



**YAYASAN KARYA BAKTI CABANG YOGYAKARTA**  
**SEKOLAH MENENGAH PERTAMA**  
**K A R I T A S N G A G L I K**  
**TERAKREDITASI**

Alamat: Nandan, Sariharjo, Ngaglik, Sleman, Yogyakarta. Telp. (0274) 624813

---

**PENILAIAN AKHIR SEMESTER**

**TAHUN AJARAN 2021/2022**

**Mata Pelajaran : PJOK**  
**Kelas : VII**  
**Hari/Tanggal : Rabu, 1 Desember 2021**  
**Waktu : 08.00 – 09.30**

---

**Pilihlah huruf A, B, C, atau D sebagai jawaban yang paling benar lalu ketik jawaban pada kolom yang tersedia !**

1. Suatu permainan yang dilakukan dengan menendang bola kian kian – kemari untuk diperebutkan para pemain – pemain, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan juga mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukkan bola disebut ....
  - A. Sepakbola
  - B. Basket
  - C. Voli
  - D. Kasti
2. Sepakbola merupakan permainan dua regu yang masing – masing regu terdiri dari ..
  - A. 13
  - B. 12
  - C. 11
  - D. 10
3. Permainan Sepakbola dimainkan dalam dua babak ....
  - A. 2x40 menit
  - B. 2x45 menit
  - C. 2x30 menit
  - D. 2x35 menit
4. Di Italia pada zaman Romawi sepakbola dikenal sebagai ....
  - A. Haspartun
  - B. Tanchu
  - C. Choule
  - D. Epishyros
5. FIFA berdiri pada tanggal ...
  - A. 19 April 1930
  - B. 26 Oktober 1863
  - C. 8 Desember 1863
  - D. 21 Mei 1904
6. Berapa panjang lapangan sepakbola ....
  - A. 101 – 111 m
  - B. 100 – 110 m
  - C. 101 – 110 m
  - D. 100 – 111 m
7. Berapa berat bola untuk sepakbola ....
  - A. 400 – 450 gram
  - B. 410 – 500 gram
  - C. 410 – 450 gram
  - D. 400 – 410 gram

8. 1. Tiap tim menempatkan 3 pemain penyerang pada daerah lapangan lawan dan 2 pemain bertahan pada daerah lapangan sendiri apakah sesuai dengan modifikasi permainan sepakbola  
2. Jumlah pemain 11 orang ( untuk dua tim )
- Apakah sudah sesuai dengan modifikasi permainan sepakbola nomer 1 dan 2 ...
- A. Benar semua
  - B. Salah semua
  - C. 1 Salah dan 2 Benar
  - D. 1 Benar dan 2 Salah
9. Yang merupakan salah satu atlit timnas sepakbola Indonesia adalah ...
- A. Cristian Gonzales
  - B. Taufik Hidayat
  - C. Aji Maulana Vikri
  - D. Kelly P
10. Klub pendiri PSSI adalah ...
- A. PSIM, PSS, PERSIBA
  - B. PSIM, PERSIS, PPSM
  - C. PERSIS, PPSM, PSIS
  - D. PERSIS, PSIM, PSIS
11. Suatu cabang olahraga melambungkan bola melewati atas jaring atau net disebut ....
- A. Sepakbola
  - B. Bulutangkis
  - C. Voli
  - D. Basket
12. Permainan bola voli meluas ke negara Uruguay pada tahun ...
- A. 1905
  - B. 1909
  - C. 1913
  - D. 1912
13. Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia disebut
- A. PSSI
  - B. PBVSI
  - C. PBSI
  - D. PERBASI
14. Permainan bola voli di Indonesia terbentuk pada tanggal ...
- A. 22 Januari 1945
  - B. 21 Januari 1945
  - C. 20 Januari 1945
  - D. 19 Januari 1945
15. Keliling bola voli adalah ...
- A. 60 – 65 cm
  - B. 65 – 67 cm
  - C. 67 – 70 cm
  - D. 70 – 75 cm
16. Bola voli terbuat dari bahan ..
- A. Kulit
  - B. Karet
  - C. Rotan
  - D. Getah

17. 1. Bentuklah regu tiap regu 3 – 4 orang  
2. Kemudian regu lawan berusaha mengembalikannya dengan menggunakan passing atas  
Apakah termasuk modifikasi dalam olahraga Voli ...  
A. 1 Salah dan 2 Benar  
B. 1 Benar dan 2 Salah  
C. Salah semua  
D. Benar semua
18. Yang termasuk gerak spesifik dalam permainan bola voli adalah ...  
A. Spike, Lob, Jumpshoot  
B. Spike, Servis, Shoot  
C. Spike, Servis, Bendungan  
D. Spike, Passing Atas, Shoot
19. Dalam bermain kamu diharapkan dapat menunjukkan nilai – nilai sikap seperti ...  
A. Sportivitas, Kerjasama, Tanggung jawab  
B. Sportivitas, Kejujuran, Ketangkasan  
C. Kerjasama, Pengalaman, Kejujuran  
D. Kerjasama, Point banyak, Juara
20. Berdiri tegak, kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang termasuk bentuk pembelajaran...  
A. Passing atas  
B. Passing bawah  
C. Smash  
D. Servis
21. Permainan ini bertujuan mencari nilai/angka sebanyak – banyaknya dengan cara memasukkan bola kedalam ring disebut ..  
A. Voli  
B. Sepakbola  
C. Sepak takraw  
D. Basket
22. Permainan bola basket yang kita kenal sekarang ini diciptakan oleh ..  
A. Dr. Luther Halsey Gulick  
B. Dr. Elmer Beny  
C. Dr. James A Naismith  
D. Dr. Lebron James
23. Federasi Bola Basket Internasional disebut ...  
A. FIBA  
B. PSSI  
C. FIFA  
D. PBVSI
24. Yang termasuk gerak spesifik permainan bola basket adalah ...  
A. Smash  
B. Lay up  
C. Spike  
D. Lob
25. Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia disebut ...  
A. PERBASI  
B. FIBA  
C. PSSI  
D. PBSVI

26. Pada tahun berapa PERBASI diterima menjadi anggota FIBA ...
- A. 1955
  - B. 1951
  - C. 1953
  - D. 1936
27. Permainan bola basket masing – masing regu terdiri dari ..
- A. 10 orang
  - B. 11 orang
  - C. 6 orang
  - D. 5 orang
28. Permainan bola basket merupakan permainan yang gerakannya sangat kompleks karena gabungan dari ....
- A. Jalan, lari, lompat
  - B. Lompat, lari, membungkuk
  - C. Jalan, lari, kelenturan
  - D. Lompat, lari, shoot
29. Di Indonesia dibentuk organisasi induk tingkat nasional yaitu
- A. PBSI
  - B. IBF
  - C. PBSVI
  - D. PSSI
30. Persatuan bulu tangkis seluruh Indonesia dibentuk pada tanggal ...
- A. 5 Juli 1934
  - B. 5 Mei 1951
  - C. 5 Februari 2019
  - D. 5 April 1950
31. Alat pemukul yang sangat ringan ringan dan kuat dengan berat ...
- A. 155 gram
  - B. 150 gram
  - C. 152 gram
  - D. 154 gram
32. Raket pemukul pada bulutangkis terbuat dari ....
- A. Fiberglass
  - B. Karet
  - C. Plastik
  - D. Besi
33. Yang termasuk gerak spesifik / gerak dasar dalam permainan bulutangkis adalah ...
- A. Spike
  - B. Shoot
  - C. Lay up
  - D. Drive
34. Tenis meja masuk ke Indonesia pada tahun ...
- A. 1926
  - B. 1940
  - C. 1930
  - D. 1961

35. Badan menghadap penuh ke meja biasanya posisi ini digunakan untuk siap menerima servis disebut ...
- Side stance
  - Penhold grip
  - Square stance
  - Footwork
36. Pukulan yang dilakukan dengan gerakan bet dari bawah serong ke atas dan sikap bet tertutup .....
- Spike
  - Smash
  - Shoot
  - Drive
37. Organisasi olahraga atletik internasional baru terbentuk pada tanggal ...
- 30 juli 1994
  - 22 juli 1988
  - 17 juli 1912
  - 17 juli 1999
38. Athlon artinya ...
- Lari , jalan, lompat
  - Perlombaan, pergulatan, perjuangan
  - Perlombaan, olimpiade, kejuaraan
  - Pergulatan, perjuangan, kelenturan
39. 1) Tarikan ini lebih lama dan menyebabkan gerakan berlawanan antara bahu dan pinggul  
2) Lakukan gerakan fase tumpuan dua kaki berulang – ulang
- Apakah nomer 1 dan nomer 2 termasuk fase dorongan kaki
- Salah semua
  - Benar semua
  - No 1 benar dan no 2 salah
  - No 1 salah dan no 2 benar
40. Dalam lari cepat biasanya di dalam lintasan lari menempuh jarak ...
- 50 m
  - 100 m
  - 500 m
  - 55 m