

LEMBAR SOAL POST TEST PERTEMUAN 1

“ZAT MAKANAN”

Mata Pelajaran : BIOLOGI

Nama Siswa :

Kelas / No. Absen :

Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan cara pilih A,B,C,D atau E !

1. Zat makanan yang jika dikonsumsi akan melebihi keperluan tubuh dan jika kelebihan maka tidak mampu disimpan pada tubuh yaitu....
 - A. Vitamin D dan Lemak
 - B. Lemak dan Vitamin A
 - C. Protein dan Vitamin C
 - D. Karbohidrat dan Vitamin E
 - E. Karbohidrat dan Vitamin B
2. Data Hasil Uji Kandungan Makanan

Bahan Makanan	Hasil Uji Kandungan Makanan		
	Fehling A + B	Lugol	Biuret
I	Tetap	Biru Kehitaman	Tetap
II	Merah Bata	Biru Kehitaman	Ungu
III	Merah Bata	Biru Kehitaman	Kuning Tua
IV	Hijau	Hijau	Ungu
V	Tetap	Tetap	Ungu

Bahan makanan yang mengandung glukosa dan protein ditunjukkan pada bahan makanan.....

- A. I
- B. II
- C. III
- D. IV
- E. V

3. Zat-zat makanan yang telah dicerna menjadi molekul-molekul yang sederhana, kemudian setelah sampai di usus halus akan diserap oleh vili dan.....
- A. Asam amino dan asam lemak menuju kapiler sedangkan glukosa dan vitamin ke pembuluh chyl
 - B. Asam lemak dan glukosa yang akan menuju kapiler sedangkan asam amino, vitamin dan mineral ke pembuluh chyl
 - C. Asam amino, glukosa dan asam lemak menuju pembuluh chyl sedangkan vitamin dan mineral ke kapiler
 - D. Asam lemak dan asam amino menuju pembuluh chyl sedangkan gliserin, glukosa, vitamin ke kapiler
 - E. Asam lemak dan gliserin menuju ke pembuluh chyl sedangkan asam amino, glukosa, vitamin dan mineral ke kapiler
4. Pasangan yang benar diantara nama, sumber, dan fungsi dari vitamin yaitu.....
- A. Vitamin K : Bersumber dari daging, hati dan berfungsi sebagai pembentukan eritrosit
 - B. Vitamin D : Bersumber dari minyak ikan, susu dan berfungsi pembekuan darah
 - C. Vitamin A : Bersumber dari sayuran/ buah warna kuning dan merah, dan berfungsi sebagai pertumbuhan tulang dan gigi
 - D. Vitamin B12 : Bersumber dari susu, telur dan berfungsi sebagai metabolisme sel dan pertumbuhan jaringan
 - E. Vitamin E : Bersumber dari kecambah, susu dan berfungsi untuk menjaga kesehatan mata
5. Jika kita kekurangan asupan vitamin dalam tubuh akan menderita avitaminosis dan jika kelebihan akan menyebabkan penyakit hipervitaminosis. Hal tersebut sama dengan kita yang mengonsumsi vitamin jika kekurangan akan menyebabkan gangguan pada sistem pencernaan, kekebalan tubuh semakin turun, sariawan dan berkurangnya sel darah merah serta jika kelebihan maka, akan menimbulkan permasalahan sistem urinaria. Penyakit urinaria ini terjadi karena vitamin C yang larut dalam air akan mengendap dan membentuk seperti, kristal di dalam kandungan kemih.
- Berdasarkan uraian permasalahan di atas, sikap kita yang benar dan tepat untuk menghadapinya yaitu.....

- A. Mengonsumsi vitamin C dengan kadar/ takaran yang seimbang dan minum air mineral yang cukup
- B. Kurangi kadar/ takaran dalam mengonsumsi vitamin C
- C. Memperbanyak minum air mineral setiap saat
- D. Tidak perlu mengonsumsi vitamin C karena menyebabkan timbul penyakit pada sistem urinaria
- E. Mengonsumsi vitamin lainnya saja yang fungsinya tidak jauh berbeda