur,
Kota Palopo, Sulawesi Selatan
3. Nama : Aditya
4. Mata Pelajaran : PENJAS
5. Materi : Permainan Bola Besar (Sepak Bola)
6. Siklus/Pertemuan : 2
7. Kelas : VIII
8. Waktu : 2 X 40 menit

I. ASPEK YANG DIAMATI

Petunjuk pengisian : Berilah tanda centang (√) pada kolom yang sesuai dengan aspek yang diamati

Kegiatan	Pengamatan	y a	Tida k
Aprsepsi	1. Persiapan pembelajaran (RPP)	√	
	2. Menyiapkan metode pembelajaran	√	
	3. Menampilkan materi	√	
Kegiatan Inti	PENDAHULUAN		

	4. Pemeriksaan kehadiran peserta didik	√	
	5. Pelaksanaan apersepsi	√	
	6. Menyampaikan tujuan pembelajaran		√
	7. Pembelajaran motivasi pembelajaran	√	
	8. Penjelasan alur pelaksanaan pembelajaran		√
	INTI		
	9. Penerapan strategi pembelajaran tertentu		√
	10. Keterpaduan bahan pembelajaran	√	
	11. Penggunaan metode pembelajaran	√	
	12. Penerapan teknik bertanya		√
	13. Pemberian pengalaman kepada peserta didik		√
	14. Pembahasan hasil kerja yang melibatkan keaktifan peserta didik		√
	15. Pemberian bimbingan kepada peserta didik	√	
	16. Pengaplikasian secara tepat	√	
Penutup	17. Penggunaan sistem penilaian	√	
	18. Pemberian tindak lanjut atau perbaikan (evaluasi)		√
	19. Pemahaman peserta didik		√

Lampiran 3**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN****(RPP)**

Sekolah	: MTsN Model Kota Palopo
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani
Kelas/Semester	: VIII / I (satu)
Materi Pokok	: Permainan sepak bola
Alokasi Waktu	: 2 Pertemuan (6 Jam)

A. Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi gotong royong), 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 tanpa kmata
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 dan Indikator Pencapaian Kompetensi

KI	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.	3.1. Memahami gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional	3.1.1 Melakukan teknik dasar menggiringkaki bagian luar.
2.	4.1 Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional	4.1.1.Melakukan gerak spesifik menggiringkaki bagian luar

C. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti pembelajaran ini diharapkan peserta didik dapat :

1. Menjelaskan macam-macam teknik dasar sepak bola.
2. Menjelaskan teknik menggiringkaki bagian luar dengan benar.
3. Melakukan teknik bagian luar dengan benar.

D. Materi Pembelajaran

1. Materi Pembelajaran Reguler

Permainan sepak bola merupakan permainan bola besar beregu yang memerlukan keterampilan dan kerja sama yang baik. Untuk dapat bermain sepak bola dengan baik dan terampil, seorang pemain sepak bola dituntut untuk menguasai teknik dasar sepak bola.

a. Teknik tanpa bola

Cara pemain menguasai gerak tubuhnya dalam permainan dengan cara berlari, melompat dan gerak tipu badan.

b. Teknik dengan bola

Terdiri dari :

1. Teknik menendang bola
2. Teknik menahan bola
3. Teknik menggiring bola
4. Teknik menyundul bola
5. Teknik merebut bola
6. Teknik gerak tipuan
7. Teknik lemparan dalam
8. Teknik penjaga gawang.

➤ Teknik menggiring bola

Ada 3 teknik menendang bola, yaitu :

- a. Teknik menggiringkaki bagian dalam
- b. Teknik menggiringkaki bagian luar
- c. Teknik menggiring dengan punggung kaki

a. Teknik menggiring

➤ Menggiringkaki bagian dalam

Cara melakukan adalah: Sentuhlah bola dengan sisi kaki bagian dalam dan posisikan kakimu secara tegak lurus terhadap bola. Tendanglah dengan pelan untuk mempertahankan kontrol bola dan pusatkan kekuatan tendangan pada bagian tengah bola sehingga memudahkan mengontrol bola.

Kelebihan menggiring bola menggunakan kaki bagian dalam adalah dapat mengecoh lawan ke sebelah kanan lawan apabila menggunakan kaki kanan atau sebaliknya. Sedangkan kelemahannya adalah tidak bisa mengecoh lawan ke sebelah kiri bila menggunakan kaki kanan, begitupula sebaliknya.

➤ Menggiringdengan kaki bagian luar

Cara melakukan menggiring bola bagian luar adalah berdiri posisi melangkah (kaki kanan di depan), berat tubuh bertumpu pada kaki

belakang (kaki kiri) dengan lutut agak di tekuk. Letakkan bola di depan depan dan kedua lengan menjaga keseimbangan. Dorong bola ke depan secara perlahan menggunakan punggung kaki bagian luar. Usahakan kedua kaki selalu dekat dengan bola dan sesuaikan irama langkah dengan bola. Perhatikan kesalahan-kesalahan yang sering terjadi ketika menggiring bola dengan punggung kaki bagian luar, yaitu: badan kaku dan tidak condong ke depan, kedua lengan tidak rileks, salah satu atau kedua kaki terlalu jauh dengan bola, lutut tidak di tekuk, dan kaki dan bola terlalu jarang bersentuhan.

➤ **Menggiring dengan kaki bagian punggung kaki**

Punggung kaki letaknya di bagian tempat tali sepatu. Bagi pemain pemula bisa berlatih dengan cara posisi badan tegak lurus ke depan tidak menyamping, sentuhlah bola dengan menggunakan punggung kaki. lakukan gerakan tersebut sama dengan melakukan latihan pada menggiring dengan menggunakan sisi kaki bagian luar. Kesalahan umum yang sering dilakukan pemula adalah menggunakan ujung jari kaki. Tindakan ini tidak hanya menyebabkan sakit pada ujung jari kaki, lebih dari itu bahkan dapat menyebabkan cidera. jika seorang melakukan tackling keras kepada pemain saat mencoba menendang bola.

E. Metode Pembelajaran.

Variasi Bermain Menggunakan Media Cone

F. Media dan Bahan Pembelajaran



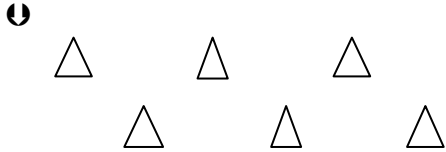
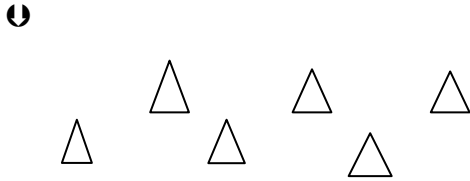
- Peluit
- Bola
- Cone

G. Sumber Belajar

- Muhajir, 2016. PJOK (BukuSiswa). Jakarta : Kemendikbud
- Muhajir, 2016. PJOK (Buku Guru). Jakarta : Kemendikbud
- Buku referensi, Roji Buku referensi, Kemendikbud,
- Buku Pendidikan Jasmani Olahragadankesehatan, Jakarta

H.Langkah- langkah Pembelajaran.

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> • Berbaris, berdoa, presensi, dan apersepsi • Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran 	20 menit
Inti	<ul style="list-style-type: none"> • Pemanasan dengan membentuk lingkaran, dan menggiring bola tanpa media. • Pendidik menayangkan tentang permainan sepak bola • Pendidik/model mendemonstrasikan gerakan teknik dasar permainan sepak bola • Peserta didik mengamati gerakan yang dilakukan oleh pendidik/model • Peserta didik diberi kesempatan untuk bertanya tentang gerakan yang di demonstrasikan oleh pendidik • Peserta didik diberi kesempatan untuk mencoba gerakan yang di demontrasikan yaitu teknik dasar menggiring bola menggunakan kaki bagian luar dengan rincian kegiatan sebagai berikut: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Peserta didik dibagi menjadi 2 kelompok 	80 menit

	<p>  </p> <p>  </p> <p> ➤ Peserta didik berdiri membentuk sebuah barisan menjadi 2 kelompok kemudian peserta terdiri dari 5 orang setiap kelompok, masing-masing kelompok yang bertugas untuk berusaha melewati cone dengan cara menggiring bola dengan kaki bagian luar . </p> <p>  </p> <p>  </p> <p> ➤ Peserta didik berdiri berhadapan membentuk sebuah barisan menjadi 2 kelompok, masing-masing kelompok terdiri dari 5 peserta didik, peserta yang terbagi menjadi 2 saling berhadapan untuk berusaha melewati cone dengan cara menggiring bola dengan zig zag . </p> <p> ➤ Peserta didik melaksanakan tugas gerak </p>	
--	--	--

	<p>dan menampilkan gerak sesuai dengan indicator yang telah ditentukan</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Koreksi gerakan :Peserta didik dikumpulkan dengan formasi setengah lingkaran. ➤ Peserta didik bermain sepak bola dengan peraturan yang dimodifikasi 	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> • Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran, berdoa dan bubar (alokasi waktu ini sudah memperhitungkan persiapan mengikuti mapel lain) • Melakukan refleksi dengan tanya jawab kepada peserta didik • Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran 	20 Menit

I. Penilaian

1. Teknik Penilaian Unjuk Kerja (keterampilan):

a. Rubrik Penilaian Untuk Kerja (untuk pendidik)

Proses Penilaian Gerak	SkorAkhir	Ket
Penilaian Menggiring bola dengan kaki bagian luar		
....	

Kriteria Penilaian (Pengetahuan/Pemahaman)

Skor1 :jika peserta didik tidak satupun jawaban dari tiap soal yang diberikan.

Skor2 :jika peserta didik mampu menjelaskan salah satu jawaban dari tiap soal yang diberikan.

Skor3:jika peserta didik mampu menjelaskan dua jawaban dari tiap soal yang diberikan

Skor4 :jika peserta didik mampu menjelaskan semua dari tiap soal yang diberikan.

Jumlah skor yang diperoleh	
Nilai \equiv _____	X 100
Jumlah skor maksimal	

2. PenilaianPerilaku (Afektif)

Keberhasilan pembelajaran pada ranah kognitif dan psikomotor dipengaruhi oleh kondisi afektif peserta didik. Peserta didik yang memiliki minat belajar dan sikap positif terhadap pelajaran akan merasa senang mempelajari mata pelajaran tersebut sehingga mencapai hasil pembelajaran yang optimal, penilaian afektif tidak dalam bentuk angka (tersirat).

Pengamatan dalam proses penilaian dilakukan saat peserta didik melakukan teknik dasar lari jarak pendek. Aspek-aspek yang dinilai meliputi: sportif, tanggung jawab, kesungguhan dan disiplin. Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.Tiap perilaku yang dicek (√) dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 4. (Sangat Baik = 4, + Baik = 3, Sedang = 2, dan Kurang= 1).

a. RubrikPenilaianPerilaku:

Perilaku yang dinilai	Ceklis (√)			
	Sangat Baik	Baik	Sedang	Kurang
1. Kerjasama				
2. TanggungJawab				
3. MenghargaiTeman				
4. Toleransi				
5. Disiplin				

J. Rekapitulasi Penilaian

No	Nama Peserta Didik	Aspek – aspek yang dinilai			Nilai = $\frac{P+K+A}{3}$	Paraf Pen didik
		Ketrampilan	Pengatahuan	Perilaku		

Lampiran 4**DAFTAR NILAI**

Keterampilan

NO	NAMA	NILAI
1	A. Muh. Abidza	75
2	Ahmad Rifai Nugroho	70
3	Andi Arsyah Islami Pasha	85
4	Fikri Langit Ramadhan	80
5	Ichwal Anugrah	70
6	Muh. Al-Fikra Sukirman	75
7	Muh. Alif Reskiansyah	75
8	Muh- Fahri	70
9	Muh. Farel	70
10	Muh. Kharibul Khair	65
11	Muhamad Ali Ramadan	80
12	Muhammad Asytar	60
13	Muhammad Khairyansa	70
14	Revan Nabil Afta	80
15	Ahmad Anugrah	70
16	Aqil	60
17	Erlangga Maulana	80
18	Muh. Farel	85

19	Feriska Angreni	70
20	Anita Purnama Sari	70
21	Aqila Naqia Alisah	60
22	Bilgis Tewenti Hasi	60
23	Desfina Regina Fitri	75
24	Intan Salsabila	65
25	Isra Maharani Putri	75
26	Jasmin Nailatul Issa	70
27	Marsya Sahrani	75
28	Nafisa Anrini Baswit	75
29	Nur Wahda N	65
30	Nurul Sakia	60
31	Kurainisa Nurfitria	75
32	Ruul Rais	60
33	Tasyah Aprilia	60
34	Adita Efira	70
Nilai Rata-rata		71,91%

Lampiran 5**LEMBAR TES PSIKOMOTORIK**

Nama :
Kelas :
Petunjuk : Berilah skor untuk setiap aspek kinerja yang sesuai dengan ketentuan berikut : (4) bila aspek tersebut dilakukan dengan benar semua dari materi yang diberikan. (3) bila aspek tersebut hanya dilakukan sebagian atau setenga dari materi yang diberikan. (2) bila aspek tersebut hanya melakukan satu materi yang diberikan. (1) bila aspek tersebut tidak dilakukan sama sekali dari materi yang diberikan.

Lampiran 6

Data siklus 1 hasil ini pada materi sepakbola tahun 2019/2020 mata pelajaran
PENJAS kelas VIII MTsN Model Kota Palopo.

DAFTAR NILAI

1. Keterampilan

NO	NAMA	NILAI
1	Muh. Abidza	75
2	Ahmad Rifai Nugroho	75
3	Andi Arsyah Islami Pasha	80
4	Fikri Langit Ramadhan	85
5	Ichwal Anugrah	70
6	Muh. Al-Fikra Sukirman	75
7	Muh. Alif Reskiansyah	80
8	Muh- Fahri	80
9	Muh. Farel	75
10	Muh. Kharibul Khair	70
11	Muhamad Ali Ramadan	75
12	Muhammad Asytar	60
13	Muhammad Khairyansa	75
14	Revan Nabil Afta	80
15	Ahmad Anugrah	75

16	Aqila	65
17	Erlangga Maulana	80
18	Muh. Farel	85
19	Feriska Angreni	75
20	Anita Purnama Sari	75
21	Aqila Naqia Alisah	60
22	Bilgis Tewenti Hasi	70
23	Desfina Regina Fitri	75
24	Intan Salsabila	65
25	Isra Maharani Putri	60
26	Jasmin Nailatul Issa	75
27	Marsya Sahrani	65
28	Nafisa Anrini Baswit	75
29	Nur Wahda N	65
30	Nurul Sakia	75
31	Kurainisa Nurfitria	75
32	Ruul Rais	70
33	Tasyah Aprilia	65
34	Adita Efira	75
Nilai Rata-rata		72,79%

Lampiran 7

Data siklus II hasil ini pada materi sepakbola tahun 2018/2019 mata pelajaran PENJAS kelas VIII MTsN Model Kota Palopo.

DAFTAR NILAI

Keterampilan

NO	NAMA	NILAI
1	Muh. Abidza	85
2	Ahmad Rifai Nugroho	75
3	Andi Arsyah Islami Pasha	80
4	Fikri Langit Ramadhan	90
5	Ichwal Anugrah	75
6	Muh. Al-Fikra Sukirman	85
7	Muh. Alif Reskiansyah	85
8	Muh- Fahri	90
9	Muh. Farel	85
10	Muh. Kharibul Khair	90
11	Muhamad Ali Ramadan	80
12	Muhammad Asytar	85
13	Muhammad Khairyansa	75

14	Revan Nabil Afta	85
15	Ahmad Anugrah	75
16	Aqila	80
17	Erlangga Maulana	85
18	Muh. Farel	85
19	Feriska Angreni	80
20	Anita Purnama Sari	75
21	Aqila Naqia Alisah	80
22	Bilgis Tewenti Hasi	75
23	Desfina Regina Fitri	80
24	Intan Salsabila	70
25	Isra Maharani Putri	75
26	Jasmin Nailatul Issa	80
27	Marsya Sahrani	70
28	Nafisa Anrini Baswit	80
29	Nur Wahda N	70
30	Nurul Sakia	80
31	Kurainisa Nurfitria	75
32	Ruul Rais	75
33	Tasyah Aprilia	80
34	Adita Efira	75
		79,70%

Lampiran 8
Siklus 1



Gambar 1. Berdo'a



Gambar 2. Pemanasan



Gambar 3. pengarahan



Gambar 4. Inti



Gambar 5.

Lampiran 9

Siklus II







BIODATA PENULIS**A. Data Pribadi**

1. Nama Lengkap : Aditya
2. Tempat Tanggal Lahir : Masamba, 01 Juli 1997
3. Jenis Kelamin : Laki-laki
4. Alamat : Kelurahan Baliase
5. Pekerjaan : Mahasiswa
6. Email : Adityaa.adit71@gmail.com
7. Kontak Pribadi : 082350172703

B. Riwayat Pendidikan

1. SD Negeri 092 Lindu (2004-2010)
2. SMP 2 Masamba (2010-2013)
3. SMA 2 Masamba (2013-2016)