

1. Pulau Komodo, Nusa Tenggara Timur menjadi perhatian dunia karena terdapat hewan langka, komodo. Pulau ini bisa dikunjungi kurang lebih 1–2 jam dari pelabuhan terdekat. Populasi komodo mencapai 1300 ekor (1009) ini sudah lebih dari cukup untuk menarik wisatawan. Pulau ini telah diumumkan sebagai salah satu dari 7 keajaiban dunia.

Gagasan pokok paragraf di atas adalah...

- a. Tujuh keajaiban dunia adalah komodo
- b. Populasi komodo mencapai 1300 ekor
- c. Pulau Komodo mendapat perhatian dunia
- d. Hewan yang sangat langka diberi nama komodo

2. Hutan yang dulurimbun

Kini tinggal tonggak

Lambang angkuh dan congkak

Burung tak lagi bersiul

Embun tak lagi bergantung

Di ujung daun

Ranting menusuk matahari

Citraan pada bait pertama puisi di atas adalah...

- a. Perasaan
- b. Pendengaran
- c. Penglihatan
- d. Perabaan

3. Iyok rebahan di kasur tuanya. Barang-barangnya aberantakan.

Kamar yang pada dasarnya tidak besar itu terlihat sumpek seperti kapal pecah. Tapi yang jelas, seberantakan apapun kamarnya saat ini, tidak sebanding dengan keruwetan kepalaanya.

Cara pengarang menggambarkan watak tokohnya adalah...

- a. Diceritakan tokoh lain
 - b. Diceritakan langsung pengarang
 - c. Melalui ucapan tokoh-tokohnya
 - d. Gambaran keadaan di sekeliling tokoh
4. (1) dampak yang dihasilkan oleh sampah sangat banyak. (2) sampah dapat menyebabkan lingkungan menjadi kotor. (3) selain itu, sampah dapat menjadi sumber penyakit (4) kita menginginkan kesejahteraan (5) oleh karena itu, sampah seharusnya diolah menjadi kompos.

Perbaiki paragraf yang tidak padu tersebut adalah...

- a. Menghilangkan kalimat (4)
- b. Menghilangkan kalimat (5)
- c. Mengganti diolah dengan dikemas
- d. Mengganti selain itu dengan kecuali itu

PENTINGNYA BEROLAHRAGA

Kita sering kali melakukan olahraga. Bahkan, orang-orang di sekitar kita juga sering menyarankan kita untuk melakukan aktivitas tersebut. Rupanya, ada keterkaitan antara berolahraga dengan kesehatan fisik dan mental, misalnya terkait dengan perkembangan tubuh dan interaksi sosial.

Perlu diketahui bahwa olahraga bermanfaat dalam mencegah risiko berbagai penyakit. Saat tubuh jarang melakukan olahraga, lemak akan menumpuk di dalam tubuh sehingga dapat berujung pada terjadinya obesitas. Namun, dengan berolahraga secara teratur, tumpukan lemak yang ada di dalam tubuh bisa terbakar. Selain itu, saat berolahraga, terjadi kontraksi otot-otot tubuh yang menyebabkan cairan getah bening dapat mengalir dengan lancar. Cairan getah bening merupakan cairan yang mengandung sel-sel darah putih yang berkaitan dengan sistem pertahanan tubuh. Berbeda dengan pembuluh darah, cairan getah bening ini tidak mengalir karena kontraksi jantung, tetapi karena kontraksi otot-otot yang melekat pada rangka tubuh kita.

Selain manfaat tersebut, olahraga juga dapat meningkatkan perkembangan tubuh. Aktivitas yang dilakukan selama olahraga akan membantu tubuh untuk lebih cepat berkembang. Ketika berolahraga, terjadi kontraksi otot-otot yang menyebabkan otot lebih terlatih dan akan berkembang dengan baik. Selain itu, aktivitas olahraga yang diiringi gizi seimbang juga dapat membuat metabolisme tubuh menjadi lebih lancar karena hormon pertumbuhan bekerja lebih maksimal.

Selain bermanfaat bagi kesehatan fisik, olahraga juga dapat meningkatkan interaksi sosial. Ketika olahraga dilakukan dalam kelompok, misalnya saat bermain sepak bola, basket, dan futsal, terjadi proses pengenalan dengan orang lain, baik dengan orang di dalam tim maupun di luar tim. Selain itu, terjadi proses saling bekerja sama saat bermain atau bertanding. Adanya kompetisi yang sehat dalam permainan olahraga tersebut juga membuat kita menjadi lebih jujur. Akhirnya, kita menjadi terbiasa dalam melakukan interaksi sosial.

Selain berolahraga, hal yang perlu kita lakukan untuk menjaga kesehatan fisik dan mental adalah

Catatan jawaban lebih dari 1

1. Mengurangi makan makanan penyebab obesitas
2. Meningkatkan interaksi sosial dan sikap saling bekerja sama
3. Mengurangi makanan berprotein dan berlemak tinggi
4. Memakan makanan bergizi seimbang