PENDIDIKAN KESIHATAN Tingkatan 2

Arahan : Pilih jawapan yang tepat bagi soalan yang berikut.

1. Apakah maksud heteroseksual?
   A. Tarikan seksual terhadap diri sendiri
   B. Tarikan seksual terhadap berlainan jantina
   C. Tarikan seksual terhadap jantina yang sama
   D. Tarikan seksual terhadap kedua-dua jantina

2. " Seseorang wanita tertarik pada seorang lelaki di tempat kerja"
   Situasi di atas menceritakan mengenai
   A. Biseksual
   B. Homoseksual
   C. Identiti Seksual
   D. Orientasi Seksual

3. Setiap individu mempunyai _____ yang berbeza.
   A. Biseksual
   B. Homoseksual
   C. Identiti Seksual
   D. Orientasi Seksual

4. Apakah yang boleh difahami mengenai kecelaruan identiti seksual?
   A. Perasaan tidak selesa dengan seksualiti diri sendiri dan ingin menjadi jantina berlawanan dengannya.
   B. Yakin dengan jantina sendiri dan mempunyai sikap berlawanan dengan jantina
   C. Seronok dengan diri sendiri dan mempunyai keinginan seksual terhadap berlawanan jantina
   D. Mempunyai tarikan seksual pada jantina berlawanan

5. Berikut merupakan langkah-langkah untuk menangani kecelaruan identiti dan orientasi seksual dalam kalangan remaja, **kecuali**
   A. Mengelakkan diri daripada hidup berfoya-foya
   B. Memilih rakan yang baik
   C. Mengikut semua kemahuan rakan walaupun ia perkara yang salah
   D. Mengamalkan gaya hidup sihat

6. Apakah contoh gejala sosial yang wujud dalam kalangan remaja?
   A. Taat kepada kedua ibu bapa
   B. Sering ponteng sekolah
   C. Sentiasa melakukan kebaikan
   D. Menyiapkan kerja sekolah

7. Berikut merupakan langkah yang boleh diambil sekiranya berhadapan dengan individu yang mengalami kecelaruan identiti seksual, **kecuali**
   A. Memulaukan mereka daripada aktiviti berkumpulan
   B. Sentiasa sensitif terhadap perasaan orang lain
   C. Tidak mendiskriminasi mereka
   D. Mendengar luahan mereka sekiranya diperlukan.

8. Antara yang berikut, yang manakah merupakan aspek untuk menjaga kebersihan diri?
   A. Tidak memakai pakaian yang mencolok mata
   B. Tidak berkongsi barangan peribadi
   C. Tidak makan makanan ringan
   D. Tidak menjaga kebersihan persekitaran

LIVEWORKSHEETS

PENDIDIKAN KESIHATAN Tingkatan 2

Arahan : Pilih jawapan yang tepat bagi soalan yang berikut.

9. Apakah jenis orientasi seksual yang dibenarkan di Malaysia melalui ikatan perkahwinan yang sah?
   A. Biseksual
   B. Heteroseksual
   C. Transeksual
   D. Homoseksual

10. Bagaimana cara untuk menangani kecelaruan identiti seksual dalam kalangan remaja?
   A. Bergaul bersama rakan yang positif
   B. Mencuba perkara-perkara negatif melalui media sosial
   C. Mengikut rakan keluar berfoya-foya
   D. Memberi pandangan mengenai rakan yang tidak berakhlak

11. Kesan pengambilan dadah ke atas tubuh badan adalah seperti yang berikut **kecuali**
   A. menyebabkan ketagihan
   B. meningkatkan keyakinan diri
   C. mengganggu sistem otak dan saraf
   D. memudahkan tubuh mendapat penyakit

12. Antara berikut, yang manakah **bukan** kesan penyalahgunaan bahan terhadap tubuh individu?
   A. Menyebabkan ketagihan
   B. Mengganggu sistem otak dan saraf
   C. Memudahkan tubuh mendapat penyakit
   D. Menyebabkan individu kehilangan kawan-kawan

13. Berikut ialah penyakit-penyakit akibat penagihan dadah, **kecuali**
   A. Mandul
   B. Sakit saraf
   C. Kerosakan hati
   D. Kencing manis

14. Apakah yang dimaksudkan dengan penyalahgunaan bahan?
   A. Mengambil bahan dalam kuantiti yang banyak
   B. Mengambil bahan dalam kekerapan yang tinggi
   C. Mengambil bahan sehingga menyebabkan khayal atau mabuk
   D. Mengambil dadah atau ubat-ubatan bukan untuk tujuan perubatan

15. Antara yang berikut, bagaimanakah cara untuk mengatasi masalah stress?
   I. mengasingkan diri
   II. makan ubat penenang
   III. berehat dengan secukupnya
   IV. rujuk masalah kepada pakar

   A. I dan II sahaja
   B. I, II dan III sahaja
   C. III dan IV sahaja
   D. I, II, III dan IV

16. Berapakah umur seseorang yang boleh dianggap sebagai **generasi Y**?
   A. 30 tahun
   B. 40 tahun
   C. 50 tahun
   D. 60 tahun

LIVEWORKSHEETS

PENDIDIKAN KESIHATAN Tingkatan 2

Arahan : Pilih jawapan yang tepat bagi soalan yang berikut.

17. Ketiadaan persefahaman merupakan isu kekeluargaan yang sering diperkatakan. Apakah kesan daripada masalah tersebut?
    A. Hubungan kekeluargaan terjejas
    B. Melahirkan warga yang penyayang
    C. Mewujudkan anak-anak yang berjaya
    D. Mengeratkan kemesraan ahli keluarga

18. Berikut ialah ciri-ciri keluarga yang bahagia **kecuali**
    A. kasih sayang
    B. sering berbalah
    C. hormat-menghormati
    D. saling membantu antara satu sama lain

19. Contoh perbuatan yang boleh dikelaskan sebagai gangguan seksual melalui lisan terhadap mangsa ialah
    A. membuat bunyi, teguran, komen atau jenaka berbentuk lucah
    B. memukul kanak-kanak tanpa sebab yang munasabah
    C. menjadikan kanak-kanak perempuan sebagai pelacur
    D. tidak memberikan makanan dengan secukupnya

20. Kesan dari segi sosial yang dapat dilihat akibat penderaan seksual ialah
    A. Mudah diserang penyakit
    B. Kecacatan anggota badan
    C. Hilang keyakinan dan harga diri
    D. Suka mengasingkan diri daripada bergaul dengan orang lain

21. "**Makanan yang bersih dan bebas daripada bahan yang boleh mengancam kesihatan**".
    Pernyataan di atas merujuk kepada
    A. Kualiti makanan
    B. Penjagaan makanan
    C. Khasiat makanan
    D. Keselamatan makanan

22. Aktiviti berikut menunjukkan proses pengendalian makanan **kecuali**
    A. memilih
    B. menyimpan
    C. memakan
    D. menyedia

23. Standard kualiti makanan mesti dipatuhi oleh
    A. pengeluar makanan
    B. penjual makanan
    C. pembeli makanan
    D. pengilang bekas makanan

24. Apakah maksud kualiti makanan?
    A. Makanan yang mampu memberikan kesan yang baik kepada pengguna
    B. Makanan yang bersih dan bebas daripada bahan yang mengancam kesihatan
    C. Makanan yang sedap dan enak dimakan
    D. Makanan yang diproses untuk memastikannya tahan lama

LIVEWORKSHEETS

PENDIDIKAN KESIHATAN Tingkatan 2

Arahan : Pilih jawapan yang tepat bagi soalan yang berikut.

25. Apakah tindakan yang boleh diambil sekiranya anda terbeli makanan yang telah tamat tempoh?
    A. Merujuk kepada pemilik kedai resit bukti pembelian untuk pertukaran barang yang baru
    B. Memarahi pemilik kedai yang cuai
    C. Menyaman pemilik kedai tanpa usul periksa
    D. Menyebarkan di media sosial agar pemilik kedai kerugian

26. Siapakah yang bertanggungjawab memastikan keselamatan dan kualiti makanan sentiasa mematuhi standard?
    A. Pihak berkuasa
    B. Pembeli
    C. Pengguna
    D. Pengusaha

27. Berikut merupakan gejala keracunan makanan, **kecuali**
    A. cirit-birit
    B. terlebih berat badan
    C. muntah
    D. sakit perut

28.
    P – Mencegah kecederaan menjadi bertambah teruk
    Q – Menyelamatkan nyawa
    R – Membantu pemulihan

    Berdasarkan pernyataan di atas, manakah merupakan tujuan pertolongan cemas?
    A. P dan Q sahaja
    B. P dan R sahaja
    C. Q dan R sahaja
    D. P, Q dan R

29. Pilihkan langkah-langkah yang betul dalam kaedah membuat penilaian terhadap kecederaan mangsa.
    A. Melihat keadaan ->sentuh ->bercakap ->aktif ->pasif ->kemahiran
    B. Bercakap ->melihat keadaan ->sentuh ->aktif ->pasif ->kemahiran
    C. Sentuh ->melihat keadaan ->bercakap ->aktif ->pasif ->kemahiran
    D. Pasif ->melihat keadaan ->sentuh –>bercakap ->aktif ->kemahiran

30. Antara yang berikut, manakah merupakan nombor panggilan kecemasan?
    A. 009
    B. 119
    C. 994
    D. 999

LIVEWORKSHEETS