

Lampiran 1**Jadwal Pelaksanaan**

No.	Langkah Kegiatan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Ket.
1.	Observasi	✓					
2.	Identifikasi permasalahan dan faktor penyebab masalah		✓				
3.	Penyusunan proposal PTK		✓				
4.	Pengumpulan data			✓	✓		
5.	Analisis dan pembahasan					✓	
6.	Persentase laporan akhir					✓	
7.	Perbaikan laporan PTK					✓	

Lampiran 2**Rancangan Pelaksanaan Pembelajaran****(Pertemuan Pertama Siklus I)**

Kelas/Semester	: III/2
Alokasi Waktu	: 2 x 35 menit
Hari/Tanggal	: Senin, 9 Mei 2016
Standar Kompetensi	: 1. Mempraktikkan berbagai kombinasi gerak dasar melalui permainan dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.
Kompetensi Dasar	: 1.1 Mempraktikkan kombinasi berbagai pola gerak jalan dan lari dalam permainan sederhana, serta aturan dan kerjasama.
Indikator	: 1.1.1 Melakukan variasi gerak dasar lokomotor lari.

I. Materi Pokok

- Gerak dasar

II. Tujuan Pembelajaran

- Siswa dapat melakukan gerakan lari
- Siswa dapat melakukan variasi gerak dasar lokomotor lari dalam permainan

III. Model Pembelajaran

- *Cooperative Learning tipe Teams Games Tournament (TGT)*

<p>Konfirmasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru membimbing siswa dalam melakukan permainan. • Siswa memperhatikan penegasan dan penguatan dari guru mengenai hal-hal penting yang perlu diperbaiki dalam rangka memahami konsep agar menjadi lebih baik. <p>Kegiatan Akhir</p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru menjelaskan kesalahan-kesalahan dan manfaat dari permainan hitam hijau, siapa cepat membuat lingkaran, dan ular makan ekornya. • Siswa kembali berbaris rapih lalu dibubarkan dan diperbolehkan beristirahat sebelum kembali ke kelas. 	10 menit
---	----------

VI. Alat dan Sumber Belajar

- Buku paket Pendidikan Jasmani kelas III
- Peluit

VII. Penilaian

- a. Teknik
 - Tes
- b. Bentuk
 - Tes Kemampuan Variasi Gerak Dasar Lari
- c. Instrumen
 - Lembar pengamatan

Jakarta, 2 Mei 2016

Observer

Peneliti

Ratna Tambunan, S. Pd
NIP: 196103051984032004

Dora Zafit Khaswarani
NIM: 1815126017

Mengetahui,

Kepala SDN Palmeriam 03 Pagi

Sutasmi, S.Pd.

NIP: 196408221986082001

Lampiran 2**Rancangan Pelaksanaan Pembelajaran****(Pertemuan Kedua Siklus I)**

Kelas/Semester	: III/2
Alokasi Waktu	: 2 x 35 menit
Hari/Tanggal	: Senin, 16 Mei 2016
Standar Kompetensi	: 1. Mempraktikkan berbagai kombinasi gerak dasar melalui permainan dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.
Kompetensi Dasar	: 1.1 Mempraktikkan kombinasi berbagai pola gerak jalan dan lari dalam permainan sederhana, serta aturan dan kerjasama.
Indikator	: 1.1.1 Melakukan variasi gerak dasar lokomotor lari.

I. Materi Pokok

- Gerak dasar

II. Tujuan Pembelajaran

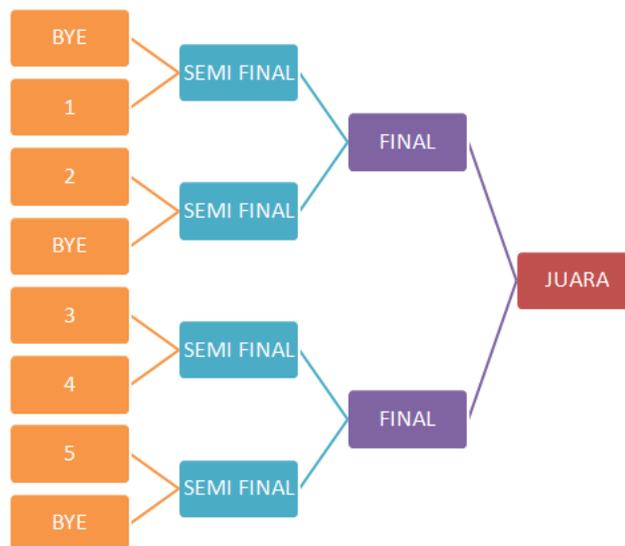
- Siswa dapat melakukan gerakan lari
- Siswa dapat melakukan variasi gerak dasar lokomotor lari pada permainan dalam sebuah pertandingan/turnamen

III. Model Pembelajaran

- *Cooperative Learning tipe Teams Games Tournament (TGT)*

IV. Materi

Bagan Turnamen Sistem Pertandingan “Bye”



V. Langkah-Langkah Pembelajaran

Kegiatan Pembelajaran	Waktu
<p>Kegiatan Awal</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pengondisian kelas • Siswa diinstruksikan untuk berbaris di lapangan • Siswa melakukan peregangan (<i>stretching</i>) • Siswa melakukan pemanasan bersama guru dengan berlari keliling lapangan sebanyak 2 kali • Guru menjelaskan sistem turnamen dan penghargaan apa yang didapatkan oleh pemenang turnamen 	10 menit

VI. Alat dan Sumber Belajar

- Buku paket Pendidikan Jasmani kelas III
- Peluit
- Bola

VII. Penilaian

- a. Teknik
 - Tes
- b. Bentuk
 - Tes Kemampuan Variasi Gerak Dasar Lari
- c. Instrumen
 - Lembar pengamatan

Jakarta, 9 Mei 2016

Observer

Peneliti

Ratna Tambunan, S. Pd
NIP: 196103051984032004

Dora Zafit Khaswarani
NIM: 1815126017

Mengetahui,

Kepala SDN Palmeriam 03 Pagi

Sutasmi, S.Pd.

NIP: 196408221986082001

Lampiran 3**Rancangan Pelaksanaan Pembelajaran****(Pertemuan Pertama Siklus II)**

Kelas/Semester	: III/2
Alokasi Waktu	: 2 x 35 menit
Hari/Tanggal	: Senin, 23 Mei 2016
Standar Kompetensi	: 1. Mempraktikkan berbagai kombinasi gerak dasar melalui permainan dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.
Kompetensi Dasar	: 1.1 Mempraktikkan kombinasi berbagai pola gerak jalan dan lari dalam permainan sederhana, serta aturan dan kerjasama.
Indikator	: 1.1.1 Melakukan variasi gerak dasar lokomotor lari.

I. Materi Pokok

- Gerak dasar

II. Tujuan Pembelajaran

- Siswa dapat melakukan gerakan lari
- Siswa dapat melakukan variasi gerak dasar lokomotor lari dalam permainan

III. Model Pembelajaran

- *Cooperative Learning tipe Teams Games Tournament (TGT)*

IV. Materi

- Permainan Kembali ke Lingkaran
- Permainan Elang Mengejar Anak Ayam
- Permainan Terowongan Berguling

V. Langkah-Langkah Pembelajaran

Kegiatan Pembelajaran	Waktu
<p>Kegiatan Awal</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pengondisian kelas • Siswa diinstruksikan untuk berbaris di lapangan • Siswa melakukan peregangan (<i>stretching</i>) • Siswa melakukan pemanasan bersama guru dengan berlari keliling lapangan sebanyak 2 kali • Guru menyampaikan tujuan pembelajaran • Guru membagi siswa ke dalam kelompok kecil yang beranggotakan 4-6 orang 	10 menit
<p>Kegiatan Inti</p> <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Siswa mendengarkan penjelasan guru tentang tata cara permainan kembali ke lingkaran, elang mengejar anak ayam, dan terowongan berguling. <p>Elaborasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Siswa memperhatikan demonstrasi permainan yang dilakukan oleh guru. • Siswa memainkan permainan kembali ke lingkaran, elang mengejar anak ayam, dan terowongan berguling. 	50 menit

<p>Konfirmasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru membimbing siswa dalam melakukan permainan. • Siswa memperhatikan penegasan dan penguatan dari guru mengenai hal-hal penting yang perlu diperbaiki dalam rangka memahami konsep agar menjadi lebih baik. <p>Kegiatan Akhir</p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru menjelaskan kesalahan-kesalahan dan manfaat dari permainan kembali ke lingkaran, elang mengejar anak ayam, dan terowongan berguling. • Siswa kembali berbaris rapih lalu dibubarkan dan diperbolehkan beristirahat sebelum kembali ke kelas. 	10 menit
---	----------

VI. Alat dan Sumber Belajar

- Buku paket Pendidikan Jasmani kelas III
- Peluit

VII. Penilaian

- a. Teknik
 - Tes
- b. Bentuk
 - Tes Kemampuan Variasi Gerak Dasar Lari
- c. Instrumen
 - Lembar pengamatan

Jakarta, 23 Mei 2016

Observer

Peneliti

Ratna Tambunan, S. Pd
NIP: 196103051984032004

Dora Zafit Khaswarani
NIM: 1815126017

Mengetahui,

Kepala SDN Palmeriam 03 Pagi

Sutasmi, S.Pd.

NIP: 196408221986082001

Lampiran 4**Rancangan Pelaksanaan Pembelajaran****(Pertemuan Kedua Siklus II)**

Kelas/Semester	: III/2
Alokasi Waktu	: 2 x 35 menit
Hari/Tanggal	: Senin, 30 Mei 2016
Standar Kompetensi	: 1. Mempraktikkan berbagai kombinasi gerak dasar melalui permainan dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.
Kompetensi Dasar	: 1.1 Mempraktikkan kombinasi berbagai pola gerak jalan dan lari dalam permainan sederhana, serta aturan dan kerjasama.
Indikator	: 1.1.1 Melakukan variasi gerak dasar lokomotor lari.

I. Materi Pokok

- Gerak dasar

II. Tujuan Pembelajaran

- Siswa dapat melakukan gerakan lari
- Siswa dapat melakukan variasi gerak dasar lokomotor lari pada permainan dalam sebuah pertandingan/turnamen

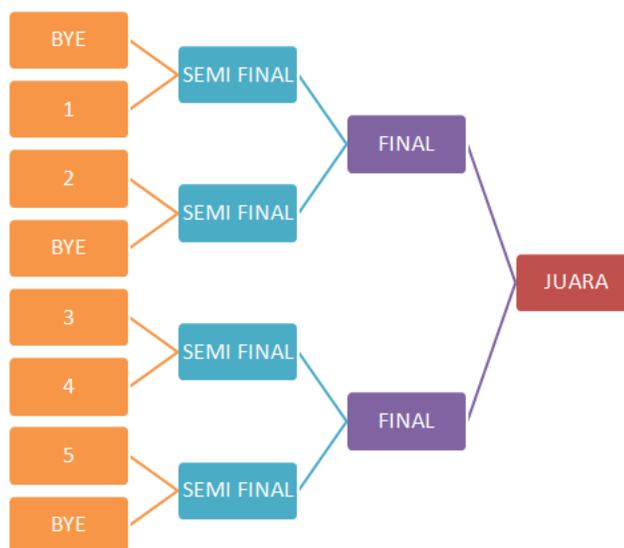
III. Model Pembelajaran

- *Cooperative Learning tipe Teams Games Tournament (TGT)*

IV. Materi

Bagan Turnamen

Sistem Pertandingan “Bye”



V. Langkah-Langkah Pembelajaran

Kegiatan Pembelajaran	Waktu
<p>Kegiatan Awal</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pengondisian kelas • Siswa diinstruksikan untuk berbaris di lapangan • Siswa melakukan peregangan (<i>stretching</i>) • Siswa melakukan pemanasan bersama guru dengan berlari keliling lapangan sebanyak 2 kali • Guru menjelaskan sistem turnamen dan penghargaan apa yang didapatkan oleh pemenang turnamen 	10 menit

VI. Alat dan Sumber Belajar

- Buku paket Pendidikan Jasmani kelas III
- Peluit
- Bola

VII. Penilaian

- a. Teknik
 - Tes
- b. Bentuk
 - Tes Kemampuan Variasi Gerak Dasar Lari
- c. Instrumen
 - Lembar pengamatan

Jakarta, 30 Mei 2016

Observer

Peneliti

Ratna Tambunan, S. Pd
NIP: 196103051984032004

Dora Zafit Khaswarani
NIM: 1815126017

Mengetahui,

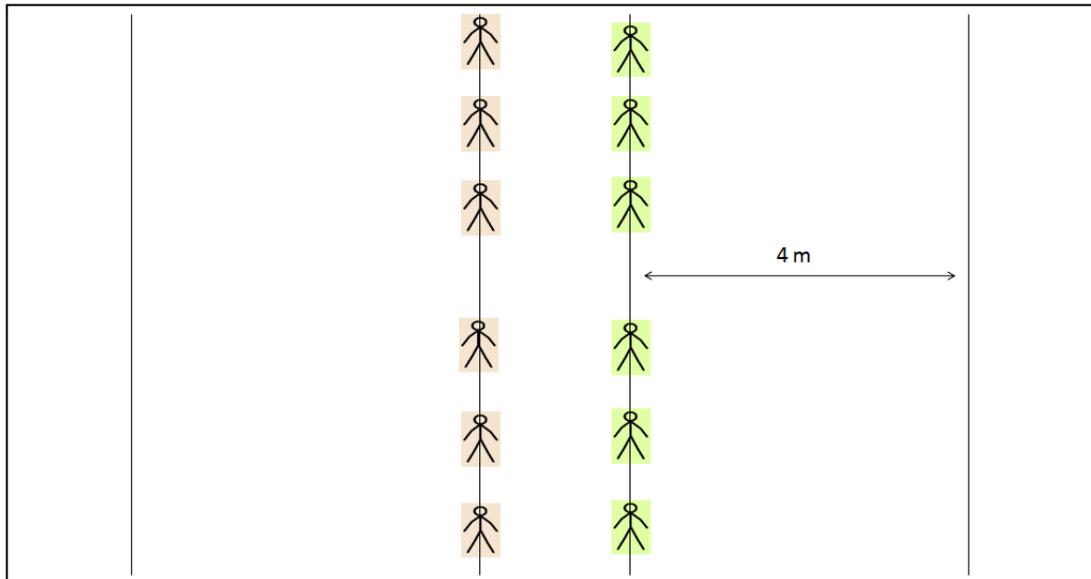
Kepala SDN Palmeriam 03 Pagi

Sutasmi, S.Pd.

NIP: 196408221986082001

Lampiran 5

Deskripsi Permainan Hitam Hijau

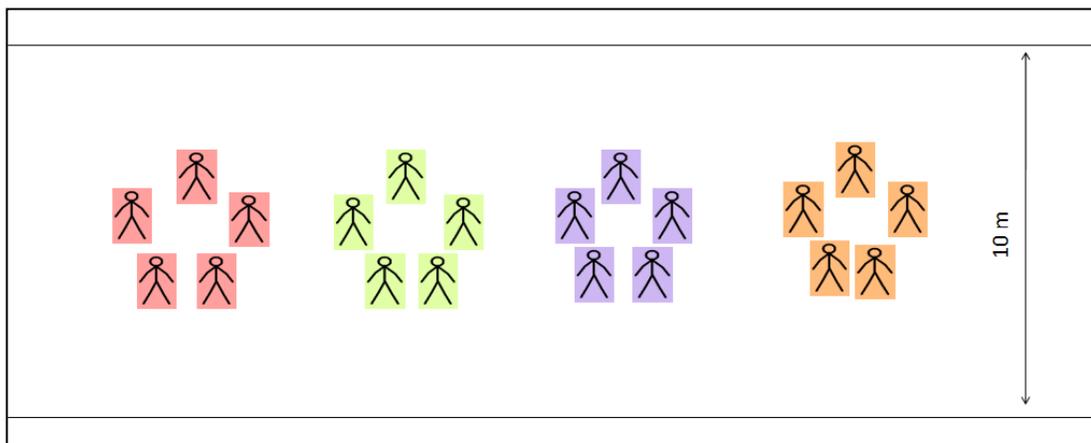


Cara Bermain:

Cara bermainnya siswa saling kejar mengejar tim lawan, sebelumnya siswa saling berhadapan kemudian mendengarkan aba-aba dan instruksi dari guru baru setelah itu siswa boleh mengejar tim lawan. Instruksi yang dikeluarkan oleh guru hanya dua kata yaitu kata "hitam" dan "hijau". Apabila guru menyebutkan kata hijau maka tim hijau harus berlari menghindari dari tangkapan tim hitam, begitu pula sebaliknya. Apabila tim yang menghindari dari tangkapan telah melewati garis batas maka tidak diperbolehkan untuk ditangkap. Dalam permainan ini siswa dibagi menjadi dua tim yaitu tim hitam dan tim hijau. Tim yang berhasil menangkap lebih banyak tim lawan akan menjadi pemenangnya.

Lampiran 6

Deskripsi Permainan Siapa Cepat Membuat Lingkaran

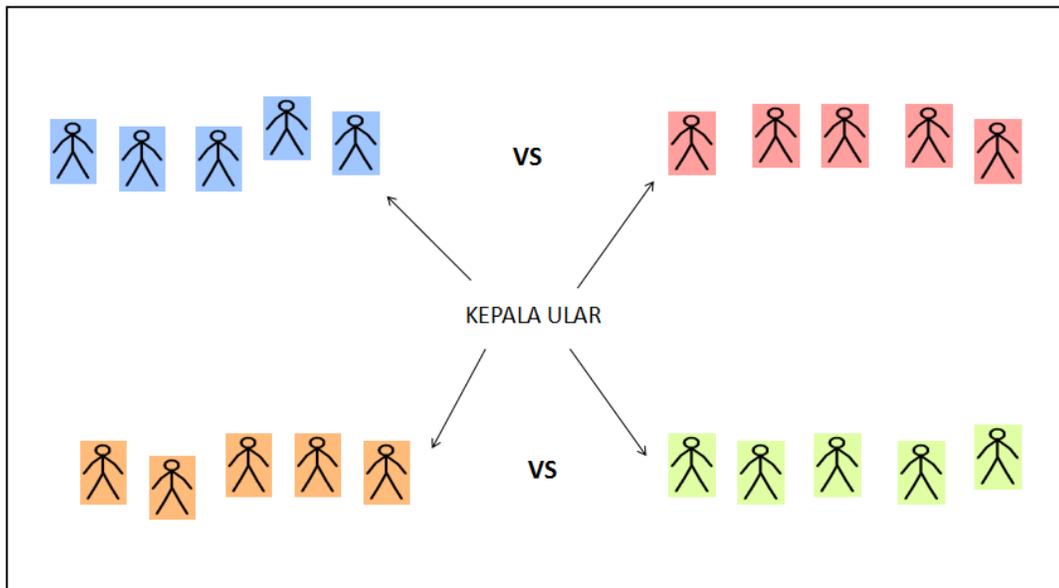


Cara Bermain:

Cara bermainnya adalah siswa dibagi kedalam beberapa tim, masing-masing tim berdiri berbanjar di belakang garis yang telah ditentukan. Tugas siswa adalah berlari menuju garis batas di depan barisan secara bergantian sesuai aba-aba tiupan peluit satu kali oleh guru. Tiap siswa harus berlari dengan variasi berbeda. Jika mendengar tiupan peluit panjang dari guru tiap kelompok harus segera membentuk lingkaran. Kelompok mana yang tercepat membuat lingkaran itulah pemenangnya.

Lampiran 7

Deskripsi Permainan Ular Makan Ekornya

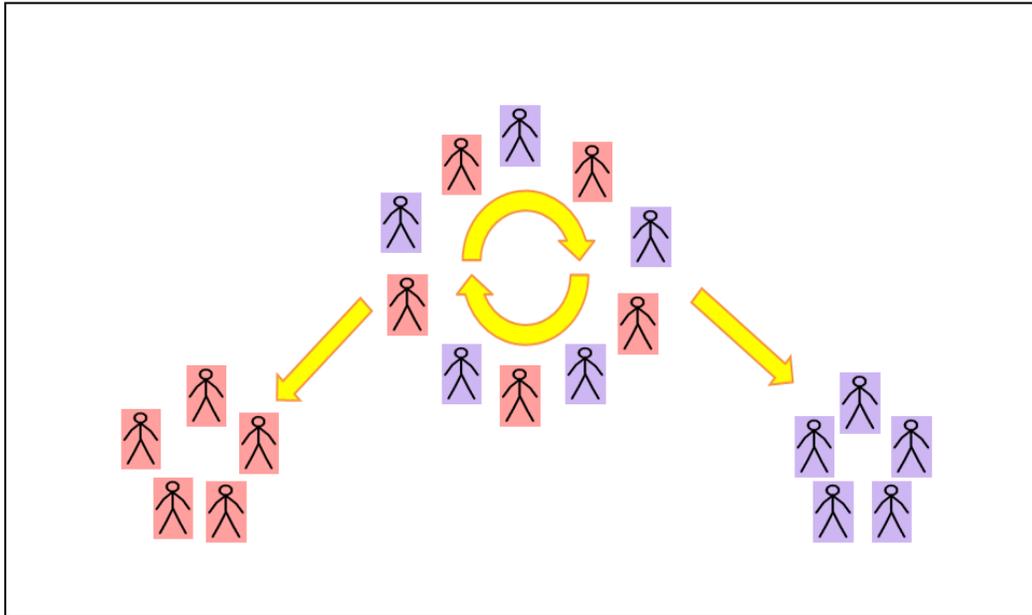


Cara Bermain:

Siswa dibagi dalam kelompok yang berbaris memanjang seperti ular dengan saling memegang pinggang temannya agar pada saat lari tidak terlepas. Tiap dua kelompok berdiri berhadapan sebagai lawan. Tugas tiap kelompok adalah menangkap ekor dari lawan yakni siswa yang berdiri paling belakang, sedangkan siswa yang berdiri paling depan sebagai kepala ular harus melindungi siswa lain yang ada dibelakangnya agar tidak tertangkap. Saat permainan berlangsung pegangan siswa tidak boleh terlepas, jika pegangannya terlepas atau ekor lawannya tertangkap maka permainan berakhir. Kelompok yang berhasil menangkap ekor lawan dialah pemenangnya.

Lampiran 8

Deskripsi Permainan Kembali Ke Lingkaran

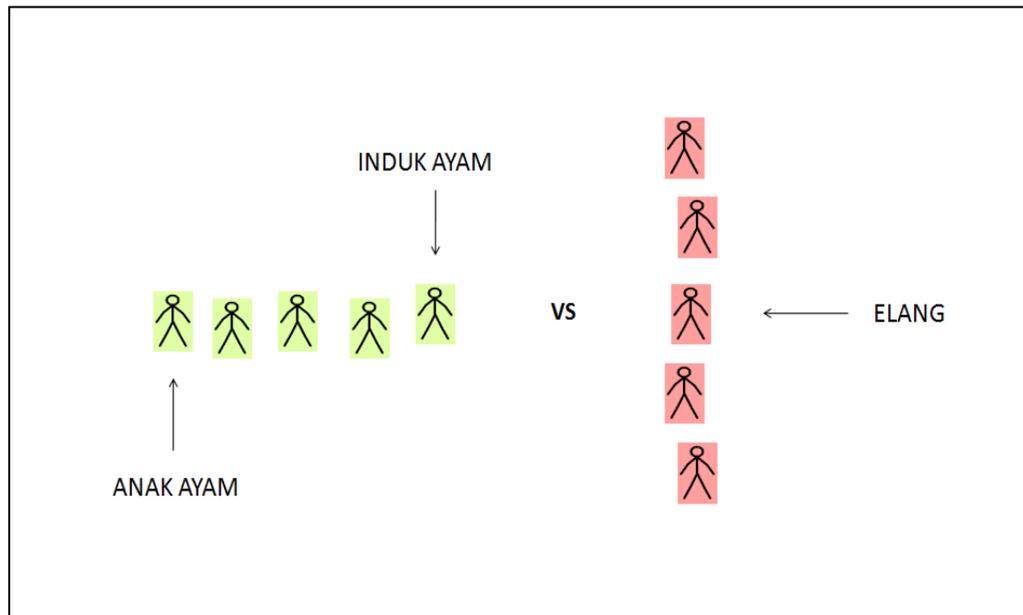


Cara Bermain:

Cara bermainnya dua kelompok membuat sebuah lingkaran dengan barisan berselang-seling, kemudian saat guru meniup peluit pendek siswa berlari memutar sambil bernyanyi. Ketika terdengar peluit panjang dari guru, maka siswa berpencar untuk membuat lingkaran sesuai dengan kelompoknya masing-masing. Kelompok yang berhasil membuat lingkaran lebih dahululah yang akan menjadi pemenangnya.

Lampiran 9

Deskripsi Permainan Elang Mengejar Anak Ayam

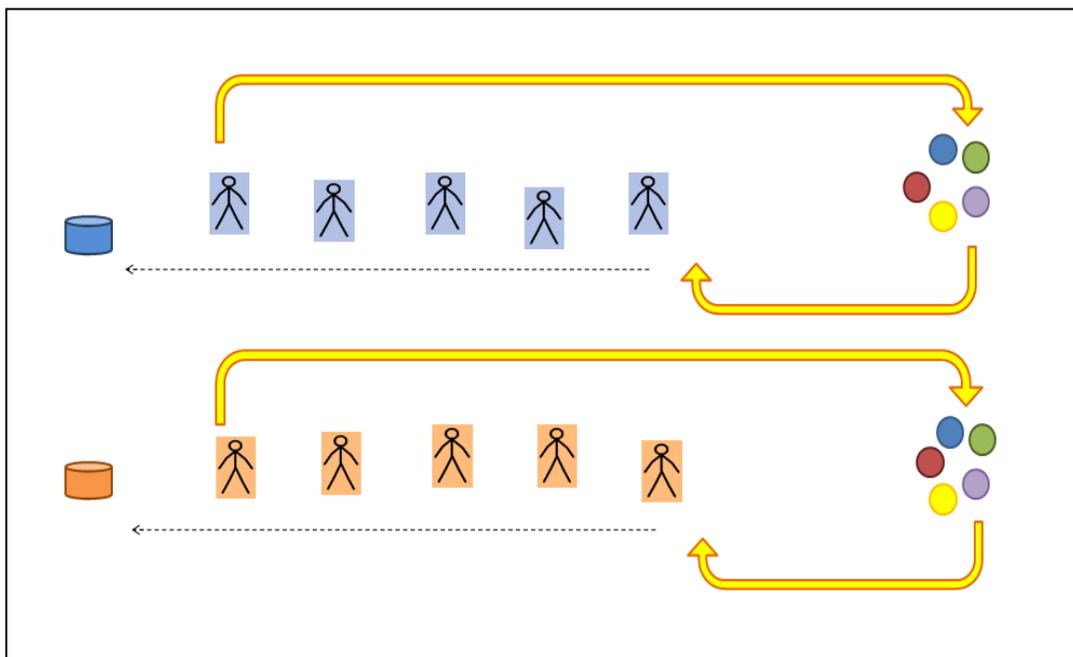


Cara Bermain:

Cara bermainnya adalah siswa dibagi kedalam dua tim, satu tim berbaris berbanjar ke belakang (sebagai ayam) dan lawannya berhadapan dengan membuat barisan bersyaf ke samping (sebagai elang). Tugas kelompok yang menjadi elang adalah menangkap anak ayam yakni anggota tim lawan yang berada pada barisan paling belakang. Jika anak ayam tertangkap maka kelompok elang mendapat 1 poin, setelah itu berganti posisi sebanyak 2 atau 4 (harus seimbang) kali sampai salah satu kelompok mendapatkan keunggulan poin dan menjadi pemenang.

Lampiran 10

Deskripsi Permainan Terowongan Berguling



Cara Bermain:

Siswa dibagi dalam kelompok yang berbaris memanjang ke belakang membuat terowongan dengan membuka kaki lebar. Tugas siswa berlari bergantian dari siswa paling belakang mengambil bola yang disiapkan di depan kemudian menggulingkan bola tersebut dari depan melewati terowongan sampai tertangkap oleh siswa paling belakang, namun masing-masing siswa harus berlari dengan cara yang berbeda. Begitulah seterusnya sampai semua bola habis berpindah ke belakang. Kelompok yang lebih dahulu menyelesaikan permainan, itulah pemenangnya.

Lampiran 11**Lembar Pengamatan Keterlaksanaan Model *Cooperative Learning*****Tipe Teams Games Tournament (TGT)**

No.	Pernyataan	Hasil Pengamatan	
		Ya	Tidak
Bagi Guru			
1.	Menyampaikan tujuan pembelajaran		
2.	Menyajikan pembelajaran dengan jelas		
3.	Membentuk kelompok siswa		
4.	Membimbing siswa dalam kelompok		
5.	Memberikan penjelasan aturan permainan		
6.	Memberi kesempatan siswa berinteraksi dalam permainan		
7.	Menghitung setiap skor yang diperoleh siswa dalam kelompok		
8.	Mengadakan turnamen antar kelompok		
9.	Memberikan penjelasan aturan turnamen		
10.	Memberikan penghargaan terhadap kelompok		
Bagi Siswa			
11.	Mengetahui tujuan pembelajaran		
12.	Memperhatikan penjelasan guru		
13.	Siswa terbagi ke dalam kelompok kecil		
14.	Bekerja sama dalam kelompok		
15.	Melaksanakan aturan permainan		
16.	Aktif di dalam kelompok		
17.	Sportif		
18.	Mengikuti turnamen antar kelompok		

19.	Melaksanakan aturan turnamen		
20.	Mendapat penilaian dan penghargaan		
Jumlah			

Keterangan:

Skor 1 untuk “Ya” → jika indikator tercapai

Skor 0 untuk “Tidak” → jika indikator tidak tercapai

$$\text{Persentase} = \frac{\text{jumlahskor}}{\text{skortotal}} \times 100\% = \dots$$

Senin, Mei 2016

Observer

Ratna Tambunan, S. Pd

NIP: 196103051984032004

Lampiran 12**Lembar Pengamatan Keterlaksanaan Model *Cooperative Learning*****Tipe Teams Games Tournament (TGT) – Siklus I**

No.	Pernyataan	Hasil Pengamatan	
		Ya	Tidak
Bagi Guru			
1.	Menyampaikan tujuan pembelajaran		✓
2.	Menyajikan pembelajaran dengan jelas	✓	
3.	Membentuk kelompok siswa	✓	
4.	Membimbing siswa dalam kelompok		✓
5.	Memberikan penjelasan aturan permainan	✓	
6.	Memberi kesempatan siswa berinteraksi dalam permainan	✓	
7.	Menghitung setiap skor yang diperoleh siswa dalam kelompok	✓	
8.	Mengadakan turnamen antar kelompok	✓	
9.	Memberikan penjelasan aturan turnamen		✓
10.	Memberikan penghargaan terhadap kelompok	✓	
Bagi Siswa			
11.	Mengetahui tujuan pembelajaran	✓	
12.	Memperhatikan penjelasan guru		✓
13.	Siswa terbagi ke dalam kelompok kecil	✓	
14.	Bekerja sama dalam kelompok		✓
15.	Melaksanakan aturan permainan	✓	
16.	Aktif di dalam kelompok		✓
17.	Sportif		✓
18.	Mengikuti turnamen antar kelompok	✓	

19.	Melaksanakan aturan turnamen	✓	
20.	Mendapat penilaian dan penghargaan	✓	
Jumlah		13	7

Keterangan:

Skor 1 untuk “Ya” → jika indikator tercapai

Skor 0 untuk “Tidak” → jika indikator tidak tercapai

$$\text{Persentase} = \frac{13}{20} \times 100\% = 65\%$$

Senin, 16 Mei 2016

Observer

Ratna Tambunan, S. Pd

NIP: 196103051984032004

Lampiran 13**Lembar Pengamatan Keterlaksanaan Model *Cooperative Learning*****Tipe Teams *Games Tournament* (TGT) – Siklus II**

No.	Pernyataan	Hasil Pengamatan	
		Ya	Tidak
Bagi Guru			
1.	Menyampaikan tujuan pembelajaran	✓	
2.	Menyajikan pembelajaran dengan jelas	✓	
3.	Membentuk kelompok siswa	✓	
4.	Membimbing siswa dalam kelompok	✓	
5.	Memberikan penjelasan aturan permainan	✓	
6.	Memberi kesempatan siswa berinteraksi dalam permainan	✓	
7.	Menghitung setiap skor yang diperoleh siswa dalam kelompok	✓	
8.	Mengadakan turnamen antar kelompok	✓	
9.	Memberikan penjelasan aturan turnamen	✓	
10.	Memberikan penghargaan terhadap kelompok	✓	
Bagi Siswa			
11.	Mengetahui tujuan pembelajaran	✓	
12.	Memperhatikan penjelasan guru		✓
13.	Siswa terbagi ke dalam kelompok kecil	✓	
14.	Bekerja sama dalam kelompok	✓	
15.	Melaksanakan aturan permainan	✓	
16.	Aktif di dalam kelompok	✓	
17.	Sportif		✓
18.	Mengikuti turnamen antar kelompok	✓	

19.	Melaksanakan aturan turnamen	✓	
20.	Mendapat penilaian dan penghargaan	✓	
Jumlah		18	2

Keterangan:

Skor 1 untuk “Ya” → jika indikator tercapai

Skor 0 untuk “Tidak” → jika indikator tidak tercapai

$$\text{Persentase} = \frac{18}{20} \times 100\% = 90\%$$

Senin, 30 Mei 2016

Observer

Ratna Tambunan, S. Pd

NIP: 196103051984032004

Lampiran 17**Catatan Lapangan**

CATATAN LAPANGAN OBSERVASI	SIKLUS I
Pertemuan	1
Hari/Tanggal	Senin/2 Mei 2016
Waktu	07.30 – 8.40
Tempat	SDN Palmeriam 03 Pagi
Pengajar	Dora Zafit Khaswarani
Kegiatan	Melakukan Permainan
Kompetensi Dasar	Mempraktikkan kombinasi berbagai pola gerak jalan dan lari dalam permainan sederhana, serta aturan dan kerjasama.
Bagian Pengamatan	Melakukan Permainan melalui Gerak Dasar Lari
Fokus Pengamatan	Kemampuan Variasi Gerak Dasar Lari
Kegiatan	
Awal	Guru membariskan siswa dengan rapih dan member salam. Kemudian guru menginstruksikan ketua kelas untuk memimpin doa sebelum pelajaran dimulai diikuti dengan mengabsen kehadiran siswa. Guru bertanya kepada siswa tentang variasi gerak dasar lari. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran dan menyampaikan apa yang akan dilakukan dalam pembelajaran hari ini. Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok kecil beranggotakan 4-6 orang.
Inti	Guru bersama-sama dengan siswa melakukan pemanasan dengan berlari keliling lapangan sebanyak dua kali, kemudian dilanjutkan dengan peregangan (<i>stretching</i>) dengan gerakan statis dan dinamis. Lalu siswa diminta untuk melakukan

	<p>permainan hitam hijau, siapa cepat membuat lingkaran, dan ular makan ekornya. Sebelumnya guru menjelaskan cara bermain dan memberikan contoh dari masing-masing permainan. Siswa dipersilahkan bertanya apabila ada hal yang kurang dimengerti. Siswa memulai permainan diikuti instruksi guru sesuai dengan kelompoknya masing-masing.</p>
Akhir	<p>Guru bersama siswa berkumpul dan membuat kesimpulan dari apa yang telah dilakukan pada pembelajaran hari ini. Guru mengevaluasi kesalahan-kesalahan yang dilakukan siswa dalam permainan yang telah dilakukan. Selanjutnya guru memberi motivasi kepada siswa agar siswa makin semangat untuk berlatih. Kemudian guru menginformasikan bahwa untuk pertemuan selanjutnya akan diadakan turnamen yang terdiri dari permainan yang telah dilakukan hari ini. Akan ada penghargaan dan hadiah bagi kelompok yang memenangkan pertandingan. Setelah itu guru menutup pembelajaran.</p>
Refleksi	<p>Siswa terlihat bersemangat dan antusias dari mulai pemanasan sampai akhir permainan. Ada beberapa siswa yang belum melakukan pengembangan gerakan dengan tepat dalam permainan sehingga banyak siswa yang jatuh saat melakukan gerak dasar lari.</p>

Jakarta, 2 Mei 2016

Observer,

Ratna Tambunan, S. Pd

NIP: 196103051984032004

Lampiran 18**Catatan Lapangan**

CATATAN LAPANGAN OBSERVASI	SIKLUS I
Pertemuan	2
Hari/Tanggal	Senin/9 Mei 2016
Waktu	07.30 – 8.40
Tempat	SDN Palmeriam 03 Pagi
Pengajar	Dora Zafit Khaswarani
Kegiatan	Melakukan Turnamen
Kompetensi Dasar	Mempraktikkan kombinasi berbagai pola gerak jalan dan lari dalam permainan sederhana, serta aturan dan kerjasama.
Bagian Pengamatan	Melakukan Turnamen melalui Gerak Dasar Lari
Fokus Pengamatan	Kemampuan Variasi Gerak Dasar Lari
Kegiatan	
Awal	Guru membariskan siswa dengan rapih dan member salam. Kemudian guru menginstruksikan ketua kelas untuk memimpin doa sebelum pelajaran dimulai diikuti dengan mengabsen kehadiran siswa. Guru bertanya kepada siswa tentang variasi gerak dasar lari. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran dan menyampaikan apa yang akan dilakukan dalam pembelajaran hari ini. Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok kecil beranggotakan 4-6 orang.
Inti	Guru bersama-sama dengan siswa melakukan pemanasan dengan berlari keliling lapangan sebanyak dua kali, kemudian dilanjutkan dengan peregangan (<i>stretching</i>) dengan gerakan statis dan dinamis. Lalu siswa diminta untuk melakukan

	<p>turnamen melalui permainan hitam hijau, siapa cepat membuat lingkaran, dan ular makan ekornya. Sebelumnya guru menjelaskan aturan pertandingan dan menunjukkan bagan turnamen kepada siswa. Siswa dipersilahkan bertanya apabila ada hal yang kurang dimengerti. Siswa memulai turnamen diikuti instruksi guru sesuai dengan kelompoknya masing-masing.</p>
Akhir	<p>Guru bersama siswa berkumpul dan membuat kesimpulan dari turnamen yang telah berlangsung. Guru menghitung skor yang diperoleh oleh tiap kelompok. Selanjutnya guru menentukan pemenang dari turnamen tadi. Kemudian guru memberikan penghargaan dan hadiah kepada pemenang untuk membuat siswa termotivasi agar lebih giat belajar. Setelah itu guru menutup pembelajaran.</p>
Refleksi	<p>Siswa terlihat bersemangat dan antusias dari mulai pemanasan sampai akhir pertandingan. Ada beberapa siswa yang kurang aktif dalam permainan dan juga ada beberapa siswa yang kurang sportif sehingga tidak mau menerima kekalahan.</p>

Jakarta, 9 Mei 2016

Observer

Ratna Tambunan, S. Pd

NIP: 196103051984032004

Lampiran 19**Catatan Lapangan**

CATATAN LAPANGAN OBSERVASI	SIKLUS II
Pertemuan	1
Hari/Tanggal	Senin/23 Mei 2016
Waktu	07.30 – 8.40
Tempat	SDN Palmeriam 03 Pagi
Pengajar	Dora Zafit Khaswarani
Kegiatan	Melakukan Permainan
Kompetensi Dasar	Mempraktikkan kombinasi berbagai pola gerak jalan dan lari dalam permainan sederhana, serta aturan dan kerjasama.
Bagian Pengamatan	Melakukan Permainan melalui Gerak Dasar Lari
Fokus Pengamatan	Kemampuan Variasi Gerak Dasar Lari
Kegiatan	
Awal	Guru membariskan siswa dengan rapih dan member salam. Kemudian guru menginstruksikan ketua kelas untuk memimpin doa sebelum pelajaran dimulai diikuti dengan mengabsen kehadiran siswa. Guru bertanya kepada siswa tentang variasi gerak dasar lari. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran dan menyampaikan apa yang akan dilakukan dalam pembelajaran hari ini. Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok kecil beranggotakan 4-6 orang.
Inti	Guru bersama-sama dengan siswa melakukan pemanasan dengan berlari keliling lapangan sebanyak dua kali, kemudian dilanjutkan dengan peregangan (<i>stretching</i>) dengan gerakan statis dan dinamis. Lalu siswa diminta untuk melakukan kembali

	<p>ke lingkaran, elang mengejar anak ayam, dan terowongan berguling. Sebelumnya guru menjelaskan cara bermain dan memberikan contoh dari masing-masing permainan. Siswa dipersilahkan bertanya apabila ada hal yang kurang dimengerti. Siswa memulai permainan diikuti instruksi guru sesuai dengan kelompoknya masing-masing.</p>
Akhir	<p>Guru bersama siswa berkumpul dan membuat kesimpulan dari apa yang telah dilakukan pada pembelajaran hari ini. Guru mengevaluasi kesalahan-kesalahan yang dilakukan siswa dalam permainan yang telah dilakukan. Selanjutnya guru memberi motivasi kepada siswa agar siswa makin semangat untuk berlatih. Kemudian guru menginformasikan bahwa untuk pertemuan selanjutnya akan diadakan turnamen yang terdiri dari permainan yang telah dilakukan hari ini. Akan ada penghargaan dan hadiah bagi kelompok yang memenangkan pertandingan. Setelah itu guru menutup pembelajaran.</p>
Refleksi	<p>Siswa terlihat bersemangat dan antusias dari mulai pemanasan sampai akhir permainan. Sebagian besar siswa sudah melakukan pengembangan gerakan dengan tepat dalam permainan sehingga tidak banyak lagi kesalahan yang mereka lakukan pada permainan.</p>

Jakarta, 23 Mei 2016

Observer,

Ratna Tambunan, S. Pd

NIP: 196103051984032004

Lampiran 20**Catatan Lapangan**

CATATAN LAPANGAN OBSERVASI	SIKLUS II
Pertemuan	2
Hari/Tanggal	Senin/30 Mei 2016
Waktu	07.30 – 8.40
Tempat	SDN Palmeriam 03 Pagi
Pengajar	Dora Zafit Khaswarani
Kegiatan	Melakukan Turnamen
Kompetensi Dasar	Mempraktikkan kombinasi berbagai pola gerak jalan dan lari dalam permainan sederhana, serta aturan dan kerjasama.
Bagian Pengamatan	Melakukan Turnamen melalui Gerak Dasar Lari
Fokus Pengamatan	Kemampuan Variasi Gerak Dasar Lari
Kegiatan	
Awal	Guru membariskan siswa dengan rapih dan member salam. Kemudian guru menginstruksikan ketua kelas untuk memimpin doa sebelum pelajaran dimulai diikuti dengan mengabsen kehadiran siswa. Guru bertanya kepada siswa tentang variasi gerak dasar lari. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran dan menyampaikan apa yang akan dilakukan dalam pembelajaran hari ini. Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok kecil beranggotakan 4-6 orang.
Inti	Guru bersama-sama dengan siswa melakukan pemanasan dengan berlari keliling lapangan sebanyak dua kali, kemudian dilanjutkan dengan peregangan (<i>stretching</i>) dengan gerakan statis dan dinamis. Lalu siswa diminta untuk melakukan

	<p>turnamen melalui permainan kembali ke lingkaran, elang mengejar anak ayam, dan terowongan berguling. Sebelumnya guru menjelaskan aturan pertandingan dan menunjukkan bagan turnamen kepada siswa. Siswa dipersilahkan bertanya apabila ada hal yang kurang dimengerti. Siswa memulai turnamen diikuti instruksi guru sesuai dengan kelompoknya masing-masing.</p>
Akhir	<p>Guru bersama siswa berkumpul dan membuat kesimpulan dari turnamen yang telah berlangsung. Guru menghitung skor yang diperoleh oleh tiap kelompok. Selanjutnya guru menentukan pemenang dari turnamen tadi. Kemudian guru memberikan penghargaan dan hadiah kepada pemenang untuk membuat siswa termotivasi agar lebih giat belajar. Setelah itu guru menutup pembelajaran.</p>
Refleksi	<p>Siswa terlihat bersemangat dan antusias dari mulai pemanasan sampai akhir pertandingan. Sebagian besar siswa sudah mulai aktif pada setiap permainan dalam turnamen, namun untuk sportivitas masih ada beberapa yang kurang sportif dalam turnamen.</p>

Jakarta, 30 Mei 2016

Observer

Ratna Tambunan, S. Pd

NIP: 196103051984032004

Lampiran 21**DOKUMENTASI**

Siswa melakukan peregangan



Siswa melakukan permainan "hitam hijau"



Siswa melakukan permainan "siapa cepat membuat lingkaran" & "ular makan ekornya"



Siswa mendapat piagam penghargaan setelah turnamen (siklus I)



DOKUMENTASI



Pengundian nomor kelompok turnamen



Siswa melakukan permainan “kembali ke lingkaran” & “elang mengejar anak ayam”



Siswa melakukan permainan “terowongan bergulir” dan siswa menerima penghargaan setelah turnamen (siklus II)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



DORA ZAFIT KHASWARANI, lahir di Klaten pada tanggal 23 Juni 1994. Anak tunggal dari pasangan Bapak Asmawi Zan dan Ibu Wahyu Sabtorini. Dora merupakan Warga Negara Indonesia dan bertempat tinggal di Jalan Mercedes Benz RT.01/09 Desa Cicadas Kecamatan Gunungputri Kabupaten Bogor.

Pendidikan formal yang pernah ditempuh adalah TK Kemala Bhayangkari Jatinom Klaten lulus pada tahun 2000, kemudian melanjutkan pendidikan dasar di SDN Cicadas 02 Gunungputri Bogor lulus pada tahun 2006. Pada tahun yang sama melanjutkan pendidikan menengah pertama di SMPN 1 Gunungputri Bogor lulus pada tahun 2009. Setelah itu melanjutkan pendidikan menengah atas di SMAN 1 Cileungsi Bogor dan lulus pada tahun 2012.

Setelah lulus SMA, pada tahun 2012 Dora diterima di program studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta. Pengalaman organisasi yang pernah dimiliki antara lain ketua ekstrakurikuler cabang musik SMAN 1 Cileungsi Bogor periode 2011-2012 dan anggota Streetworkout UNJ. Dora Zafit Khaswarani juga cukup aktif dalam ajang lomba musik, diantaranya ialah sempat aktif dalam kegiatan marawis sebagai solis/vokalis di SMAN 1 Cileungsi hingga mendapatkan penghargaan sebagai Juara 3 pada Lomba Marawis Tingkat SMA se-Jabodetabek pada tahun 2011. Pada tahun 2014 mendapatkan penghargaan sebagai Juara 1 Vokal Grup tingkat Jurusan PGSD.