

DAFTAR PUSTAKA

- Almada, Hafidz. (2020). Pengembangan Media Inovatif Board Game Monopoli Materi Kesehatan Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani dan Olahraga)* Vol 5 No 2.
- Alnedral. (2016). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga & Kesehatan*. Jakarta: Kencana.
- Arikunto, Suharsimi. (2008). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Arsyad, Azhar. (2004). *Media Pembelajaran*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Asmar, Andi Ihsan, Ahmad Rum Bismar. (2020). *Evaluasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Berbasis Video*. Edited by Guepedia.
- Aulia, Wardah Nur. (2016). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar melalui model Kooperatif tipe TGT dengan bantuan media Monopoli. *Skripsi*. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah.
- Basleman, Anisah., dan Mappa, Syamsu. (2021). *Teori Belajar Orang Dewasa*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- BNSP. (2006). *Ruang Lingkup Penjasorkes*. Jakarta: Depdiknas.
- Budiyanto, Agus Krisno. (2016). *Sintaks 45 Model Pembelajaran*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Carno, Bambang Laksono, Suherman, dkk. (2010). *Kumpulan Permainan Rakyat Olahraga Tradisional*. Jakarta: Kemenpora.
- Dewi, Putu Yulia Angga, Naniek Kusumawati, dkk. (2011). *Teori dan Aplikasi Pembelajaran IPA SD/MI*. Pidie: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Erlangga. (2020). *Ensiklopedia Permainan Tradisional Anak Indonesia*. Jakarta: Erlangga for kids.

- Gading, Fahira Trita. (2021). Model Pembelajaran Project Based Learning Pada Permainan Tradisional Terhadap Perilaku Sosial Anak. *Skripsi*. Jakarta: UMJ.
- Hamdani. (2011). *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung : Pustaka Cipta.
- Husdarta. (2009). *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung : Alfabeta.
- Julaika, Nabila. (2021). Pengaruh Pemanfaatan PERMAINAN Kelereng Berbasis Etnomatematika Sebagai Media Pembelajaran Terhadap Hasil Belajar Matematika. *Skripsi*. Sumatera Utara: UMSU.
- Lasma, Yunita. (2022). *Olahraga Tradisional Indonesia*. Bekasi.
- Lestari, Via Dewi. (2019). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe TGT Dalam Pembelajaran Aktivitas PGD Lokomotor. *Skripsi*. Pgsdp *Jasmani*.
- Masitoh., dan Laksmi. (2009). *Strategi Pembelajaran*. Jakarta: Dirjen Pendidikan Islam Depag RI.
- Parmiti, dan Nyoman Rediani. (2020). *Mengajar Menyenangkan di Sekolah Dasar*. Depok: Rajawali Pers.
- Pekik, Djoko Irianto. (2006). *Panduan Latihan Kebugaran yang Efektif dan Aman*. Yogyakarta: Lukman Offset.
- Purwanto, Semiarto Aji. (2011). *LENGKER: Permainan Gasing Daerah Lombok Timur*. Jakarta: Kementerian Kebudayaan dan Pariwisata.
- Sadiman, Arief, dkk, *Media Pendidikan: Pengertian Pengembangan dan Pemanfaatannya*. Jakarta: Rajawali Press. Ed.1, 2010.
- Sanjaya, Wina. (2009). *STRATEGI PEMBELAJARAN Berorientasi Standar Prose Pendidikan*. . Jakarta: Kencana.
- Saroyo, Eko. (2012). Pengaruh Latihan Senam Kesegaran Jasmani 2008 Terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani Peserta didik Kelas V SD Negeri Panusupan Kematan Rembang Kabupaten Purbalingga. *Skripsi*. Yogyakarta: UNY.

Septiadi dan Farihah. (2021). Pembentukan Karakter dan Motorik Anak Melalui Permainan Tradisional Di Rumah Belajar Kali Bedadung Jember. *Jurnal Genius* Vol 2 No 1.

Slavin, E.Robert. (2010) *Cooperative Learning: Teori, Riset dan Praktik*. Bandung: Nusa Media.

Sudjana, Nana. (2014). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Suherman, Adang. (2000). *Revitalisasi Pengajaran Dalam Pendidikan Jasmani*. Bandung: UPI.

Sumantri, Mohamad Syarif. (2019). *Pengembangan Pendidikan Karakter di Sekolah Dasar*. Surabaya: CV. Jakad Media Publishing.

Taniredja, Tukiran, Efi Miftah Faridli, and Sri Harmianto. (2011). *Model-model Pembelajaran Inovatif*. Bandung : Alfabeta.

TKJI. (2010). *Panduan Pelaksanaan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia*. Jakarta: Kementerian Pendidikan Nasional, Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani.



UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jl. Cut Meutia no.83 Bekasi 17113

Telp : (021) 8820383, 8801027, 8802015, 8808851 Ext. 146-147 Fax : (021) 8801192

Nomor : 033.a / SE / FKIP / UNISMA / XI / 2023
Lampiran : 1 (satu) Berkas
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth.

Kepala Sekolah MIS Nurul Amal Jakarta Pusat

di

Tempat

Assalamu'alaikum, Wr. Wb.

Dengan ini kami beritahukan dengan hormat, bahwa :

Nama Mahasiswa : Abdian Nurrahyudika
NPM : 41182191170191
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Waktu Penelitian Hingga : **31 Agustus 2024**

Bermaksud akan mengadakan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi dengan judul :

Penerapan Metode Pembelajaran Team Games Tournament (TGT) dengan Media Monopoli Olahraga Tradisional Indonesia (MOTI) untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Kelas VI MIS Nurul Amal Jakarta Pusat

Sehubungan dengan hal tersebut, kami mohon bantuan Bapak/Ibu agar yang bersangkutan dapat kirannya diberikan izin penelitian, sehingga data yang diperlukan dapat terkumpul dengan baik.

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum, Wr. Wb.

Bekasi, 24 Nopember 202


Yudi Budianti, M.Pd

Dekan



NSM : 112317370034

MADRASAH IBTIDAIYAH “NURUL ‘AMAL”

JAKARTA PUSAT

STATUS TERAKREDITASI “B”

KANWIL DEPARTEMEN AGAMA PROPINSI DKI JAKARTA NOMOR : KW.09.4/4/KP/.8.8/3071/2005

JL. SETIA KAWAN UJUNG NO. 10 DURI BARAT

KELURAHAN DURI PULO, KECAMATAN GAMBIR, JAKPUS - KODE POS 10140 TELP. 021-6306312, HP. 0813.8990.9478

REKENING BANK DKI CAB KANTOR WALIKOTA JAKARTA PUSAT : 111-16-06948-1,

REKENING BRI KANWIL DEPAG DKI : 1235-01.000015-30-4

SURAT KETERANGAN

Nomor : 088/MINA/SK/I/2024

Sehubungan dengan surat dari Universitas Islam 45 Bekasi, 033.a/ SE/ FKIP/ UNISMA/ XI/ 2023, Hal permohonan riset/penelitian tertanggal 8 Januari 2024. Maka kepala madrasah Nurul Amal Jakarta dengan ini menerangkan nama mahasiswa dibawah ini :

Nama : Abdian Nurrahyudika
Nomor Pokok : 41182191170191
Tempat, Tgl Lahir : Jakarta, 5 Juli 1988
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR)
Jenjang : Strata 1 (S1)
No. Telp : 083830303029

Benar telah mengadakan dan melaksanakan penelitian di Madrasah Ibtidaiyah Nurul Amal Jakarta pada tanggal 8 Januari 2024, guna melengkapi data pada penyusunan skripsi yang berjudul :

***“PENERAPAN METODE PEMBELAJARAN TEAM GAMES TOURNAMENT (TGT)
DENGAN MEDIA MONOPOLI OLAHRAGA TRADISIONAL INDONESIA (MOTI)
UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK KELAS VI MIS NURUL AMAL
JAKARTA PUSAT”***

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat di pergunakan sebaik – baiknya.

Jakarta, 11 Januari 2024

Kepala Madrasah,



Nasriyah, S.Pd.I

NIP. 196612042007102001



UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jl. Cut Meutia no.83 Bekasi 17113

Telp : (021) 8820383, 8801027, 8802015, 8808851 Ext. 146-147 Fax : (021) 8801192

SURAT KEPUTUSAN DEKAN

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
NOMOR : 033 / UNISMA.FKIP/ KD / XI / 2023

TENTANG

PENETAPAN PEMBIMBING PENULISAN SKRIPSI
DEKAN FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI

- Menimbang** : 1. Bahwa penyelesaian akhir program mahasiswa jenjang pendidikan S1 untuk Jurusan Pendidikan Jasmani dilakukan penulisan skripsi.
2. Bahwa untuk kelancaran penulisan, perlu untuk menetapkan pembimbing penulisan
- Mengingat** : 1. Undang-undang Nornor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.
2. Peraturan Pemerintah Nomor 60 Tahun 1999 tentang Pendidikan Tinggi.
3. Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 066/V/1994, tentang Pedoman Penyusunan Kurikulum Pendidikan Tinggi dan penilaian hasil belajar.
4. Kurikulum Jurusan Pendidikan Jasmani Program Studi Pendidikan Jasmani
- Memperhatikan** : a. Rapat Koordinasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
b. Rekomendasi Seminar Proposal Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani

MEMUTUSKAN

Menetapkan : Mengangkat Saudara : **Amir Maulana, S. Pd., M. Pd**

Pertama : Sebagai Dosen Pembimbing Skripsi
Nama : **Abdian Nurrahyudika**
NPM : 41182191170191

Penerapan Metode Pembelajaran Team Games Tournament (TGT) dengan Media Monopoli Olahraga Tradisional Indonesia (MOTI) untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Kelas VI MIS Nurul Amal Jakarta Pusat

- Kedua** : Surat Keputusan berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan akhir semester **Genap T.A. 2023/2024**
- Ketiga** : Mahasiswa yang tidak dapat menyelesaikan skripsi sampai dengan batas akhir tanggal tersebut di atas, maka keputusan ini tidak berlaku lagi dan biaya bimbingan dinyatakan habis terpakai.
- Keempat** : Mahasiswa yang akan melanjutkan skripsi diharuskan membayar bimbingan sebesar ketentuan yang berlaku.
- Kelima** : Apabila terdapat kekeliruan dalam penetapan ini akan diadakan perbaikan sebagaimana

DITETAPKAN DI : Bekasi
TANGGAL : 24 Nopember 2023



Yudi Budianti, M.Pd
Dekan

Tembusan : Yth.

1. Direktur DAPA UNISMA Bekasi
2. Dosen Pembimbing
3. Arsip



KARTU BIMBINGAN SKRIPSI
UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Nama Mahasiswa : Abdian Murrahudika
NPM : 41182191170191
Program Studi : PJKE
Judul : Penerapan Metode Pembelajaran Team Gamer
Tournament (TGT) Dengan Media Monopoli
Olahraga Tradisional Indonesia (TGT) Untuk
Meningkatkan Hasil Belajar Pjok Kelas VI MIS
Pura Amal Jakarta Pusat
Pembimbing : Amir Maulana, tA.Pd

KEGIATAN BIMBINGAN

NO	Tanggal Bimbingan	Uraian Kegiatan	Paraf Pembimbing
1.	1 - Des - 23	- dikumpulkan uraian pengalaman	A
		latar belakang masalah	A
2.	4-Jan - 24	- Persiapan praktik penelitian	A
		metode penelitian disesuaikan	A
3.	4-Maret-24	- Hasil penelitian diuraikan-	A
		dan disesuai-	A
4.	18 April '24	- Dilempok. lagi lampiran -	A
		lampiran	

KEGIATAN BIMBINGAN

[illegible]

Bekasi, 7/5/24

Mengetahui Ka. Prodi. Penjaskesrek

Amc

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)PJOK

Sekolah : MIS Nurul Amal
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/Semester : VII/ Genap
Materi Pokok : Aktivitas Kebugaran Jasmani
Sub Materi Pokok : Unsur-unsur Kebugaran Jasmani
Alokasi Waktu : 4 x 35 menit (Pertemuan 1)

1. Tujuan Pembelajaran

- ❖ Dengan membaca teks, peserta didik dapat menyebutkan unsur-unsur kebugaran jasmani.
- ❖ Dengan berdiskusi, peserta didik dapat menjelaskan unsur-unsur kebugaran jasmani.
- ❖ Dengan membaca teks dan berdiskusi, peserta didik mendeskripsikan faktor yang mempengaruhi kebugaran jasmani

2. Alat dan Bahan

- ❖ Alat : Laptop, Infokus
- ❖ Media Pembelajaran : Power Point aktivitas kebugaran jasmani dan olahraga tradisional

3. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	AW
Pendahuluan	❖ Peserta didik mengawali kegiatan pembelajaran dengan doa bersama. Salah satu pesertadidik memimpin doa (penguatan nilai religius). ❖ Guru melakukan presensi kehadiran dan mengidentifikasi kondisi fisik peserta didik. ❖ Peserta didik diajak melakukan ice breaking dan tanya jawab tentang aktivitas kebugaran jasmani. pertanyaannya: (1) Bagaimana kondisi tubuh dapat dikatakan bugar? (2) Apa pentingnya latihan kebugaran jasmani, misalnya lari jogging? ❖ Peserta didik diarahkan mensyukuri karunia tubuh bugar dengan cara berolahraga. ❖ Guru menginfotmasikan tujuan pembelajaran secara global dan metode yang akan digunakan dalam pembelajaran adalah metode TGT.	10 menit
Inti	Ayo Beraktivitas 1. Tahap Penyajian Materi a) Guru membentuk 2 kelompok yang beranggotakan sebanyak 11 orang secara heteogen. b) Guru menampilkan gambar materi pada layer papan tulis. c) Guru bersama peserta didik melakukan tanya jawab terkait gambar yang ditampilkan. d) Peserta didik diminta untuk terlebih dahulu membaca materi buku paket. e) Peserta didik diminta untuk menyimak penjelasan guru melalaui layar power power point materi aktivitas kebugaran jasmani dan pengenalan olahraga/permainan tradisional. 2. Tahap Teams (Belajar Kelompok) f) Guru membagikan LKK pada masing-masing kelompok. g) Masing-masing kelompok berdiskusi menjawab pertanyaan yang ada di LKK. h) Guru membimbing kelompok dalam pengerjaannya. i) Masing-masing kelompok membacakan hasil jawaban. j) Guru bersama peserta didik menyimpulkan hasil jawaban yang benar dan memberi penguatan.	120 menit
Penutup	❖ Guru Bersama peserta didik mealkukan refleksi pada pembelajaran hari ini ❖ Guru menyampaikan rencana materi berikutnya. ❖ Menutup dengan salam dan doa.	10 menit

3. Penilaian (Asesmen)

- Sikap : Observasi
- Pengetahuan : Tes Tulis
- Keterampilan : -

Nasriyah, S.Pd.I

Mengetahui,
Kepala Madrasah
MIS Nurul Amal



Abdian Nurrahyudika

Jakarta, 11 januari 2024

Guru PJOK

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)PJOK

Sekolah : MIS Nurul Amal
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/Semester : VII Genap
Materi Pokok : Aktivitas Kebugaran Jasmani
Sub Materi Pokok : Bentuk latihan Kebugaran Jasmani
Alokasi Waktu : 4 x 35 menit (Pertemuan 2)

1. Tujuan Pembelajaran

- ❖ Dengan membaca teks, peserta didik dapat menyebutkan bentuk Latihan kebugaran jasmani
- ❖ Dengan membaca teks dan berdiskusi, peserta didik mendeskripsikan bentuk Latihan kebugaran jasmani
- ❖ Dengan membaca teks dan berdiskusi, peserta didik mendeskripsikan cara mengukur tingkat kebugaran jasmani (dayatahan, kekuatan, dan kelenturan) secara sederhana.

2. Alat dan Bahan

- ❖ Alat : Laptop, Infokus
- ❖ Media Pembelajaran : Power Point bentuk Latihan kebugaran jasmani

3. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	AW
Pendahuluan	❖ Peserta didik mengawali kegiatan pembelajaran dengan doa bersama. Salah satu peserta didik memimpin doa (penguatan nilai religius). ❖ Guru melakukan presensi kehadiran dan mengidentifikasi kondisi fisik peserta didik. ❖ Peserta didik melakukan yel yel kelas dan tanya jawab serta mengulas kembali materi pada pertemuan sebelumnya, Guru menginfotmasikan tujuan pembelajaran secara global dan sedikit cakupan materi	10 menit
Inti	Ayo Beraktivitas 3. Tahap Penyajian Materi a) Peserta didik diminta untuk duduk dalam kelompok yang sudah dibuat pada pertemuan sebelumnya. b) Guru menampilkan gambar materi pada layar papan tulis. a) Guru bersama peserta didik melakukan tanya jawab terkait gambar yang ditampilkan. b) Peserta didik diminta untuk terlebih dahulu membaca materi buku paket. c) Peserta didik diminta untuk menyimak penjelasan guru melalui layar power power point materi bentuk Latihan kebugaran jasmani d) Guru mendemonstrasikan gerakan bentuk Latihan kebugaran jasmani dan cara memainkan permainan tradisional 4. Tahap Teams (Belajar Kelompok) e) Guru membagikan LKK pada masing-masing kelompok. f) Masing-masing kelompok berdiskusi menjawab pertanyaan yang ada di LKK. g) Guru membimbing kelompok dalam pengerjaannya. h) Masing-masing kelompok membacakan hasil jawaban. i) Guru bersama peserta didik menyimpulkan hasil jawaban yang benar dan memberi penguatan.	120 menit
Penutup	❖ Guru Bersama peserta didik melakukan refleksi pada pembelajaran hari ini ❖ Guru menyampaikan rencana materi berikutnya. ❖ Menutup dengan salam dan doa.	10 menit

4. Penilaian (Asesmen)

- Sikap : Observasi
- Pengetahuan : Tes Tulis

Mengetahui,
Kepala Madrasah
MIS Nurul Amal



Nasriyah, S.Pd.I

Jakarta, 18 Januari 2024

Guru PJOK

Abdian Nurrahyudika

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)PJOK**

Sekolah : MIS Nurul Amal
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/Semester : VI/ Genap
Materi Pokok : Aktivitas Kebugaran Jasmani
Sub Materi Pokok : Bentuk Latihan Kebugaran Jasmani
Alokasi Waktu : 4 x 35 menit (Pertemuan 3)

1. Tujuan Pembelajaran

- ❖ Melalui pengamatan, peserta didik dapat mempraktikkan latihan kebugaran.
- ❖ Melalui pengamatan, peserta didik dapat mempraktikkan pengukuran tingkat kebugaran jasmani.

2. Alat dan Bahan

- ❖ Alat : Stopwatch, Matras, perlengkapan permainan (MOTI)
- ❖ Media Pembelajaran : Monopoli Olahraga Tradisional Indonesia (MOTI)

3. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	AW
Pendahuluan	❖ Peserta didik mengawali kegiatan pembelajaran dengan doa bersama. Salah satu peserta didik memimpin doa (penguatan nilai religius). ❖ Guru melakukan presensi kehadiran dan mengidentifikasi kondisi fisik peserta didik.	10 menit
Inti	5. Tahap Games - Tournament a) Guru Bersama peserta didik berkumpul di lapangan. b) Guru menyiapkan perlengkapan MOTI. c) Peserta didik menyimak penjelasan guru terkait aturan permainan MOTI. d) Guru menjelaskan adanya tes kebugaran jasmani pada permainan MOTI tersebut. e) Tes Kebugaran Jasmani terdiri dari sit up, back up, push up. Masing-masing kegiatan selama 30 detik. f) Sebelum permainan dimulai, peserta didik melakukan pemanasan untuk menghitung denyut nadi secara bersama-sama. g) Dalam permainan MOTI, peserta didik melakukan olahraga/permainan olahraga tradisional. 6. Tahap Penghargaan kelompok h) Guru bersama peserta didik menghitung hasil poin masing-masing tim. i) Guru pun memberikan penghargaan kepada tim pemenang berupa medali dan hadiah	100 menit
Penutup	❖ Peserta didik melakukan kegiatan pendinginan untuk melemaskan otot. ❖ Peserta didik menyimpulkan pembelajaran yang telah dilakukan. (Creativity) ❖ Guru membagikan lembar soal evaluasi dengan 5 soal uraian untuk dikerjakan masing-masing individu dalam waktu 20 menit. ❖ Menutup dengan salam dan doa.	30 menit

3. Penilaian (Asesmen)

- Sikap : Observasi
- Pengetahuan : Tes Tulis,
- Keterampilan : Tes Kebugaran Jasmani

Mengetahui,
Kepala Madrasah
MIS Nurul Amal



Nasriyah, S.Pd.

Jakarta, 25 Januari 2024

Guru PJOK

Abdian Nurrahyudika

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)PJOK

Sekolah : MIS Nurul Amal
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/Semester : VI/ Genap
Materi Pokok : Aktivitas Kebugaran Jasmani
Sub Materi Pokok : Unsur-unsur Kebugaran Jasmani
Alokasi Waktu : 4 x 35 menit (Pertemuan 1)

3. Tujuan Pembelajaran

- ❖ Dengan membaca teks, peserta didik dapat menyebutkan unsur-unsur kebugaran jasmani.
- ❖ Dengan berdiskusi, peserta didik dapat menjelaskan unsur-unsur kebugaran jasmani.
- ❖ Dengan membaca teks dan berdiskusi, peserta didik mendeskripsikan faktor yang mempengaruhi kebugaran jasmani

4. Alat dan Bahan

- ❖ Alat : Laptop, Infokus
- ❖ Media Pembelajaran : Power Point aktivitas kebugaran jasmani dan olahraga tradisional

3. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	AW
Pendahuluan	❖ Peserta didik mengawali kegiatan pembelajaran dengan doa bersama. Salah satu peserta didik memimpin doa (penguatan nilai religius). ❖ Guru melakukan presensi kehadiran dan mengidentifikasi kondisi fisik peserta didik. ❖ Peserta didik diajak melakukan ice breaking dan tanya jawab tentang aktivitas kebugaran jasmani. pertanyaannya: (1) Bagaimana kondisi tubuh dapat dikatakan bugar? (2) Apa pentingnya latihan kebugaran jasmani, misalnya lari joging? ❖ Peserta didik diarahkan menyukuri karunia tubuh bugar dengan cara berolahraga. ❖ Guru menginformasikan tujuan pembelajaran secara global dan metode yang akan digunakan dalam pembelajaran adalah metode TGT.	10 menit
Inti	Ayo Beraktivitas 3. Tahap Penyajian Materi c) Guru membentuk 2 kelompok yang beranggotakan sebanyak 11 orang secara heterogen. d) Guru menampilkan gambar materi pada layar papan tulis. k) Guru bersama peserta didik melakukan tanya jawab terkait gambar yang ditampilkan. l) Peserta didik diminta untuk terlebih dahulu membaca materi buku paket. m) Peserta didik diminta untuk menyimak penjelasan guru melalui layar power point materi aktivitas kebugaran jasmani dan pengenalan olahraga/permainan tradisional. 4. Tahap Teams (Belajar Kelompok) n) Guru membagikan LKK pada masing-masing kelompok. o) Masing-masing kelompok berdiskusi menjawab pertanyaan yang ada di LKK. p) Guru membimbing kelompok dalam pengerjaannya. q) Masing-masing kelompok membacakan hasil jawaban. r) Guru bersama peserta didik menyimpulkan hasil jawaban yang benar dan memberi penguatan.	120 menit
Penutup	❖ Guru bersama peserta didik melakukan refleksi pada pembelajaran hari ini ❖ Guru menyampaikan rencana materi berikutnya. ❖ Menutup dengan salam dan doa.	10 menit

5. Penilaian (Asesmen)

- Sikap : Observasi
- Pengetahuan : Tes Tulis
- Keterampilan : -

Mengetahui,
Kepala Madrasah
MIS Nurul Amal



Jakarta, 15 Februari 2024

Guru PJOK

Abdian Nurrahdyuka

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)PJOK

Sekolah : MIS Nurul Amal
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/Semester : VI/ Genap
Materi Pokok : Aktivitas Kebugaran Jasmani
Sub Materi Pokok : Bentuk latihan Kebugaran Jasmani
Alokasi Waktu : 4 x 35 menit (Pertemuan 1)

3. Tujuan Pembelajaran

- ❖ Dengan membaca teks, peserta didik dapat menyebutkan bentuk Latihan kebugaran jasmani
- ❖ Dengan membaca teks dan berdiskusi, peserta didik mendeskripsikan bentuk Latihan kebugaran jasmani
- ❖ Dengan membaca teks dan berdiskusi, peserta didik mendeskripsikan cara mengukur tingkat kebugaran jasmani (dayatahan, kekuatan, dan kelenturan) secara sederhana.

4. Alat dan Bahan

- ❖ Alat : Laptop, Infokus
- ❖ Media Pembelajaran : Power Point bentuk Latihan kebugaran jasmani

3. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

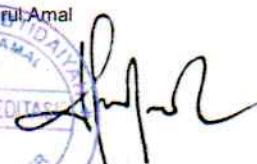
Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	AW
Pendahuluan	❖ Peserta didik mengawali kegiatan pembelajaran dengan doa bersama. Salah satu peserta didik memimpin doa (penguatan nilai religius). ❖ Guru melakukan presensi kehadiran dan mengidentifikasi kondisi fisik peserta didik. ❖ Peserta didik melakukan yel yel kelas dan tanya jawab serta mengulas kembali materi pada pertemuan sebelumnya, Guru menginformasikan tujuan pembelajaran secara global dan sedikit cakupan materi	10 menit
Inti	Ayo Beraktivitas 7. Tahap Penyajian Materi c) Peserta didik diminta untuk duduk dalam kelompok yang sudah dibuat pada pertemuan sebelumnya. d) Guru menampilkan gambar materi pada layar papan tulis. j) Guru bersama peserta didik melakukan tanya jawab terkait gambar yang ditampilkan. k) Peserta didik diminta untuk terlebih dahulu membaca materi buku paket. l) Peserta didik diminta untuk menyimak penjelasan guru melalui layar power point materi bentuk Latihan kebugaran jasmani m) Guru mendemonstrasikan gerakan bentuk Latihan kebugaran jasmani dan cara memainkan permainan tradisional 8. Tahap Teams (Belajar Kelompok) n) Guru membagikan LKK pada masing-masing kelompok. o) Masing-masing kelompok berdiskusi menjawab pertanyaan yang ada di LKK. p) Guru membimbing kelompok dalam pengerjaannya. q) Masing-masing kelompok membacakan hasil jawaban. r) Guru bersama peserta didik menyimpulkan hasil jawaban yang benar dan memberi penguatan.	120 menit
Penutup	❖ Guru Bersama peserta didik melakukan refleksi pada pembelajaran hari ini ❖ Guru menyampaikan rencana materi berikutnya. ❖ Menutup dengan salam dan doa.	10 menit

6. Penilaian (Asesmen)

- Sikap : Observasi
- Pengetahuan : Tes Tulis

Mengetahui,
Kepala Madrasah

MIS Nurul Amal


Nasriyah, S.Pd.I

Jakarta, 22 Februari 2024

Guru PJOK


Abdian Nurrahyudika

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)PJOK

Sekolah : MIS Nurul Amal
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/Semester : VI/ Genap
Materi Pokok : Aktivitas Kebugaran Jasmani
Sub Materi Pokok : Bentuk Latihan Kebugaran Jasmani
Alokasi Waktu : 5 x 35 menit (Pertemuan 3)

3. Tujuan Pembelajaran

- ❖ Melalui pengamatan, peserta didik dapat mempraktikkan latihan kebugaran.
- ❖ Melalui pengamatan, peserta didik dapat mempraktikkan pengukuran tingkat kebugaran jasmani.

4. Alat dan Bahan

- ❖ Alat : Stopwatch, Matras, perlengkapan permainan (MOTI)
- ❖ Media Pembelajaran : Monopoli Olahraga Tradisional Indonesia (MOTI)

3. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	AW
Pendahuluan	❖ Peserta didik mengawali kegiatan pembelajaran dengan doa bersama. Salah satu peserta didik memimpin doa (penguatan nilai religius). ❖ Guru melakukan presensi kehadiran dan mengidentifikasi kondisi fisik peserta didik.	10 menit
Inti	9. Tahap Games - Tournament s) Guru Bersama peserta didik berkumpul di lapangan. t) Guru menyiapkan perlengkapan MOTI. u) Peserta didik menyimak penjelasan guru terkait aturan permainan MOTI. 10. Tahap Penghargaan kelompok v) Guru bersama peserta didik menghitung hasil poin masing-masing tim. w) Guru pun memberikan penghargaan kepada tim pemenang berupa medali dan hadiah 11. Tes Kebugaran Jasmani Indonesia x) TKJI dilakukan dengan dua sesi, sesi pertama dimulai dengan peserta didik putri, dan peserta didik laki-laki mengerjakan tes soal evaluasi Sesi kedua sebaliknya.	135 menit
Penutup	❖ Peserta didik menyimpulkan pembelajaran yang telah dilakukan. (Creativity) ❖ Menutup dengan salam dan doa.	30 menit

4. Penilaian (Asesmen)

- Sikap : Observasi
- Pengetahuan : Tes Tulis,
- Keterampilan : Tes Kebugaran Jasmani

Mengetahui,
Kepala Madrasah

MIS Nurul Amal

Nasriyah S.Pd.

Jakarta, 29 Februari 2024

Guru PJOK

Abdian Nurrahyudika

Lampiran 1

Hasil Tes Awal, Siklus I dan Siklus II

PJOK Kelas VI (KKM = 75)				
No.	Nama Peserta Didik	Tes Awal	Siklus I	Siklus 2
1	S1	65	68	87
2	S2	66	83	87
3	S3	63	68	77
4	S4	72	75	82
5	S5	63	69	74
6	S6	62	74	84
7	S7	53	61	74
8	S8	84	91	91
9	S9	71	76	79
10	S10	86	91	89
11	S11	86	86	89
12	S12	74	76	82
13	S13	67	62	74
14	S14	72	75	78
15	S15	86	92	89
16	S16	71	74	79
17	S17	68	74	84
18	S18	65	80	82
19	S19	86	93	86
20	S20	81	83	84
21	S21	69	77	84
22	S22	66	69	79
Jumlah		1576	1697	1814
Rata-rata		71,63636	77,13636	82,45455
Ketuntasan (%)		27%	59%	86%

Lampiran 2

HASIL BELAJAR KONDISI AWAL

PJOK Kelas VI (KKM = 75)							
No.	Nama Peserta Didik	Kognitif	Afektif	Psikomotorik	Jumlah	Rata-rata	Keterangan
1	S1	40	75	80	195	65	Tidak Tuntas
2	S2	50	75	73	198	66	Tidak Tuntas
3	S3	40	75	73	188	63	Tidak Tuntas
4	S4	60	75	80	215	72	Tidak Tuntas
5	S5	80	75	33	188	63	Tidak Tuntas
6	S6	50	70	67	187	62	Tidak Tuntas
7	S7	45	80	33	158	53	Tidak Tuntas
8	S8	75	85	93	253	84	Tuntas
9	S9	40	85	87	212	71	Tidak Tuntas
10	S10	85	85	87	257	86	Tuntas
11	S11	80	90	87	257	86	Tuntas
12	S12	70	80	73	223	74	Tidak Tuntas
13	S13	70	70	60	200	67	Tidak Tuntas
14	S14	70	85	60	215	72	Tidak Tuntas
15	S15	80	90	87	257	86	Tuntas
16	S16	65	80	67	212	71	Tidak Tuntas
17	S17	50	80	73	203	68	Tidak Tuntas
18	S18	45	70	80	195	65	Tidak Tuntas
19	S19	75	90	93	258	86	Tuntas
20	S20	80	70	93	243	81	Tuntas
21	S21	50	70	87	207	69	Tidak Tuntas
22	S22	40	70	87	197	66	Tidak Tuntas

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{Kognitif} + \text{Afektif} + \text{Psikomotorik}}{3}$$

Lampiran 3

HASIL PRA TES PENGETAHUAN

No.	Nama Peserta Didik	Nilai	Keterangan	
			Tuntas	Tidak
1	S1	40		v
2	S2	50		v
3	S3	40		v
4	S4	60		v
5	S5	80	v	
6	S6	50		v
7	S7	45		v
8	S8	75	v	
9	S9	40		v
10	S10	85	v	
11	S11	80	v	
12	S12	70		v
13	S13	70		v
14	S14	70		v
15	S15	80	v	
16	S16	65		v
17	S17	50		v
18	S18	45		v
19	S19	75	v	
20	S20	80	v	
21	S21	50		v
22	S22	40		v

$$\text{Nilai akhir uraian} = \frac{\text{Jumlah skor perolehan}}{\text{skor maksimum}} \times 100$$

Lampiran 4

HASIL PRA TES KEBUGARAN JASMANI

No.	Nama Peserta Didik	Sit Up	Push Up	Sit Up	SKOR	Keterangan	
						Tuntas	Tidak
1	S1	4	4	4	80	v	
2	S2	3	3	5	73		v
3	S3	3	3	5	73		v
4	S4	4	3	5	80	v	
5	S5	1	2	2	33		v
6	S6	3	2	5	67		v
7	S7	1	1	3	33		v
8	S8	5	4	5	93	v	
9	S9	5	3	5	87	v	
10	S10	5	3	5	87	v	
11	S11	3	5	5	87	v	
12	S12	4	2	5	73		v
13	S13	4	2	3	60		v
14	S14	3	3	3	60		v
15	S15	4	4	5	87	v	
16	S16	2	3	5	67		v
17	S17	3	3	5	73		v
18	S18	3	4	5	80	v	
19	S19	4	5	5	93	v	
20	S20	4	5	5	93	v	
21	S21	3	5	5	87	v	
22	S22	3	5	5	87	v	

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor TKJI yang diperoleh}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

Lampiran 5

HASIL BELAJAR SIKLUS I

PJOK Kelas VI (KKM = 75)							
No.	Nama Peserta Didik	Kognitif	Afektif	Psikomotorik	Jumlah	Rata-rata	Keterangan
1	S1	50	75	80	205	68	Tidak Tuntas
2	S2	100	75	73	248	83	Tuntas
3	S3	55	75	73	203	68	Tidak Tuntas
4	S4	70	75	80	225	75	Tuntas
5	S5	100	75	33	208	69	Tidak Tuntas
6	S6	85	70	67	222	74	Tidak Tuntas
7	S7	70	80	33	183	61	Tidak Tuntas
8	S8	95	85	93	273	91	Tuntas
9	S9	55	85	87	227	76	Tuntas
10	S10	100	85	87	272	91	Tuntas
11	S11	80	90	87	257	86	Tuntas
12	S12	75	80	73	228	76	Tuntas
13	S13	55	70	60	185	62	Tidak Tuntas
14	S14	80	85	60	225	75	Tuntas
15	S15	100	90	87	277	92	Tuntas
16	S16	75	80	67	222	74	Tidak Tuntas
17	S17	70	80	73	223	74	Tidak Tuntas
18	S18	90	70	80	240	80	Tuntas
19	S19	95	90	93	278	93	Tuntas
20	S20	85	70	93	248	83	Tuntas
21	S21	75	70	87	232	77	Tuntas
22	S22	50	70	87	207	69	Tidak Tuntas

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{Kognitif} + \text{Afektif} + \text{Psikomotorik}}{3}$$

Lampiran 6

HASIL TES PENGETAHUAN SIKLUS I

No.	Nama Peserta Didik	Nilai	Keterangan	
			Tuntas	Tidak
1	S1	50		v
2	S2	100	v	
3	S3	55		v
4	S4	70		v
5	S5	100	v	
6	S6	85	v	
7	S7	70		v
8	S8	95	v	
9	S9	55		v
10	S10	100	v	
11	S11	80	v	
12	S12	75	v	
13	S13	55		v
14	S14	80	v	
15	S15	100	v	
16	S16	75	v	
17	S17	70		v
18	S18	90	v	
19	S19	95	v	
20	S20	85	v	
21	S21	75	v	
22	S22	50		v

$$\text{Nilai akhir uraian} = \frac{\text{Jumlah skor perolehan}}{\text{skor maksimum}} \times 100$$

Lampiran 7

HASIL PENILAIAN SIKAP SIKLUS I

No.	Nama Peserta Didik	Aspek Penilaian					Jumlah Skor	Nilai
		Kerjasama	Tanggung Jawab	Percaya Diri	Disiplin	Toleransi		
1	S1	3	3	3	3	3	15	75
2	S2	3	3	3	3	3	15	75
3	S3	3	3	3	3	3	15	75
4	S4	3	3	3	3	3	15	75
5	S5	3	3	3	3	3	15	75
6	S6	2	3	3	3	3	14	70
7	S7	3	3	4	3	3	16	80
8	S8	4	3	4	3	3	17	85
9	S9	4	3	4	3	3	17	85
10	S10	4	3	4	3	3	17	85
11	S11	4	4	4	3	3	18	90
12	S12	3	3	4	3	3	16	80
13	S13	2	3	3	3	3	14	70
14	S14	4	3	4	3	3	17	85
15	S15	4	4	4	3	3	18	90
16	S16	3	3	4	3	3	16	80
17	S17	3	3	4	3	3	16	80
18	S18	3	3	2	3	3	14	70
19	S19	4	4	4	3	3	18	90
20	S20	2	3	3	3	3	14	70
21	S21	3	3	2	3	3	14	70
22	S22	3	3	2	3	3	14	70

$$\text{Nilai yang diperoleh} = \frac{\text{Jumlah skor perolehan}}{\text{skor maksimum}} \times 100$$

Lampiran 8

HASIL TES KEBUGARAN JASMANI SIKLUS I

No.	Nama Peserta Didik	Sit Up	Push Up	Sit Up	SKOR	Keterangan	
						Tuntas	Tidak
1	S1	4	4	4	80	v	
2	S2	3	3	5	73		v
3	S3	3	3	5	73		v
4	S4	4	3	5	80	v	
5	S5	1	2	2	33		v
6	S6	3	2	5	67		v
7	S7	1	1	3	33		v
8	S8	5	4	5	93	v	
9	S9	5	3	5	87	v	
10	S10	5	3	5	87	v	
11	S11	3	5	5	87	v	
12	S12	4	2	5	73		v
13	S13	4	2	3	60		v
14	S14	3	3	3	60		v
15	S15	4	4	5	87	v	
16	S16	2	3	5	67	v	
17	S17	3	3	5	73		v
18	S18	3	4	5	80	v	
19	S19	4	5	5	93	v	
20	S20	4	5	5	93	v	
21	S21	3	5	5	87	v	
22	S22	3	5	5	87	v	

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor TKJI yang diperoleh}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

Lampiran 9

HASIL BELAJAR SIKLUS 2

PJOK Kelas VI (KKM = 75)							
No.	Nama Peserta Didik	Kognitif	Afektif	Psikomotorik	Jumlah	Rata-rata	Keterangan
1	S1	100	80	80	260	87	Tuntas
2	S2	100	80	80	260	87	Tuntas
3	S3	70	80	80	230	77	Tuntas
4	S4	86	80	80	246	82	Tuntas
5	S5	75	80	67	222	74	Tidak Tuntas
6	S6	100	80	73	253	84	Tuntas
7	S7	75	80	67	222	74	Tidak Tuntas
8	S8	100	80	93	273	91	Tuntas
9	S9	70	80	87	237	79	Tuntas
10	S10	100	80	87	267	89	Tuntas
11	S11	100	80	87	267	89	Tuntas
12	S12	85	80	80	245	82	Tuntas
13	S13	75	80	67	222	74	Tidak Tuntas
14	S14	95	80	60	235	78	Tuntas
15	S15	100	80	87	267	89	Tuntas
16	S16	85	80	73	238	79	Tuntas
17	S17	100	80	73	253	84	Tuntas
18	S18	85	80	80	245	82	Tuntas
19	S19	85	80	93	258	86	Tuntas
20	S20	80	80	93	253	84	Tuntas
21	S21	85	80	87	252	84	Tuntas
22	S22	70	80	87	237	79	Tuntas

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{Kognitif} + \text{Afektif} + \text{Psikomotorik}}{3}$$

Lampiran 10

HASIL TES PENGETAHUAN SIKLUS II

No.	Nama Peserta Didik	Nilai	Keterangan	
			Tuntas	Tidak
1	S1	100	v	
2	S2	100	v	
3	S3	70		v
4	S4	86	v	
5	S5	75	v	
6	S6	100	v	
7	S7	75	v	
8	S8	100	v	
9	S9	70		v
10	S10	100	v	
11	S11	100	v	
12	S12	85	v	
13	S13	75	v	
14	S14	95	v	
15	S15	100	v	
16	S16	85	v	
17	S17	100	v	
18	S18	85	v	
19	S19	85	v	
20	S20	80	v	
21	S21	85	v	
22	S22	70		v

$$\text{Nilai akhir uraian} = \frac{\text{Jumlah skor perolehan}}{\text{skor maksimum}} \times 100$$

Lampiran 11

HASIL PENILAIAN SIKAP SIKLUS 2

No.	Nama Peserta Didik	Aspek Penilaian					Jumlah Skor	Nilai
		Kerjasama	Tanggung Jawab	Percaya Diri	Disiplin	Toleransi		
1	S1	3	3	4	3	3	16	80
2	S2	3	3	4	3	3	16	80
3	S3	4	3	3	3	3	16	16
4	S4	4	3	3	3	3	16	80
5	S5	4	3	3	3	3	16	80
6	S6	4	3	3	3	3	16	80
7	S7	4	3	3	3	3	16	80
8	S8	4	3	3	3	3	16	16
9	S9	3	3	4	3	3	16	80
10	S10	3	3	4	3	3	16	80
11	S11	4	3	3	3	3	16	80
12	S12	4	3	3	3	3	16	80
13	S13	3	3	4	3	3	16	80
14	S14	3	3	4	3	3	16	80
15	S15	3	3	4	3	3	16	80
16	S16	3	3	4	3	3	16	80
17	S17	3	3	4	3	3	16	80
18	S18	3	3	4	3	3	16	80
19	S19	4	3	3	3	3	16	80
20	S20	4	3	3	3	3	16	80
21	S21	4	3	3	3	3	16	80
22	S22	4	3	3	3	3	16	80

$$\text{Nilai yang diperoleh} = \frac{\text{Jumlah skor perolehan}}{\text{skor maksimum}} \times 100$$

Lampiran 12

HASIL TES KEBUGARAN JASMANI SIKLUS II

No.	Nama Peserta Didik	Sit Up	Push Up	Sit Up	SKOR	Keterangan	
						Tuntas	Tidak
1	S1	4	4	4	80	v	
2	S2	4	3	5	80	v	
3	S3	4	3	5	80	v	
4	S4	4	3	5	80	v	
5	S5	3	3	3	60		v
6	S6	3	3	5	73		v
7	S7	3	3	3	60		v
8	S8	5	4	5	93	v	
9	S9	5	3	5	87	v	
10	S10	5	3	5	87	v	
11	S11	3	5	5	87	v	
12	S12	4	3	5	80	v	
13	S13	4	3	3	67		v
14	S14	3	3	3	60	v	
15	S15	4	4	5	87	v	
16	S16	3	3	5	73		v
17	S17	3	3	5	73		v
18	S18	3	4	5	80	v	
19	S19	4	5	5	93	v	
20	S20	4	5	5	93	v	
21	S21	3	5	5	87	v	
22	S22	3	5	5	87	v	

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor TKJI yang diperoleh}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

Lampiran 13

NAMA PESERTA DIDIK KELAS VI
MI NURUL AMAL JAKARTA PUSAT

No,	Nama Peserta Didik	Kode Peserta Didik
1.	Adelia Raisha Zahra	S1
2.	Afifah Purnamasari	S2
3.	Alda Dwi Zahra	S3
4.	Anggi Baviar	S4
5.	Annisa Julianti	S5
6.	Aqila Aufa Salzabil	S6
7.	Dicky Yudha Pratama	S7
8.	Febriant Abdi Yusdi	S8
9.	Hildan Ramadhani	S9
10.	Jassen Kusuma Hakim	S10
11.	Kayla Harfa Hidayat	S11
12.	Kenzo Octaviananda Purnama	S12
13.	Nova Apriatun	S13
14.	Muhammad Paisal	S14
15.	Raifa Zayn Queensha	S15
16.	Raihan Alfaridzy	S16
17.	Rajab Tarigan	S17
18.	Rosita Febriani	S18
19.	Rudi Ahmad	S19
20.	Syahrini Aulia	S20
21.	Wulan Putri Setriasa	S21
22.	Zhahirah Laili Sabrina	S22

Lampiran 14

LEMBAR OBSERVASI AKTIVITAS PESERTA DIDIK

SIKLUS I

Pertemuan : Pertama

Hari/Tanggal : Kamis,11 Januari 2024

	Nama Kelompok/Peserta Didik	Aspek Penilaian																Skor				
		Kerjasama				Tanggung Jawab				Percaya Diri				Disiplin					Toleransi			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		1	2	3	4
Kelompok : Singa	Adelia Raisha Zahra		√					√			√					√				√		13
	Afifah Purnamasari		√					√			√					√				√		13
	Alda Dwi Zahra		√					√			√					√				√		13
	Anggi Baviar		√					√			√					√				√		13
	Annisa Julianti		√					√			√					√				√		13
	Aqila Aufa Salzabil		√				√				√					√				√		12
	Dicky Yudha			√				√				√				√				√		15
	Febriant Abdi Yusdi			√				√				√				√				√		15
	Hildan Ramadhani		√				√				√					√				√		12
	Jassen Kusuma		√				√				√					√				√		12
	Kayla Harfa Hidayat			√				√				√				√				√		15
Kelompok : Macan	Kenzo Octavianan		√					√			√					√				√		13
	Nova Apriatun		√					√				√				√				√		14
	Muhammad Paisal			√				√				√				√				√		15
	Raifa Zayn Q			√				√				√				√				√		15

Raihan Alfaridzy		√				√				√				√			√		14
Rajab Tarigan		√				√				√				√			√		14
Rosita Febriani		√				√				√				√			√		14
Rudi Ahmad				√			√				√			√			√		18
Syahrini Aulia		√				√			√					√			√		13
Wulan Putri			√			√			√					√			√		15
Zhahirah Laili		√				√			√					√			√		13

Keterangan : Skor 1 = Kurang Skor 3 = Baik Skor 2 = Cukup Skor 4 = Sangat Baik

Guru PJOK



Abdian Nurrahyudika

Observer



Khaeroni, S.Pd

Lampiran 15

LEMBAR OBSERVASI AKTIVITAS PESERTA DIDIK

SIKLUS I

Pertemuan : Kedua

Hari/Tanggal : Kamis, 18 Januari 2024

	Nama Kelompok/Peserta Didik	Aspek Penilaian																				Skor
		Kerjasama				Tanggung Jawab				Percaya Diri				Disiplin				Toleransi				
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
Kelompok : Singa	Adelia Raisha Zahra		√					√			√					√				√		13
	Afifah Purnamasari		√					√			√					√				√		13
	Alda Dwi Zahra		√					√			√					√				√		13
	Anggi Baviar		√					√			√					√				√		13
	Annisa Julianti		√					√			√					√				√		13
	Aqila Aufa Salzabil		√				√				√					√				√		12
	Dicky Yudha			√				√				√				√				√		15
	Febriant Abdi Yusdi			√				√				√				√				√		15
	Hildan Ramadhani		√				√				√					√				√		12
	Jassen Kusuma		√				√				√					√				√		12
	Kayla Harfa Hidayat			√				√				√				√				√		15
Kelompok : Macan	Kenzo Octavianan		√					√			√					√				√		13
	Nova Apriatun		√					√				√				√				√		14
	Muhammad Paisal			√				√				√				√				√		15

Raifa Zayn Q			√				√				√				√			√		15
Raihan Alfaridzy		√					√				√				√			√		14
Rajab Tarigan		√					√				√				√			√		14
Rosita Febriani		√					√				√				√			√		14
Rudi Ahmad				√				√				√			√			√		18
Syahrini Aulia		√					√				√				√			√		13
Wulan Putri			√				√				√				√			√		15
Zhahirah Laili		√					√				√				√			√		13

Keterangan : Skor 1 = Kurang Skor 3 = Baik Skor 2 = Cukup Skor 4 = Sangat Baik

Guru PJOK



Abdian Nurrahyudika

Observer



Khaeroni, S.Pd

Lampiran 16

LEMBAR OBSERVASI AKTIVITAS PESERTA DIDIK

SIKLUS I

Pertemuan : Ketiga

Hari/Tanggal : Kamis, 25 Januari 2024

	Nama Kelompok/Peserta Didik	Aspek Penilaian																				Skor
		Kerjasama				Tanggung Jawab				Percaya Diri				Disiplin				Toleransi				
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
Kelompok : Singa	Adelia Raisha Zahra			√				√				√				√				√		15
	Afifah Purnamasari			√				√				√				√				√		15
	Alda Dwi Zahra			√				√				√				√				√		15
	Anggi Baviar			√				√				√				√				√		15
	Annisa Julianti			√				√				√				√				√		15
	Aqila Aufa Salzabil			√				√			√					√				√		14
	Dicky Yudha			√				√					√			√				√		16
	Febriant Abdi Yusdi				√			√					√			√				√		17
	Hildan Ramadhani				√			√					√			√				√		17
	Jassen Kusuma				√			√					√			√				√		17
	Kayla Harfa Hidayat				√				√				√			√				√		18
Kelompok : Macan	Kenzo Octavianan			√				√					√			√				√		16
	Nova Apriatun		√					√				√				√				√		14
	Muhammad Paisal				√			√					√			√				√		17

Raifa Zayn Q				√				√				√			√			√		18
Raihan Alfaridzy			√				√					√			√			√		16
Rajab Tarigan			√				√					√			√			√		16
Rosita Febriani		√					√				√				√			√		14
Rudi Ahmad				√				√				√			√			√		18
Syahrini Aulia		√					√				√				√			√		14
Wulan Putri		√					√				√				√			√		14
Zhahirah Laili		√					√				√				√			√		14

Keterangan : Skor 1 = Kurang Skor 3 = Baik Skor 2 = Cukup Skor 4 = Sangat Baik

Guru PJOK



Abdian Nurrahyudika

Observer



Khaeroni, S.Pd

Lampiran 17

LEMBAR OBSERVASI AKTIVITAS PESERTA DIDIK

SIKLUS II

Pertemuan : Pertama

Hari/Tanggal : Kamis, 15 Februari 2024

	Nama Kelompok/Peserta Didik	Aspek Penilaian																				Skor
		Kerjasama				Tanggung Jawab				Percaya Diri				Disiplin				Toleransi				
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
Kelompok : Garuda	Adelia Raisha Zahra				√			√				√				√				√		16
	Nova Apriatun				√			√				√				√				√		16
	Alda Dwi Zahra				√			√				√				√				√		16
	Muhammad Paisal				√			√				√				√				√		16
	Annisa Julianti				√			√				√				√				√		16
	Aqila Aufa Salzabil				√			√				√				√				√		16
	Rudi Ahmad				√			√				√				√				√		16
	Febriant Abdi Yusdi				√			√				√				√				√		16
	Hildan Ramadhani				√			√				√				√				√		16
	Wulan Putri				√			√				√				√				√		16
	Kayla Harfa Hidayat				√			√				√				√				√		16
Kelompok : Rajawali	Kenzo Octavianan				√			√				√				√				√		16
	Afifah Purnamasari				√			√				√				√				√		16
	Anggi Baviar				√			√				√				√				√		16

Raifa Zayn Q				√			√				√				√			√		16
Raihan Alfaridzy				√			√				√				√			√		16
Rajab Tarigan				√			√				√				√			√		16
Rosita Febriani				√			√				√				√			√		16
Dicky Yudha				√			√				√				√			√		16
Syahrini Aulia				√			√				√				√			√		16
Jassen Kusuma				√			√				√				√			√		16
Zhahirah Laili				√			√				√				√			√		16

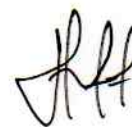
Keterangan : Skor 1 = Kurang Skor 3 = Baik Skor 2 = Cukup Skor 4 = Sangat Baik

Guru PJOK

Observer



Abdian Nurrahyudika



Khaerani, S.Pd

Lampiran 18

LEMBAR OBSERVASI AKTIVITAS PESERTA DIDIK

SIKLUS II

Pertemuan : Pertama

Hari/Tanggal : Kamis, 15 Februari 2024

	Nama Kelompok/Peserta Didik	Aspek Penilaian																				Skor
		Kerjasama				Tanggung Jawab				Percaya Diri				Disiplin				Toleransi				
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
Kelompok : Garuda	Adelia Raisha Zahra				√			√				√				√				√		16
	Nova Apriatun				√			√				√				√				√		16
	Alda Dwi Zahra				√			√				√				√				√		16
	Muhammad Paisal				√			√				√				√				√		16
	Annisa Julianti				√			√				√				√				√		16
	Aqila Aufa Salzabil				√			√				√				√				√		16
	Rudi Ahmad				√			√				√				√				√		16
	Febriant Abdi Yusdi				√			√				√				√				√		16
	Hildan Ramadhani				√			√				√				√				√		16
	Wulan Putri				√			√				√				√				√		16
	Kayla Harfa Hidayat				√			√				√				√				√		16
Kelompok : Rajawali	Kenzo Octavianan				√			√				√				√				√		16
	Afifah Purnamasari				√			√				√				√				√		16
	Anggi Baviar				√			√				√				√				√		16

Raifa Zayn Q				√			√			√			√			√			16
Raihan Alfaridzy				√			√			√			√			√			16
Rajab Tarigan				√			√			√			√			√			16
Rosita Febriani				√			√			√			√			√			16
Dicky Yudha				√			√			√			√			√			16
Syahrini Aulia				√			√			√			√			√			16
Jassen Kusuma				√			√			√			√			√			16
Zhahirah Laili				√			√			√			√			√			16

Keterangan : Skor 1 = Kurang Skor 3 = Baik Skor 2 = Cukup Skor 4 = Sangat Baik

Guru PJOK



Abdian Nurrahyudika

Observer



Khaeroni, S.Pd

Lampiran 19

LEMBAR OBSERVASI AKTIVITAS PESERTA DIDIK

SIKLUS II

Pertemuan : Kedua

Hari/Tanggal : Kamis, 22 Februari 2024

	Nama Kelompok/Peserta Didik	Aspek Penilaian																Skor				
		Kerjasama				Tanggung Jawab				Percaya Diri				Disiplin					Toleransi			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		1	2	3	4
Kelompok : Garuda	Adelia Raisha Zahra				√			√				√				√				√		16
	Nova Apriatun				√			√				√				√				√		16
	Alda Dwi Zahra				√			√				√				√				√		16
	Muhammad Paisal				√			√				√				√				√		16
	Annisa Julianti				√			√				√				√				√		16
	Aqila Aufa Salzabil				√			√				√				√				√		16
	Rudi Ahmad				√			√				√				√				√		16
	Febriant Abdi Yusdi				√			√				√				√				√		16
	Hildan Ramadhani				√			√				√				√				√		16
	Wulan Putri				√			√				√				√				√		16
Kayla Harfa Hidayat				√			√				√				√				√		16	
Kelompok : Rajawali	Kenzo Octavianan				√			√				√				√				√		16
	Afifah Purnamasari				√			√				√				√				√		16
	Anggi Baviar				√			√				√				√				√		16

Raifa Zayn Q				√			√				√				√			√		16
Raihan Alfaridzy				√			√				√				√			√		16
Rajab Tarigan				√			√				√				√			√		16
Rosita Febriani				√			√				√				√			√		16
Dicky Yudha				√			√				√				√			√		16
Syahrini Aulia				√			√				√				√			√		16
Jassen Kusuma				√			√				√				√			√		16
Zhahirah Laili				√			√				√				√			√		16

Keterangan : Skor 1 = Kurang Skor 3 = Baik Skor 2 = Cukup Skor 4 = Sangat Baik

Guru PJOK

Observer



Abdian Nurrahyudika



Khaeroni, S.Pd

Lampiran 20

LEMBAR OBSERVASI AKTIVITAS PESERTA DIDIK

SIKLUS II

Pertemuan : Ketiga

Hari/Tanggal : Kamis, 29 Februari 2024

	Nama Kelompok/Peserta Didik	Aspek Penilaian																Skor				
		Kerjasama				Tanggung Jawab				Percaya Diri				Disiplin					Toleransi			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		1	2	3	4
Kelompok : Garuda	Adelia Raisha Zahra				√			√				√				√				√		16
	Nova Apriatun				√			√				√				√				√		16
	Alda Dwi Zahra				√			√				√				√				√		16
	Muhammad Paisal				√			√				√				√				√		16
	Annisa Julianti				√			√				√				√				√		16
	Aqila Aufa Salzabil				√			√				√				√				√		16
	Rudi Ahmad				√			√				√				√				√		16
	Febriant Abdi Yusdi				√			√				√				√				√		16
	Hildan Ramadhani				√			√				√				√				√		16
	Wulan Putri				√			√				√				√				√		16
	Kayla Harfa Hidayat				√			√				√				√				√		16
Kelompok : Rajawali	Kenzo Octavianan				√			√				√				√				√		16
	Afifah Purnamasari				√			√				√				√				√		16
	Anggi Baviar				√			√				√				√				√		16

Raifa Zayn Q				√			√			√			√			√			16
Raihan Alfaridzy				√			√			√			√			√			16
Rajab Tarigan				√			√			√			√			√			16
Rosita Febriani				√			√			√			√			√			16
Dicky Yudha				√			√			√			√			√			16
Syahrini Aulia				√			√			√			√			√			16
Jassen Kusuma				√			√			√			√			√			16
Zhahirah Laili				√			√			√			√			√			16

Keterangan : Skor 1 = Kurang Skor 3 = Baik Skor 2 = Cukup Skor 4 = Sangat Baik

Guru PJOK



Abdian Nurrahyudika

Observer



Khaeroni, S.Pd

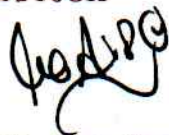
Lampiran 21

LEMBAR OBSERVASI AKTIVITAS GURU
SIKLUS I

Tahapan	Aspek Penilaian	Pelaksanaan	
		Ya	Tidak
Pendahuluan	1. Guru mengkondisikan situasi pembelajaran dan kesiapan peserta didik untuk mengikuti proses pembelajaran (membuka pelajaran, mengecek kehadiran peserta didik)	√	
	2. Guru melakukan apersepsi	√	
	3. Guru menjelaskan skenario pembelajaran	√	
	4. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran	√	
Inti	1) Pengajaran		
	5. Guru mengorganisasikan peserta didik berdasarkan kemampuan heterogen	√	
	6. Proses pembagian kelompok		√
	7. Guru membangkitkan minat/rasa ingin tahu peserta didik (motivasi) dengan bertanya kepada peserta didik terkait gambar-gambar yang ditampilkan	√	
	8. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk membaca materi pada buku	√	
	9. Guru melakukan tahap pengajaran dengan menjelaskan materi menggunakan media power point	√	
	2) Teams		
	10. Guru memerintahkan masing-masing kelompok untuk berdiskusi menjawab soal-soal pada LKK	√	
	11. Guru memfasilitasi peserta didik dalam berdiskusi	√	
	12. Guru membimbing peserta didik dalam berdiskusi	√	
	13. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik/kelompok untuk bertanya		√
	14. Guru meminta peserta didik secara bergantian dalam kelompok mempresentasikan hasil jawaban diskusi kelompok		√
	15. Guru memberi kesempatan kepada kelompok lain untuk menanggapi hasil jawaban diskusi kelompok yang sedang presentasi	√	
	16. Guru memberi arahan dan koreksi terhadap jawaban soal		√

	3) Games-Tournament 1. Guru mengorganisasikan peserta didik untuk duduk dalam kelompok masing-masing 2. Guru menyediakan perlengkapan permainan MOTI 3. Guru menjelaskan aturan permainan 4. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya terkait turnamen 5. Guru memotivasi peserta didik untuk dapat menjadi pemenang dalam turnamen 6. Guru memandu dan memantau jalannya turnamen 7. Guru memandu dan memantau jalannya permainan tradisional 8. Guru bersikap adil dalam turnamen 9. Guru memberikan pertanyaan dalam turnamen kepada peserta didik 10. Guru mencatat hasil tes pengukuran kebugaran jasmani 4) Penghargaan Tim 11. Guru membantu peserta didik menghitung poin kelompok 12. Guru mencatat poin pada papan skor 13. Guru memberikan penghargaan kepada tim pemenang	√ √ √ √ √ √ √ √ √ √ √ √ √	√ √ √ √ √ √ √ √ √ √ √ √ √
Penutup	17. Guru menyimpulkan materi yang sudah disampaikan 18. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk menyebutkan secara lisan hal-hal yang telah mereka pelajari dan kesulitan yang mereka alami 19. Guru menginformasikan materi untuk dipelajari pada pertemuan berikutnya 20. Guru menyampaikan pesan moral	√ √ √ √	√ √ √ √

Guru PJOK



Abdian Nurrahyudika

Observer



Khaerani, S.Pd

Lampiran 2 2

LEMBAR OBSERVASI AKTIVITAS GURU

SIKLUS II

Tahapan	Aspek Penilaian	Pelaksanaan	
		Ya	Tidak
Pendahuluan	1. Guru mengkondisikan situasi pembelajaran dan kesiapan peserta didik untuk mengikuti proses pembelajaran (membuka pelajaran, mengecek kehadiran peserta didik)	√	
	2. Guru melakukan apersepsi	√	
	3. Guru menjelaskan skenario pembelajaran	√	
	4. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran	√	
Inti	3) Pengajaran		
	5. Guru mengorganisasikan peserta didik berdasarkan kemampuan heterogen	√	
	6. Proses pembagian kelompok	√	
	7. Guru membangkitkan minat/rasa ingin tahu peserta didik (motivasi) dengan bertanya kepada peserta didik terkait gambar-gambar yang ditampilkan	√	
	8. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk membaca materi pada buku	√	
	9. Guru melakukan tahap pengajaran dengan menjelaskan materi menggunakan media power point	√	
	4) Teams		
	10. Guru memerintahkan masing-masing kelompok untuk berdiskusi menjawab soal-soal pada LKK	√	
	11. Guru memfasilitasi peserta didik dalam berdiskusi	√	
	12. Guru membimbing peserta didik dalam berdiskusi	√	
	13. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik/kelompok untuk bertanya	√	
	14. Guru meminta peserta didik secara bergantian dalam kelompok mempresentasikan hasil jawaban diskusi kelompok	√	
	15. Guru memberi kesempatan kepada kelompok lain untuk menanggapi hasil jawaban diskusi kelompok yang sedang presentasi	√	
	16. Guru memberi arahan dan koreksi terhadap jawaban soal	√	

	5) Games-Tournament		
	12. Guru mengorganisasikan peserta didik untuk duduk dalam kelompok masing-masing	√	
	13. Guru menyediakan perlengkapan permainan MOTI	√	
	14. Guru menjelaskan aturan permainan		
	15. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya terkait turnamen	√	
	16. Guru memotivasi peserta didik untuk dapat menjadi pemenang dalam turnamen	√	
	17. Guru memandu dan memantau jalannya permainan tradisional	√	
	18. Guru bersikap adil dalam turnamen	√	
	19. Guru memberikan pertanyaan dalam turnamen kepada peserta didik	√	
	20. Guru mencatat hasil tes pengukuran kebugaran jasmani	√	
	6) Penghargaan Tim	√	
	21. Guru membantu peserta didik menghitung poin kelompok	√	
	22. Guru mencatat poin pada papan skor	√	
	23. Guru memberikan penghargaan kepada tim pemenang		
Penutup	17. Guru menyimpulkan materi yang sudah disampaikan	√	
	18. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk menyebutkan secara lisan hal-hal yang telah mereka pelajari dan kesulitan yang mereka alami	√	
	19. Guru menginformasikan materi untuk dipelajari pada pertemuan berikutnya	√	
	20. Guru menyampaikan pesan moral	√	

Guru PJOK



Abdian Nurrahyudika

Observer



Khaeroni, S.Pd

Lampiran 23

Nama kelompok:
Anggota:

LEMBAR KERJA KELOMPOK (LKK)
PERTEMUAN 1 – SIKLUS 1

Materi pelajaran: Unsur-unsur Kebugaran Jasmani

Tujuan pembelajaran :

1. Menyebutkan unsur-unsur kebugaran jasmani dengan tepat
2. Menjelaskan unsur-unsur kebugaran jasmani.dengan tepat
3. Mendeskripsikan faktor yang mempengaruhi kebugaran dengan benar

Diskusikan dan jawablah pertanyaan-pertanyaan di bawah ini dengan benar !

1. Jelaskan pengertian kebugaran jasmani!
2. Kelenturan termasuk salah satu komponen kebugaran jasmani. Bagaimana cara melatih kebugaran?
3. Tuliskan faktor-faktor yang mempengaruhi kebugaran jasmani!

Lampiran 24

Nama kelompok:

Anggota:

LEMBAR KERJA KELOMPOK (LKK)**PERTEMUAN 2 – SIKLUS 1**

Materi pelajaran : Aktivitas Kebugaran Jasmani

Tujuan pembelajaran :

1. menyebutkan bentuk Latihan kebugaran jasmani dengan tepat
2. mendeskripsikan bentuk Latihan kebugaran jasmani dengan benar
3. mendeskripsikan cara mengukur tingkat kebugaran jasmani
(dayatahan, kekuatan, dan kelenturan) dengan benar

Diskusikan dan jawablah pertanyaan-pertanyaan di bawah ini dengan benar !

1. Aktivitas pemanasan hendaknya dilakukan sebelum berolahraga. Jelaskan pentingnya pemanasan!
2. Doni dan Yusuf melakukan push up di halaman sekolah/
Deskripsikan gerakan push up!
3. Reno berlatih gerakan sit up. Apa manfaat gerakan sit up?

Lampiran 25

Nama kelompok:
Anggota:

LEMBAR KERJA KELOMPOK (LKK)
PERTEMUAN 1 – SIKLUS 2

Materi pelajaran: Unsur-unsur Kebugaran Jasmani

Tujuan pembelajaran :

1. Menyebutkan unsur-unsur kebugaran jasmani dengan tepat
2. Menjelaskan unsur-unsur kebugaran jasmani.dengan tepat
3. Mendeskripsikan faktor yang mempengaruhi kebugaran dengan benar

Diskusikan dan jawablah pertanyaan-pertanyaan di bawah ini dengan benar !

1. Jelaskan pengertian kebugaran jasmani!
2. Kelenturan termasuk salah satu komponen kebugaran jasmani. Bagaimana cara melatih kebugaran?
3. Tuliskan faktor-faktor yang mempengaruhi kebugaran jasmani!

Lampiran 26

Nama kelompok:
Anggota:

LEMBAR KERJA KELOMPOK (LKK)
PERTEMUAN 2 – SIKLUS 2

Materi pelajaran : Aktivitas Kebugaran Jasmani

Tujuan pembelajaran :

1. menyebutkan bentuk Latihan kebugaran jasmani dengan tepat
2. mendeskripsikan bentuk Latihan kebugaran jasmani dengan benar
3. mendeskripsikan cara mengukur tingkat kebugaran jasmani
(dayatahan, kekuatan, dan kelenturan) dengan benar

Diskusikan dan jawablah pertanyaan-pertanyaan di bawah ini dengan benar !

1. Aktivitas pemanasan hendaknya dilakukan sebelum berolahraga. Jelaskan pentingnya pemanasan!
2. Doni dan Yusuf melakukan push up di halaman sekolah/
Deskripsikan gerakan push up!
3. Reno berlatih gerakan sit up. Apa manfaat gerakan sit up?

Lampiran 27**Latihan Soal****TES AWAL**

Nama :

Kelas :

Tanggal :

Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan jawaban yang benar!

1. Sebutkan 5 permainan tradisional yang kamu ketahui!
2. Jelaskan pengertian kebugaran jasmani!
3. Jelaskan enam unsur yang terdapat dalam kebugaran jasmani!
4. Ahmad dan Yusuf melakukan push up di halaman sekolah.

Deskripsikan gerakan push up!

5. Aisyah berlatih lompat tali. Apa manfaat lompat tali ?

Lampiran 28**Soal Evaluasi****Siklus I**

Nama :

Kelas :

Tanggal :

Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan jawaban yang benar!

1. Sebutkan 5 permainan tradisional yang kamu ketahui!
2. Jelaskan pengertian kebugaran jasmani!
3. Jelaskan enam unsur yang terdapat dalam kebugaran jasmani!
4. Ahmad dan Yusuf melakukan push up di halaman sekolah.
Deskripsikan gerakan push up!
5. Aisyah berlatih lompat tali. Apa manfaat lompat tali ?

Lampiran 29**Soal Evaluasi****Siklus II**

Nama :

Kelas :

Tanggal :

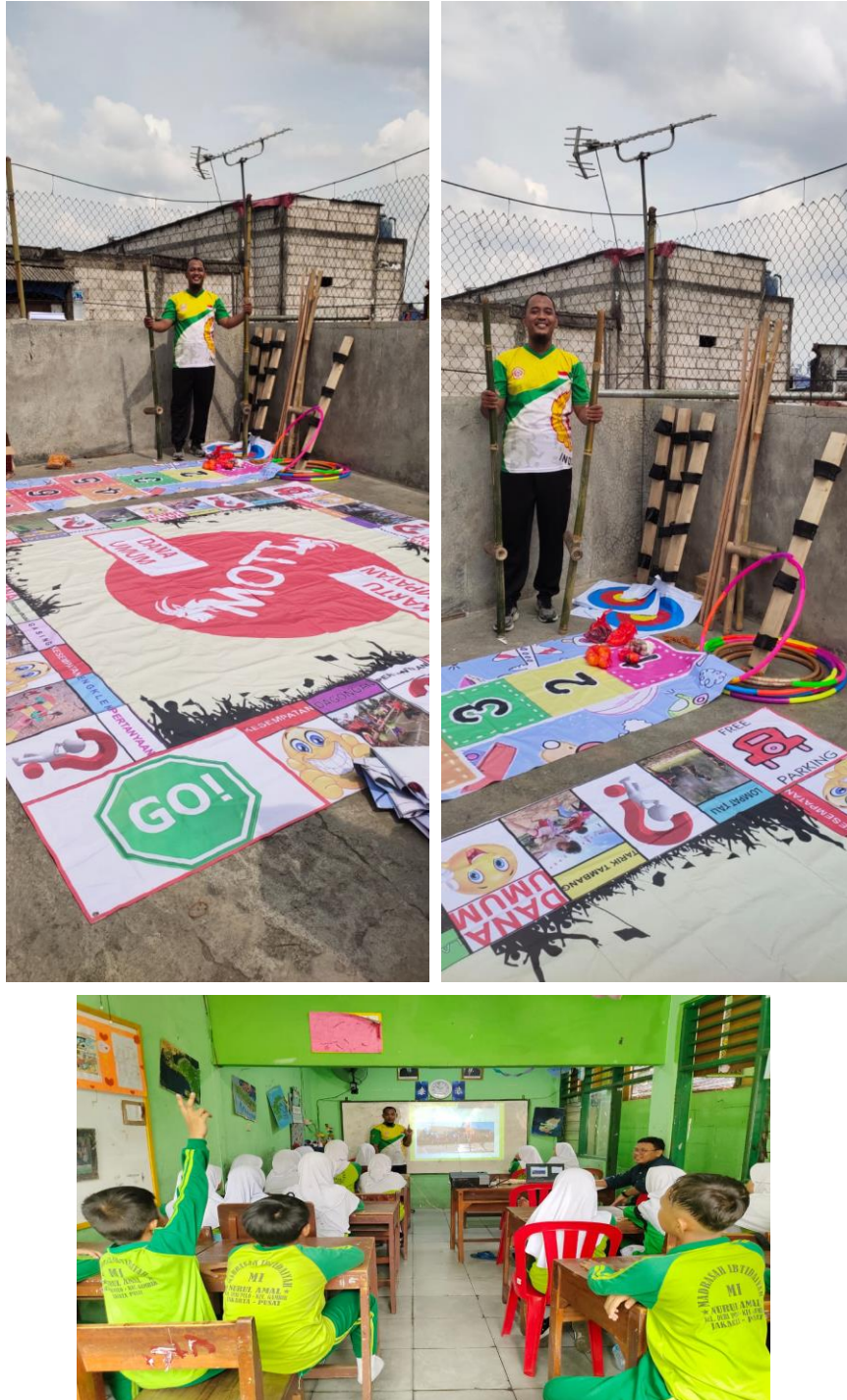
Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan jawaban yang benar!

1. Sebutkan 5 permainan tradisional yang kamu ketahui!
2. Jelaskan pengertian kebugaran jasmani!
3. Jelaskan enam unsur yang terdapat dalam kebugaran jasmani!
4. Ahmad dan Yusuf melakukan push up di halaman sekolah.

Deskripsikan gerakan push up!

5. Aisyah berlatih lompat tali. Apa manfaat lompat tali ?

Foto-foto Penelitian
Media Monopoli Olahraga Tradisional Indonesia (MOTI)



Kegiatan Pembelajaran Pra Siklus, Siklus I dan Siklus II



Kegiatan Pembelajaran Tahap *Team* Siklus I dan Siklus II



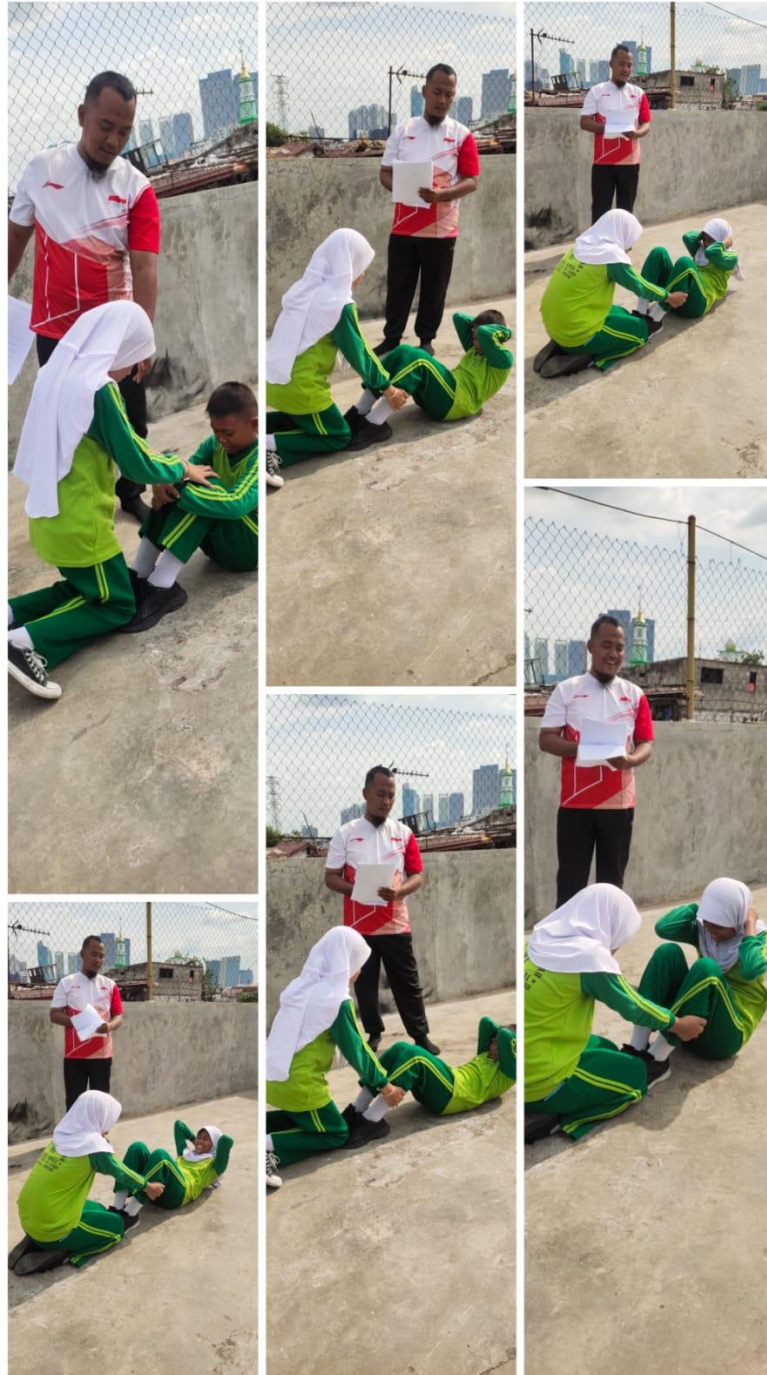
Kegiatan Pembelajaran Tahap *Games Tournament* Siklus I dan Siklus II



Kegiatan Pembelajaran Tahap Penghargaan Kelompok Siklus I dan Siklus II



Kegiatan Tes Pengukuran Kebugaran Jasmani Siklus I



Kegiatan Tes Pengukuran Kebugaran Jasmani Siklus II Kategori Putra



Kegiatan Tes Pengukuran Kebugaran Jasmani Siklus II Kategori Putri



Kegiatan Peserta Didik mengerjakan tes akhir evaluasi siklus I dan siklus II



RIWAYAT HIDUP



Abdian Nurrahyudika, lahir di Jakarta, 5 Juli 1988. Putra dari Drs. Moh. Nuryanto dan Ibu Wiji Rahayu. Penulis merupakan anak ke-1 dari empat bersaudara. Penulis memulai pendidikan formal di SD Srikandi pada tahun 1994 dan tamat tahun 2000, pada tahun yang sama melanjutkan pendidikan di SMPN 269 Jakarta dan tahun 2003. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan di SMK Taman Siswa Jakarta Pusat dan tamat pada tahun 2006 . Di tahun 2017 sampai 2024 penulis terdaftar sebagai Mahasiswa di Universitas Islam “45” Bekasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.

Akhir kata penulis mengucapkan rasa syukur yang sebesar-besarnya kepada Allah SWT atas terselesainya skripsi ini. Terima kasih kepada orang tua dan istri yang selalu memberikan support dan doa sehingga bisa menyelesaikan proses yang berat ini.