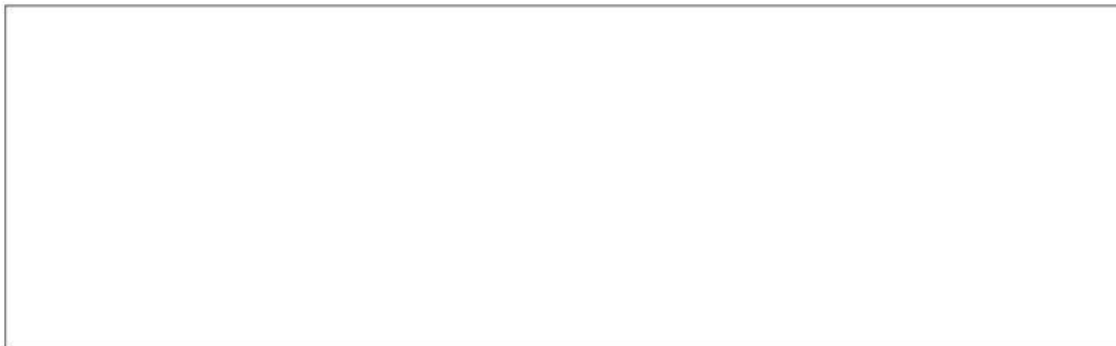




YAYASAN JARI MUNGIL KREATIF
MADRASAH TSANAWIYAH TERPADU ALAM JAMUR
SUMATIF AKHIR SEMESTER BERBASIS ANDROID
TAHUN PELAJARAN 2025/2026

Mata Pelajaran : PJOK
Kelas : VIII
Selasa, 2 Desember 2025
Waktu mengerjakan jam : 07.30 s/d 09.30 WITA

Simaklah video berikut ini untuk menjawab soal nomor 1-3 !



1. Tujuan dari permainan bola basket adalah
 - a. memainkan bola dengan teknik cepat
 - b. mengingatkan operan akuran
 - c. mendribling bola secepat-cepatnya
 - d. memasukan bola kekeranjang lawan
2. Bola basket adalah permainan beregu yang terdiri dari Tim.
 - a. 1
 - b. 2
 - c. 3
 - d. 4
3. Permainan bola basket pertama klai muncul di
 - a. Indonesia
 - b. Inggris
 - c. Amerika Serikat
 - d. Tiongkok

Perhatikan gambar di bawah ini untuk menjawab soal nomor 4-5!



4. Tujuan Gerakan yang terdapat pada gambar diatas adalah
- a. merebut bola yang memantul dari keranjang
 - b. melakukan gerakan tipuan agar lawan terkecoh
 - c. mengusahakan operan dengan melambungkan bola
 - d. mencetak angka yg besar dengan tembakan tiga angka
5. Pandangan saat menembak bola di tempat ialah
- a. kearah ring
 - b. kearah bola
 - c. ke depan
 - d. ke atas

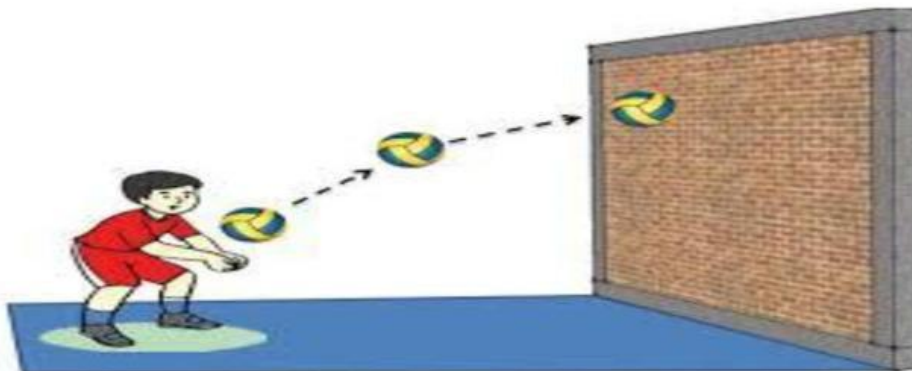
Amatilah gambar dan narasi berikut ini untuk menjawab soal nomor 6-8 !



Perhatikan gambar disamping! Pencak silat merupakan gabungan dari keterampilan bela diri dan olahraga. Berlatih pencak silat memiliki banyak manfaat, antara lain dapat digunakan untuk melindungi diri dan menyehatkan tubuh. Gerakan pencak silat umumnya mengandalkan kekuatan otot lengan dan otot kaki.

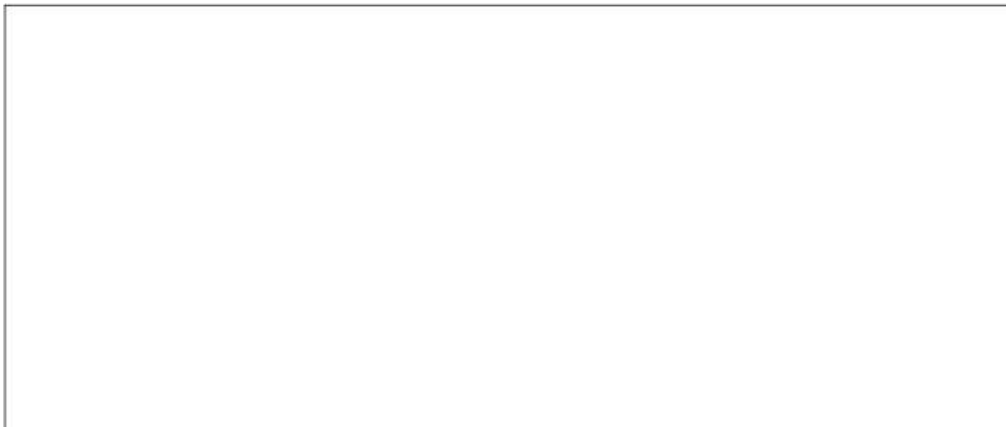
6. Selain sebagai olahraga keterampilan bela diri pencak silat juga dapat digunakan untuk
- a. tawuran
 - b. melindungi diri
 - c. bergaya
 - d. kekerasan
7. Cara bertahan dalam pencak silat untuk mengagalkan serangan lawan disebut
- a. kuda-kuda
 - b. pukulan
 - c. tangkisan
 - d. tendangan
8. Organisasi yang menaungi olahraga pencak silat di Indonesia adalah
- a. FIBA
 - b. IPSI
 - c. FIVB
 - d. FIFA

Perhatikan gambar di bawah ini untuk menjawab soal nomor 9-10 !



9. Pernyataan yang salah berkaitan gambar tersebut ialah
- a. digunakan untuk menerima servis
 - b. digunakan untuk mengambil bola atas
 - c. digunakan untuk menerima pukulan spike
 - d. digunakan untuk memberi bola pada stter
10. Posisi badan saat melakukan passing bawah ialah
- a. tegak
 - b. jongkok
 - c. membusung
 - d. sedikit membungkuk

Simaklah video berikut ini untuk menjawab soal nomor 11-13 !



11. Setiap regu dalam permainan bola voli terdiri atas ... Pemain.
- a. empat
 - b. lima
 - c. enam
 - d. tujuh
12. Teknik dasar yang perlu dikuasai dalam permainan bola voli adalah
- a. passing, service, smash, dan block
 - b. taktik penyerangan
 - c. strategi
 - d. cara membentuk tim yang tangguh
13. Apakah organisasi yang menaungi olahraga bola voli internasional adalah
- a. FIBA
 - b. IAAF
 - c. FIVB
 - d. FIFA

Perhatikan gambar di bawah ini untuk menjawab soal nomor 14-15 !



14. Tahukah kamu nama olahraga pada gambar di atas adalah
- a. lari estafet b. lompat jauh c. tolak pluru d. lari 100 meter
15. Sebelum melakukan gerakan melayang seperti pada contoh gambar di atas olahraga tersebut diawali dengan gerakan
- a. jalan b. lompatan c. lari d. jalan dan lari

16. **Pasangkan soal di bawah ini dengan benar!**

Untuk dapat bermain bola basket, kamu harus menguasai keterampilan gerak spesifik bola basket dan memahami peraturan dalam permainan bola basket. Meskipun permainan bola basket dilakukan secara beregu, setiap pemain harus menguasai gerak spesifik dengan baik.

Chest pass	Lemparan depan dada
Overhead pass	Lemparan atas kepala
	Lemparan pantul

17. Permainan bola basket pertama kali muncul di Amerika Serikat pada 1891. Pencetus permainan ini adalah James A. Naismith. Federasi bola basket internasional (FIBA) dibentuk 18 Juni 1932. Seiring berjalannya waktu, permainan bola basket dikenal di Indonesia. Pada tahun 1951 dibentuk persatuan basketball seluruh Indonesia (PERBASI).

Berdasarkan pernyataan di atas, pilihlah B jika pernyataan benar dan S jika pernyataan salah dengan memberikan tanda centang (✓)

NO	PERNYATAAN	BENAR	SALAH
1	Bola basket pertama kali muncul di Amerika Serikat pada 1891.		
2	Pencetus permainan bola basket adalah Kristian Ronaldo Alexander		
3	Federasi bola basket internasional (FIBA) dibentuk 18 Juni 1932		

18. **Pasangkan soal di bawah ini dengan benar!**

Dalam permainan bola basket terdapat tiga posisi utama, yaitu forward, defense, dan playmaker. Forward memiliki tugas utama mencetak poin. Defense memiliki tugas utama menjaga pemain lawan agar kesulitan memasukan bola. Playmaker bertugas mengatur alur bola dan strategi yang dimainkan oleh rekan-rekan setimnya.

Forward

Mencetak poin

Defense

Menjaga pemain lawan

Mengatur alur bola dan strategi

19. Permainan bola basket merupakan permainan invasi yang mengandalkan kekuatan tangan. Gerak spesifik melempar dan menangkap bola harus dikuasai pertama kali. Hal ini di karenakan kedua gerak spesifik tersebut sangat penting dalam permainan bola basket. Melempar digunakan untuk memberikan umpat dan mencetak angka. Sementara, menangkap digunakan untuk menerima operan dari teman.

Berdasarkan pernyataan diatas, pilihlah B jika pernyataan benar dan S jika pernyataan salah dengan memberikan tanda centang (✓)

NO	PERNYATAAN	BENAR	SALAH
1	Gerak spesifik melempar dan menangkap bola harus dikuasai pertama kali karena sangat penting dalam bola basket.		
2	Melempar digunakan untuk memasukan bola kegawang lawan		
3	Menangkap bola digunakan untuk menerima operan dari teman.		

20. **Pasangkan soal di bawah ini dengan benar!**

Permainan bola voli cukup populer di Indonesia. Untuk dapat bermain bola voli dengan baik, kamu harus menguasai gerak-gerak spesifik permainan bola voli terlebih dahulu. Pembelajaran harus dilakukan secara bertahap. Mulai gerak yang paling dasar, yaitu servis dan passing. Kemudian dilanjutkan spike dan blocking.

Servis	Menerima pukulan dari lawan
Passing	Pukulan permulaan
	Pukulan serangan tajam menukik

21. Passing bawah merupakan gerak spesifik yang digunakan untuk menerima pukulan dari lawan. Selain itu, Passing bawah digunakan untuk memberikan operan saat bola berada di bawah pinggang. Keterampilan gerak spesifik passing bawah harus dikuasai semua pemain. Sikap badan yang benar saat melakukan passing bawah, yaitu berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu, kemudian kedua lutut ditekuk. Kedua tangan dirapatkan dan lurus ke depan.

Berdasarkan pernyataan diatas, pilihlah B jika pernyataan benar dan S jika pernyataan salah dengan memberikan tanda centang (✓)

NO	PERNYATAAN	BENAR	SALAH
1	Passing bawah digunakan untuk memukul bola yang jatuh menukik dekat dengan nent lawan.		
2	Sikap badan yang benar saat melakukan passing bawah, yaitu berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu, kemudian kedua lutut ditekuk. Kedua tangan dirapatkan dan lurus ke depan.		
3	Keterampilan gerak spesifik passing bawah harus dikuasai semua pemain sebelum melakukan aktifitas permainan bola voli		

22. Permainan bola voli dimainkan di atas lapangan berbentuk persegi panjang dengan ukuran 18x 9 meter. Servis adalah pukulan permulaan untuk memainkan bola dalam permainan bola voli. Servis harus dilakukan dengan benar karena servis merupakan modal awal untuk melakukan penyerangan ke daerah pertahanan tim lawan. Servis dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu servis bawah dan servis atas.

Berdasarkan pernyataan diatas, pilihlah B jika pernyataan benar dan S jika pernyataan salah dengan memberikan tanda centang (✓)

NO	PERNYATAAN	BENAR	SALAH
1	Servis adalah pukulan permulaan untuk memainkan bola dalam permainan bola voli		
2	Servis dapat dilakukan dengan tiga cara, yaitu servis bawah, servis atas dan servis tengah		
3	Permainan bola voli dimainkan di atas lapangan berbentuk persegi panjang.		

23. **Pasangkan soal di bawah ini dengan benar!**

Permainan bola voli merupakan permainan net yang dimainkan secara beregu. Setiap regu terdiri atas enam pemain. Dalam permainan bola voli, setiap regu berusaha untuk dapat memukul dan menjatuhkan bola ke dalam lapangan lawan melewati atas jaring atau net dan mencegah pihak lawan dapat memukul dan menjatuhkan bola ke dalam lapangannya. Gerak spesifik dalam permainan bola voli, antara lain passing, servis, spike atau smes, dan blocking.

Spike

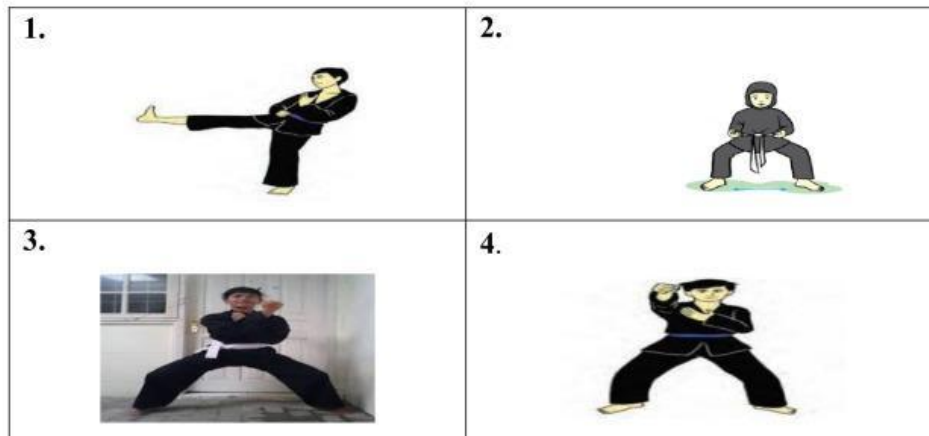
Blocking

Pukulan Permulaan

Pukulan/Serangan

Bendungan

Perhatikan gambar berikut ini untuk menjawab soal nomor 24-25!



24. Berdasarkan gambar diatas, pilihlah B jika pernyataan benar dan S jika pernyataan salah dengan memberikan tanda centang (√)

NO	PERNYATAAN	BENAR	SALAH
1	Gambar nomer satu menunjukan gerak spesifik tendangan dalam olahraga pencak silat		
2	Gambar nomer dua menunjukan gerak spesifik kuda-kuda dalam olahraga pencak silat		
3	Gambar nomer empat menunjukan gerak spesifik tangkisan dalam olahraga pencak silat		

25. Pasangkan soal di bawah ini dengan benar!



Pukulan

tendangan

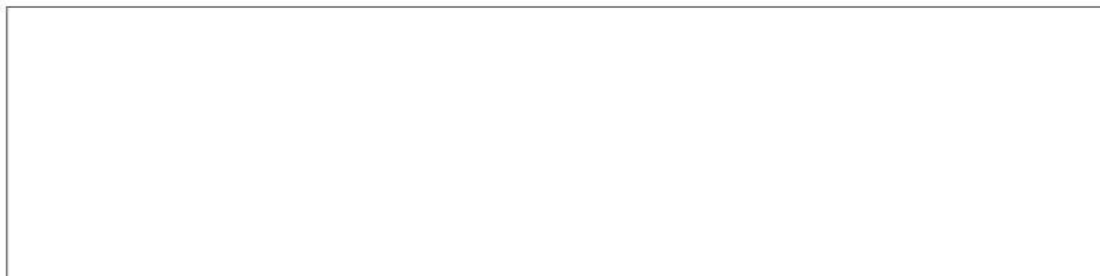
tangkisan

26. Pencak silat merupakan olahraga bela diri asli Indonesia. Dahulu pencak silat merupakan sebuah keterampilan yang digunakan untuk melindungi diri dari serangan orang lain. Kini pencak silat digunakan sebagai aktifitas olahraga untuk menjaga kesehatan tubuh. Secara umum, bela diri pencak silat memiliki beberapa ciri, antara lain sebagai bela diri hasil budaya bangsa Indonesia, menggunakan seluruh anggota badan sebagai alat untuk membela diri dan menyerang, serta tidak memerlukan senjata tertentu.

Berdasarkan pernyataan diatas, pilihlah B jika pernyataan benar dan S jika pernyataan salah dengan memberikan tanda centang (√)

NO	PERNYATAAN	BENAR	SALAH
1	Pencak silat berasal dari negara Indonesia.		
2	Pencak silat selain untuk membela diri juga sebagai ajang olahraga menjaga kesehatan tubuh		
3	Pencak silat adalah pemicu tawuran yang ada di indonesia		

Simaklah video berikut ini untuk menjawab soal nomor 27-28 !



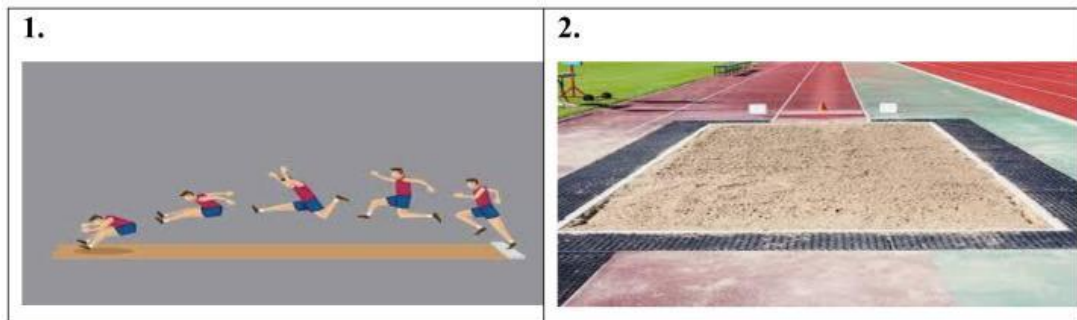
27. Berdasarkan pernyataan diatas, pilihlah B jika pernyataan benar dan S jika pernyataan salah dengan memberikan tanda centang (√)

NO	PERNYATAAN	BENAR	SALAH
1	Sebelum melakukan gerakan lompatan dalam video diatas seorang atletik lompat jauh mengawali dengan berlari		
2	Pada saat mendarat dilakukan dengan posisi jongkok kaki di tekuk		
3	Olahraga dalam video tersebut di lakukan oleh atlit perempuan		

28. Berdasarkan pernyataan diatas, pilihlah B jika pernyataan benar dan S jika pernyataan salah dengan memberikan tanda centang (✓)

NO	PERNYATAAN	BENAR	SALAH
1	Pada saat melakukan pendaratan yang menyentuh pasir pertama kali adalah kaki		
2	Olahraga tersebut dinamakan permainan lapangan (lompat jauh)		
3	Dilakukan di atas permukaan air		

Perhatikan gambar berikut ini untuk menjawab soal nomor 29-30 !



29. Berdasarkan pernyataan diatas, pilihlah B jika pernyataan benar dan S jika pernyataan salah dengan memberikan tanda centang (✓)

NO	PERNYATAAN	BENAR	SALAH
1	Bak pasir olahraga lompat jauh ditunjukan oleh gambar nomer dua		
2	Aktifitas olahraga lompat jauh di tunjukan oleh gambar nomer satu		
3	Gambar nomer satu dan nomer dua termasuk olahraga bola besar		

30. Berdasarkan pernyataan diatas, pilihlah B jika pernyataan benar dan S jika pernyataan salah dengan memberikan tanda centang (✓)

NO	PERNYATAAN	BENAR	SALAH
1	Gambar nomer satu menunjukan gerakan berpindah tempat		
2	Gambar nomer dua adalah sarana olahraga lompat jauh		
3	Gambar nomer dua adalah bak berisikan air untuk aktifitas lompat jauh.		