

KUNCI JAWABAN DAN PEDOMAN PENSKORAN
PENILAIAN AKHIR SEMESTER (PAS)
TAHUN PELAJARAN 2020 / 2021

Kelompok Kerja Madrasah (KKM): MTs Negeri 11 Tasikmalaya
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas / Semester : IX / Ganjil
Waktu : 90 menit

A. PILIHAN GANDA

1	D
2	B
3	C
4	A
5	C
6	C
7	D
8	B
9	A
10	B

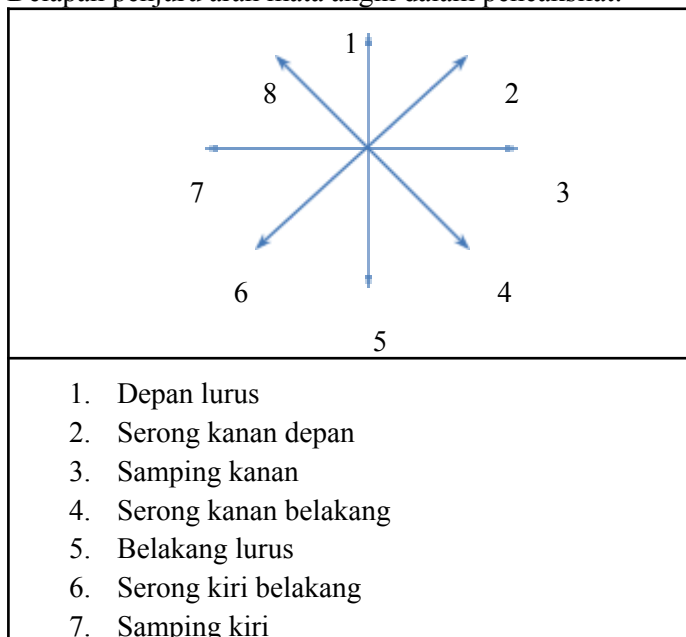
11	B
12	B
13	A
14	D
15	C
16	B
17	C
18	A
19	A
20	A

21	B
22	A
23	D
24	B
25	A
26	A
27	C
28	C
29	D
30	D

31	D
32	D
33	B
34	B
35	A
36	C
37	C
38	A
39	D
40	A

B. URAIAN

41. *Kick-off* adalah tendangan pertama yang dilakukan oleh seorang pemain dalam permainan sepakbola dari titik tengah lapangan. *Kick-off* dilakukan pada awal babak pertama, kedua, dan babak tambahan; serta setiap telah terjadi gol.
42. Macam-macam pukulan dalam permainan bulutangkis:
 - a. *Lob* = pukulan dengan laju shuttlecock melambung tinggi sehingga jatuh di daerah belakang lawan.
 - b. *Chop* atau *Drop-shot* = pukulan yang seolah-olah akan dismash keras tetapi dipukul lemah sehingga jatuh di daerah depan lawan.
 - c. *Drive* = pukulan mendatar dan cepat.
 - d. *Netting* = pukulan pendek di depan net sehingga shuttlecock jatuh serapat mungkin dengan net
 - e. *Smash* = pukulan keras dan cepat sehingga laju shuttlecock menukik dan jatuh di daerah tengah lapangan lawan
43. Pilihan cara melewati garis *finish* dalam lomba lari jarak pendek:
 - a. Berlari terus tanpa merubah kecepatan lari.
 - b. Merebahkan dada kedepan.
 - c. Memutar salah satu bahu kedepan.
44. Delapan penjurur arah mata angin dalam pencaksilat:



45. Komponen kebugaran jasmani:

- a. *Strength*(kekuatan) = kemampuan otot untuk mengangkat/menahan beban
- b. *Endurance* (daya tahan umum) = kemampuan jantung dan pembuluh darah dalam melakukan pernafasan dan peredaran darah secara efektif dan efisien untuk melakukan aktivitas secara terus menerus dalam waktu yang relatif lama
- c. *Speed* (kecepatan) = kemampuan untuk melakukan gerakan secara kontinyu (terus-menerus) dalam waktu yang singkat.
- d. *Flexibility* (kelenturan) = kemampuan persendian tubuh untuk bergerak maksimal atau tingkat uluran dengan jangkauan lebih luas.
- e. *Agility* (kelincahan) = kemampuan bergerak ke segala arah dengan cepat.
- f. *Balance* (keseimbangan) = kemampuan mengontrol posisi badan dalam melakukan berbagai sikap tubuh.
- g. *Power* (daya ledak otot) = gabungan kekuatan dan kecepatan; yaitu kemampuan menggunakan kekuatan maksimal dalam waktu yang singkat.
- h. *Stamina* = gabungan kekuatan dan daya tahan; yaitu kemampuan menggunakan kekuatan maksimal dalam waktu yang relatif lama.
- i. *Coordination* (koordinasi) = kemampuan menggintegrasikan berbagai gerakan yang berbeda secara harmonis.

PEDOMAN PENSKORAN

1. Pilihan ganda; jawaban benar diberi skor 2; sehingga skor idealnya = 80
2. Skor uraian: skor idealnya = 50
 Nomor 41 = 1 - 6
 Nomor 42 = 1 - 10
 Nomor 43= 1 - 6
 Nomor 44= 1 - 10
 Nomor 45 = 1 – 18

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{Jumlah Skor Pilihan Ganda} + \text{Jumlah Skor Uraian}}{130} \times 100$$