

TEMA 1 SUBTEMA 2 PEMBELAJARAN 1

Simaklah video berikut!



1. Perhatikan gambar berikut!



Ide pokok yang tepat untuk gambar di atas adalah

- A. bersepeda merupakan kegiatan yang menyenangkan sekaligus menyehatkan
- B. sepeda sebagai alat transportasi darat yang murah, praktis, dan mudah dikendarai
- C. banyak orang memanfaatkan sepeda untuk pergi ke kantor, sekolah, pasar, dan lain-lain
- D. bersepeda ramah lingkungan

Bacalah teks berikut untuk menjawab soal no. 2, 3, dan 4!

Bersepeda juga merupakan olahraga yang dapat membakar kalori dalam tubuh. Oleh karena itu, bersepeda dapat menurunkan berat badan. Timbunan lemak-lemak dalam tubuh kita yang menyebabkan kegemukan akan terbakar dan lambat laun akan hilang. Tubuh kita pun akan kembali menjadi ideal.

Oleh karena bisa membakar kalori dalam tubuh, maka bersepeda juga dapat menurunkan risiko terkena penyakit diabetes. Penyakit diabetes disebabkan karena tingginya kadar gula dalam darah. Kadar gula dalam darah bisa tinggi karena gula (glukosa) yang kita konsumsi setiap hari dalam tubuh kita berubah menjadi kalori dan tidak mampu kita ubah menjadi energi. Timbunan kalori tersebut akan memicu meningkatnya kadar gula dalam darah. Adapun penyakit diabetes sendiri bisa menjadi penyebab munculnya penyakit-penyakit lainnya, seperti jantung, stroke, kulit, mata, ginjal, dan penyakit lainnya.

Manfaat bersepeda lainnya adalah mengurangi stres. Seperti yang telah dijelaskan di atas, bahwa bersepeda merupakan kegiatan olahraga yang menyenangkan. Bersepeda memberikan hiburan tersendiri bagi kita. Pada waktu pagi dan sore hari untuk bersepeda sambil melihat-lihat indahnya pemandangan dan suasana sekitar cukup efektif untuk mengurangi stress.

2. Ide pokok paragraf kedua adalah
 - A. tubuh kita pun akan kembali menjadi ideal

- B. timbunan lemak-lemak dalam tubuh kita yang menyebabkan kegemukan akan terbakar dan lambat laun akan hilang
 - C. bersepeda dapat menurunkan berat badan
 - D. bersepeda juga merupakan olahraga yang dapat membakar kalori dalam tubuh
3. Ide pokok paragraf ketiga adalah
- A. bersepeda juga dapat menurunkan risiko terkena penyakit diabetes
 - B. penyakit diabetes disebabkan karena tingginya kadar gula dalam darah
 - C. timbunan kalori tersebut akan memicu meningkatnya kadar gula dalam darah
 - D. kadar gula dalam darah bisa tinggi karena gula (glukosa)
4. Ide pokok paragraf keempat adalah
- A. bersepeda merupakan kegiatan olahraga yang menyenangkan
 - B. bersepeda memberikan hiburan tersendiri bagi kita
 - C. manfaat bersepeda lainnya adalah mengurangi stress
 - D. bersepeda sambil melihat-lihat indahnya pemandangan dan suasana sekitar cukup efektif untuk mengurangi stress