

PENILAIAN HARIAN 4 SISTEM PENCERNAAN MAKANAN



NAMA SISWA :
KELAS :
NO.ABSEN :

Pilihlah huruf a, b, c atau d untuk salah satu jawaban yang paling tepat!

1. Apabila kamu mengunyah makanan tidak sempurna maka
 - A. makanan akan makin cepat dicerna
 - B. makanan dapat ditelan dengan cepat
 - C. pencernaan menjadi kurang sempurna
 - D. makanan akan terasa lezat
2. Bahan makanan berikut yang akan menghasilkan gula pada pencernaan selanjutnya adalah
 - A. garam dapur
 - B. protein
 - C. vitamin
 - D. pati
3. Bahan makanan berikut yang semuanya mengandung protein adalah
 - A. telur, bayam, ketela pohon, kol
 - B. ikan, hati ayam, kacang panjang, tempe
 - C. pisang, bayam, kol, agar-agar
 - D. ketan hitam, mentimun, kacang polong, kedelai
4. Berikut ini yang merupakan saluran pencernaan dari dalam ke luar secara urut adalah
 - a. usus halus → lambung → usus besar → kerongkongan
 - B. kerongkongan → mulut → pankreas → usus 12 jari
 - C. usus 12 jari → lambung → kerongkongan → mulut
 - D. anus → usus besar → lambung → usus halus
5. Organ pencernaan yang mengalami pencernaan secara kimiawi dan mekanis adalah
 - A. mulut
 - B. usus besar
 - C. kerongkongan
 - D. pancreas
6. Setelah melalui lambung, makanan akan masuk ke dalam
 - A. kerongkongan
 - B. duodenum
 - C. jejunum
 - D. hepar
7. Saluran pencernaan yang mengeluarkan enzim lipase adalah
 - A. usus halus
 - B. kerongkongan
 - C. usus besar
 - D. anus

8. Kekurangan vitamin A dapat mengakibatkan
- | | |
|--------------------|----------------|
| A. gangguan saraf | C. kulit kasar |
| B. gangguan tulang | D. sariawan |
9. Berikut yang terjadi dalam usus besar saat proses pencernaan makanan adalah
- membunuh kuman-kuman yang masuk dengan makanan
 - penyerapan air dan pembusukkan sisa-sisa makanan
 - pencernaan karbohidrat dan lemak
 - pelarutan vitamin yang larut dalam air
10. Perhatikan gambar berikut.



Dari keempat makanan tersebut, makanan yang paling banyak mengandung karbohidrat adalah

- | | |
|------|------|
| A. 1 | C. 3 |
| B. 2 | D. 4 |
11. Cairan empedu yang dihasilkan hati berperan dalam pencernaan, yaitu
- | | |
|----------------------------|------------------------|
| A. menguraikan zat tepung | C. mengemulsikan lemak |
| B. membasmi bibit penyakit | D. menguraikan lemak |
12. Sikap berikut yang menurutmu paling bijak terkait dengan pola makan adalah
- hanya makan sayur saja
 - makan makanan yang berlemak tanpa terkendali
 - sama sekali tidak makan semua makanan yang mengandung kolesterol
 - menjaga pola makan yang seimbang
13. Zat makanan yang menjadi sumber energi utama bagi tubuh kita adalah
- | | |
|--------------------------|----------------------------|
| A. karbohidrat | C. protein dan lemak |
| B. karbohidrat dan lemak | D. protein dan karbohidrat |
14. Nasi yang dikunyah lama akan terasa manis, karena
- | | |
|-----------------------------------|-------------------------------------|
| A. ada gigi sehingga terasa manis | C. air liur mengandung zat gula |
| B. ludah mengandung amylase | D. di dalam mulut terdapat zat gula |
15. Proses pencernaan secara mekanik yaitu mengubah bentuk makanan
- | | |
|------------------------|--|
| A. kasar menjadi halus | C. kasar menjadi halus hingga tak berasa |
| B. halus menjadi kasar | D. kasar menjadi halus hingga manis |

B. Isilah titik-titik berikut dengan jawaban yang benar!

1. Usus halus berfungsi untuk
2. Garam mineral yang berperan penting dalam pembekuan darah untuk menghentikan pendarahan adalah
3. Pembentuk sel darah merah dan mencegah kemandulan merupakan fungsi vitamin
4. Penyakit yang ditimbulkan oleh mikroorganisme penyebab penyakit yang masuk ke dalam tubuh melalui makanan disebut
5. Apendisitis merupakan penyakit akibat terjadi peradangan pada
6. Sumber energi utama bagi tubuh kita adalah
7. Rabun senja dan kulit kasar merupakan ciri-ciri kekurangan vitamin
8. Enzim-enzim yang dikeluarkan oleh kelenjar pankreas adalah
9. Cairan empedu berfungsi sebagai
10. Usus dua belas jari merupakan tempat bermuara dua saluran pencernaan yang berasal dari

GOOD LUCK....!!!!!!