EVALUASI MATERI KOHESI

1. Kohesi secara umum berarti …

A. kekuatan fisik individu

B. kemampuan memenangkan pertandingan

C. tingkat keterikatan dan kesatuan dalam kelompok

D. perbedaan kemampuan antaranggota

2. Kohesi tim (team cohesion) adalah …

A. kerja sama yang terjadi secara kebetulan

B. rasa keterikatan dan kebersamaan anggota tim

C. strategi untuk menyerang lawan

D. kemampuan pelatih mengatur pemain

3. Dalam olahraga, kohesi tim ditunjukkan melalui …

A. persaingan antaranggota

B. hubungan emosional dan saling mendukung

C. kemampuan individu yang menonjol

D. latihan secara terpisah

4. Tanpa kohesi, sebuah tim akan …

A. mudah bekerja sama

B. lebih disiplin

C. sulit bekerja sama dan berprestasi

D. selalu menang

5. Berikut yang bukan termasuk unsur kohesi tim adalah …

A. nama tim dan seragam

B. tujuan yang sama

C. kondisi cuaca

D. komunikasi yang jelas

6. Nama tim dan seragam berfungsi sebagai …

A. alat untuk berlatih

B. identitas pemersatu anggota

C. simbol individu

D. alat penilaian wasit

7. Kesamaan identitas dalam tim dapat meningkatkan …

A. konflik

B. kelelahan

C. kebanggaan dan loyalitas

D. persaingan

8. Tujuan yang sama dalam tim bertujuan untuk …

A. mengutamakan kepentingan pribadi

B. menyamakan kemampuan fisik

C. mengarahkan usaha anggota pada keberhasilan tim

D. membedakan peran pemain

9. Contoh tujuan bersama dalam tim olahraga adalah …

A. ingin menjadi pemain terbaik sendiri

B. ingin dipuji pelatih

C. memenangkan pertandingan secara tim

D. bermain sesuka hati

10. Setiap anggota tim sebaiknya memiliki peran yang …

A. sama persis

B. tidak jelas

C. sesuai kemampuan

D. ditentukan lawan

11. Kejelasan peran dalam tim berguna untuk …

A. menimbulkan kebingungan

B. mencegah konflik

C. mengurangi kerja sama

D. memperlambat permainan

12. Contoh peran dalam permainan sepak bola adalah …

A. penonton

B. wasit

C. kapten, penyerang, dan penjaga gawang

D. komentator

13. Komunikasi dalam tim sangat penting karena berfungsi untuk …

A. menunjukkan emosi

B. koordinasi dan kerja sama

C. mengatur jadwal sekolah

D. menentukan seragam

14. Tanpa komunikasi yang baik, strategi tim akan …

A. berjalan lancar

B. mudah dipahami

C. sulit dilaksanakan

D. semakin efektif

15. Model MATS menekankan bahwa komunikasi berperan dalam …

A. istirahat pemain

B. eksekusi dan penyesuaian strategi

C. pemilihan lawan

D. penentuan skor

16. Rasa saling suka dan percaya dalam tim termasuk dalam aspek …

A. fisik

B. teknik

C. hubungan antarpribadi

D. peralatan

17. Tim yang memiliki rasa saling percaya akan …

A. saling menyalahkan

B. ragu bekerja sama

C. berani mengandalkan satu sama lain

D. bermain sendiri-sendiri

18. Salah satu ciri tim yang kohesif adalah …

A. sering bertengkar

B. tidak mau bekerja sama

C. saling mendukung

D. mementingkan diri sendiri

19. Loyalitas dan kebersamaan dalam tim menunjukkan bahwa tim tersebut …

A. tidak disiplin

B. memiliki kohesi yang baik

C. kurang latihan

D. bergantung pada individu

20. Sikap berikut yang mencerminkan kohesi tim adalah …

A. mengejek kesalahan teman

B. bermain sendiri agar terlihat hebat

C. saling menyemangati saat bertanding

D. menyalahkan teman saat kalah

URAIAN

21. Jelaskan dengan bahasamu sendiri apa yang dimaksud dengan kohesi tim!

22. Mengapa kohesi tim sangat penting dalam olahraga beregu?

23. Sebutkan tiga unsur kohesi tim dan jelaskan secara singkat!

24. Jelaskan peran komunikasi dalam menjaga kekompakan sebuah tim!

25. Berikan dua contoh sikap yang menunjukkan adanya kohesi tim saat pertandingan berlangsung!

26. Apa akibat yang dapat terjadi jika anggota tim tidak memahami perannya masing-masing?

27. Mengapa rasa saling percaya antaranggota tim sangat diperlukan?

28. Jelaskan hubungan antara tujuan yang sama dan keberhasilan tim!

29. Menurut pendapatmu, bagaimana cara membangun kohesi tim di lingkungan sekolah?

30. Ceritakan pengalamanmu bekerja dalam tim olahraga. Sikap apa yang menunjukkan adanya kohesi tim?