



SOAL EVALUASI

Nama :
Hari/Tanggal :
Mata Pelajaran : Ilmu Pengetahuan Alam
Topik : Sistem Rangka Manusia
Kelas : 6

Pilihan Ganda

Silakan kerjakan soal pilihan ganda berikut dengan memberikan tanda centang (✓) pada huruf jawaban yang kamu anggap benar.

1. Sistem rangka manusia tersusun dari tulang-tulang yang saling berhubungan. Fungsi utama sistem rangka adalah....
 - a. mengatur suhu tubuh
 - b. melindungi organ dalam dan menegakkan tubuh
 - c. mengedarkan darah
 - d. menyerap makanan





2. Tulang tengkorak berfungsi untuk...
 - a. membantu proses pernapasan
 - b. melindungi otak dari benturan
 - c. menyimpan cadangan lemak
 - d. mengatur keseimbangan tubuh
3. Rangka lengan dan kaki termasuk bagian dari...
 - a. rangka kepala
 - b. rangka badan
 - c. anggota gerak
 - d. sendi penghubung
4. Rangka lengan dan kaki termasuk bagian dari...
 - a. dapat menarik tulang saat berkontraksi
 - b. tidak dapat digerakkan
 - c. hanya membantu melindungi organ
 - d. tersusun dari tulang keras





5. Perbedaan antara fungsi rangka dan otot adalah...

- a. rangka membantu gerak, otot menyimpan energi
- b. rangka melindungi organ, otot menggerakkan tulang
- c. otot menopang tubuh, rangka membuat energi
- d. otot menyusun darah, rangka menyusun kulit

6. Sendi engsel berbeda dengan sendi peluru karena...

- a. sendi engsel bergerak ke segala arah, sendi peluru satu arah
- b. sendi engsel hanya ke satu arah, sendi peluru ke segala arah
- c. sendi engsel tidak dapat bergerak, sendi peluru memutar
- d. sendi engsel hanya pada leher, sendi peluru pada tangan





7. Otot bekerja dengan cara...
- a. mendorong tulang hingga bergerak
 - b. menarik tulang saat berkontraksi
 - c. menekan tulang agar diam
 - d. membuat tulang menjadi lunak
8. Saat berlari, sistem rangka, sendi, dan otot bekerja...
- a. secara terpisah
 - b. secara bergantian
 - c. secara bersamaan
 - d. tanpa saling membantu
9. Cara terbaik menjaga kesehatan sistem gerak adalah....
- a. sering bermain tanpa pemanasan
 - b. duduk membungkuk saat belajar
 - c. rajin berolahraga dan makan bergizi
 - d. tidur larut malam





10. Postur tubuh yang benar saat duduk di sekolah adalah....

- a. membungkuk dengan kaki terangkat
- b. menunduk dan bersandar ke depan
- c. punggung tegak dan kaki menapak lantai
- d. bersandar sambil berbaring





Soal Essai

Jelaskan bagaimana hubungan antara rangka, otot, dan sendi dalam membantu manusia bergerak!

Bandingkan fungsi rangka dan otot dalam sistem gerak manusia!





Mengapa menjaga postur tubuh yang benar saat duduk dan berdiri penting untuk kesehatan tulang belakang?

Sebutkan tiga cara yang dapat kamu lakukan untuk menjaga kesehatan tulang, sendi, dan otot!





Buatlah saran sederhana untuk temanmu yang sering duduk membungkuk agar tidak mengalami masalah pada tulangnya!

