

Lampiran 1.

Tabel 3. Hasil Observasi Tentang Kegiatan Belajar Mengajar Siklus I

No	Aspek yang diamati	Ya	Tidak	Keterangan
	A. Pendahuluan			
1.	Apakah guru mengabsen dan memotivasi minat siswa?	√		
2.	Apakah guru menjelaskan tujuan pembelajaran?	√		
3.	Apakah guru mengemukakan tahap kegiatan yang akan dilakukan siswa?	√		
4.	Apakah guru telah menyiapkan peralatan atau media pembelajaran?	√		
	B. Kegiatan Pokok			
5.	Melakukan pemanasan?	√		
6.	Apakah guru menggunakan alat atau media pembelajaran?	√		
7.	Sesuaiakah media dengan materi?	√		
8.	Apakah guru memberikan stimulus siswa untuk bertanya?		√	
9.	Apakah guru menjawab semua pertanyaan siswa dengan jelas dan benar?	√		
10.		√		
11.	Guru berperan sebagai	√		

	fasilitator?			
12.	Apakah guru memberikan contoh gerakan?	√		
13.	Apakah guru menjelaskan fungsi serta manfaat gerakan yang dicontohkan?	√		
14.	Apakah guru memberikan koreksi dari setiap gerakan?	√		
	C. Penutup			
15.	Melakukan pendinginan?	√		
16.	Evaluasi kegiatan pembelajaran?	√		
17.	Menjelaskan materi untuk pertemuan berikutnya?	√		

Berdasarkan hasil pengamatan pada siklus I tentang kegiatan pembelajaran secara keseluruhan, guru telah melakukan kegiatan pembelajaran secara ideal, akan tetapi ada catatan dari kolaborator yaitu guru harus lebih kreatif dalam memberikan dan menyajikan permainan sehingga lebih bervariasi dan dapat memberikan motivasi kepada siswa terutama dalam hal membangkitkan semangat belajar siswa.

Lampiran 2.

Tabel 4. Hasil Pengamatan Penampilan Kemampuan Guru Siklus I

a. Penampilan guru :

No	Aspek Pengamatan	Sangat Baik	Baik	Cukup	Kurang
1.	Kebersihan		√		
2.	Kerapihan		√		
3.	Kreatif		√		
4.	Semangat	√			
5.	Antusias		√		
	Jumlah	1	4		

Tabel 5. Hasil Pengamatan Penampilan Kemampuan Guru Siklus I

b. Pengelolaan waktu :

No	Aspek Pengamatan	Sangat Baik	Baik	Cukup	Kurang
1.	Menggunakan waktu secara efisien		√		
2.	Menggunakan sebagian waktu untuk menciptakan situasi yang kondusif selama proses kegiatan belajar mengajar		√		
3.	Memperhatikan pengaturan waktu istirahat dan melakukan gerakan		√		

Tabel 6. Hasil Pengamatan Penampilan Kemampuan Guru Siklus I**c. Teknik bertanya**

No	Aspek Pengamatan	Sangat Baik	Baik	Cukup	Kurang
1.	Menyebarkan pertanyaan kepada siswa		√		
2.	Memperhatikan waktu tunggu		√		
3.	Menanggapi jawaban dengan disertai gerakan secara benar		√		
4.	Mengajukan pertanyaan kreatif		√		
5.	Tidak sering mengulangi pertanyaan yang sama.		√		
6.	Tidak sering mengulangi jawaban siswa		√		

Tabel 7. Hasil Pengamatan Penampilan Kemampuan Guru Siklus I

No	Aspek Pengamatan	Sangat Baik	Baik	Cukup	Kurang
1.	Menenangkan kelas sebelum memulai pelajaran	√			
2.	Mengatur pengelompokan barisan siswa		√		

d. Pengelolaan kelas :

Tabel 8. Hasil Pengamatan Penampilan Kemampuan Guru Siklus I

e. Penerapan pembelajaran kooperatif :

No	Aspek Pengamatan	Sangat Baik	Baik	Cukup	Kurang
1.	Membagi siswa dalam kelompok – kelompok dan pasang – pasangan		√		
2.	Menerapkan bimbingan atau koreksi secara langsung kepada siswa yang mengalami kesulitan		√		

Lampiran 3.

Tabel 9. Hasil Pengamatan Aktivitas Siswa Siklus I

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Guru : Iredo Oktora

Materi Pokok : Senam Lantai (*handstand*)

Waktu : 2x40

No	Ciri perilaku siswa dalam melaksanakan kegiatan belajarnya	Ya	Tidak	Keterangan
1.	Siswa aktif dalam pembelajaran	√		
2.	Mengajukan pendapat kepada guru	√		
3.	Diskusi untuk memecahkan masalah		√	
4.	Memanfaatkan alat serta sumber belajar yang ada	√		
5.	Melakukan apa yang telah diinstruksikan oleh guru	√		
6.	Berusaha untuk memperbaiki kemampuan belajar	√		
7.	Mengetahui manfaat pembelajaran yang telah dilakukan	√		
8.	Memberikan contoh dengan benar	√		
9.	Ada usaha dan motivasi untuk	√		

	mempelajari bahan pelajaran atau stimulus yang diberikan oleh guru			
10.	Dapat menerima koreksi dari guru	√		
11.	Dapat menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru dengan tepat	√		
12.	Mempunyai hubungan dan kerjasama yang baik antar siswa dengan yang lain	√		
13.	Siswa merasa gembira dan senang selama proses KBM	√		

Keterangan : No. 1 sampai dengan no. 6 ialah ciri proses sedangkan no.7 sampai no. 13 ialah ciri hasil belajar.

Lampiran 4.

Tabel 10. Format Pengamatan Kegiatan Belajar Mengajar Siklus I

Sekolah : SMA Kemurnian II Jakarta Barat
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
 Materi Pokok : Senam Lantai (*handstand*)
 Waktu : 2x40

Bagian	Pengamatan	Apakah guru melaksanakan		Komentar
		Ya	Tidak	
Persiapan	1. Konsep pembelajaran / Perencanaan pembelajaran	√		
	2. Penyiapan alat atau media pembelajaran	√		
	3. Penampilan penyajian Sesuai	√		
Penyajian	Pendahuluan			
	4. Pemeriksaan kehadiran siswa	√		
	5. Penjelasan tujuan dan materi pembelajaran pemberian motivasi pembelajaran yang menarik berkaitan dengan tujuan pembelajaran	√		

	6. menjelaskan proses pembelajaran yang akan dilaksanakan (pengelompokan dsb)	√		
	7. Melakukan pemanasan	√		
	Inti / Pokok			
	8. Penerapan strategi pembelajaran tertentu	√		
	9. Penggunaan alat, media dan sumber belajar	√		
	10. Peraturan teknik bertanya	√		
	11. Pemberian contoh gerakan kepada siswa	√		
	12. Mengarahkan siswa agar aktif dalam KBM	√		
	13. Memberikan penguatan verbal seperti : berkata bagus, benar, dll	√		
	14. Memberikan penguatan non verbal seperti : gerak tubuh	√		
	15. Melakukan perbaikan langsung kepada siswa	√		
	16. Membentuk siswa dalam formasi berkelompok dan berpasangan	√		

	Penutup	√		
	17. Melakukan pendinginan			
	18. Evaluasi KBM	√		
	19. Menyimpulkan KBM	√		
	Jumlah	19		

Lampiran 5.

Tabel 11. Aktivitas Siswa SMA Kemurnian II Jakarta Barat
Pembelajaran Senam Lantai (*handstand*) Siklus I

No	Nama Siswa	Kegiatan Siswa		
		Aktif	Sedang	Pasif
1.	Adrian Hartanto		√	
2.	Albert Christopher	√		
3.	Andriyan	√		
4.	Blandina Sherin	√		
5.	Christina Alexandra		√	
6.	Denise Elycia			√
7.	Dicky Arman		√	
8.	Edwardo Pratama	√		
9.	Edwin Chandra	√		
10.	Elyka Lavena		√	
11.	Erick Wijaya	√		
12.	Febrianita	√		
13.	Gabrielle Novira	√		
14.	Gianino Masasi	√		
15.	Grace Madeleine			√
16.	Ignasius Dymas Jahja	√		
17.	Iline Ivana		√	
18.	Irwanto		√	
19.	Jesslyn	√		
20.	Jillie Cornelia	√		
21.	Joecelind Gabriela	√		
22.	Jonathan Lesmana	√		
23.	Kendry	√		
24.	Kingu Rici Ryadi			√
25.	Maurien		√	
26.	Natasha Tandy			√
27.	Riyadi			√
28.	Shophia Sebastiani	√		
29.	Vanessa Yudanto	√		
30.	Vera Hadinata	√		
31.	Willy Andhika		√	
32.	Wina Kumala	√		
Jumlah		19	8	5

Keterangan :

- Kolom Aktif yaitu siswa yang aktif bertanya jawab dengan guru, serius melakukan gerakan *handstand* dan bekerja sama dengan baik ketika mengikuti permainan yang guru berikan didalam pembelajaran
- Kelompok sedang yaitu siswa yang kadang – kadang aktif dan kadang – kadang tidak aktif dalam mengikuti pembelajaran senam lantai (*handstand*).
- Kelompok pasif yaitu siswa yang diam, kurang aktif dan tidak serius dalam mengikuti pembelajaran.

Kesimpulan :

Saran–saran :

Pengamat,

Penyaji

1.

2.

Iredo oktora

Lampiran 6.

**Tabel 12. Daftar Absensi Siswa Kelas XI Kemurnian II Jakarta Barat
Pada Pembelajaran Senam Lantai (*handstand*).**

No	Nama Siswa	J K	1/10 2013	8/10 2013	22/10 2013	29/10 2013
1.	Adrian Hartanto	L	√	√	√	√
2.	Albert Christopher	L	√	√	√	√
3.	Andriyan	P	√	√	√	√
4.	Blandina Sherin	L	√	√	√	√
5.	Christina Alexandra	P	√	-	√	√
6.	Denise Elycia	L	√	-	√	√
7.	Dicky Arman	L	√	-	√	√
8.	Edwardo Perdana	P	-	√	√	√
9.	Edwin Chandra	L	√	√	√	√
10.	Elyka LAvena	P	√	√	√	√
11.	Erik Wijaya	P	√	√	√	√
12.	Febrianita	P	√	√	√	√
13.	Gabrielle Novira	L	-	√	√	√
14.	Gianinno Masasi	L	√	√	√	√
15.	Grace Madeleine	P	√	√	√	√
16.	Ignasius Dymas Jahja	L	√	√	√	√
17.	Iline Iyana	P	√	√	√	√

18.	Irwanto	P	√	√	-	√
19.	Jesslyn	L	√	√	√	√
20.	Jillie Cornelia	L	√	√	√	√
21.	Joecelind Gabriela	L	√	√	√	√
22.	Jonathan Lesmana	P	√	√	√	√
23.	Kendry	P	√	√	√	√
24.	Kingu Rici Ryadi	L	√	√	√	√
25.	Maurien	P	√	√	√	√
26.	Natasha Tandy	L	√	√	-	√
27.	Riyadi	L	√	√	√	√
28.	Shophia Sebastian	L	-	√	√	√
29.	Vanessa Yudanto	L	√	√	√	√
30.	Vera Hadinata	P	√	√	√	√
31.	Willy Andhika	L	√	√	√	√
32.	Wina Kumala	L	√	√	-	√

P = 17 Siswa

L = 15 Siswa

Jumlah = 32

Lampiran 7.

Tabel 13. Daftar Nilai Hasil Belajar Siswa Kelas XI IPA SMA Kemurnian II Jakarta Barat Pada Materi *Handstand* Siklus I

no.	Nama Siswa	Tahap Persiapan				Tahap Kontak dengan matras				Tahap Gerak Lanjutan				Nilai	Nilai Akhir	
		a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d			
1	Adrian Hartono	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	32	88.89	lulus
2	Albert Cristopher	3	2	3	2	3	3	2	1	1	1	1	1	23	63.89	tidaklulus
3	Andriyan	3	1	3	1	3	3	2	1	3	3	3	3	29	80.56	lulus
4	Blandina Sherin	3	1	3	1	1	1	1	1	3	3	3	3	24	66.67	tidaklulus
5	Christina Alexandra	3	2	3	2	1	1	1	1	3	3	3	3	26	72.22	lulus
6	Denise Elycia	3	1	3	1	1	1	1	1	3	3	3	3	24	66.67	tidaklulus
7	Dicky Arman	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	32	88.89	lulus
8	Edwardo Perdana	3	1	3	1	3	3	1	1	1	1	1	1	20	55.56	tidaklulus
9	Edwin Chandra	3	1	3	1	1	3	1	1	1	1	1	1	18	50.00	tidaklulus
10	Elyka Lavena	3	1	3	1	1	1	1	1	3	3	3	3	24	66.67	tidaklulus
11	Erick Wijaya	3	2	3	2	2	3	1	1	1	1	1	1	21	58.33	tidaklulus
12	Febrianita	3	2	3	2	3	2	1	1	1	1	1	1	21	58.33	tidaklulus
13	Gabrielle Novira	3	2	3	2	1	3	1	1	1	1	1	1	20	55.56	tidaklulus
14	Gianino Masasi	3	1	3	1	3	3	1	1	1	1	1	1	20	55.56	tidaklulus
15	Grace Madelin	3	1	3	1	3	2	1	1	1	1	1	1	19	52.78	tidaklulus
16	Ignasius Dymas Jahja	3	2	3	2	1	1	1	1	3	3	3	3	26	72.22	lulus
17	Iline Ivana	3	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	18	50.00	tidaklulus
18	Irwanto	3	1	3	1	1	1	1	1	3	3	3	3	24	66.67	tidaklulus
19	Jesslyn	3	2	3	2	3	3	1	1	1	1	1	1	22	61.11	tidaklulus
20	Jilje Cornelia	3	1	3	1	1	3	1	1	3	3	3	3	26	72.22	lulus
21	Joecelind Gabriela	3	1	3	1	1	1	1	1	3	3	3	3	24	66.67	tidaklulus
22	Jonathan Lesmana	3	2	3	2	1	1	1	1	3	3	3	3	26	72.22	lulus
23	Kendry	3	2	3	2	3	3	1	1	1	1	1	1	22	61.11	tidaklulus
24	Kingu Rici Ryadi	3	1	3	1	3	3	1	1	1	1	1	1	20	55.56	tidaklulus
25	Maurien	3	1	3	1	1	1	1	1	3	3	3	3	24	66.67	tidaklulus
26	Natasha Tandy	3	1	3	1	1	1	1	1	3	3	3	3	24	66.67	tidaklulus
27	Riyadi	3	2	3	2	3	3	1	1	3	3	3	3	30	83.33	lulus
28	Shophia Sebastian	3	1	3	1	2	3	1	1	2	2	2	2	23	63.89	tidaklulus
29	Vanessa Yudanto	3	1	3	1	3	3	1	1	2	2	2	2	24	66.67	tidaklulus
30	Vera Hadinata	3	1	3	1	3	3	1	1	1	1	1	1	20	55.56	tidaklulus
31	Willy Andhika	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	28	77.78	lulus
32	Wina Kumala	3	1	3	1	3	3	1	1	1	1	1	1	20	55.56	tidaklulus
Jumlah														754		
Nilai Rata-rata														23.56		

Keterangan :**Tahap persiapan**

- a. Sikap arah pandangan pada tahap persiapan
- b. Sikap lengan pada tahap persiapan.
- c. Sikap badan pada tahap persiapan.
- a. Sikap kaki pada persiapan.

Tahap kontak dengan matras

- a. Sikap arah pandang pada tahap kontak dengan matras.
- b. Sikap lengan pada tahap kontak dengan matras.
- c. Sikap badan pada tahap kontak dengan matras
- d. Sikap kaki pada tahap kontak dengan matras.

Tahap gerakan Akhiran

- a. Sikap arah pandang pada tahap gerakan lanjutan.
- b. Sikap lengan pada tahap gerakan lanjutan.
- c. Sikap badan pada tahap gerakan lanjutan.
- d. sikap kaki pada tahap gerakan lanjutan.

Lampiran 8.

Tabel 14. Hasil Observasi Tentang Kegiatan Belajar Mengajar Siklus II

No	Aspek yang diamati	Ya	Tidak	Keterangan
	A. Pendahuluan			
1.	Apakah guru mengabsen dan memotivasi minat siswa?	√		
2.	Apakah guru menjelaskan tujuan pembelajaran?	√		
3.	Apakah guru mengemukakan tahap kegiatan yang akan dilakukan siswa?	√		
4.	Apakah guru telah menyiapkan peralatan atau media pembelajaran?	√		
	B. Kegiatan Pokok			
5.	Melakukan pemanasan?	√		
6.	Apakah guru menggunakan alat atau media pembelajaran?	√		
7.	Sesuaiakah media dengan materi?	√		
8.	Apakah guru memberikan stimulus siswa untuk bertanya?		√	
9.	Apakah guru menjawab semua pertanyaan siswa dengan jelas dan benar?	√		
10.		√		
11.	Guru berperan sebagai	√		

	fasilitator?			
12.	Apakah guru memberikan contoh gerakan?	√		
13.	Apakah guru menjelaskan fungsi serta manfaat gerakan yang dicontohkan?	√		
14.	Apakah guru memberikan koreksi dari setiap gerakan?	√		
	C. Penutup			
15.	Melakukan pendinginan?	√		
16.	Evaluasi kegiatan pembelajaran?	√		
17.	Menjelaskan materi untuk pertemuan berikutnya?	√		

Berdasarkan hasil pengamatan pada siklus II tentang kegiatan pembelajaran secara keseluruhan, guru telah melakukan kegiatan pembelajaran secara ideal, akan tetapi ada catatan dari kolaborator yaitu guru mulai kreatif menerapkan kegiatan pembelajaran dan selalu memberikan motivasi kepada siswa sehingga siswa tidak jenuh dan bersemangat dalam mengikuti pembelajaran senam lantai (*handstand*).

Lampiran 9.

Tabel 15. Hasil Pengamatan Penampilan Kemampuan Guru Siklus II

a. Penampilan guru :

No	Aspek Pengamatan	Sangat Baik	Baik	Cukup	Kurang
1.	Kebersihan		√		
2.	Kerapihan		√		
3.	Kreatif	√			
4.	Semangat		√		
5.	Antusias		√		
	Jumlah	1	4		

Tabel 16. Hasil Pengamatan Penampilan Kemampuan Guru Siklus II

b. Pengelolaan waktu :

No	Aspek Pengamatan	Sangat Baik	Baik	Cukup	Kurang
1.	Menggunakan waktu secara efisien	√			
2.	Menggunakan sebagian waktu untuk menciptakan situasi yang kondusif selama proses kegiatan belajar mengajar	√			
3.	Memperhatikan pengaturan waktu istirahat dan melakukan gerakan	√			

Tabel 17. Hasil Pengamatan Penampilan Kemampuan Guru Siklus II**c. Teknik bertanya**

No	Aspek Pengamatan	Sangat Baik	Baik	Cukup	Kurang
1.	Menyebarkan pertanyaan kepada siswa		√		
2.	Memperhatikan waktu tunggu		√		
3.	Menanggapi jawaban dengan disertai gerakan secara benar		√		
4.	Mengajukan pertanyaan kreatif		√		
5	Tidak sering mengulangi pertanyaan yang sama		√		
6.	Tidak sering mengulangi jawaban siswa		√		

Tabel 18. Hasil Pengamatan Penampilan Kemampuan Guru Siklus II**d. Pengelolaan kelas :**

No	Aspek Pengamatan	Sangat Baik	Baik	Cukup	Kurang
1.	Membagi siswa dalam kelompok–kelompok dan pasang–pasangan		√		
2.	Menerapkan bimbingan atau koreksi secara langsung kepada siswa yang mengalami kesulitan		√		

Tabel 19. Hasil Pengamatan Penampilan Kemampuan Guru Siklus II**e. Penerapan pembelajaran kooperatif :**

No	Aspek Pengamatan	Sangat Baik	Baik	Cukup	Kurang
1.	Menenangkan kelas sebelum memulai pelajaran	√			
2.	Mengatur pengelompokan barisan siswa		√		

Lampiran 10.

Tabel 20. Hasil Pengamatan Aktivitas Siswa Siklus II

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Guru : Iredo Oktora

Materi Pokok : Senam Lantai (*handstand*)

Waktu : 2x40

No	Ciri perilaku siswa dalam melaksanakan kegiatan belajarnya	Ya	Tidak	Keterangan
1.	Siswa aktif dalam pembelajaran	√		
2.	Mengajukan pendapat kepada guru	√		
3.	Diskusi untuk memecahkan masalah	√		
4.	Memanfaatkan alat serta sumber belajar yang ada	√		
5.	Melakukan apa yang telah diinstruksikan oleh guru	√		
6.	Berusaha untuk memperbaiki kemampuan belajar	√		
7.	Mengetahui manfaat pembelajaran yang telah dilakukan	√		
8.	Memberikan contoh dengan benar	√		
9.	Ada usaha dan motivasi untuk mempelajari bahan pelajaran atau stimulus yang diberikan oleh guru	√		
10.	Dapat menerima koreksi dari guru	√		
11.	Dapat menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru dengan tepat	√		

12.	Mempunyai hubungan dan kerjasama yang baik antar siswa dengan yang lain	√		
13.	Siswa merasa gembira dan senang selama proses KBM	√		

Keterangan : No. 1 sampai dengan no. 6 ialah ciri proses sedangkan no.7 sampai no. 13 ialah ciri hasil belajar.

Lampiran 11.

Tabel 21. Format Pengamatan Kegiatan Belajar Mengajar Siklus II

Sekolah : SMA Kemurnian II Jakarta barat
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
 Materi Pokok : Senam Lantai (*handstand*)
 Waktu : 2x40

Bagian	Pengamatan	Apakah guru melaksanakan		Komentar
		Ya	Tidak	
Persiapan	1. Konsep pembelajaran / Perencanaan pembelajaran 2. Penyiapan alat atau media pembelajaran 3. Penampilan penyajian Sesuai	√ √ √		
Penyajian	Pendahuluan 4. Pemeriksaan kehadiran siswa 5. Penjelasan tujuan dan materi pembelajaran pemberian motivasi pembelajaran yang menarik berkaitan dengan tujuan pembelajaran 6. menjelaskan proses pembelajaran yang akan	√ √ √		

	dilaksanakan (pengelompokan dsb)			
	7. Melakukan pemanasan	√		
	Inti / Pokok			
	8. Penerapan strategi pembelajaran tertentu	√		
	9. Penggunaan alat, media dan sumber belajar	√		
	10. Peraturan teknik bertanya	√		
	11. Pemberian contoh gerakan kepada siswa	√		
	12. Mengarahkan siswa agar aktif dalam KBM	√		
	13. Memberikan penguatan verbal seperti : berkata bagu, benar, dll	√		
	14. Memberikan penguatan non verbal seperti : gerak tubuh	√		
	15. Melakukan perbaikan langsung kepada siswa	√		
	16. Membentuk siswa dalam formasi berkelompok dan berpasangan	√		
		√		

	Penutup			
	17. Melakukan pendinginan			
	18. Evaluasi KBM	√		
	19. Menyimpulkan KBM	√		
	Jumlah	19		

Lampiran 12.

Tabel 22. Aktivitas Siswa SMA Kemurnian II Jakarta Barat Dalam Pembelajaran Senam Lantai (*handstand*)

No	Nama Siswa	Kegiatan Siswa		
		Aktif	Sedang	Pasif
1.	Andrian Hartanto		√	
2.	Albert Christopher	√		
3.	Andriyan	√		
4.	Blandina Sherin	√		
5.	Christina Alexandra	√		
6.	Denice Elycia	√		
7.	Dicky Arman	√		
8.	Edwardo Perdana	√		
9.	Edwin Chandra	√		
10.	Elyka Lavena	√		
11.	Erick Wijaya	√		
12.	Febrianita	√		
13.	Gabrielle Novira	√		
14.	Gianino Masasi	√		
15.	Grace Madeleine		√	
16.	Ignasius Dymas Jahja		√	
17.	Iline Iyana		√	
18.	Irwanto	√		
19.	Jesslyn	√		
20.	Jillie Cornelia	√		
21.	Joecelind Gabriela	√		
22.	Jonathan Lesmana	√		
23.	Kendry	√		
24.	Kingu Rici Ryadi	√		
25.	Maurien	√		
26.	Natasha Tandy		√	
27.	Riyadi		√	
28.	Sophia Sebastiani		√	
29.	Vanessa Yudanto			√
30.	Vera Hadinata			√
31.	Willy Andhika	√		
32.	Wina Kumala	√		
Jumlah		23	7	2

Keterangan Kolom :

- Kolom Aktif yaitu siswa yang aktif bertanya jawab dengan guru, serius melakukan gerakan *hand stand* dan bekerja sama dengan baik ketika mengikuti permainan yang guru berikan didalam pembelajaran
- Kelompok sedang yaitu siswa yang kadang – kadang aktif dan kadang – kadang tidak aktif dalam mengikuti pembelajaran *handstand*.
- Kelompok pasif yaitu siswa yang diam, kurang aktif dan tidak serius dalam mengikuti pembelajaran.

Kesimpulan :

Saran–saran :

Pengamat,

Penyaji

1.

2.

Iredo oktora

Lampiran 12.

Tabel 23. Daftar Nilai Hasil Belajar Siswa Kelas XI IPA SMA Kemurnian II Jakarta Barat Pada Materi *Handstand* Siklus II

no.	Nama Siswa	Tahap Persiapan				Tahap Kontak dengan matras				Tahap Gerak Lanjutan				Nilai	Nilai Akhir	Kriteria Ketuntasan
		a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d			
1	Adrian Hartanto	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	33	91.67	lulus
2	Albert Cristopher	3	1	3	2	3	3	2	1	1	1	1	1	22	61.11	tidaklulus
3	Andriyan	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	34	94.44	lulus
4	Blandina Sherin	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	34	94.44	lulus
5	Christina Alexandra	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	33	91.67	lulus
6	Denise Eliyca	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	1	1	28	77.78	lulus
7	Dicky Arman	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	35	97.22	lulus
8	Edwardo Perdana	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	33	91.67	lulus
9	Edwin Chandra	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	34	94.44	lulus
10	Elyka Lavena	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	34	94.44	lulus
11	Erick Wijaya	3	3	3	3	2	3	3	1	1	1	1	1	25	69.44	tidaklulus
12	Febrianita	3	1	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	31	86.11	lulus
13	Gabrielle Novira	3	3	3	3	1	3	1	1	3	3	3	3	30	83.33	lulus
14	Gianino Masasi	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	33	91.67	lulus
15	Grace Madelin	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	34	94.44	lulus
16	Ignasius Dymas Jahja	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	34	94.44	lulus
17	Iline Iyana	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	34	94.44	lulus
18	Irwanto	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	1	1	28	77.78	lulus
19	Jesslyn	3	3	3	3	3	3	2	1	1	1	1	1	25	69.44	tidaklulus
20	Jilje Cornelia	3	3	3	3	1	3	3	1	1	1	1	1	24	66.67	tidaklulus
21	Joecellind Gabriela	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	34	94.44	lulus
22	Jonathan Lesmana	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	34	94.44	lulus
23	Kendry	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	35	97.22	lulus
24	Kingu Rici Ryadi	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	35	97.22	lulus
25	Maurien	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	34	94.44	lulus
26	Natasha Tandy	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	20	55.56	tidaklulus
27	Riyadi	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	35	97.22	lulus
28	Shophia Sebastian	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	31	86.11	lulus
29	Vanessa Yudanto	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	35	97.22	lulus
30	Vera Hadinata	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	20	55.56	tidaklulus
31	Willy Andhika	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	35	97.22	lulus
32	Wina Kumala	3	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	24	66.67	tidaklulus
Jumlah														990		
Nilai Rata-rata														30.94		

Keterangan :**Tahap persiapan**

- a. Sikap arah pandangan pada tahap persiapan .
- b. Sikap lengan pada tahap persiapan
- b. Sikap badan pada tahap persiapan.
- c. Sikap kaki pada tahap persiapan.

Tahap kontak dengan matras

- a .Sikap arah pandangan pada tahap kontak dengan matras.
- b.Sikap lengan pada tahap kontak dengan matras.
- c .Sikap badan pada tahap kontak dengan matras.
- d .Sikap kaki pada tahap kontak dengan matras.

Tahap gerakan Akhiran

- a. Sikap arah pandangan pada tahap gerakan lanjutan.
- b. Sikap lengan pada tahap gerakan lanjutan.
- c. Sikap badan pada tahap gerakan lanjutan.
- d. sikap kaki pada tahap gerakan lanjutan.

Lampiran 13.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMA Kemurnian II Jakarta Barat
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani dan Kesehatan
Standar Kompetensi	: 1. Mempraktikkan rangkaian senam lantai dan nilai – nilai terkandung di dalamnya.
Kompetensi Dasar	: 1.1. Mempraktikkan rangkaian senam lantai dengan menggunakan batuan serta nilai percaya diri, kerja sama, tanggung jawab dan menghargai teman.
Indikator	: 1.1.1. Melakukan proses pembelajaran <i>hand stand</i> yakni tahap kontak dengan matras, tahap akhiran, dengan menggunakan alat bantu secara baik, benar, dan gembira. 1.1.2. Melakukan proses pembelajaran <i>hand stand</i> dengan menggunakan alat secara baik, benar, dan gembira.
Alokasi Waktu	: 4 kali pertemuan (1 kali pertemuan = 2 x 40)
Pertemuan ke	: 1

A. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat mempraktikkan tahap kontak dengan matras baik dan benar pada saat melakukan proses pembelajaran *handstand*
- b. Siswa dapat mempraktikkan tahap akhiran dengan matras dengan baik dan benar pada saat melakukan proses pembelajaran *handstand*.

- c. Siswa dapat mempraktikkan teknik dasar *handstand* secara sempurna dari tahap kontak dengan matras sampai tahap akhir dengan baik dan benar.

B. Materi Pembelajaran

1. Latihan berdiri dengan tangan dengan koordinasi yang baik

C. Metode Pembelajaran

- Demonstrasi
- Komando
- Resiprokal
- Ceramah

D. Langkah – langkah kegiatan pembelajaran

Pertemuan ke I (Selasa, 1 Oktober 2013)

1. Pendahuluan
 - a. Berbaris, berdoa, dan absensi.
 - b. Siswa menyimak penjelasan guru mengenai indikator yang akan dicapai dalam proses pembelajaran.
2. Kegiatan Inti
 - a. Pemanasan (peregangan statis dan dinamis yang dipimpin oleh guru kemudian dilanjutkan dengan permainan grobak sodor
 - b. Penjelasan oleh guru berupa materi mengenai seluruh hal yg berkaitan dengan proses pembelajaran *handstand* dengan baik dan benar.
 - c. Siswa diatur barisannya kemudian diberikan alat yang sudah dimodifikasi yaitu dinding yang di lapiasi matras tipis untuk melakukan gerakan *handstand* secara individu.
 - d. Proses pembelajaran *handstand* pada pertemuan ini memfokuskan pada tahap kontak dengan matras.

- e. Saat siswa melakukan guru mengkoreksi gerakan siswa serta memberikan motivasi agar siswa lebih bersemangat
- 3. Kegiatan Penutup
 - a. Pendinginan.
 - b. Tanya jawab mengenai materi yang telah diajarkan.
 - c. Memberikan kesimpulan.
 - d. Guru menginformasikan kepada siswa mengenai materi untuk pertemuan selanjutnya.
 - e. Do'a penutup.

Pertemuan ke II (Selasa, 8 Oktober 2013)

- 1. Pendahuluan
 - a. Berbaris, berdoa, dan absensi.
 - b. Siswa menyimak penjelasan guru mengenai indikator yang akan dicapai dalam proses pembelajaran.
- 2. Kegiatan Inti
 - a. Pemanasan (peregangan statis dan dinamis yang dipimpin oleh guru.
 - b. Siswa diatur barisannya untuk melakukan tes awal teknik *hand stand* .
 - c. Mengkoordinasikan semua tahapan gerak *handstand* mulai dari tahap awal sampai tahap akhir menggunakan matras tebal.
- 3. Kegiatan Penutup
 - a. Pendinginan.
 - b. Tanya jawab mengenai materi yang telah diajarkan.
 - c. Memberikan kesimpulan.
 - d. Guru menginformasikan kepada siswa mengenai materi untuk pertemuan selanjutnya.
 - e. Do'a penutup.

Pertemuan Ke III Selasa, 22 Oktober 2013)

1. Pendahuluan
 - a. Berbaris, berdoa, dan absensi
 - b. Siswa menyimak penjelasan guru mengenai indikator yang akan dicapai dalam proses pembelajaran.
2. Kegiatan Inti
 - a. Pemanasan (peregangan statis dan dinamis yang dipimpin oleh guru kemudian dilanjutkan dengan permainan grobak sodor.
 - b. Siswa diatur barisannya kemudian diberikan alat yang sudah dimodifikasi yaitu dinding yang dilapisi oleh matras tipis untuk melakukan gerakan *handstand* secara individu.
 - c. Proses pembelajaran *handstand* pada pertemuan ini memfokuskan pada tahap awal dengan menggunakan alat yang sudah dimodifikasi.
 - d. Saat siswa melakukan guru mengkoreksi gerakan siswa serta memberikan motivasi agar siswa lebih bersemangat.
3. Kegiatan Penutup
 - a. Pendinginan.
 - b. Tanya jawab mengenai materi yang telah diajarkan.
 - c. Memberikan kesimpulan.
 - d. Guru menginformasikan kepada siswa mengenai materi untuk pertemuan selanjutnya.
 - e. Do'a penutup.

Pertemuan ke IV (Selasa, 29 Oktober 2013)

1. Pendahuluan
 - a. Berbaris, berdoa, dan absensi.
 - b. Siswa menyimak penjelasan guru mengenai indikator yang akan dicapai dalam proses pembelajaran.
2. Kegiatan Inti
 - a. Pemanasan (peregangan statis dan dinamis yang dipimpin oleh guru.
 - b. Siswa diatur barisannya untuk melakukan tes akhir teknik *handstand* .
 - c. Mengkoordinasikan semua tahapan gerak *handstand* mulai dari tahap awal sampai tahap akhir menggunakan matras tebal.
3. Kegiatan Penutup
 - a. Pendinginan.
 - b. Tanya jawab mengenai materi yang telah diajarkan.
 - c. Memberikan kesimpulan.
 - d. Guru menginformasikan kepada siswa mengenai materi untuk pertemuan selanjutnya.
 - e. Do'a penutup.

Teknik Penilaian

- Tes unjuk kerja (psikomotor) = 36 %
- Lakukan gerakan *handstand* (mulai dari tahap persiapan, tahap kontak dengan matras, dan tahap gerakan lanjutan).

$$\text{Keterangan Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 36$$

- Tes pengamatan sikap (afektif) = 30%
- Melakukan gerakan *handstand* dengan sungguh-sungguh dan serius.
- Mengikuti seluruh kegiatan pembelajaran dengan baik dan tertib.
- Bersikap sopan dan santun terhadap siswa lain maupun guru.

$$\text{Keterangan Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30$$

- Kuis (kognitif) = 24%
 - Jawablah secara singkat atau peragakan dengan baik pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak dalam pembelajaran *handstand*:
 - Variasi dan kombinasi dalam melakukan gerakan *handstand*.
- Jumlah siswa tuntas belajar

$$\text{Keterangan Nilai} = \frac{\text{Jumlah siswa tuntas belajar}}{\text{Jumlah seluruh siswa}} \times 24$$

**Nilai akhir yang diperoleh siswa = Nilai tes unjuk kerja + Nilai observasi
+ Nilai kuis**

KISI-KISI PENILAIAN *HANDSTAND* DALAM MATERI SENAM LANTAI

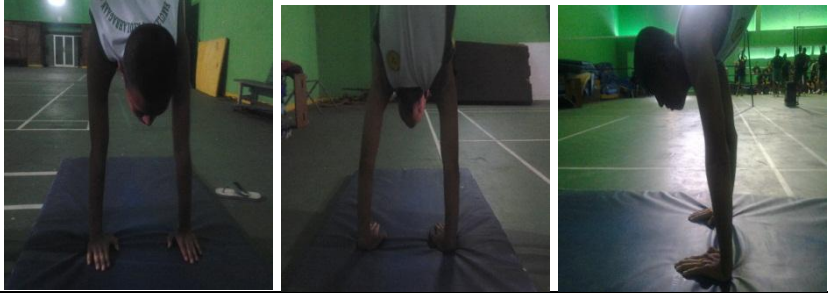
Format Penilaian *Handstand* dalam materi senam lantai

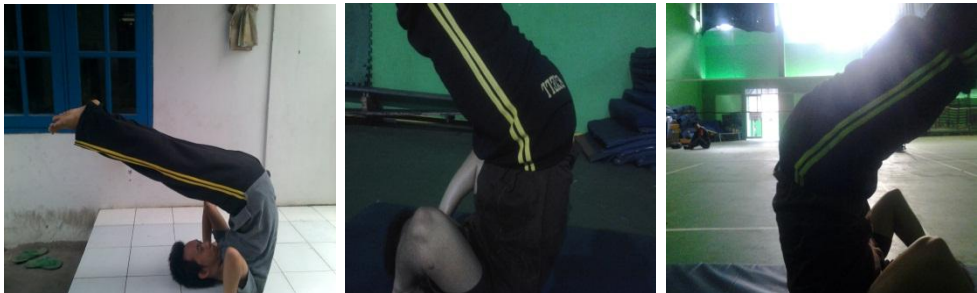
No	Unsur Gerak	Indikator	Uraian Sikap Sempurna	Nilai		
				1	2	3
1	Sikap Awal	a.Pandangan	Pandangan kearah lurus ke depan			
		b.Posisi lengan dan telapak tangan	Kedua lengan diangkat keatas dan kedua telapak tangan terbuka			
		c.Posisi badan	Badan tegap lurus			
		d.Posisi tungkai dan telapak kaki	Salah satu kaki diangkat dan siap untuk melangkah			
2	Sikap pada saat impeck matras tebal	a.Pandangan	Melihat kearah matras tebal			
		b.Posisi lengan dan telapak tangan	Lurus dikencangkan dan telapak tangan terbuka ke atas			
		c.Posisi badan	Lurus dan dikunci			
		d.Posisi tungkai dan telapak kaki	Lurus keatas dan telapak kaki			
3	Sikap Akhir	a.Pandangan	Melihat kearah belakang			
		b.Posisi lengan dan telapak tangan	Posisi lengan ditekuk			
		c.Posisi badan	Posisi badan membulat			
		d.Posisi tungkai dan telapak kaki	Posisi tungkai ditekuk dan telapak kaki mendarat di atas matras tebal			

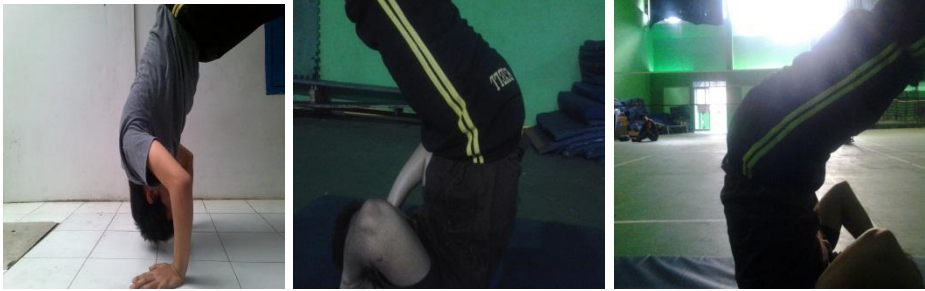
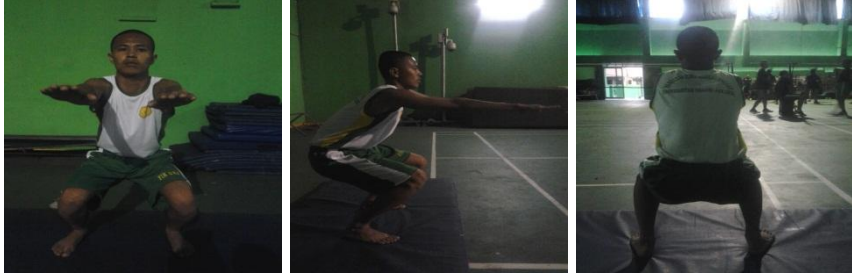
KRITERIA PENILAIAN

Sebelum memberikan penilaian, perhatikanlah kriteria penilaian dibawah ini

No.	<i>Handstand</i>	Nilai
1.	Tahap Persiapan:	
	a. Arah Pandangan Pandangan lurus ke depan.   	3
	b. Posisi lengan dan telapak tangan Lengan di angkat lurus melebihi lebar bahu dan telapak tangan terbuka   	3
	c. Posisi badan berdiri tegap lurus	3

		
	d. Posisi tungkai kaki dan telapak kaki Salah satu tungkai kaki berada di depan lurus dan siap untuk melangkah 	3
2.	Tahap kontak dengan matras:	
	a. Arah Pandangan Melihat ke arah matras tebal atau ke bawah 	3
	b. Posisi lengan dan telapak tangan Lengan lurus di kencangkan dan telapak tangan terbuka 	3

		
	c. Posisi badan Badan lurus dan di kencangkan	3
		
	d. Posisi tungkai kaki dan telapak kaki Lurus keatas dan telapak kaki <i>point</i>	3
		
3.	Sikap Akhir:	
	a. Arah Pandangan Melihat kearah atas	3
		

	b. Posisi Lengan dan telapak tangan Lengan di tekuk dan telapak tangan tetap terbuka 	3
	c. Posisi badan Posisi badan membulat 	3
	d. Posisi tungkai kaki dan telapak kaki Posisi tungkai kaki di tekuk pada bagian lutut dan telapak kaki mendarat di atas matras tebal 	3

Rubrik penilaian
Perilaku aktivitas dalam pembelajaran *handstand*

Aspek yang dinilai	Kualitas Gerak		
	1	2	3
1. Berani melakukan gerakan dengan penuh percaya diri 2. Mentaati petunjuk pelaksanaan 3. Bertindak sportif dan disiplin 4. Bersungguh-sungguh dalam melakukan aktivitas			
Jumlah			

Rubrik Penilaian
Pemahaman Konsep Gerak Dalam Pembelajaran *handstand*

Aspek yang dinilai	Cek (√)
1. Jelaskan posisi tangan ketika melakukan <i>handstand</i> pada tahap persiapan, kontak dengan Matras, dan tahap gerakan lanjutan ? 2. Jelaskan posisi kaki ketika melakukan pembelajaran <i>Handstand</i> pada tahap persiapan, kontak dengan matras dan tahap lanjutan ? 3. Jelaskan perbedaan posisi tangan pada tahap persiapan dengan tahap kontak dengan matras ? 4. Mengapa pembelajaran <i>handstand</i> sangat penting untuk dikuasai ?	
Jumlah	

Jakarta,2013

Mengetahui

**Guru Pendidikan Jasmani SMA
Kemurnian II Jakarta Pengajar**

Ryan Adhityas Pratama, S.Pd

Iredo Oktora

Lampiran 15.**FOTO – FOTO PENELITIAN**



Gambar 10. Kegiatan pemanasan sebelum kegiatan dimulai





Gambar 11. Saat pemberian materi *handstand* dengan gaya mengajar membelakangi dinding berlapis matras tipis





Gambar 12. Saat pemberian materi *handstand* menggunakan gaya mengajar menghadap tembok





Gambar 13. Saat pemberian materi *handstand* tanpa menggunakan alat bantu media pembelajaran dinding yang dilapisi matras tipis







Gambar 14. Kolaborator membahas tentang perkembangan penelitian



TEST RELIABILITAS

NO	NAMA SISWA	TEST 1 (X)	TEST 2 (Y)	X ²	Y ²	XY
1	Agustinus Aditya	25	25	625	625	625
2	Alfred Tanjung	25	26	625	676	650
3	Alvin Rekso	24	25	576	625	600
4	Andy Setia	27	27	729	729	729
5	Antonius Adhika	25	26	625	676	650
6	Arnorld Maystro	28	28	784	784	784
7	Benettho Setyo	27	28	729	784	756
8	Brian	29	30	841	900	870
9	Chistian Albertus	28	29	784	841	812
10	Chistophurus	27	28	729	784	756
11	Daniel Sugiono	26	26	676	676	676
12	Dhenis Evan	24	26	576	676	624
13	Dominix	25	27	625	729	675
14	Elmer Albert	25	27	625	729	675
15	Gregorius	26	28	676	784	728
		ΣX= 391	ΣY= 406	ΣX²=10225	ΣY²=11018	ΣXY= 10610

$$\begin{aligned}
 r &= \frac{(n \cdot \sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[(n \cdot \sum X^2) - (\sum X)^2][n \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}} \\
 &= \frac{(15 \cdot 10610) - (391)(406)}{\sqrt{[(15 \cdot 10225) - (391)^2][15 \cdot 11018 - (406)^2]}} \\
 &= \frac{159150 - 158746}{\sqrt{[159375 - 152881][165270 - 164836]}}
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 & \sqrt{[(153375) - (152881)] [165270 - 164836]} \\
 = & \frac{404}{\sqrt{(494) \cdot (434)}} \\
 = & \frac{404}{\sqrt{214396}} \\
 = & \frac{404}{463.02} \\
 = & 0.87
 \end{aligned}$$

Berdasarkan hasil perhitungan, instrumen tes diatas mempunyai reliabilitas :
TINGGI (High)