



**PROGRAM STUDI S1 PENJASKESREK
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI**

NASKAH SOAL UJIAN TENGAH SEMESTER GENAP 2022/2023

MATA KULIAH	: Olahraga Rakyat	FAKULTAS	: FKIP
SEMESTER / SKS	: 5/2	PRODI	: S1 PENJASKESREK
TAHUN AKADEMIK	: 2022/2023	DOSEN PENGAMPU	: Vigi Indah, M.Pd
SIFAT UJIAN	: TAKE HOME	DOSEN PENGAJAR	: Vigi Indah, M.Pd

Tata cara ujian :

1. Jawablah pertanyaan di bawah ini secara jelas dan sistematis.
2. Setiap jawaban harus didukung dengan referensi yang relevan jika diperlukan.
3. Jawaban diketik dalam format **Times New Roman, 12pt, spasi 1.5** dalam file **PDF atau DOCX**.
4. Batas pengumpulan: **[tanggal pengumpulan]** melalui **[platform/email]**.

Soal :

1. Olahraga rakyat adalah olahraga yang...
 - a. Hanya dimainkan oleh atlet profesional
 - b. Berasal dari masyarakat dan sering dimainkan secara tradisional
 - c. Memiliki aturan baku seperti olahraga modern
 - d. Hanya dimainkan dalam kompetisi resmi
2. Berikut ini yang termasuk contoh olahraga rakyat di Indonesia adalah...
 - a. Sepak takraw, gobak sodor, dan egrang
 - b. Basket, voli, dan sepak bola
 - c. Golf, renang, dan panjat tebing
 - d. Tennis meja, bulu tangkis, dan tinju
3. Dalam permainan gobak sodor, tujuan utama pemain yang menyerang adalah...
 - a. Menjatuhkan lawan
 - b. Melempar bola ke gawang
 - c. Melewati penjaga tanpa tersentuh
 - d. Memegang bola selama mungkin
4. Apa alat yang digunakan dalam permainan egrang?
 - a. Batang bambu atau kayu sebagai pijakan
 - b. Bola dan jaring
 - c. Tali panjang
 - d. Kerikil kecil
5. Lari balok adalah olahraga rakyat yang mengandalkan...
 - a. Kecepatan dan ketepatan berpijak di atas balok
 - b. Kekuatan melempar bola

- c. Keseimbangan di atas tali
- d. Kecepatan berenang di sungai

Isian Singkat

6. Sebutkan tiga contoh olahraga rakyat dari daerah berbeda di Indonesia!
7. Apa perbedaan antara olahraga rakyat dan olahraga modern?
8. Jelaskan aturan dasar dalam permainan tarik tambang!
9. Mengapa olahraga rakyat masih dimainkan hingga saat ini?
10. Sebutkan dua manfaat fisik dari bermain olahraga tradisional seperti egrang atau bakiak!
11. Jelaskan sejarah dan perkembangan permainan sepak takraw di Asia Tenggara!
12. Bagaimana cara memainkan permainan bakiak secara berkelompok? Jelaskan langkah-langkahnya!
13. Apa perbedaan antara permainan engklek dan egrang dari segi teknik dan aturan permainan?
14. Bagaimana cara meningkatkan minat generasi muda terhadap olahraga rakyat?
15. Bagaimana peran olahraga rakyat dalam mempererat hubungan sosial dalam masyarakat?