

Tajuk : **SOALAN PJPK TINGKATAN 2**
Tunjang : **KESIHATAN DIRI DAN KELUARGA**

- 1 Berikan maksud Anoreksia Nervosa
 - A berhenti makan sebelum kenyang
 - B pengambilan pil pelangsing badan
 - C berlapar dan tidak sukakan makanan
 - D kunyah makanan dengan perlahan-lahan
- 2 Apakah maksud Bulimia Nervosa
 - A mematuhi jadual makan
 - B pengambilan pil-pil tambahan
 - C pengambilan makanan secara berlebihan
 - D memuntahkan makanan yang baru dimakan dengan cara mengorek tekak selepas makan
- 3 Nyatakan ciri-ciri penyakit Anoreksia Nervosa
 - A Berpeluh
 - B Tekanan perasaan
 - C Benci pada makanan
 - D Tidak melakukan senaman

Memuntahkan makanan yang baru dimakan dengan cara mengorek tekak selepas makan

- 4 Pernyataan di atas berkaitan dengan
 - A Malnutrisi
 - B Bulimia Nervosa
 - C Penyakit koronori
 - D Anoreksia Nervosa
- 5 Apakah penyakit yang disebabkan oleh amalan pemakanan yang tidak sihat
 - I Anemia
 - II Beri-beri
 - III Bulimia Nervosa
 - IV Anoreksia Nervosa
 - A I dan II
 - B II dan III
 - C III dan IV
 - D I dan IV
- 6 Apakah 3 amalan pemakanan yang tidak sihat
 - I memuntahkan segala makanan
 - II mengamalkan makanan seimbang
 - III pengambilan pil pelangsing badan
 - IV berlapar dan tidak sukakan makanan
 - A I, II dan III
 - B I, II dan IV
 - C I, III dan IV
 - D II, III dan IV

- 7 Antara ciri-ciri keluarga yang cemerlang
- I selalu menghadapi masalah
 - II berkerjasama dan bertanggungjawab
 - III ikatan perhubungan keluarga yang erat
 - IV saling bantu membantu antara satu sama lain
- A I, II dan III
B I, II dan IV
C I, III dan IV
D II, III dan IV
- 8 Tip untuk menurunkan berat badan dengan betul
- I ambil makanan yang berserat
 - II pengambilan pil pelangsing badan
 - III berlapar dan tidak sukakan makanan
 - IV makan makanan yang berkalori rendah
- A I dan II
B II dan III
C III dan IV
D I dan IV
- 9 Di antara komuniti dan keluarga yang manakah mempunyai ahli yang paling ramai
- A Keluarga
B Sama rata
C Komuniti
D Tiada kaitan
- 10 Pilih pernyataan yang benar mengenai tanggungjawab seorang bapa
- A Menguruskan hal ehwal rumahtangga
 - B Mematuhi kehendak terlampau anak-anak
 - C Mentaati dan patuh kepada suruhan anak-anak
 - D Menyara kehidupan keluarga seperti makanan, minuman, pakaian, pelajaran, perubatan dan tempat tinggal yang sesuai
- 11 Berlapar dan tidak sukakan makanan dikenali sebagai
- A Diet
 - B Malnutrisi
 - C Bulimia nervosa
 - D Anoreksia nervosa
- 12 Tanggungjawab utama sebagai seorang anak
- A berlaku adil dengan ibu bapa
 - B mendidik dan menjaga adik-adik
 - C menghormati dan memuliakan ibu bapa
 - D sentiasa mengamalkan nilai-nilai kasih sayang
- 13 Pilih pernyataan benar mengenai kesan buruk amalan pemakanan yang tidak sihat
- I Boleh menyebabkan kematian
 - II Kekurangan rembesan estrogen
 - III Gangguan pada denyutan jantung
 - IV Kandungan elektrolit badan seimbang

- A I , II dan III
- B I , II dan IV
- C I , III dan IV
- D II , III dan IV

14 Peranan utama ibubapa ialah menyediakan

- I komputer
- II kasih sayang
- III perlindungan
- IV keperluan asas

- A I , II dan III
- B I , II dan IV
- C I , III dan IV
- D II , III dan IV

15 Remaja hari ini sering dikaitkan dengan kegiatan tidak sihat seperti ponteng sekolah, menghisap rokok, lumba haram. Gejala ini boleh dikaitkan dengan

- A perbezaan nilai
- B suruhan ibubapa
- C ibubapa sibuk bekerja
- D pengaruh rakan sebaya