



PENILAIAN MID SEMESTER GENAP

Mata Pelajaran : PJOK
Kelas : XI
Waktu : 60 Menit

1. Didalam permainan bulu tangkis ada beberapa teknik pukulan yang tujuannya adalah untuk melakukan serangan mematikan pergerakan lawan atau pun mengecoh pertahanan lawan Teknik pukulan bulutangkis dengan tujuan menerbangkan shuttlecock setinggi mungkin mengarah jauh ke belakang garis lapangan merupakan jenis pukulan ...

a. Dropshotb b. Smash c. Lob d. Servis e. Drive

Jawablah isian singkat dibawah ini dengan benar:

2. Ketika rudi melakukan pukulan dengan reket yang mengarahkan kok ke bidang lawan secara menyilang atau diagonal. Yang bertujuan sebagai pembuka permainan disebut Pukulan.....
3. Ketika kesya dan anggi bermain bulu tangkis anggi ingin melakukan pukulan mendarat tepat berada diatas net dan sulit untuk dijangkau, pukulan yang ingin dilakukan anggi adalah pukulan.....
4. pukulan yang tepat melampaui jaring dan langsung jatuh ke sisi lapang lawan disebut dengan pukulan ?.....
5. Edwarmen melakukan suatu gerakan ayunan tangan yang cepat, mendadak, dan menghasilkan pukulan yang keras serta menukik. bentuk pukulan yang dilakukan edwarmen adalah Pukulan

Bacalah pernyataan dibawah ini untu menjawab soal no 6-7




6. Cabang olahraga badminton menjadi salah satu di antara beberapa cabang olahraga lainnya yang cukup dikenal oleh banyak orang Indonesia dan juga dunia. Olahraga yang satu ini juga dikenal dengan istilah badminton. Kemudian, di Indonesia lebih familiar atau lebih dikenal banyak masyarakat Indonesia dengan istilah bulu tangkis. Olahraga bulutangkis sama dengan olahraga [ada umumnya yang dimana olahraga ini memiliki oragnisasi dunia dan indonesi, yang dimana organisasi ini merupakan yang mengatur setiap aturan yang berada di dalam permainan dan melindungi setiap club yang berada di setiap Negara. Dibawah ini yang merupakan organisasi dunia cabang olaharaga bulutangkis adalah...

- a. *International Bacminton Federation*
b. *International Badcminton Federation*
c. *International betminton Fideration*
d. *International Badminton Federation*
e. *International Balddminton Federatiione*



7. Tahun berapakah organisasi dunia badminton (IBF)didirikan ;;

a. 1936 B. 1934 C.1943 D. 1935 E.1944


8. Jawablah soalmenjodohkan berikut ini:

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Manakah gerakan melatih tubuh bagian lengan disamping ini?	
2.	Manakah gerakan melatih kelincihan gambar di samping ini ?	
3.	Manakah gerakan melatih kekuatan perut dari gambar di samping ?	

9. Jawablah soalmenjodohkan berikut ini:

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Manakah gerakan servis back hand disamping ini?	
2.	Manakah gerakan smash pada gambar di samping ini ?	



3.	Manakah pegangan <i>forehand</i> gambar di samping ?	
----	--	--

Jawablah soal Benar/Salah berikut ini

10. Servis pendek adalah servis yang dilakukan pemain dengan cara mengarahkan bola tepat berada di belakang pemain.
- BENAR
 - SALAH
11. Gerakan kaki sangat perlu digunakan dalam permainan bulu tangkis, dikarenakan dapat meningkatkan otot kaki menjadi kuat dan efisien pada saat dilapangan
- BENAR
 - SALAH
12. Pegangan raket seperti berjabat tangan, digunakan untuk pukulan di sisi depan tubuh.pegangan tersebut adalah peanga back hand
- BENAR
 - SALAH
13. Dalam prmainan bulutangkis jumlah pi dalam satu set adalah 21 poin dengan jumlah set adalah 4 set.
- BENAR
 - SALAH

Pilihan Ganda kompleks

14. Seorang pemain bulu tangkis melakukan pukulan *smash* dengan keras, tetapi kok justru keluar lapangan. Apa yang mungkin menjadi penyebab kesalahan tersebut?
(jawaban yang benar ada 2)
- 1) Posisi kaki yang tidak tepat saat memukul.
 - 2) Perkenaan kok yang sudah tepat pada raket.
 - 3) Ayunan raket yang harus kencang dan raket dapat terkontrol.
 - 4) Arah pukulaan masuk kedalam lapangan lawan
 - 5) Posisi pegangan raket yang tidak tepat (berada di ujung tangkai raket)
15. Dalam permainan ganda bulu tangkis, seorang pemain berada di posisi depan net. Apa tugas utama pemain tersebut?
(jawaban yang benar ada 2)
- 1) Membantu untuk melakukan pertahanan
 - 2) Mencari peluang untuk melakukan pukulan *smash* jika memungkinkan.
 - 3) Membantu memukul bolake belakang jauh .
 - 4) Menutup ruang kepada pemain bagian belakang.
 - 5) Mengatur tempo permainan di area depan net

Bacalah teks dibawah ini untuk menjawab 9-10

16. Indonesia adalah merupakan Negara yang sering memenangkan kejuaraan bulu tangkis baik di benua asia maupun di benua eropa mulai dar piala sudirman, piala uber, pialathomas dan sudah



banyak atlet yang mengibarkan bendera setiap kejuaraan tersebut. Salah satu atlet ganda putra yang banyak memenangkan medali adalah...

- Markus orison dan kevin
- Markus Fernaldi Gideon dan kevin sanjaya
- Kevin sanjaya dan tontowi
- Muhamad hasan kevin dan fajar alfian
- Hendra setiawan dan gideon

17. Salah satu ganda putri yang pernah membawa Indonesia menang di olimpiade Tokyo 2020 adalah...

- Gresia poli dan apriyani rahayu
- Tontowi dan butet
- Ribka sugiarto dan feby
- Apriani rahayu dan siti fadila
- Anggita shita dan putri larasati

Pilihan Ganda Biasa Analisis Gerak:

18. Seorang pemain melakukan pukulan lob yang tinggi dan jauh ke belakang lapangan lawan. Gerakan ini bertujuan untuk...

- Mematikan lawan dengan cepat
- Mengatur tempo permainan dan memaksa lawan bergerak mundur
- Memberikan umpan mudah bagi lawan
- Menunjukkan kekuatan pukulan
- Menunjukkan serangan dengan cara memukul bla secara mendarat

19. **Strategi Permainan:** Dalam permainan ganda, formasi "depan-belakang" efektif digunakan untuk...

- Menyerang secara agresif dari segala arah
- Bertahan dari serangan lawan dan menutup ruang kosong
- Mempercepat tempo permainan
- Memperkecil ruang gerak lawan
- Memperkuat pola bertahan dalam permainan

20. **Peraturan Permainan:** Seorang pemain melakukan servis dan shuttlecock jatuh di luar garis servis lawan. Hal ini dinyatakan sebagai...

- Servis sah
- Servis fault
- Let
- Servis diulang
- Servis di ulang dan diberikan peringatan kepada pemain

21. **Kebugaran Jasmani:** Latihan "shadow badminton" atau gerakan tanpa bola bermanfaat untuk meningkatkan...

- Kekuatan otot lengan
- Daya tahan kardiovaskular
- Kelincahan dan kecepatan gerak kaki
- Koordinasi mata dan tangan
- Perpaduan daya tahan dan kecepatan



22. **Etika Olahraga:** Seorang pemain melakukan pelanggaran dan wasit tidak melihatnya. Tindakan yang sportif adalah...
- Diam saja dan melanjutkan permainan
 - Mengakui pelanggaran kepada wasit
 - Menyalahkan lawan karena tidak jujur
 - Memprotes keputusan wasit
 - Melanjutkan permainan karena tidak menjadi urusan pemain
23. **Teknik Dasar:** Dalam melakukan pukulan dropshot, arah jatuhnya shuttlecock adalah...
- Lurus ke belakang lapangan lawan
 - Mendatar ke sisi lapangan lawan
 - Dekat dengan net di lapangan lawan
 - Tepat berada di garis belakang lawan
 - Tinggi melambung ke tengah lapangan lawan
24. **Analisis Pertandingan:** Seorang pemain sering melakukan kesalahan sendiri (unforced errors). Faktor yang paling mungkin menyebabkan hal ini adalah...
- Lawan bermain terlalu agresif
 - Kondisi lapangan yang tidak baik
 - Kurangnya konsentrasi dan ketenangan
 - Strategi permainan yang salah
 - Kondisi fisik yang kurang stabil
25. Tinggi net standar dalam permainan bulutangkis adalah...
- 1,524 meter di bagian tengah.
 - 1,524 meter di bagian pinggir.
 - 1,55 meter di bagian tengah.
 - 1,55 meter di bagian pinggir.
 - 1,56 meter di bagian pinggir.



YAYASAN SANTA MARIABERBELASKASIH SIBOLGA

SMA SWASTA KATOLIK SIBOLGA

Jl Brigjen Katamso No. 22 Sibolga. Telp. 25601 Sibolga 22522
