

LATIHAN SAS 2023

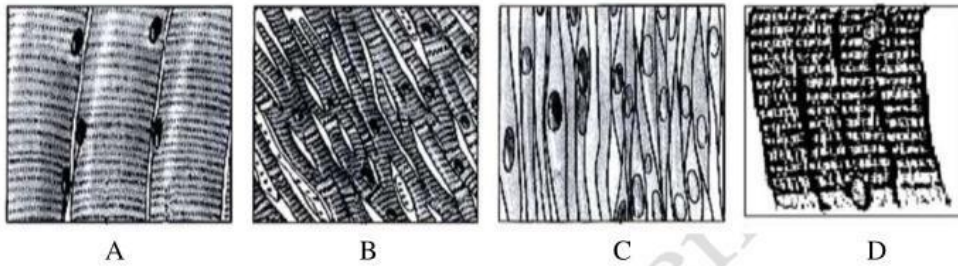
NAMA :

KELAS :

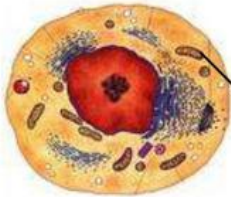
ABSEN :

A. Pilihlah salah satu jawaban yang benar!

1. Gambar sel otot jantung di bawah ini yang benar adalah



2. Organel sel yang berlabel R berfungsi untuk...



- A. Sintesis protein
- B. Respirasi Sel
- C. Ekskresi
- D. Fotosintesis

3. Manfaat Sarapan Pagi bagi Tubuh

Dua hari yang lalu Dinda harus dibawa ke UKS karena sakit lambung. Saat itu Dinda terlihat lemah dan tidak bersemangat. Berbeda dengan teman – temannya yang tampak ceria. Setelah ditanya oleh Gurunya, Dinda ternyata belum sarapan. Setelah diperiksa ke dokter, Dinda tahu penyebab sakitnya adalah karena jarang sarapan pagi. Oleh dokternya, Dinda pun diberitahu tentang manfaat sarapan pagi sebelum pukul 09.00 pagi.. waktu – waktu tersebut peredaran darah masih baik dan terjadi perubahan metabolisme dalam tubuh.

Saat kembali masuk, Dinda mengajak teman – temannya untuk selalu sarapan. Sarapan merupakan bagian dari perilaku untuk mewujudkan gizi seimbang yang penting bagi hidup yang sehat, aktif dan cerdas. Sarapan dapat membekali tubuh untuk dapat berpikir, beraktivitas fisik secara optimal setelah bangun pagi. Sarapan juga terbukti dapat meningkatkan kemampuan belajar dan stamina anak.

Dinda menjelaskan kepada teman – temannya untuk sarapan pagi yang bergizi. Menu sarapan yang dipilih sebaiknya tidak terlalu berat atau berlebihan kalorinya, tetapi tetap perlu memperhatikan komposisi gizinya. Menu yang dipilih harus ada karbohidratnya, lemak, protein dan vitaminnya. Dinda pun memberikan contoh menu sarapan yaitu, setangkup roti tawar ditambah telur mata sapi, sedikit sayuran dan susu. Atau semangkuk oatmeal dengan potongan buah pisang dan susu rendah lemak. Teman – teman Dinda pun menjadi lebih paham akan pentingnya sarapan pagi. Dinda pun berjanji akan selalu sarapan sebelum berangkat ke sekolah.

Dari literasi diatas tentang sarapan, kandungan menu yang memenuhi syarat baik adalah...

- A. Nasi goreng dan air es teh
- B. Roti tawar, telur mata sapi, sayuran dan susu.
- C. Roti Sari rasa dan es Oyen
- D. Air putih dan cemilan

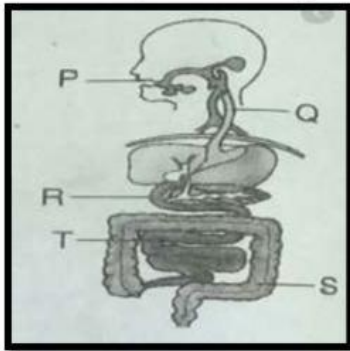
4. Perhatikan Infografis dibawah ini!



Apakah manfaat makan ikan menurut infografis diatas ?

- A. Mengandung nutrisi yang diperlukan oleh tubuh.
- B. Mengandung vitamin B6 lebih banyak bila diandingkan dengan udang
- C. Berperan penting dalam pertumbuhan bayi hingga usia 3 tahun.
- D. Membantu tubuh memproduksi sel – sel baru.

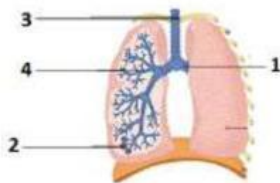
5. Perhatikan gambar sistem pencernaan di samping!



Jagung rebus yang kamu makan akan dicerna di bagian yang diberi label ...

- A. P, Q, dan R
- B. P, R, dan T
- C. Q, R, dan S
- D. Q, S, dan T

6. Perhatikan gambar organ-organ pernapasan berikut ini.



Organ-organ pernapasan yang ditunjuk pada gambar di atas adalah....

	1	2	3	4
A.	Trakea	Bronkus	Bronkiolus	Alveolus
B.	Trakea	Bronkiolus	Bronkus	Alveolus
C.	Bronkus	Alveolus	Bronkiolus	Trakea
D.	Bronkus	Alveolus	Trakea	Bronkiolus

7. Proses Pernapasan Manusia

Ketika inhalasi otot diafragma akan turun dan membuat efek vakum sehingga udara memasuki paru – paru. Urutan setelah memasuki hidung adalah memasuki kerongkongan, Trakea, bronchus, bronkiolus dan alveolus. Dalam paru – paru yang sehat terdapat sekitar 600 juta alveolus. Kemudian di alveolus inilah terjadi pertukaran oksigen yang dihirup dengan karbondioksida untuk dikeluarkan. Karbondioksida merupakan hasil sisa metabolisme sel setelah oksigen yang sebelumnya dibawa.

Berdasarkan gambar dibawah, yang merupakan salah satu bagian alat pernapasan manusia, pada bagian tersebut terjadi proses....

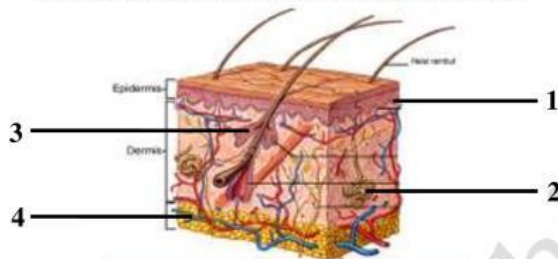


- A. Penyaringan gas karbondioksida dengan oksigen
- B. Pertukaran Karbondioksida dan uap air dengan oksigen
- C. Pelepasan oksigen dan penyerapan karbondioksida
- D. Pembakaran oksigen dan pelepasan karbondioksida

8. Proses Berkeringat

Berkeringat adalah salah satu proses alami tubuh untuk menyesuaikan suhu tubuh dengan lingkungan luar. Proses ini bekerja dengan cara mengeksresikan atau mengeluarkan cairan yang mengandung garam melalui kelenjar keringat. Normalnya tubuh akan mengeluarkan keringat ketika melakukan aktivitas berat, konsumsi makanan pedas atau saat merasakan emosi tertentu seperti marah, malu, takut atau panik. Selain itu beberapa kondisi medis seperti hipertiroid dan demam juga dapat memicu tubuh mengeluarkan keringat berlebih.

Perhatikan gambar struktur kulit berikut ini



Bila kita berada dalam kondisi yang panas tubuh mengeluarkan banyak keringat yang dihasilkan dari gambar nomor....

- A. 1
- B. 2
- C. 3
- D. 4

9. Eksim

Eksim merupakan reaksi alergi pada kulit yang ditandai dengan timbulnya warna kemerahan dan rasa gatal. Kondisi ini dapat menimbulkan rasa tidak nyaman serta mengganggu penampilan. Gejala eksim bukan hanya pada orang dewasa gejala eksim bahkan bisa muncul pada anak – anak terutama saat memasuki usia diatas 2 tahun. Pada beberapa kasus, eksim akan menghilang dengan bertambahnya usia, tetapi tidak sedikit pula yang akan mengidap penyakit ini seumur hidupnya. Umumnya dengan pengobatan yang tepat, eksim bisa dikendalikan dengan baik, sehingga mengurangi angka kekambuhan pada pengidapnya. Penyebab eksim dapat berasal dari luar (Eksogen) misalnya bahan kimia, fisik (contoh sinar), mikroorganisme (bakteri dan jamur) dapat pula dari dalam (endogen) misalnya eksim atopik. Sebagian lain tidak diketahui pasti. Banyak macam eksim yang belum diketahui patogenitasnya terutama yang penyebabnya faktor endogen.

Sumber : <https://www.halodoc.com/>

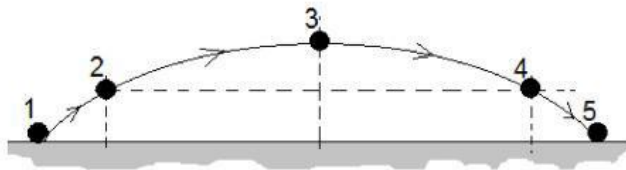
Dari teks diatas pernyataan yang benar dari eksim adalah...

- A. Kondisi eksim dapat menimbulkan rasa nyaman dan menarik perhatian.
- B. Eksim merupakan reaksi alergi pada kulit yang ditandai dengan rasa gatal.
- C. Penyebab eksim hanya berasal dari faktor luar tubuh
- D. Eksim hanya terjadi pada anak dibawah umur 2 tahun.

10. Pernyataan berikut yang paling tepat mengenai usaha adalah ...

- A. Usaha dapat mengubah bentuk benda
- B. Gaya dan usaha saling mempengaruhi
- C. Gaya dan usaha tidak mempengaruhi perpindahan
- D. Usaha dan perpindahan besarnya berbanding terbalik

11. Perhatikan lintasan sebuah bola seperti pada gambar berikut!



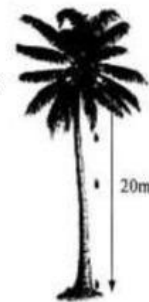
Bola mempunyai energi potensial terkecil dan terbesar saat bola berada pada posisi....

- A. 1 dan 5
- B. 3 dan 5
- C. 2 dan 4
- D. 1 dan 3

12. Buah kelapa jatuh dari pohon seperti gambar berikut!

Energi kinetik saat kelapa yang massanya 2 kg berada pada ketinggian 4 m dari tanah adalah

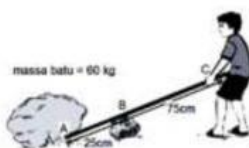
- A. 80 J
- B. 180 J
- C. 320 J
- D. 480 J



13. Pada saat menendang tembok dengan sepatu, maka kaki kita terasa sakit. Hal ini menunjukkan bahwa

- A. gaya reaksi yang membuat kaki menjadi sakit
- B. tidak ada gaya reaksi pada kaki
- C. Hukum III Newton tidak berlaku
- D. Hanya ada gaya aksi berupa gaya otot yang membuat kaki mampu menendang

14. Perhatikan gambar di bawah ini!



Gambar 1



Gambar 2

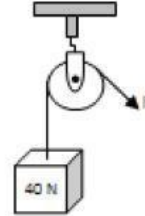
Perbandingan kuasa yang dipergunakan untuk memindahkan batu adalah

- A. 1 : 3
- B. 1 : 4
- C. 2 : 3
- D. 3 : 4

15. Perhatikan gambar berikut!

Sebuah beban seberat 40 Newton ditarik ke atas dengan katrol tetap seperti pada gambar. Jika gesekan tali dan berat katrol diabaikan, maka gaya kuasa minimum yang diperlukan untuk mengangkat beban tersebut adalah

- A. 12 Newton
- B. 15 Newton
- C. 30 Newton
- D. 40 Newton



16. Paku yang menancap di tembok lebih mudah dicabut menggunakan alat yang prinsip kerjanya seperti...

- A. Pengungkit
- B. Bidang miring
- C. Katrol
- D. roda

17. Jika keuntungan mekanis tuas adalah 2, maka saat akan mengangkat benda yang bertanya 200 N memerlukan gaya pada lengan kuasa sebesar ... N

- A. 50
- B. 100
- C. 200
- D. 800

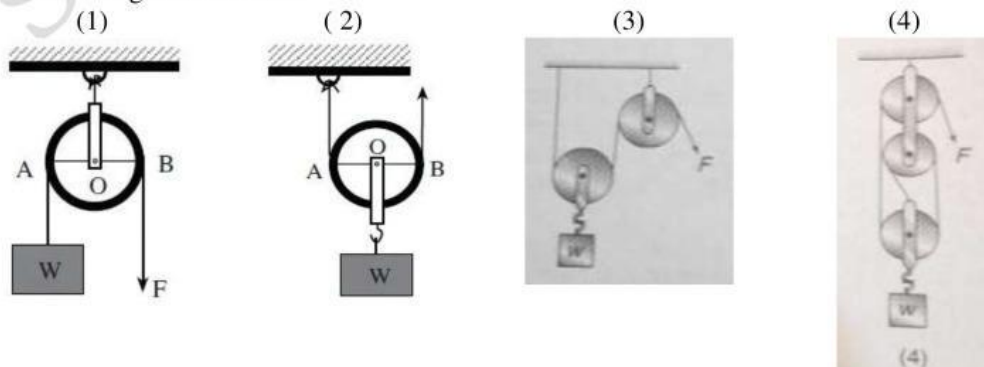
18. Kelompok benda yang memanfaatkan prinsip bidang miring adalah..

- A. Gunting, timba sumur dan tang.
- B. Sekrup, tang dan paku
- C. Paku, pisau dan alat pahat
- D. Pisau, kapak dan pemecah biji kemiri.

19. Tuas dengan kondisi titik kuasa terletak di antara beban dan titik tumpu termasuk tuas golongan..

- A. Bidang miring
- B. Pertama
- C. Kedua
- D. Ketiga

20. Perhatikan gambar berikut!



Arman ingin membantu ayahnya mengangkat benda yang memiliki berat w . jika benda diangkat secara langsung tanpa alat, Arman tidak kuat mengangkatnya. Arman teringat bahwa di gudang terdapat banyak katrol dan tali yg dapat ia susun. Susunan katrol yang membutuhkan gaya sedikit dari Arman ditunjukkan oleh gambar....

- A. 1
- B. 2
- C. 3
- D. 4

SELAMAT MENGERJAKAN
“Prestasi Itu Penting Jujur Lebih Utama”

Sumatif Akhir Semester