

KISI-KISI PENULISAN SOAL SUMATIF

AKHIR TAHUN (SAT)

SMAN MODAL BANGSA - TAHUN AJARAN 2026/2027

Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK)
Kelas / Semester	: XII / Ganjil
Jumlah Soal	: 50 Pilihan Ganda (PG) & 5 Uraian (Essay)
Penyusun	: Raisul Akbar, S.Pd, M.Pd

No.	Tujuan Pembelajaran	Materi	Fase/ Kelas	Indikator Soal	Level Kognitif	Bentuk Soal	No. Soal
1	Mengevaluasi hasil analisis komponen kebugaran jasmani dan	Kebugaran Jasmani (TKJI)	Fase F / XII	Disajikan tabel item tes kebugaran jasmani (TKJI), murid dapat memasang jenis tes dan fungsi komponen otot yang diukur secara tepat.	L2 / C3	Pilihan Ganda	1

No.	Tujuan Pembelajaran	Materi	Fase/ Kelas	Indikator Soal	Level Kognitif	Bentuk Soal	No. Soal
	pengukuran kapasitas fisik.						
2	Mengevaluasi hasil analisis komponen kebugaran jasmani dan pengukuran kapasitas fisik.	Kebugaran Jasmani (TKJI)	Fase F / XII	Disajikan masalah urgensi nomor lari jarak menengah dalam instrumen TKJI, murid dapat menerangkan aspek fisiologis daya tahan jantung-paru dengan benar.	L2 / C2	Pilihan Ganda	2
3	Mengevaluasi dan merancang pola penyerangan dan pertahanan permainan bola besar.	Permainan Bola Basket	Fase F / XII	Disajikan gambar visualisasi operan dada (chest pass), murid dapat menganalisis keuntungan taktis melakukan operan manipulatif tanpa melihat sasaran (no-look pass).	L3 / C4	Pilihan Ganda	3
4	Menganalisis prinsip dan	Kesehatan &	Fase F / XII	Disajikan profil usia subjek non-atlet, murid dapat mengkalkulasi rentang zona denyut	L3 / C4	Pilihan Ganda	4

No.	Tujuan Pembelajaran	Materi	Fase/ Kelas	Indikator Soal	Level Kognitif	Bentuk Soal	No. Soal
	kalkulasi fisiologi latihan kardio untuk pemeliharaan fisik.	Fisiologi Latihan		nadi latihan (*training zone*) kardio optimal secara matematis.			
5	Mengevaluasi dan merancang pola penyerangan dan pertahanan permainan bola besar.	Permainan Bola Basket	Fase F / XII	Disajikan daftar tindakan taktis/teknis menggiring bola, murid dapat menyimpulkan kriteria pelanggaran fundamental berupa *walking* dan *travelling*.	L2 / C3	Pilihan Ganda	5
6	Mengevaluasi keterampilan mekanika gerak dan variasi teknik olahraga atletik lempar.	Atletik (Lempar Lembing)	Fase F / XII	Disajikan jenis-jenis pegangan lembing, murid dapat mengidentifikasi teknik memegang lembing ortodoks/paling populer secara tepat.	L1 / C1	Pilihan Ganda	6

No.	Tujuan Pembelajaran	Materi	Fase/ Kelas	Indikator Soal	Level Kognitif	Bentuk Soal	No. Soal
7	Mengevaluasi dan merancang pola penyerangan dan pertahanan permainan bola besar.	Permainan Sepak Bola	Fase F / XII	Disajikan konsep taktis pembongkaran lini pertahanan lawan, murid dapat membedakan penamaan pola penyerangan secara tepat.	L1 / C2	Pilihan Ganda	7
8	Mengevaluasi regulasi serta organisasi sistem perwasitan sepak bola resmi.	Permainan Sepak Bola	Fase F / XII	Disajikan regulasi Laws of the Game FIFA terbaru, murid dapat menyebutkan kuota substitusi/pergantian pemain reguler.	L1 / C1	Pilihan Ganda	8
9	Mengevaluasi keterampilan mekanika gerak dan regulasi nomor	Atletik (Jalan Cepat)	Fase F / XII	Disajikan poin acak seputar biomekanika tubuh, murid dapat menyusun urutan fase gerak tungkai dan pendaratan kaki jalan cepat yang valid.	L2 / C3	Pilihan Ganda	9

No.	Tujuan Pembelajaran	Materi	Fase/ Kelas	Indikator Soal	Level Kognitif	Bentuk Soal	No. Soal
	jalan atletik.						
10	Mengevaluasi keterampilan mekanika gerak dan regulasi nomor jalan atletik.	Atletik (Jalan Cepat)	Fase F / XII	Disajikan masalah kinematika gerak laju tubuh, murid dapat menjelaskan fungsi biomekanika ayunan lengan dan langkah kaki.	L2 / C2	Pilihan Ganda	10
11	Mengevaluasi dan merancang pola penyerangan dan pertahanan permainan bola besar.	Permainan Bola Voli	Fase F / XII	Disajikan narasi prosedural berkenaan telapak/pergelangan tangan, murid dapat menentukan variasi teknik passing bawah secara tepat.	L2 / C3	Pilihan Ganda	11
12	Mengevaluasi regulasi serta organisasi sistem	Permainan Bola Basket	Fase F / XII	Disajikan aturan batas penguasaan bola tim offense FIBA, murid dapat menyebutkan durasi operasional instrumen *shot clock*.	L1 / C1	Pilihan Ganda	12

No.	Tujuan Pembelajaran	Materi	Fase/ Kelas	Indikator Soal	Level Kognitif	Bentuk Soal	No. Soal
	perwasitan bola basket resmi.						
13	Mengevaluasi keterampilan mekanika gerak dan variasi teknik nomor lompat atletik.	Atletik (Lompat Galah)	Fase F / XII	Disajikan variabel kinetik konversi energi horizontal ke vertikal, murid dapat menilai determinan utama keberhasilan fase run-up awalan.	L2 / C3	Pilihan Ganda	13
14	Mengevaluasi keterampilan mekanika gerak dan variasi teknik nomor lompat atletik.	Atletik (Lompat Jauh)	Fase F / XII	Disajikan instruksi anatomi pendaratan di bak pasir, murid dapat menentukan arah kemiringan ayunan pinggang dan lengan demi safety.	L2 / C3	Pilihan Ganda	14
15	Mengevaluasi keterampilan mekanika	Atletik (Lompat Jauh)	Fase F / XII	Disajikan faktor penentu trajektori parabola lompatan, murid dapat menganalisis paduan komponen kecepatan awalan dan daya ledak	L2 / C2	Pilihan Ganda	15

No.	Tujuan Pembelajaran	Materi	Fase/ Kelas	Indikator Soal	Level Kognitif	Bentuk Soal	No. Soal
	gerak dan variasi teknik nomor lompat atletik.			kaki.			
16	Mengevaluasi taktik pertahanan dan pemahaman istilah permainan bola kecil.	Permainan Softball	Fase F / XII	Disajikan situasi tangkapan bola hasil pukulan melambung tanpa menyentuh tanah, murid dapat mengidentifikasi istilah pertahanan *fly out*.	L1 / C1	Pilihan Ganda	16
17	Mengevaluasi kesalahan teknis dan regulasi nomor lompat tinggi/galah atletik.	Atletik (Lompat Galah)	Fase F / XII	Disajikan skenario kegagalan atlet saat melewati palang mistar, murid dapat menerangkan indikator sah kriteria pelanggaran teknis (*fault*).	L1 / C2	Pilihan Ganda	17
18	Mengevaluasi	Atletik	Fase F / XII	Disajikan terminologi *mother of sport* pada	L1 / C2	Pilihan	18

No.	Tujuan Pembelajaran	Materi	Fase/ Kelas	Indikator Soal	Level Kognitif	Bentuk Soal	No. Soal
	sejarah, hakikat, dan filosofi cabang olahraga atletik.	(Dasar Kategori)		cabang atletik, murid dapat mengelompokkan ragam gerak dasar manusia yang dipertandingkan.		Ganda	
19	Mengevaluasi keterampilan mekanika gerak dan variasi teknik nomor lompat atletik.	Atletik (Lompat Tinggi)	Fase F / XII	Disajikan model gaya Fosbury Flop, murid dapat mengidentifikasi orientasi anatomi tubuh yang valid saat melayang membelakangi mistar.	L2 / C3	Pilihan Ganda	19
20	Mengevaluasi keterampilan mekanika gerak dan variasi teknik nomor lompat atletik.	Atletik (Lompat Jauh)	Fase F / XII	Disajikan empat komponen dasar gerak lompat, murid dapat menyusun urutan kronologis struktur fase lompat jauh secara prosedural.	L2 / C3	Pilihan Ganda	20
21	Mengevaluasi	Permainan	Fase F / XII	Disajikan kondisi kegagalan batter memukul	L1 / C1	Pilihan	21

No.	Tujuan Pembelajaran	Materi	Fase/ Kelas	Indikator Soal	Level Kognitif	Bentuk Soal	No. Soal
	taktik penyerangan dan pemahaman istilah permainan bola kecil.	an Softball		pitch sah berturut-turut, murid dapat menyimpulkan istilah teknis *strike out*.		Ganda	
22	Mengevaluasi taktik permainan tunggal/ganda serta teknik dasar bola kecil.	Permainan Bulu Tangkis	Fase F / XII	Disajikan konsep tumpuan gerak tubuh penyangga pukulan kok, murid dapat mendefinisikan peranan penting pola langkah kaki (*footwork*).	L1 / C2	Pilihan Ganda	22
23	Mengevaluasi hasil analisis komponen kebugaran jasmani dan pengukuran kapasitas fisik.	Kebugaran Jasmani	Fase F / XII	Disajikan pengujian fisik menggunakan instrumen Vertical Jump, murid dapat mendeteksi parameter daya ledak (*explosive power*) otot tungkai.	L2 / C3	Pilihan Ganda	23

No.	Tujuan Pembelajaran	Materi	Fase/ Kelas	Indikator Soal	Level Kognitif	Bentuk Soal	No. Soal
24	Mengevaluasi keterampilan mekanika gerak dan variasi teknik olahraga atletik lempar.	Atletik (Lempat Lembing)	Fase F / XII	Disajikan data balistik pelepasan objek, murid dapat mengidentifikasi rentang sudut elevasi proyeksi lemparan lembing terideal.	L1 / C1	Pilihan Ganda	24
25	Mengevaluasi keterampilan mekanika gerak dan variasi teknik olahraga atletik lempar.	Atletik (Tolak Peluru)	Fase F / XII	Disajikan deskripsi anatomi pemegangan peluru besi, murid dapat menjelaskan kegunaan mekanis ibu jari dan jari kelingking sebagai penyeimbang beban.	L2 / C2	Pilihan Ganda	25