Bank Soal EduGen AI

Jenjang: SMP | Kelas: Kelas 8 | Mata Pelajaran: PJOK

Topik: Bab IV Modi昀椀kasi, Fair Play, dan Partisipasi, A. Investigasi dan Modi昀椀kasi Peralatan, B. Modi昀椀kasi Peraturan dan Sistem Skoring, C. Sikap Fair Play dan Partisipasi C. Menerapkan Strategi Gerak, D. Analisis Keberhasilan Strategi Gerak

---

1. [Pilihan Ganda] (LOTS)

Apa tujuan utama dilakukannya modifikasi peralatan olahraga dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah?

A. Mengurangi pengeluaran dana sekolah secara drastis
B. Menyesuaikan dengan karakteristik jasmani dan kemampuan siswa
C. Mengikuti standar atlet profesional internasional
D. Mempermudah tugas wasit dalam memimpin pertandingan

Jawaban: Menyesuaikan dengan karakteristik jasmani dan kemampuan siswa

Penjelasan: Tujuan utama modifikasi dalam PJOK adalah agar pembelajaran lebih efektif dan aman sesuai dengan tingkat perkembangan fisik dan keterampilan siswa, bukan sekadar mengikuti standar profesional.

2. [Pilihan Ganda] (MOTS)

Jika bola basket standar terlalu berat dan besar bagi siswa kelas 8, modifikasi peralatan yang paling tepat dan mendukung keterampilan dribbling adalah...

A. Mengganti dengan bola sepak yang empuk
B. Menggunakan bola karet atau bola plastik yang ukurannya lebih ringan
C. Menurunkan tinggi ring tanpa mengganti bola
D. Melarang teknik dribbling dan hanya membolehkan passing

Jawaban: Menggunakan bola karet atau bola plastik yang ukurannya lebih ringan

Penjelasan: Mengganti dengan bola karet yang lebih ringan dan dapat memantul membantu siswa menguasai teknik dasar dribbling tanpa merasa terbebani atau takut cedera.

3. [Pilihan Ganda] (HOTS)

Stimulus: Sekolah X tidak memiliki matras senam standar, namun guru ingin mengajarkan materi senam lantai (guling depan) secara aman dan sesuai kurikulum.

Berdasarkan stimulus, evaluasi alternatif modifikasi mana yang paling aman dan menjamin efektivitas gerak guling depan!

A. Menggunakan matras busa bekas yang bersih, padat, dan tebal
B. Melakukannya di atas rumput lapangan karena bersifat alami
C. Memakai tumpukan kardus bekas agar lebih menantang
D. Melewati materi tersebut secara langsung tanpa praktek

Jawaban: Menggunakan matras busa bekas yang bersih, padat, dan tebal

Penjelasan: Keselamatan adalah prioritas utama dalam senam lantai. Kasur/matras busa tebal dapat meredam benturan leher dan punggung dengan baik dibandingkan rumput atau kardus.

4. [Pilihan Ganda] (HOTS)

Dalam pembelajaran tolak peluru, peluru besi dinilai berbahaya untuk area lapangan sekolah yang sempit. Penciptaan alat modifikasi yang paling tepat dengan tetap mempertahankan prinsip biomekanika tolak peluru (ukuran segenggaman dan ada berat) adalah...

A. Menggunakan bola kasti yang sangat ringan
B. Membuat peluru dari kain yang dijahit dan diisi pasir secukupnya
C. Menggunakan batu bata bata agar beratnya terasa
D. Menggunakan balon berisi udara yang diwarnai

Jawaban: Membuat peluru dari kain yang dijahit dan diisi pasir secukupnya

Penjelasan: Modifikasi tolak peluru dengan kain berisi pasir memberikan beban yang cukup untuk merasakan tolakan yang sebenarnya tanpa membahayakan siswa atau merusak lapangan jika jatuh.

5. [Pilihan Ganda] (MOTS)

Modifikasi memendekkan pegangan (grip) raket bulu tangkis bagi siswa pemula bertujuan untuk...

A. Meningkatkan kekuatan pukulan smash tajam
B. Memudahkan kontrol ayunan dan meningkatkan akurasi perkenaan kok
C. Mempercepat laju shuttlecock di udara
D. Membuat raket menjadi lebih awet dan tidak mudah patah

Jawaban: Memudahkan kontrol ayunan dan meningkatkan akurasi perkenaan kok
Penjelasan: Pegangan yang lebih pendek mengurangi beban tuas, sehingga raket lebih mudah dikontrol oleh siswa pemula untuk memukul tepat pada sasaran.

6. [Pilihan Ganda] (LOTS)
Pengertian dari prinsip modifikasi peralatan dalam pembelajaran PJOK yang benar adalah...

A. Merubah aturan permainan secara bebas tanpa ada tujuan yang jelas
B. Melakukan perubahan ukuran, berat, atau bahan pada alat agar pembelajaran gerak tercapai optimal
C. Mewajibkan siswa membeli peralatan olahraga yang berstandar mahal
D. Mengganti seluruh aktivitas fisik di lapangan dengan permainan e-sports

Jawaban: Melakukan perubahan ukuran, berat, atau bahan pada alat agar pembelajaran gerak tercapai optimal
Penjelasan: Modifikasi peralatan berarti melakukan penyesuaian fungsional alat, baik itu berat, ukuran, atau bahan, untuk menyesuaikan dengan tahap perkembangan peserta didik.

7. [Pilihan Ganda] (HOTS)
Stimulus: Jaring net voli sekolah rusak total. Guru memutuskan memodifikasi pembatas lapangan menggunakan tali rafia panjang yang dibentangkan setinggi net asli di halaman sekolah.
Berdasarkan stimulus, analisislah dampak penggunaan tali rafia sebagai net modifikasi terhadap keterampilan passing bawah siswa!

A. Keterampilan dasar passing bawah tidak terganggu karena gerakan lengan dan kaki tidak dipengaruhi oleh bahan net
B. Siswa akan kesulitan karena tali rafia memantulkan bola voli dengan tidak terduga
C. Keterampilan passing bawah terganggu karena lapangan tidak menggunakan lantai semen yang licin
D. Permainan akan otomatis dianggap tidak sah secara internasional sehingga siswa kehilangan minat

Jawaban: Keterampilan dasar passing bawah tidak terganggu karena gerakan lengan dan kaki tidak dipengaruhi oleh bahan net
Penjelasan: Fokus utama passing bawah adalah teknik ayunan lengan dan kuda-kuda kaki, yang mana hal ini independen dan tidak terpengaruh oleh material pembatas (net) yang digunakan.

8. [Pilihan Ganda] (MOTS)
Menggunakan kardus kecil sebagai gawang dalam permainan sepak bola modifikasi bertujuan untuk...

A. Melatih tendangan melambung jauh ke udara
B. Meningkatkan akurasi tendangan mendatar siswa ke arah sasaran yang sempit
C. Mencegah penjaga gawang menangkap bola dengan tangan
D. Mempercepat waktu permainan berakhir

Jawaban: Meningkatkan akurasi tendangan mendatar siswa ke arah sasaran yang sempit
Penjelasan: Gawang yang dimodifikasi menjadi lebih kecil (misalnya pakai kardus) memaksa siswa untuk fokus pada akurasi umpan dan tendangan datar, bukan pada kekuatan semata.

9. [Pilihan Ganda] (HOTS)
Mengevaluasi dari aspek keselamatan, mengapa memodifikasi jaring voli dengan untaian karet gelang lebih baik dibandingkan dengan seutas kawat tipis?

A. Karet gelang jauh lebih murah dan mudah dibeli di kantin
B. Karet gelang memantulkan bola lebih kuat ke area lawan
C. Karet gelang memiliki elastisitas yang aman mencegah luka gores jika siswa tanpa sengaja menabraknya
D. Kawat tipis terlalu berat sehingga tiang net akan roboh seketika

Jawaban: Karet gelang memiliki elastisitas yang aman mencegah luka gores jika siswa tanpa sengaja menabraknya
Penjelasan: Untaian karet memiliki sifat elastis yang dapat meregang saat terbentur tubuh, mencegah memar atau luka sayatan (goresan) yang bisa ditimbulkan jika menggunakan kawat tipis dan kaku.

10. [Pilihan Ganda] (HOTS)
Guru PJOK meminta kelas membuat alat modifikasi lempar lembing dari bahan di sekitar rumah. Kriteria evaluasi paling penting untuk menentukan kualitas alat tersebut adalah...

A. Keindahan warna, dekorasi yang meriah, dan kreativitas bungkusnya
B. Keselamatan saat dilempar dan desain aerodinamis yang menyerupai cara kerja lembing asli
C. Berat total lembing yang diwajibkan sama persis hingga satuan gram dengan lembing olimpiade
D. Suara dengungan yang dihasilkan lembing di udara saat dilempar secara keras

Jawaban: Keselamatan saat dilempar dan desain aerodinamis yang menyerupai cara kerja lembing asli

Penjelasan: Modifikasi alat lempar lembing (seperti dari pelepah pisang atau pipa paralon tumpul) harus mengutamakan keselamatan peserta namun tetap bisa terbang layaknya prinsip aerodinamika lembing.

11. [Pilihan Ganda] (LOTS)
Dalam konteks pembelajaran olahraga di sekolah, modifikasi peraturan permainan diatur dan ditentukan oleh...
A. Siswa secara diam-diam dan sepihak untuk memenangkan pertandingan
B. Wasit federasi olahraga tingkat nasional
C. Guru olahraga bersama dengan kesepakatan siswa sesuai dengan tujuan pembelajaran hari itu
D. Kepala dinas pendidikan setempat sebelum jam pelajaran dimulai
Jawaban: Guru olahraga bersama dengan kesepakatan siswa sesuai dengan tujuan pembelajaran hari itu
Penjelasan: Di lingkungan pendidikan, aturan olahraga tidaklah mutlak, melainkan bersifat adaptif yang diputuskan guru demi kelancaran pedagogis dan kesenangan siswa.

12. [Pilihan Ganda] (MOTS)
Diterapkannya aturan 'semua anggota tim harus menyentuh bola melalui passing sebelum boleh mencetak skor' dirancang dengan tujuan utama untuk...
A. Memperlama waktu permainan agar siswa lebih banyak berlari
B. Memastikan setiap anggota tim aktif berpartisipasi dan mencegah dominasi pemain hebat
C. Membingungkan tim pertahanan lawan secara psikologis
D. Mengurangi jumlah skor yang tercipta di setiap babak
Jawaban: Memastikan setiap anggota tim aktif berpartisipasi dan mencegah dominasi pemain hebat
Penjelasan: Aturan ini dirancang agar siswa yang kurang berbakat tetap mendapatkan bola, menstimulasi kerja tim, dan mengurangi dominasi individual dalam permainan.

13. [Pilihan Ganda] (HOTS)
Stimulus: Dalam permainan futsal campuran (putra dan putri), guru menerapkan aturan khusus: setiap gol yang dicetak oleh siswi perempuan akan dihitung 2 poin, sedangkan gol laki-laki 1 poin.
Berdasarkan stimulus tersebut, evaluasilah efektivitas aturan 'skor ganda' bagi dinamika tim campuran!
A. Aturan tersebut dianggap diskriminatif dan membuat pemain putra menolak untuk bermain
B. Aturan tersebut efektif menumbuhkan kolaborasi dan mendorong pemain putra untuk aktif mengoper bola kepada pemain putri
C. Pemain putri menjadi cepat lelah karena dipaksa bermain melampaui batas fisiknya
D. Merusak jiwa sportivitas karena poin tidak didapat dengan cara yang setara
Jawaban: Aturan tersebut efektif menumbuhkan kolaborasi dan mendorong pemain putra untuk aktif mengoper bola kepada pemain putri
Penjelasan: Aturan skor ganda memotivasi pemain dominan (biasanya putra) untuk menyertakan pemain putri dalam penyerangan demi perolehan poin yang lebih besar, sehingga inklusivitas terwujud.

14. [Pilihan Ganda] (HOTS)
Jika sebuah lapangan sepak bola sekolah ukurannya sangat kecil namun dimainkan dengan jumlah 11 lawan 11, pemecahan masalah modifikasi aturan yang paling logis adalah...
A. Mengurangi jumlah pemain menjadi 5 hingga 7 orang per tim agar ruang gerak dan taktik dapat berkembang
B. Menambah jumlah kiper menjadi dua orang agar lebih seimbang
C. Menghilangkan garis out agar bola bisa terus dimainkan tanpa henti
D. Mewajibkan pemain hanya boleh menggunakan kaki kiri saja agar lambat
Jawaban: Mengurangi jumlah pemain menjadi 5 hingga 7 orang per tim agar ruang gerak dan taktik dapat berkembang
Penjelasan: Kepadatan pemain di area kecil mematikan aliran permainan dan potensi gerak; karenanya mengurangi rasio jumlah pemain terhadap luas lapangan adalah modifikasi aturan yang wajib.

15. [Pilihan Ganda] (MOTS)
Modifikasi pengurangan waktu permainan pada turnamen antar kelas dari 2x45 menit menjadi 2x15 menit bertujuan untuk...
A. Mengurangi biaya penyewaan lapangan oleh panitia sekolah
B. Menyesuaikan dengan daya tahan kardiovaskuler dan kebugaran jasmani siswa sekolah menengah
C. Memudahkan tugas pencatat skor dalam menghitung angka akhir
D. Mempercepat proses turnamen agar siswa bisa segera pulang sekolah
Jawaban: Menyesuaikan dengan daya tahan kardiovaskuler dan kebugaran jasmani siswa sekolah menengah

Penjelasan: Fisik siswa SMP berbeda dengan atlet profesional. Pengurangan waktu mencegah kelelahan berlebihan, dehidrasi, dan cedera akibat penurunan konsentrasi fisik.

16. [Pilihan Ganda] (LOTS)
Manfaat utama diberlakukannya penyederhanaan dan modifikasi aturan dalam mata pelajaran PJOK adalah...

A. Membentuk secepat mungkin atlet profesional berstandar internasional
B. Meminimalkan risiko cedera dan memaksimalkan partisipasi serta pembelajaran keterampilan gerak
C. Membatalkan seluruh aturan hukum pertandingan baku dari asosiasi resmi dunia
D. Memberi kebebasan bagi siswa untuk bermain kasar tanpa sanksi yang tegas

Jawaban: Meminimalkan risiko cedera dan memaksimalkan partisipasi serta pembelajaran keterampilan gerak
Penjelasan: Aturan baku seringkali terlalu kompleks dan berat secara fisik bagi anak usia sekolah. Modifikasi memastikan siswa aman dan berfokus pada pengalaman gerak yang positif.

17. [Pilihan Ganda] (HOTS)
Stimulus: Dalam kelas reguler, terdapat tiga siswa dengan disabilitas fisik (menggunakan alat bantu jalan/kursi roda) yang sangat ingin berpartisipasi penuh dalam permainan kasti.
Berdasarkan stimulus situasi inklusif, modifikasi aturan terbaik yang dapat dirancang guru adalah...

A. Mereka cukup berpartisipasi dengan menjadi pencatat skor pertandingan di luar lapangan
B. Mereka diberikan tugas khusus hanya melempar bola lambung tanpa boleh memukul bola
C. Memberikan pemukul yang dimodifikasi ukurannya dan menyediakan pelari pengganti khusus setelah mereka memukul
D. Memisahkan ketiga siswa tersebut untuk bermain permainan lain sendirian agar lebih aman

Jawaban: Memberikan pemukul yang dimodifikasi ukurannya dan menyediakan pelari pengganti khusus setelah mereka memukul
Penjelasan: Desain aturan ini mengakomodasi keterbatasan mobilitas (berlari) namun tetap memfasilitasi peran aktif siswa difabel sebagai pemukul (pemukul utama) secara nyata.

18. [Pilihan Ganda] (HOTS)
Guru PJOK membuat aturan larangan keras menggunakan teknik servis melompat (jump serve) dan servis pukulan atas keras dalam bola voli kelas 8. Analisislah landasan pedagogis aturan ini!

A. Jump serve merupakan teknik terlarang dan tidak sah dalam standar resmi asosiasi bola voli internasional
B. Memberikan kesempatan tim lawan melakukan penerimaan (receive) dengan baik, sehingga tercipta reli permainan yang melatih semua anggota
C. Mengurangi kemungkinan bola tersangkut di langit-langit atap lapangan sekolah
D. Mencegah siswa mengalami cedera patah kaki akibat sering melompat ke udara

Jawaban: Memberikan kesempatan tim lawan melakukan penerimaan (receive) dengan baik, sehingga tercipta reli permainan yang melatih semua anggota
Penjelasan: Tujuan di sekolah adalah kontinuitas gerak (reli). Servis mematikan (ace) membuat permainan cepat selesai tanpa melibatkan skill operan dan serangan dari tim bertahan.

19. [Pilihan Ganda] (MOTS)
Modifikasi sistem penentuan pemenang dengan tidak menghitung gol, melainkan tim yang paling banyak melakukan 'passing beruntun tanpa terputus', sangat efektif untuk...

A. Menentukan siapa tim paling tangguh secara fisik pada akhir kejuaraan nasional
B. Membina kemampuan taktik penyerangan dasar dan melatih kekompakan penguasaan bola (ball possession)
C. Memberikan hukuman bagi pemain yang berkarakter egois dan lambat
D. Mempersingkat total durasi waktu pertandingan di jam pelajaran terakhir

Jawaban: Membina kemampuan taktik penyerangan dasar dan melatih kekompakan penguasaan bola (ball possession)
Penjelasan: Sistem skoring berbasis jumlah passing mengalihkan fokus egoisme 'ingin mencetak gol sendiri' menjadi kerja sama mempertahankan penguasaan bola antar rekan setim.

20. [Pilihan Ganda] (HOTS)
Guru mengadakan pertandingan basket antara Tim A (berisi siswa pemain inti ekstrakurikuler) melawan Tim B (berisi siswa pemula). Guru menetapkan sistem skoring 'Handicap', di mana Tim B memulai pertandingan dengan modal poin +10. Evaluasi sistem skoring ini!

A. Sangat baik dan adil, karena menyeimbangkan persaingan sehingga kedua tim tertantang untuk bermain maksimal

B. Sangat buruk, karena hal itu merugikan hak dan usaha keras dari para pemain inti tim A
C. Sistem tersebut ilegal karena dalam olahraga tidak boleh ada perbedaan perlakuan sejak awal
D. Hal itu akan menyebabkan para pemain pemula tim B tidak mau berusaha berlari di lapangan

Jawaban: Sangat baik dan adil, karena menyeimbangkan persaingan sehingga kedua tim tertantang untuk bermain maksimal

Penjelasan: Sistem 'Handicap' (memberikan keuntungan awal pada tim lemah) menyeimbangkan level permainan secara psikologis, memaksa tim kuat bekerja keras dan memberi tim lemah harapan menang.

21. [Pilihan Ganda] (LOTS)

Sikap patuh pada aturan, mengakui keunggulan lawan secara ksatria, dan menerima kekalahan tanpa mencari kambing hitam dalam olahraga disebut dengan...

A. Egoisme
B. Fair play
C. Toleransi agresif
D. Sikap pantang menyerah

Jawaban: Fair play

Penjelasan: Fair play atau permainan yang adil adalah inti dari etika olahraga, menuntut rasa hormat pada lawan, wasit, dan pada sportivitas permainan itu sendiri.

22. [Pilihan Ganda] (MOTS)

Tindakan yang menunjukkan sikap penerapan fair play ketika tim mengalami kekalahan telak di lapangan adalah...

A. Meninggalkan lapangan secara diam-diam saat wasit belum meniup peluit panjang
B. Mengucapkan selamat dan bersalaman dengan pemain lawan serta wasit pada akhir pertandingan
C. Berpura-pura mengalami cedera parah untuk menyembunyikan rasa malu kepada penonton
D. Memprotes panitia dengan alasan lapangan yang tidak mendukung permainan tim

Jawaban: Mengucapkan selamat dan bersalaman dengan pemain lawan serta wasit pada akhir pertandingan

Penjelasan: Menerima kekalahan dengan lapang dada yang diwujudkan lewat jabat tangan adalah manifestasi paling konkret dari sikap saling menghargai (fair play).

23. [Pilihan Ganda] (HOTS)

Stimulus: Di final turnamen antar kelas, wasit (yang merupakan teman sekelasmu) tidak melihat bahwa bola umpan dari temanmu sudah keluar garis. Umpan itu berhasil kamu eksekusi menjadi gol penentu kemenangan.

Berdasarkan skenario moral tersebut, pemecahan masalah dengan standar fair play tertinggi yang harus kamu lakukan adalah...

A. Diam saja sambil merayakan gol karena itu adalah murni kesalahan dari penglihatan wasit
B. Proaktif memberitahu wasit bahwa bola sudah keluar lapangan sebelumnya, dan bersedia gol tersebut dianulir
C. Menyalahkan tim lawan karena mereka tidak bermain dengan fokus dan teliti
D. Memarahi teman setim yang memberikan umpan tersebut dari luar garis batas

Jawaban: Proaktif memberitahu wasit bahwa bola sudah keluar lapangan sebelumnya, dan bersedia gol tersebut dianulir

Penjelasan: Integritas sejati (fair play level tertinggi) berarti mengatakan kebenaran meskipun itu akan merugikan posisi atau perolehan kemenangan bagi diri dan timnya sendiri.

24. [Pilihan Ganda] (HOTS)

Stimulus: Situational Judgement: Seorang pemain yang sangat berbakat di tim sepak bolamu memiliki karakter egois. Ia selalu ingin menguasai bola sendiri, dan langsung marah membentak teman lain yang melakukan kesalahan kecil.

Berdasarkan situasi 'pemain bintang' tersebut, evaluasilah dampak perilaku ini terhadap tingkat partisipasi tim secara menyeluruh!

A. Tim tersebut pasti akan memenangkan seluruh pertandingan tanpa hambatan berarti
B. Motivasi dan partisipasi gerak anggota tim lain akan menurun secara tajam karena merasa tertekan dan tidak berharga
C. Sikap pemain bintang tersebut akan memancing pujian dan kekaguman dari tim lawan
D. Permainan akan menjadi semakin seru dan tidak dapat diprediksi alurnya

Jawaban: Motivasi dan partisipasi gerak anggota tim lain akan menurun secara tajam karena merasa tertekan dan tidak berharga

Penjelasan: Olahraga beregu bertumpu pada kolektivitas. Sikap arogan dan dominan merusak kohesi kelompok, membuat anggota lain enggan berpartisipasi dan kehilangan rasa senang dalam bermain.

25. [Pilihan Ganda] (MOTS)
Pendekatan psikologis dan strategis yang paling efektif bagi guru untuk memancing partisipasi siswa yang pemalu dan kurang terampil dalam permainan voli adalah...

A. Memaksa mereka bermain satu lawan satu dengan kapten tim sekolah agar cepat tertular kemampuan
B. Memberikan ancaman nilai merah apabila tidak menyentuh bola sebanyak sepuluh kali
C. Memodifikasi aturan (misalnya bola boleh memantul sekali di tanah) agar permainan menjadi lebih ramah pemula
D. Mengizinkan siswa pemalu tersebut duduk saja di pinggir lapangan sebagai pencatat skor pertandingan

Jawaban: Memodifikasi aturan (misalnya bola boleh memantul sekali di tanah) agar permainan menjadi lebih ramah pemula
Penjelasan: Siswa yang pemalu biasanya takut gagal atau diejek. Menurunkan tingkat kesulitan melalui modifikasi aturan akan meningkatkan rasa percaya diri dan pengalaman sukses mereka.

26. [Pilihan Ganda] (LOTS)
Keuntungan utama dari tingginya partisipasi aktif seluruh siswa dalam pembelajaran PJOK adalah...

A. Memastikan nilai rapor mata pelajaran selalu di atas batas kelulusan tanpa ujian tertulis
B. Mengembangkan kebugaran kardiovaskuler jasmani secara merata dan melatih keterampilan komunikasi sosial antar teman
C. Menghindari kewajiban mengikuti pelajaran teori di dalam ruang kelas pada jam berikutnya
D. Mencari perhatian dan mendapat banyak pujian dari pelatih ekskul sekolah

Jawaban: Mengembangkan kebugaran kardiovaskuler jasmani secara merata dan melatih keterampilan komunikasi sosial antar teman
Penjelasan: Partisipasi aktif menjamin setiap individu mendapatkan stimulus fisik untuk kesehatannya dan ruang interaksi untuk kecerdasan emosional sosialnya.

27. [Pilihan Ganda] (HOTS)
Mengevaluasi dari sudut pandang tujuan pendidikan sekolah, dampak penerapan budaya 'menang dengan segala cara' dalam lomba class meeting adalah...

A. Positif, karena siswa menjadi sangat mandiri dan kompetitif untuk masa depan mereka
B. Sangat negatif, karena menanamkan benih kecurangan dan merusak nilai integritas serta persahabatan antar kelas
C. Positif, karena sekolah mencerminkan kerasnya realitas persaingan olahraga dunia kerja
D. Netral, tidak akan memberikan pengaruh apapun pada perilaku harian siswa di kelas

Jawaban: Sangat negatif, karena menanamkan benih kecurangan dan merusak nilai integritas serta persahabatan antar kelas
Penjelasan: Pendidikan menitikberatkan pada proses dan karakter. Kemenangan tanpa integritas adalah kegagalan edukasi, karena akan melegalkan perilaku manipulatif dan melanggar aturan.

28. [Pilihan Ganda] (HOTS)
Stimulus: Anda sedang mendribble bola sendirian menuju gawang lawan yang tinggal berhadapan dengan kiper. Tiba-tiba, bek lawan yang berlari mengejar Anda terpeleset dengan parah dan menjerit kesakitan memegangi pergelangan kakinya.
Skenario dilematis: Keputusan berbasis empati dan fair play yang paling tepat Anda ambil secara insting adalah...

A. Terus berlari kencang tanpa ragu untuk mencetak gol demi kemenangan tim kesayangan, lalu mengecek keadaannya
B. Menghentikan lari dan membuang bola ke luar lapangan permainan demi mengutamakan keselamatan dan pertolongan pertama pada lawan
C. Meminta wasit menghentikan pertandingan sambil terus secara pelan men-dribble bola menembus batas kotak penalti
D. Menyoraki lawan yang jatuh sambil tetap mengecoh kiper karena menganggap lawan tersebut berpura-pura

Jawaban: Menghentikan lari dan membuang bola ke luar lapangan permainan demi mengutamakan keselamatan dan pertolongan pertama pada lawan
Penjelasan: Nilai kemanusiaan berada di tingkat tertinggi. Membuang bola keluar untuk memastikan pemain yang cedera dirawat adalah tindakan sportivitas universal (gentleman's agreement).

29. [Pilihan Ganda] (MOTS)

Selain mengatur strategi, peran fungsional utama dari kapten tim di lapangan terkait dengan asas sportivitas adalah...

A. Memprovokasi mental pemain bintang lawan secara verbal agar konsentrasinya buyar sepanjang pertandingan
B. Selalu memprotes secara keras setiap keputusan wasit meskipun terbukti timnya melanggar aturan
C. Menjadi teladan pemimpin yang mampu meredam emosi dan menenangkan rekan setim agar tidak anarkis terhadap keputusan wasit
D. Menyuruh teman satu timnya melakukan taktik mencederai kapten dari tim musuh

Jawaban: Menjadi teladan pemimpin yang mampu meredam emosi dan menenangkan rekan setim agar tidak anarkis terhadap keputusan wasit

Penjelasan: Kapten adalah perpanjangan tangan pelatih/guru di lapangan. Kapten bertanggung jawab atas kedisiplinan dan emosi rekannya, menjadi penengah antara tim dan wasit.

30. [Pilihan Ganda] (HOTS)

Analisis alasan sosiologis mengapa partisipasi semua siswa (inklusivitas) lebih penting daripada sekadar mencari sang juara dalam pelajaran PJOK di tahap sekolah menengah!

A. Karena sekolah dilarang oleh pemerintah untuk mengadakan perlombaan pencarian bakat juara nasional
B. PJOK di sekolah berfungsi membentuk karakter masyarakat masa depan yang setara, demokratis, dan saling menghargai keberagaman fisik
C. Membagi waktu bermain dengan adil akan sangat menghemat biaya pembelian peralatan operasional
D. Agar guru olahraga tidak perlu repot-repot menyusun sistem seleksi pertandingan bagi siswa berbakat

Jawaban: PJOK di sekolah berfungsi membentuk karakter masyarakat masa depan yang setara, demokratis, dan saling menghargai keberagaman fisik

Penjelasan: Secara sosiologis, olahraga sekolah adalah simulasi masyarakat kecil. Memastikan semua ikut bermain mengajarkan empati, kesetaraan hak, dan menghancurkan diskriminasi terhadap mereka yang fisiknya kurang mumpuni.

31. [Pilihan Ganda] (LOTS)

Pola rancangan, pemikiran taktik, dan pengaturan manuver pemain di lapangan yang disusun demi memenangkan suatu pertandingan disebut sebagai...

A. Keterampilan dasar pemanasan
B. Strategi gerak
C. Formasi pasif menunggu bola
D. Latihan daya tahan kebugaran

Jawaban: Strategi gerak

Penjelasan: Strategi gerak adalah rencana komprehensif atau taktik yang diterapkan dalam sebuah permainan untuk mengoptimalkan potensi tim dan mengalahkan lawan.

32. [Pilihan Ganda] (MOTS)

Dalam sistem pertahanan bola basket, taktik dimana setiap pemain diinstruksikan untuk menjaga secara ketat satu pemain lawan secara spesifik ke manapun ia bergerak disebut pola...

A. Zona pertahanan area (Zone defense)
B. Sistem blokade cepat (Fast break)
C. Man-to-man marking
D. Pertahanan statis setengah lapangan

Jawaban: Man-to-man marking

Penjelasan: Pola man-to-man adalah penjagaan satu lawan satu, di mana tanggung jawab pertahanan sangat bergantung pada keberhasilan membayangi pergerakan spesifik satu penyerang lawan.

33. [Pilihan Ganda] (HOTS)

Stimulus: Tim sepak bola kelasmu sedang bertanding di partai final. Tim tertinggal 1 gol, sedangkan sisa waktu normal pertandingan hanya tinggal 5 menit lagi.

Berdasarkan skenario waktu krusial tersebut, ciptakan strategi gerak penyerangan kolektif yang paling taktis untuk mengatasi ketertinggalan poin!

A. Menerapkan pola pertahanan berlapis sangat dalam (parkir bus) demi menghindari kebobolan lebih banyak
B. Menerapkan strategi ofensif penuh (all-out attack) dengan garis pertahanan tinggi untuk mengunci lawan di area mereka sendiri

C. Memperlambat irama permainan dengan banyak melakukan umpan pendek horizontal di area pertahanan sendiri
D. Menginstruksikan penjaga gawang untuk berpura-pura kram agar mendapat tambahan durasi waktu

Jawaban: Menerapkan strategi ofensif penuh (all-out attack) dengan garis pertahanan tinggi untuk mengunci lawan di area mereka sendiri

Penjelasan: Tertinggal di menit akhir menuntut pengambilan risiko tinggi. Meningkatkan jumlah pemain di area lawan dan menekan garis pertahanan memaksa lawan membuat kesalahan dekat gawangnya.

34. [Pilihan Ganda] (HOTS)

Saat bermain bola voli, tim Anda berulang kali gagal menembus blok pemain lawan yang memiliki tinggi badan jauh lebih menjulang. Strategi serangan cerdas (HOTS) yang seharusnya diputuskan oleh pengumpan (tosser) dan penyerang (spiker) adalah...

A. Tetap memukul bola sekeras dan setajam mungkin menembus tangan bloker tinggi tersebut
B. Mengarahkan bola pukulan pelan dan mengecoh (tip/lob/dink) menjauhi blok keras menuju ruang kosong yang tak terjaga di area belakang
C. Menyuruh spiker untuk diam saja dan hanya mengharapkan poin didapat dari servis langsung
D. Semua pemain menarik diri ke belakang net dan sama sekali menolak melakukan jumping smash

Jawaban: Mengarahkan bola pukulan pelan dan mengecoh (tip/lob/dink) menjauhi blok keras menuju ruang kosong yang tak terjaga di area belakang

Penjelasan: Menghadapi pertahanan jangkung dengan smash keras justru akan menjadi blok mentah. Taktik terbaik adalah pukulan plessing atau tipuan (lob/dink) untuk melewati jangkuan blok lawan yang melompat.

35. [Pilihan Ganda] (MOTS)

Syarat utama penentu keberhasilan berjalannya taktik serangan balik kilat (fast break) dalam permainan bola besar (basket/sepak bola) adalah...

A. Transisi gerak dan umpan pertama yang sangat cepat dari pertahanan ke depan sebelum lawan kembali ke formasi asalnya
B. Kemampuan individu pemain mendribble bola secara perlahan untuk mengontrol irama detak jantung
C. Menunggu dengan sabar hingga seluruh pemain lawan siap di area pertahanannya masing-masing
D. Membiarkan bola terpantul keluar garis agar bisa mengambil posisi untuk membuang waktu

Jawaban: Transisi gerak dan umpan pertama yang sangat cepat dari pertahanan ke depan sebelum lawan kembali ke formasi asalnya

Penjelasan: Esensi fast break adalah mengeksploitasi kelengahan dan kekosongan ruang tim lawan yang telat turun atau transisi dari menyerang ke bertahan.

36. [Pilihan Ganda] (LOTS)

Sasaran primer dari segala bentuk penerapan pola pertahanan dalam olahraga beregu adalah...

A. Berusaha mencetak gol akrobatik secara langsung dari wilayah permainan sendiri
B. Mencegah agar lawan tidak bisa mencetak poin serta berupaya merebut kembali penguasaan bola secepat mungkin
C. Menyuguhkan pergerakan trik yang menghibur bagi penonton di atas tribun lapangan
D. Melakukan protes taktis guna memancing hukuman penalti dari wasit tengah

Jawaban: Mencegah agar lawan tidak bisa mencetak poin serta berupaya merebut kembali penguasaan bola secepat mungkin

Penjelasan: Tujuan bertahan sangat fundamental: menutup ruang cetak skor bagi lawan dan melakukan steal/intercept agar tim bisa kembali memulai serangan.

37. [Pilihan Ganda] (HOTS)

Evaluasilah efektivitas formasi standar 4-4-2 (4 bek, 4 gelandang, 2 penyerang) jika dipaksa menghadapi strategi tim musuh yang bertumpuk dengan formasi 3-5-2 (5 gelandang kuat di tengah lapangan)!

A. Sangat rawan kalah dominasi penguasaan bola di area krusial lini tengah karena rasio jumlah 4 berbanding 5 pemain
B. Sangat superior karena memiliki 4 orang bek yang tidak bisa sama sekali ditembus lawan
C. Pasti menjamin kemenangan karena sistem 2 penyerang otomatis dapat mencetak selusin gol mudah
D. Tidak ada dampak dan perbedaan strategi yang relevan dalam tingkat permainan sekolah menengah

Jawaban: Sangat rawan kalah dominasi penguasaan bola di area krusial lini tengah karena rasio jumlah 4 berbanding 5 pemain

Penjelasan: Lini tengah adalah mesin permainan. Formasi 4-4-2 akan kalah jumlah (outnumbered) oleh 5 gelandang lawan, membuat aliran distribusi bola terputus dan dikontrol sepenuhnya oleh lawan.

38. [Pilihan Ganda] (HOTS)
Dalam permainan bola kasti, tim Anda sering kepergok dan mati terbakar saat mencoba berlari antar tiang hinggap (base) karena tim penjaga memiliki pelempar berakurasi sangat mematikan. Modifikasi strategi berlari yang wajib dieksekusi pemukul adalah...

A. Berlari sekencang-kencangnya ke tiang selanjutnya dengan mata tertutup tanpa melihat arah bola datang
B. Memprotes akurasi lemparan keras regu penjaga agar wasit mendiskualifikasi anggota yang paling mahir melempar tersebut
C. Menahan diri di tiang aman (safe base) dan baru melakukan sprint saat bola terpukul melambung jauh melampaui posisi jangkauan fielder (penjaga luar)
D. Berhenti berlari pada pertengahan jarak antara dua tiang dan pasrah saat bola dilempar mendekat

Jawaban: Menahan diri di tiang aman (safe base) dan baru melakukan sprint saat bola terpukul melambung jauh melampaui posisi jangkauan fielder (penjaga luar)
Penjelasan: Berlari terburu-buru adalah bunuh diri taktis jika lawan akurat. Menahan lari dan memanfaatkan pukulan homerun (jauh) adalah analisis mitigasi risiko tertinggi.

39. [Pilihan Ganda] (MOTS)
Mengapa pertukaran komunikasi verbal maupun gestur non-verbal mutlak krusial selama penerapan sebuah skema taktik lapangan?

A. Sebagai syarat mutlak agar permainan tidak dihentikan oleh pengawas teknis federasi pertandingan
B. Untuk menyelaraskan pergerakan antar lini, mengeksekusi transisi mendadak, serta meminimalisir tabrakan miskomunikasi taktis
C. Untuk membingungkan dan membuat penonton di pinggir batas lapangan bersorak lebih riuh gemuruh
D. Agar bisa menakut-nakuti dan memberikan teror mental yang menekan mental bertanding lawan

Jawaban: Untuk menyelaraskan pergerakan antar lini, mengeksekusi transisi mendadak, serta meminimalisir tabrakan miskomunikasi taktis
Penjelasan: Strategi tidak akan berjalan jika tidak ada panduan waktu nyata (real-time). Komunikasi memastikan kawan tahu ke mana bola akan bergerak atau kapan harus menutup ruang kosong.

40. [Pilihan Ganda] (HOTS)
Skenario pemecahan masalah: Anda bertindak sebagai pelatih/kapten tim. Jika pengatur serangan tunggal utama (playmaker andalan) Anda terkena cedera pada menit 30 dan terpaksa ditarik keluar, langkah rekayasa strategi gerak paling rasional untuk diterapkan secara mendadak adalah...

A. Langsung menyatakan lempar handuk tanda menyerah mundur secara sah dari kompetisi pertandingan
B. Mengubah skema ketergantungan dari satu pusat kreator, menjadi pola pergerakan rotasi bola berbasis kelompok yang sangat kolektif (team ball-movement)
C. Memarahi, meneriaki, dan memaksa pemain cadangan ganti agar dapat menduplikasi kualitas teknis mutlak si playmaker yang cidera
D. Menarik formasi 10 pemain total murni memblokir garis pertahanan dan pasif membuang bola melambung hingga sisa laga usai sepenuhnya

Jawaban: Mengubah skema ketergantungan dari satu pusat kreator, menjadi pola pergerakan rotasi bola berbasis kelompok yang sangat kolektif (team ball-movement)
Penjelasan: Kehilangan motor penggerak tidak bisa diganti peran secara setara oleh cadangan biasa. Beban mengalirkan bola harus direstrukturisasi dan didistribusikan secara kolektif merata kepada semua anggota di lapangan.

41. [Pilihan Ganda] (LOTS)
Langkah investigasi pendahuluan yang wajib dilakukan saat memulai kegiatan analisis kesuksesan strategi permainan selesai bertanding adalah...

A. Langsung merayakan selebrasi pesta perayaan meskipun tim mengalami kekalahan tragis akibat strategi yang usang
B. Menuntut kepala sekolah mencairkan anggaran uang pembelian perlengkapan sepatu merek terbaru yang mahal
C. Merekam jalannya permainan atau secara teliti mengumpulkan data statistik operan, tembakan, serta pergerakan pemain di catatan
D. Mencari satu pemain yang performanya terburuk untuk dijadikan alasan kegagalan publik secara bersama-sama

Jawaban: Merekam jalannya permainan atau secara teliti mengumpulkan data statistik operan, tembakan, serta pergerakan pemain di catatan

Penjelasan: Analisis tidak bisa dilakukan tanpa dasar fakta empiris. Pengumpulan data (statistik sentuhan, kesalahan, titik tembak, dll) atau rekaman video adalah fondasi analisis objektif pasca laga.

42. [Pilihan Ganda] (MOTS)
Tim beregu ganda putra bulu tangkis berulang kali di-smash karena mereka sering memberikan bola pengembalian lambung tinggi yang sangat tanggung posisinya (jatuh di tengah). Kesimpulan analisis kesalahan teknis-strategis ini adalah...

A. Kualitas teknik pukulan clear (lob) ke belakang terlampau lemah dan skema memancing musuh menepi dari net terbukti gagal
B. Peralatan raket yang dibeli tidak berstandar turnamen bulu tangkis profesional sehingga tali senarnya tidak lentur
C. Kecepatan rotasi angin di dalam gelanggang olah raga terlalu ekstrim dan kencang membuyarkan ayunan laju kok
D. Konsentrasi lawan begitu menakjubkan dan mereka meminum suplemen energi khusus yang belum diketahui oleh panitia

Jawaban: Kualitas teknik pukulan clear (lob) ke belakang terlampau lemah dan skema memancing musuh menepi dari net terbukti gagal
Penjelasan: Bola tanggung di tengah berarti ada kegagalan tenaga/teknik memukul lob hingga garis belakang (baseline) yang mengakibatkan musuh mendapat bola manis (mudah di smash) tanpa halangan.

43. [Pilihan Ganda] (HOTS)
Klub futsal SMP menerapkan formasi pertahanan kurungan wilayah (Zone Defense), akan tetapi tim lawan justru berpesta mencetak gol sangat mudah berturut-turut dari jarak tembak di luar garis kotak penalti lapangan tembak. Evaluasilah penyebab kelemahan struktural strategi zone defense tersebut!

A. Taktik penjagaan pertahanan zona ini terlalu mengunci pertahanan bergerombol ke area tengah gawang sendiri, membiarkan penembak musuh mendapatkan ruang tembak terbuka amat leluasa di area tepian atau luar jangkauan
B. Lawan curang karena memiliki bakat alami super dalam melakukan eksekusi melengkung akurat dari separuh bidang lapangan tanpa pernah bisa ditebak
C. Daya serap jenis permukaan matras karpet lapangan tidak mampu meredam memantulnya energi dorongan gesekan peluru futsal keras tersebut
D. Sepatu yang dipakai pemain tim pertahanan semuanya kurang bergerigi di tapaknya sehingga tidak mampu melakukan sprint melintang vertikal menutupi sudut bidik

Jawaban: Taktik penjagaan pertahanan zona ini terlalu mengunci pertahanan bergerombol ke area tengah gawang sendiri, membiarkan penembak musuh mendapatkan ruang tembak terbuka amat leluasa di area tepian atau luar jangkauan
Penjelasan: Kelemahan alami zone defense jika terlalu pasif menumpuk di dalam (deep block) adalah tidak memberikan tekanan penutup gerak (pressing) terhadap eksekutor lawan di luar garis pelindung utama.

44. [Pilihan Ganda] (HOTS)
Stimulus: Analisis statistik pertengahan laga basket mengonfirmasi: Tim Sekolah A telah membukukan 20 kali rasio Turnovers fatal (bola lepas diserobot lawan), bertolak ukur berbanding ekstrim melawan catatan Tim B yang solid dan bersih, yakni hanya 5 Turnovers.
Berdasarkan stimulus data tersebut, sintesiskan rekomendasi utama perombakan kurikulum latihan taktis agar kelemahan fatal Tim A tertutupi!

A. Menggenjot paksa latihan repetisi fisik tambahan berupa rutinitas sprint kardio seratus meter setiap hari secara berturut-turut demi daya kejut serangan mematikan
B. Mengganti susunan formasi lima pelapis pemain bertahan dan membentangkan barikade kokoh di sektor penjaga cincin belakang layaknya pagar hidup
C. Melakukan perombakan besar untuk lebih memprioritaskan ketenangan menguasai irama kontrol bola, ketepatan mendistribusikan umpan akurat, serta instruksi tegas untuk tidak gegabah menyerang buta
D. Merekayasa modifikasi ukuran lingkaran keliling diameter kulit luar struktur bola standar ke arah dimensi berukuran lebih raksasa sedikit untuk kenyamanan cengkeraman telapak tangan

Jawaban: Melakukan perombakan besar untuk lebih memprioritaskan ketenangan menguasai irama kontrol bola, ketepatan mendistribusikan umpan akurat, serta instruksi tegas untuk tidak gegabah menyerang buta
Penjelasan: 20 kali Turnovers berarti Tim A sangat buruk dalam menjaga penguasaan bola karena terburu-buru atau passing tak akurat. Solusinya harus langsung menargetkan pada akurasi umpan dan perlambatan tempo yang disengaja.

45. [Pilihan Ganda] (MOTS)

Fase pemulihan dan forum tanya-jawab terbuka antar kelompok yang dipimpin langsung pelatih, untuk membedah unsur positif dan elemen gagal yang baru saja dipraktikkan pasca permainan usai, biasa dideskripsikan sebagai proses...

A. Kegiatan Pemanasan Dinamis Terpimpin
B. Sesi Refleksi Kolaboratif dan Evaluasi Kinerja
C. Prosedur Pemulihan Pendinginan Statis Anatomi
D. Simulasi Diskusi Eksekusi Formasi Taktis Hipotetik Papan Tulis

Jawaban: Sesi Refleksi Kolaboratif dan Evaluasi Kinerja

Penjelasan: Evaluasi/Refleksi adalah tahapan penting kognitif di mana setiap orang memutar kembali pengalaman yang dirasakan secara mental, mendiskusikan apa yang berhasil dijalankan dan yang tidak, sehingga menyempurnakan strategi masa depan.

46. [Pilihan Ganda] (LOTS)

Bilamana tenggat waktu momen intervensi paling efisien yang terbukti sangat ideal dalam memperbaiki langsung cacat taktik kesalahan posisi berskala kecil selagi pertandingan di lapangan itu tengah berlangsung sengit?

A. Memutuskan bersabar pasrah menunggu totalitas bunyi tanda peluit tiupan panjang di akhir masa putaran turnamen kejuaraan final secara finalitasnya selesai
B. Memanfaatkan secara maksimal durasi masa waktu panggilan time-out singkat ataupun celah rehat jeda transisi transisi pergantian antara babak utama permainan
C. Menyampaikan perbaikan dari garis demarkasi batas luar samping dengan senantiasa berteriak garang memakai instrumen pelantang pengeras suara elektronik menyaingi riuh gaduhnya seisi stadion
D. Menyimpan rapat-rapat dalam bentuk kerahasiaan catatan lalu menjabarkannya baru pada masa mata pertemuan tatap muka di ruang silabus pelajaran kelas keesokan hari paginya

Jawaban: Memanfaatkan secara maksimal durasi masa waktu panggilan time-out singkat ataupun celah rehat jeda transisi transisi pergantian antara babak utama permainan

Penjelasan: Jeda resmi seperti time-out adalah peluang emas yang dirancang secara legal untuk mendiskusikan strategi, memberikan koreksi instruksional instan, tanpa mengganggu konsentrasi arus pemain saat bola sedang hidup berputar.

47. [Pilihan Ganda] (HOTS)

Di setiap kesempatan penyerangan lini depan kesebelasan sepak bola Anda yang konstan mengeksploitasi lemparan skema bola udara lambung vertikal jauh menyilang (long diagonal ball), selalu membentur barikade intersep tandukan sapuan barisan garis pertahanan palang pintu benteng belakang raksasa lawan. Ciptakan modifikasi pola perubahan gaya pendekatan alternatif taktik ofensif radikal paling efisien mendobrak ini!

A. Sikukuh bersikeras menetapkan jalur operasi pasokan aliran umpan lambung melengkung akan tetapi dimaksimalkan menembak sudut lebih curam meninggi berparabola terbang meroket menembus batas awan gravitasi angkasa atas langit-langit stadion
B. Mentransformasi alur aliran struktur taktik secara dinamis beralih ke rute operasi sistematis umpan-umpan mendatar pendek yang dirangkai kombinasi pergerakan umpan segitiga mengalir cepat menyusur menyapu celah ruang sempit di rumput
C. Memundurkan titik tumpu pusat serangan formasi gerak penyerang andalan sejauh mungkin merapat menuju batas suci pelindung garis pertahanan pertahanan absolut penjaga gawang sang kiper kesebelasan wilayah sendiri
D. Secara mutlak menggantungkan segenap ekspektasi takdir kemenangan murni pada probabilitas keajaiban terjadinya serangkaian rutinitas peluang eksekusi arah tembakan bola mati pelanggaran tendangan bebas langsung melengkung murni dari zona strategis

Jawaban: Mentransformasi alur aliran struktur taktik secara dinamis beralih ke rute operasi sistematis umpan-umpan mendatar pendek yang dirangkai kombinasi pergerakan umpan segitiga mengalir cepat menyusur menyapu celah ruang sempit di rumput

Penjelasan: Tim jangkung sangat unggul di bola atas, tetapi seringkali memiliki kelemahan di titik buta perputaran tumpuan badan dan akselerasi pendek. Bermain bola bawah taktis menyusur rumput menetralisir keunggulan postur mereka mutlak seketika.

48. [Pilihan Ganda] (HOTS)

Apabila Anda mendapatkan kewajiban tugas memutar analisis dari klip hasil rekaman tayangan visual digital gerak kompetisi rekaman permainan tim regu sekolahan Anda berlaga, temukan satu indikator visual paling fatal yang sangat sahih bisa mengkonfirmasi bila kinerja manuver pergeseran taktis transisi mode serangan untuk secepatnya mundur menjadi fase bertahan rekat membentengi wilayah Anda (defensive transition) hancur berantakan!

A. Statistik presentase rekaman secara sah berulang-ulang menegaskan kepastian data jumlah kuantitas total besaran keseluruhan rangkaian aksi pergerakan gempuran arah tembakan lawan sangat banyak yang secara presisi berbelok melebar tidak pernah menemui akurasi melenceng tajam terbuang mentah
B. Rekaman mempertontonkan wujud kerumunan kelompok pemukul penyerang Anda terisolasi pasif melongo dan selalu sering kali sangat lambat tercecer tertinggal menganga di pedalaman area kotak wilayah kubu pertahanan separuh lawan sesaat ketika skema arus manuver ombak serangan balik mematikan cepat pihak rival telanjur secara frontal menggempur meledak bergulir menerjang mundur area yang hampa lowong tiada benteng
C. Visual tayangan senantiasa menampilkan sorotan tangkapan keberhasilan heroik manuver lompatan sigap spektakuler atraktif posisi kiper tunggal sang penjaga jaring yang beribu-ribu acapkali mudah gemilang menyelamatkan, mengamankan dekapan tangkapan kokoh laju bulatnya alur lintasan proyektil bola melayang
D. Papan display raksasa elektronik pencatatan papan angka digital konklusi perhitungan skor matematis hasil mutlak detik terakhir final peluit sangat jelas dan terang menunjukkan keadaan kedudukan paritas angka nominal skor seimbang seri kuat angka imbang tak terbantahkan sama setara pada angka mutlaknya

Jawaban: Rekaman mempertontonkan wujud kerumunan kelompok pemukul penyerang Anda terisolasi pasif melongo dan selalu sering kali sangat lambat tercecer tertinggal menganga di pedalaman area kotak wilayah kubu pertahanan separuh lawan sesaat ketika skema arus manuver ombak serangan balik mematikan cepat pihak rival telanjur secara frontal menggempur meledak bergulir menerjang mundur area yang hampa lowong tiada benteng

Penjelasan: Transisi bertahan yang buruk ditandai oleh 'terlambat kembalinya pasukan yang menyerang' untuk ikut memblok pertahanan sewaktu musuh memulai serangan kilat, menyebabkan jumlah bek melawan penyerang selalu timpang.

49. [Pilihan Ganda] (MOTS)

Mendasari prinsip edukasi filosofis pendidikan karakter abad dua puluh satu, utarakan secara tegas mengapa setiap entitas siswa, para pemain yang bertanding, berkewajiban dirangsang agar turut serta wajib untuk ikut membedah, melontarkan kritik pandangan evaluasi, lalu dilibatkan secara masif secara partisipatif sangat aktif ketika forum sirkulasi menelaah jalannya siklus skema analisis struktur keberhasilan strategi permainan bertanding dihelat, bukan hanya bersikap mengangguk pasif satu arah mendengarkan fatwa arahan sang guru sang pelatih otoritas mutlak komando?

A. Agar pita korda vokal suara laring sang pendidik maupun pelatih raga tak keburu aus kehabisan pita suara stamina parau napas energi terkuras percuma terkikis luruh habis ketika terus memaksakan diri memonopoli berkotbah berdiri berteriak tak kenal letih sepanjang keseluruhan durasi sesi putaran diskusi memeras menguras habis-habisan stamina tenaga fisik lisan keringat bicara
B. Menyelenggarakan metodologi semacam itu dirancang amat krusial guna memperdalam pondasi fondasi daya serap ketajaman kapasitas pemahaman pola nalar rasional pemecahan masalah kognitif setiap kepala mereka akan literasi mekanisme dinamika sistem kompleks permainan agar mandiri menumbuhkan benih kemandirian berinisiatif, dan intuisi kesadaran tanggung jawab memimpin mandiri menata diri bertindak mandiri secara taktis di saat-saat ke depan mandiri dalam pengambilan keputusan taktis mendesak
C. Supaya memfasilitasi memberi mereka jalan melegalkan penyaluran emosional secara legal kesempatan sah ruang forum resmi mencari kesempatan bebas untuk bisa mendeskreditkan saling menuding melempar kesalahan, mencari-cari biang kerok kambing hitam secara emosional personal kepada kawan kelemahan individu temannya yang berbuat kesalahan teknis minor tanpa terkena vonis teguran sangsi teguran pelanggaran amarah disiplin instruktur pembina
D. Murni sebab semata dilandasi keterpaksaan administratif mutlak lantaran tuntutan kriteria pemenuhan pedoman format kewajiban standarisasi birokrasi pakem baku kurikulum pendidikan dokumen resmi tertulis telah diinstruksikan oleh pucuk tatanan tertinggi rantai instruksi kepala lembaga yang mewajibkannya menuruti prosedur operasional standar rapat formal mutlak wajib birokratik sekolah semata murni harus begitu prosedurnya mematuhi aturan otoritas atas saja

Jawaban: Menyelenggarakan metodologi semacam itu dirancang amat krusial guna memperdalam pondasi fondasi daya serap ketajaman kapasitas pemahaman pola nalar rasional pemecahan masalah kognitif setiap kepala mereka akan literasi mekanisme dinamika sistem kompleks permainan agar mandiri menumbuhkan benih kemandirian berinisiatif, dan intuisi kesadaran tanggung jawab memimpin mandiri menata diri bertindak mandiri secara taktis di saat-saat ke depan mandiri dalam pengambilan keputusan taktis mendesak

Penjelasan: Esensi student-centered learning (pembelajaran berpusat pada anak) dalam evaluasi PJOK menuntut murid mampu berpikir analitis. Kalau hanya pelatih yang bicara, murid tidak mendapat pembelajaran nalar taktis. Dialog kritis membentuk kemandirian dan kesadaran keputusan bermain.

50. [Pilihan Ganda] (HOTS)

Anda mendapati strategi sistem penjagaan ketat pertahanan murni mengikuti ke manapun arah seorang bergerak 'man-to-man coverage marking' kubu Tim A mendadak runtuh melemah, mulai terang-terangan mudah didekripsi dipatahkan terbaca polos ritme rotasinya serta dikacaukan dieksploitasi dibiarkan koyak jebol diterobos mudah dilintasi belah oleh musuh kubu Tim B lewat pergerakan kombinasi dinamis gesit saling memotong silang perpindahan letak tubuh diagonal rotasional manuver (crossing / screening). Formulasikanlah taktik rekayasa pemecahan krisis jalan keluar problem taktis tanggap darurat spontan mutlak pertengahan kancah lapangan laga yang paling manjur presisi untuk menggagalkan menyabotase meredam segera mengurai benang kusut memutus aliran manuver sirkulasi malapetaka pola silang taktik membingungkan mematikan musuh jaring lawan tersebut!

A. Segera menginstruksikan komando pergantian transisi transformasi skema secara radikal radikal kilat agar secara organis merubah aliran struktur strategi pakem taktik pasif beralih drastis menggunakan mode metode 'Zone Defense' sistem barikade teritorial daerah, atau menyepakati pemakaian penerapan serentak teknik protokol skema terkoordinasi 'Switching' pertukaran operan tukar giliran silang operan tanggung jawab penjagaan mengkover rotasi antara personel pemain bertahan secara langsung lugas seketika fleksibel begitu rotasi ancaman arah penyerang pergerakan bersilangan badan crossing lawan bergerak menyalip mengunci rute saling bertumpang tindih menindih bersilangan jalur memotong perlintasan jejak berlari

B. Spontan refleks menghentikan mutlak secara sepihak sekonyong-konyong paksa jalannya ritme arus laju kelancaran gelinding pertandingan untuk langsung memprotes keras mendesak panitia wasit agar pergerakan silang mutlak dinyatakan sebagai perilaku curang murni, aksi manipulasi, kejahatan yang masuk kategori taktik kotor ilegal melanggar asas hukum pidana olahraga ringan

C. Memilih pasrah membiarkan memberikan kelonggaran penuh kepada pemain musuh tersebut agar lewat secara leluasa begitu saja demi mempertahankan tatanan menjaga ego pola keras kepala gengsi keteguhan formasi man-to-man dengan keras kepala buta tak mau mengalah adaptasi rubah taktis demi mengharap datang keajaiban bahwa pergerakan pemain B pasti pada akhirnya niscaya akan meleset gagal lelah sendiri secara alamiah lambat laun dengan berjalannya waktu dan usia stamina meredup pelan

D. Melakukan instruksi khusus berani nekat menyuruh semua elemen barisan formasi belakang lini pemain penjaga pagar pertahanan Anda agar menempuh jalan pintas menghalalkan segala cara dengan cara melanggar keras menabrak menghantam menjatuhkan memukul kasar menekel menciderai lawan pemain sang musuh pelari cepat dari kubu tim B itu memakai kontak agresi fisik secara brutal penuh pelanggaran kasar provokasi sengaja keras sebelum manuver geraknya sempurna tuntas menyilang menyalip tubuh menipu ruang lari area

Jawaban: Segera menginstruksikan komando pergantian transisi transformasi skema secara radikal radikal kilat agar secara organis merubah aliran struktur strategi pakem taktik pasif beralih drastis menggunakan mode metode 'Zone Defense' sistem barikade teritorial daerah, atau menyepakati pemakaian penerapan serentak teknik protokol skema terkoordinasi 'Switching' pertukaran operan tukar giliran silang operan tanggung jawab penjagaan mengkover rotasi antara personel pemain bertahan secara langsung lugas seketika fleksibel begitu rotasi ancaman arah penyerang pergerakan bersilangan badan crossing lawan bergerak menyalip mengunci rute saling bertumpang tindih menindih bersilangan jalur memotong perlintasan jejak berlari

Penjelasan: Pick and roll atau manuver bersilangan (crossing/screening) dirancang khusus untuk membuang dan menjatuhkan penjaga 'man-to-man'. Cara menangkal hal yang mengunci dan menabrak pertahanan kaku ini adalah zona defense (tidak mengejar orang) atau menginstruksikan 'switching', yakni dua bek saling menukar orang yang dijaganya saat musuh bersilangan.