

## LEMBAR EVALUASI

Nama :  
Kelas :  
No. Absen :

Berilah tanda silang (x) pada jawaban yang benar!

1. Salah satu upaya yang dilakukan untuk mencegah penyakit anemia adalah
  - a. Makan makanan yang kaya akan zat besi
  - b. Mencuci makanan sebelum dimasak
  - c. Makan makanan yang pedas
  - d. Tidur sepanjang siang dan sore hari



Gambar kegiatan diatas berpengaruh bagi kesehatan organ peredaran darah yaitu...

- a. Pembuluh darah
  - b. Darah
  - c. ginjal
  - d. Jantung
3. Dibawah ini adalah gangguan pada organ peredaran darah dan cara mencegahnya, kecuali
  - a. Hipertensi dapat dicegah dengan olah raga teratur
  - b. Varises dapat dicegah dengan pendinginan setelah olah raga
  - c. Leukimia dapat dicegah dengan cara penerapakan pola hidup sehat
  - d. Apendisititis dapat dicegah dengan makan makanan berserat
4. Dibawah ini adalah kegiatan yang dapat menjaga kesehatan organ pembuluh darah yaitu...
  - a. Membiasakan diri tidur larut malam

- b. Melakukan olah raga yang ekstrim
  - c. Melakukan olah raga yang teratur
  - d. Makan makanan yang enak
5. Jarak dua kota 90 km. Sebuah mobil dapat menempuh dua kota tersebut dalam waktu 2 jam. Kecepatan mobil tersebut adalah ... km/jam
- a. 30
  - b. 45
  - c. 60
  - d. 180
6. Ali naik sepeda dengan kecepatan 20 km/jam. Pasangan jarak yang ditempuh Ali dan waktu yang diperlukan adalah ...
- a. waktu = 5 menit, jarak = 3 km
  - b. waktu = 10 menit, jarak = 3 km
  - c. waktu = 15 menit, jarak = 10 km
  - d. waktu = 30 menit, jarak = 10 km
7. Pak Ahmad mengendarai mobil berangkat dari kota A pukul 06.00 dan tiba di kota B pukul 07.30. Jarak kota A ke kota B adalah 60 km. Kecepatan mobil Pak Ahmad adalah ... km/jam.
- a. 40
  - b. 45
  - c. 50
  - d. 60
8. Perhatikan kecepatan – kecepatan berikut
- 1) 30 m/ menit
  - 2) 900 m/jam
  - 3) 5000 mm/menit
  - 4) 120.000 cm/jam
- Urutan kecepatan – kecepatan tersebut dari yang paling cepat adalah...
- a. 4), 3), 2), 1)
  - b. 2), 1), 4), 3)
  - c. 3), 1), 4), 3)
  - d. 1), 4), 2), 3)

9. Waktu yang dibutuhkan untuk menempuh jarak 10 km dengan kecepatan 200m/menit adalah...
- a. 20 menit
  - b. 50 menit
  - c. 2 jam
  - d. 5 jam
10. Sebuah kereta api berangkat dari stasiun A pada pukul 10.00 WIB. Kereta api tersebut sampai di stasiun B tepat pukul 11.15 WIB. Apabila stasiun A dan B berjarak 150 km, maka kecepatan rata – rata kereta api tersebut adalah...
- a. 1 km/menit
  - b. 1,5 km / menit
  - c. 2 km/ menit
  - d. 2,5 km / menit