

A. PILIHAN GANDA KOMPLEKS

Bacalah artikel dibawah ini untuk menjawab soal nomor 1-

5. Jawaban bisa lebih dari satu.

Bahaya Merokok Bagi Anak di Bawah Umur: Ancaman Serius Terhadap Kesehatan Masa Depan

Merokok adalah kebiasaan yang merugikan, terutama ketika melibatkan anak-anak di bawah umur. Meskipun telah beredar pengetahuan tentang bahaya rokok, masih terdapat banyak anak yang terpengaruh oleh pengaruh negatif ini. Artikel ini akan membahas dampak serius merokok pada anak-anak, serta mengapa penting untuk mengambil tindakan pencegahan sejak dini.

- **Kesehatan Paru-paru dan Sistem Pernapasan**

Merokok pada anak-anak dapat mengakibatkan kerusakan paru-paru dan menyebabkan penyakit pernapasan, seperti asma dan bronkitis. Paparan asap rokok dapat merusak jaringan paru-paru yang masih berkembang, mengurangi kapasitas paru-paru, dan meningkatkan risiko infeksi saluran pernapasan.

- **Risiko Kanker**

Anak-anak yang merokok memiliki risiko lebih tinggi untuk mengembangkan kanker paru-paru dan kanker lainnya di masa dewasa. Kandungan zat-zat beracun dalam rokok dapat merusak DNA sel-sel tubuh dan membuka pintu bagi perkembangan sel kanker.

- **Pengaruh pada Kesehatan Mental dan Kognitif**

Merokok dapat memengaruhi kesehatan mental dan kognitif anak-anak. Nikotin dalam rokok dapat memengaruhi fungsi otak, memengaruhi konsentrasi, daya ingat, dan kecerdasan. Ini dapat menghambat perkembangan pendidikan dan potensi intelektual anak-anak.

- **Ketergantungan dan Risiko Penyalahgunaan Zat Lain**

Anak-anak yang mulai merokok pada usia dini memiliki risiko lebih tinggi untuk menjadi pecandu nikotin. Selain itu, mereka cenderung mencoba zat-zat ilegal lainnya, meningkatkan risiko penyalahgunaan narkoba.

- **Pengaruh Sosial dan Hubungan Interpersonal**

Merokok pada usia dini dapat memengaruhi hubungan sosial anak-anak. Mereka mungkin mengalami tekanan dari teman sebaya untuk merokok, dan hal ini dapat merugikan hubungan interpersonal serta kesejahteraan emosional.

- **Dampak pada Kesehatan Jantung**

Merokok pada anak-anak dapat meningkatkan risiko penyakit jantung di masa dewasa. Nikotin dapat meningkatkan tekanan darah dan memicu perubahan dalam fungsi pembuluh darah, memberikan kontribusi pada perkembangan penyakit kardiovaskular.

- **Pengaruh Terhadap Kesehatan Reproduksi**

Anak-anak yang merokok menghadapi risiko lebih tinggi terhadap masalah kesehatan reproduksi di masa dewasa, termasuk kesulitan hamil dan risiko komplikasi selama kehamilan.

- **Pentingnya Pendidikan Pencegahan**

Pendidikan pencegahan merokok perlu ditingkatkan di sekolah dan dalam keluarga. Anak-anak perlu diberi tahu tentang risiko kesehatan yang serius yang terkait dengan merokok dan pentingnya membuat pilihan sehat.

A. PILIHAN GANDA KOMPLEKS

Bacalah artikel dibawah ini untuk menjawab soal nomor 1-

5. Jawaban bisa lebih dari satu.

- Peran Orang Tua dan Pendidik

Orang tua dan pendidik memiliki peran besar dalam mencegah anak-anak dari merokok. Komunikasi terbuka, memberikan informasi yang jelas tentang bahaya merokok, dan memberikan dukungan emosional dapat membantu anak-anak membuat keputusan yang sehat.

- Langkah-langkah Pencegahan

Pencegahan merokok pada anak-anak melibatkan kampanye anti-rokok di sekolah, pelibatan komunitas, serta peran aktif orang tua dalam memantau dan mendidik anak-anak mereka tentang bahaya merokok.

Merokok pada anak-anak bukan hanya masalah kesehatan fisik, tetapi juga berdampak pada perkembangan sosial, mental, dan kognitif mereka. Masyarakat perlu bekerja sama untuk mengurangi jumlah kasus merokok di kalangan anak-anak dan menciptakan lingkungan yang mendukung gaya hidup sehat. Hanya dengan upaya bersama, kita dapat melindungi generasi muda dari ancaman serius ini dan memberikan mereka masa depan yang lebih sehat.

1. Dampak utama merokok bagi kesehatan paru-paru anak adalah ...

- ☐ kerusakan paru-paru.
- ☐ meningkatkan aspek kognitif.
- ☐ meningkatkan risiko asma.
- ☐ memicu bronkitis.
- ☐ menjaga kesehatan fisik.

2. Peran penting orang tua dan pendidik dalam mencegah anak-anak dari bahaya merokok adalah ...

- ☐ memberikan informasi tentang bahaya merokok.
- ☐ memberikan dukungan emosional.
- ☐ membebaskan anak-anak atas pilihan hidupnya.
- ☐ menciptakan lingkungan yang mendukung keputusan sehat.
- ☐ mengajak anak-anak untuk menabung.

3. Konsekuensi paling serius dari merokok pada kapasitas vital paru-paru anak adalah ...

- ☐ merokok pada anak-anak dapat mengurangi kapasitas vital paru-paru.
- ☐ menurunkan fungsi pernapasan anak-anak.
- ☐ meningkatkan risiko penyakit paru-paru di masa dewasa.
- ☐ membuat perkembangan mental dan spiritual semakin baik.
- ☐ meningkatkan rasa ingin tahu anak-anak tentang kehidupan.

4. Bagaimana pengaruh positif pencegahan merokok dapat membentuk perilaku anak?

- ☐ Memberikan kebebasan anak-anak untuk memilih sesuai dengan keinginannya.
- ☐ Membentuk perilaku positif anak-anak dengan meningkatkan pemahaman tentang bahaya merokok.
- ☐ Meningkatkan minat anak-anak untuk mendalami dan mencoba zat adiktif lainnya.
- ☐ Memberikan keterampilan tahan godaan terhadap hal-hal atau kebiasaan yang buruk.
- ☐ Membantu anak-anak membuat keputusan yang sehat bagi hidup mereka.

A. PILIHAN GANDA KOMPLEKS

Bacalah artikel dibawah ini untuk menjawab soal nomor 1-

5. Jawaban bisa lebih dari satu.

5. Bagaimana merokok pada anak-anak dapat berdampak pada perekonomian negara di masa depan?
- ☐ Meningkatnya kualitas kerja karena manajemen stres yang baik bagi lingkungan pekerja.
 - ☐ Meningkatnya biaya perawatan kesehatan untuk mengatasi penyakit yang disebabkan karena merokok.
 - ☐ Menurunkan produktivitas tenaga kerja karena masalah kesehatan saat dewasa.
 - ☐ Meningkatnya beban asuransi kesehatan yang dapat mengakibatkan premi asuransi lebih mahal.
 - ☐ Meningkatkan pendapatan dan pajak bagi negara sehingga negara akan cepat maju.

B. MENJODOHKAN

Pasangkan Komponen Sistem Pernapasan dan deskripsinya !

Alveolus

1

Hidung

2

Diafragma

3

Trakea

4

Bronkus

5

A Membawa udara dari tenggorokan menuju paru-paru.

B Saluran yang bercabang dari trakea.

C Penyaringan dan pemanasan udara.

D Struktur mikroskopis di dalam paru-paru di mana terjadi pertukaran gas antara udara dan darah.

E Otot utama yang memainkan peran kunci dalam proses pernapasan, membantu mengatur volume paru-paru dengan kontraksi dan relaksasi.

F Saluran udara utama yang membawa udara dari hidung dan faring ke dalam paru-paru.

C. ISIAN SINGKAT

Jawablah Soal Berikut dengan Singkat dan Jelas !

1. Organ utama sistem pernapasan adalah
2. Mukus membantu membersihkan dan melumasi saluran pernapasan. Mukus diproduksi oleh
3. Peran sel darah merah khususnya hemoglobin dalam transport oksigen di dalam darah adalah
4. Terdapat dua jenis pernapasan utama, yaitu pernapasan dada dan pernapasan
5. Hal yang terjadi saat otot diafragma berkontraksi adalah
6. Adaptasi fisik yang dapat meningkatkan kapasitas vital paru-paru di antaranya adalah
7. Pernapasan perut dapat membantu mengurangi tingkat stres karena dapat menstimulasi sistem saraf
8. Hubungan antara volume residu dan kapasitas inspirasi menciptakan
9. Proses pertukaran gas oksigen dan karbon dioksida terjadi di dalam
10. Zat berbahaya dalam rokok yang berfungsi sebagai stimulan dan mempercepat aktivitas dalam otak adalah