



## YAYASAN PENDIDIKAN AMAL MULIA SMP AMAL MULIA 2

Jl. Amal Mulia No. 1 Kp. Cinyosog Ds. Pasirangin Kec. Cileungsi  
Kab. Bogor Telp : 0821-2545-5954 Email : smpamalmulia2@gmail.com

---

### PENILAIAN HARIAN SEMESTER 2 TAHUN PELAJARAN 2021/2022

Mata Pelajaran : PENJASORKES  
Nama :  
Kelas : VIII ( DELAPAN )  
Hari dan Tanggal :  
Waktu : 45 Menit

#### A. SOAL PILIHAN GANDA

Jawablah dengan tepat !

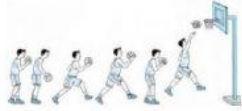
1. Dalam permainan bola basket, seorang pemain dinyatakan salah dalam melakukan dribble jika ia melakukan dribble ...
  - a. Dengan berganti-ganti tangan
  - b. Sambil berjalan
  - c. Memakai 2 tangan bersamaan
  - d. Bolanya terlalu rendah
2. Latihan menembak sambil melayang dalam permainan bola basket disebut ...
  - a. Jump shoot
  - b. Lay up shoot
  - c. Dribbling
  - d. Shooting
3. Dalam bola basket, jump ball dilakukan yaitu ketika ...
  - a. Adanya pelanggaran
  - b. Memulai pertandingan
  - c. Terjadi bola pegang
  - d. Bola keluar dari lapangan

4. Gambar yang tepat teknik menembak (shooting) ke dalam ring basket adalah ...

a.



b.



c.



d.



5. Posisi awal kaki saat akan melakukan tembakan (shooting) satu tangan bola basket adalah ...

a. Menyilang di belakang

b. Menyilang di depan

c. Rapat dan lurus

d. Melangkah

6. Sistem hitungan yang digunakan dalam permainan bola voli yaitu ...

a. 15 really point

b. 25 really point

c. 22 really point

d. 20 really point

7. Kegagalan servis dalam pertandingan bola voli sangat merugikan, karena ...

a. Pelanggaran untuk regu lawan

b. Servis diulang

c. Point untuk regu yang melakukan servis

d. Point untuk regu lawan

8. Ukuran tinggi net pada bola voli untuk putra dan putri adalah ...

a. Putra: 2,43 m dan putri: 2,24 m

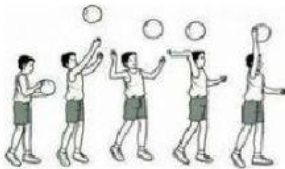
b. Putra: 2,34 m dan putri: 2,14 m

c. Putra: 2,42 m dan putri: 2,25 m

d. Putra: 2,42 m dan putri: 2,14 m

9. Pilihan pernyataan dibawah ini yang dianggap kurang tepat tentang pengertian bola voli ...
- a. bola voli adalah permainan bola besar yang dimainkan oleh 6 orang
  - b. bola voli adalah permainan beregu atau kelompok dengan poin 25 atau selisih 2 jikaimbang
  - c. bola voli adalah permainan beregu yang dimainkan dalam 5 babak
  - d. bola voli adalah permainan beregu dengan poin maksimal 21 atau selisih 2 jikaimbang
10. Kompetisi bola voli professional Indonesia yang diikuti oleh beberapa klub tersebar di seluruh Indonesia adalah ...
- a. Livoli
  - b. Kejurnas
  - c. Proliga
  - d. Kejurda

11.



Teknik yang ditunjukkan pada gambar di atas adalah ...

- a. Passing atas
  - b. Passing bawah
  - c. Servis bawah
  - d. Servis atas
12. Gerakan badan yang benar pada teknik dasar servis atas saat bola dilambungkan adalah ..
- a. Membungkuk ke depan
  - b. Melenting ke belakang
  - c. Membungkuk lurus
  - d. Membungkuk ke samping
13. Pukulan dalam permainan softball yang dilakukan tanpa mengayunkan lengan disebut ...
- a. Swing
  - b. Bunt
  - c. Inning
  - d. Full

14. Cara memegang bola dengan menggunakan dua jari adalah memegang bola dengan menempatkan dua jari berada di atas bola, yaitu jari ...
- a. Ibu jari dan telunjuk
  - b. Telunjuk dan jari tengah
  - c. Jari tengah dan jari manis
  - d. Ibu jari dan kelingking
15. Jumlah pemain inti dalam permainan softball adalah ... orang.
- a. 9
  - b. 10
  - c. 12
  - d. 15
16. Lamanya waktu bermain permainan softball adalah ...
- a. 5 Inning
  - b. 6 Inning
  - c. 7 Inning
  - d. 8 Inning
17. Perhatikan gambar di bawah ini !



- a. Teknik melempar bola
  - b. Teknik menangkap bola atas
  - c. Teknik menangkap bola bawah
  - d. Melempar bola bawah
18. Tumpuan yang baik dalam lompat jauh gaya jongkok menggunakan ...
- a. Kaki kanan
  - b. Kaki kiri
  - c. Kedua kaki bersama-sama
  - d. Kaki yang terkuat

19. Mendarat yang baik dalam lompat jauh dilakukan dengan ...
- Tangan menopang berat badan
  - Mendarat dengan satu kaki
  - Mendarat dengan kedua kaki, lutut ditekuk berat badan dibawa ke depan
  - Mendarat dengan menjatuhkan badan ke depan
20. Dalam bahasa inggris tolak peluru dikenal dengan sebutan...
- Long ball
  - Shot put
  - Long shot
  - Shot ball
21. Sikap badan yang benar saat di udara pada teknik dasar lompat jauh gaya menggantung adalah ...
- Melenting ke belakang
  - Miring ke samping
  - Membungkuk ke depan
  - Membulat ke depan
22. Tujuan gerak menangkis dalam pencak silat yaitu ...
- Membendung setiap pukulan dan tendangan
  - Menghindari pukulan lawan
  - Menghindari tebasan lawan
  - Menghindari tendangan lawan
23. Dalam melakukan tolak peluru diperlukan daya ledak dari ...
- Ototot perut
  - Otot lengan
  - Otot kaki
  - Otot punggung
24. Ketika melakukan tolak peluru, fungsi tangan kiri yang tidak memegang peluru, yaitu untuk ...
- Menjaga keseimbangan
  - Menambah kekuatan
  - Melindungi peluru
  - Variasi gaya

25. Teknik belaan pencak silat untuk menggagalkan serangan lawan menggunakan tangan, kaki, atau tubuh dinamakan...
- a. Pukulan
  - b. Hindaran
  - c. Tangkisan
  - d. Kuda-kuda

