

Nama:

LEVEL 1

Cara menjaga kesehatan organ peredaran darah

Pilihlah benar atau salah setiap pernyataan di bawah yang menunjukkan cara menjaga kesehatan organ peredaran darah!

- a. Banyak mengonsumsi makanan berlemak
- b. Rutin naik sepeda
- c. Menghindari rokok dan alkohol
- d. Mengonsumsi makanan yang bergizi
- e. Sering mengonsumsi makanan yang asin
- f. Minum air putih yang cukup
- g. Rajin belajar terutama Matematika
- h. Duduk menyilangkan kaki sesaat setelah berolahraga
- i. Membatasi konsumsi makanan dan minuman yang manis
- j. Mengonsumsi makanan yang kaya zat besi seperti bayam, dll.