KUIZ KELAB DOKTOR MUDA

UNIT 2 : K – BMI (KNOW MY BMI)

1. Apakah yang dimaksudkan dengan BMI?
   A. Ukuran ketinggian badan berbanding umur
   B. Ukuran jisim badan berbanding ketinggian
   C. Ukuran jisim badan berbanding umur
   D. Ukuran ketinggian berbanding jantina

2. Mengapakah pengukuran BMI penting?
   A. Untuk mengetahui tekanan darah kita
   B. Untuk menentukan masalah berkaitan jisim badan
   C. Untuk mengetahui kadar denyutan nadi
   D. Untuk menentukan suhu badan manusia

3. Jadual di bawah menunjukkan skala bagi Indeks Jisim Badan (BMI). Isi tempat kosong dengan betul.

BMI	Status
<18.5	Kurang jisim badan
18.5 – 24.9	
25.0 – 29.9	
30.0 – 34.9	
>40.0	Obes melampau

4. Formula untuk mengira BMI diberikan dalam petak dibawah:

$$\text{BMI} = \frac{\text{Jisim badan (kg)}}{\text{Ketinggian}^2\ (\text{m}^2)}$$

Lengkapkan jadual di bawah dengan mengira BMI bagi Ali, Adam, Aina dan Ahmad.

	Ali	Adam	Aina	Ahmad
Jisim (kg)	45.0	72.0	75.0	93.0
Ketinggian (m)	1.60	1.78	1.60	1.57
BMI (kg/m²)				
Kategori BMI				

5. Pada pendapat anda, apakah yang perlu dilakukan oleh Ahmad untuk memperbaiki nilai BMInya?

6. Nyatakan ciri Anoreksia Nervosa

7. Nyatakan ciri Bulimia Nervosa

LIVEWORKSHEETS