

PENDIDIKAN KESIHATAN Tingkatan 2

Arahan : Pilih jawapan yang tepat bagi soalan yang berikut.

1. Apakah maksud heteroseksual?
 - A. Tarikan seksual terhadap diri sendiri
 - B. Tarikan seksual terhadap berlainan jantina
 - C. Tarikan seksual terhadap jantina yang sama
 - D. Tarikan seksual terhadap kedua-dua jantina
2. " Seseorang wanita tertarik pada seorang lelaki di tempat kerja"
Situasi di atas menceritakan mengenai
 - A. Bisexual
 - B. Homoseksual
 - C. Identiti Seksual
 - D. Orientasi Seksual
3. Setiap individu mempunyai _____ yang berbeza.
 - A. Bisexual
 - B. Homoseksual
 - C. Identiti Seksual
 - D. Orientasi Seksual
4. Apakah yang boleh difahami mengenai keclaruan identiti seksual?
 - A. Perasaan tidak selesa dengan seksualiti diri sendiri dan ingin menjadi jantina berlawanan dengannya.
 - B. Yakin dengan jantina sendiri dan mempunyai sikap berlawanan dengan jantina
 - C. Seronok dengan diri sendiri dan mempunyai keinginan seksual terhadap berlawanan jantina
 - D. Mempunyai tarikan seksual pada jantina berlawanan
5. Berikut merupakan langkah-langkah untuk menangani keclaruan identiti dan orientasi seksual dalam kalangan remaja, **kecuali**
 - A. Mengelakkan diri daripada hidup berfoya-foya
 - B. Memilih rakan yang baik
 - C. Mengikut semua kemahuan rakan walaupun ia perkara yang salah
 - D. Mengamalkan gaya hidup sihat
6. Apakah contoh gejala sosial yang wujud dalam kalangan remaja?
 - A. Taat kepada kedua ibu bapa
 - B. Sering ponteng sekolah
 - C. Sentiasa melakukan kebaikan
 - D. Menyiapkan kerja sekolah
7. Berikut merupakan langkah yang boleh diambil sekiranya berhadapan dengan individu yang mengalami keclaruan identiti seksual, **kecuali**
 - A. Memulaukan mereka daripada aktiviti berkumpul
 - B. Sentiasa sensitif terhadap perasaan orang lain
 - C. Tidak mendiskriminasi mereka
 - D. Mendengar luahan mereka sekiranya diperlukan.
8. Antara yang berikut, yang manakah merupakan aspek untuk menjaga kebersihan diri?
 - A. Tidak memakai pakaian yang mencolok mata
 - B. Tidak berkongsi barangan peribadi
 - C. Tidak makan makanan ringan
 - D. Tidak menjaga kebersihan persekitaran

PENDIDIKAN KESIHATAN **Tingkatan 2**

Arahan : Pilih jawapan yang tepat bagi soalan yang berikut.

9. Apakah jenis orientasi seksual yang dibenarkan di Malaysia melalui ikatan perkahwinan yang sah?

- A. Bisexual
- B. Heteroseksual
- C. Transeksual
- D. Homoseksual

10. Bagaimana cara untuk menangani kecelaruan identiti seksual dalam kalangan remaja?

- A. Bergaul bersama rakan yang positif
- B. Mencuba perkara-perkara negatif melalui media sosial
- C. Mengikut rakan keluar berfoya-foya
- D. Memberi pandangan mengenai rakan yang tidak berakhlak

11. Kesan pengambilan dadah ke atas tubuh badan adalah seperti yang berikut **kecuali**

- A. menyebabkan ketagihan
- B. meningkatkan keyakinan diri
- C. mengganggu sistem otak dan saraf
- D. memudahkan tubuh mendapat penyakit

12. Antara berikut, yang manakah **bukan** kesan penyalahgunaan bahan terhadap tubuh individu?

- A. Menyebabkan ketagihan
- B. Mengganggu sistem otak dan saraf
- C. Memudahkan tubuh mendapat penyakit
- D. Menyebabkan individu kehilangan kawan-kawan

13. Berikut ialah penyakit-penyakit akibat penagihan dadah, **kecuali**

- A. Mandul
- B. Sakit saraf
- C. Kerosakan hati
- D. Kencing manis

14. Apakah yang dimaksudkan dengan penyalahgunaan bahan?

- A. Mengambil bahan dalam kuantiti yang banyak
- B. Mengambil bahan dalam kekerapan yang tinggi
- C. Mengambil bahan sehingga menyebabkan khayal atau mabuk
- D. Mengambil dadah atau ubat-ubatan bukan untuk tujuan perubatan

15. Antara yang berikut, bagaimanakah cara untuk mengatasi masalah stress?

- I. mengasingkan diri
- II. makan ubat penenang
- III. berehat dengan secukupnya
- IV. rujuk masalah kepada pakar

- A. I dan II sahaja
- B. I, II dan III sahaja
- C. III dan IV sahaja
- D. I, II, III dan IV

16. Berapakah umur seseorang yang boleh dianggap sebagai **generasi Y**?

- A. 30 tahun
- B. 40 tahun
- C. 50 tahun
- D. 60 tahun

PENDIDIKAN KESIHATAN **Tingkatan 2**

Arahan : Pilih jawapan yang tepat bagi soalan yang berikut.

17. Ketiadaan persefahaman merupakan isu kekeluargaan yang sering diperkatakan. Apakah kesan daripada masalah tersebut?

- A. Hubungan kekeluargaan terjejas
- B. Melahirkan warga yang penyayang
- C. Mewujudkan anak-anak yang berjaya
- D. Mengeratkan kemesraan ahli keluarga

18. Berikut ialah ciri-ciri keluarga yang bahagia **kecuali**

- A. kasih sayang
- B. sering berbalah
- C. hormat-menghormati
- D. saling membantu antara satu sama lain

19. Contoh perbuatan yang boleh dikelaskan sebagai gangguan seksual melalui lisan terhadap mangsa ialah

- A. membuat bunyi, teguran, komen atau jenaka berbentuk lucah
- B. memukul kanak-kanak tanpa sebab yang munasabah
- C. menjadikan kanak-kanak perempuan sebagai pelacur
- D. tidak memberikan makanan dengan secukupnya

20. Kesan dari segi sosial yang dapat dilihat akibat penderaan seksual ialah

- A. Mudah diserang penyakit
- B. Kecacatan anggota badan
- C. Hilang keyakinan dan harga diri
- D. Suka mengasingkan diri daripada bergaul dengan orang lain

21. “Makanan yang bersih dan bebas daripada bahan yang boleh mengancam kesihatan”.

Pernyataan di atas merujuk kepada

- A. Kualiti makanan
- B. Penjagaan makanan
- C. Khasiat makanan
- D. Keselamatan makanan

22. Aktiviti berikut menunjukkan proses pengendalian makanan **kecuali**

- A. memilih
- B. menyimpan
- C. memakan
- D. menyediakan

23. Standard kualiti makanan mesti dipatuhi oleh

- A. pengeluar makanan
- B. penjual makanan
- C. pembeli makanan
- D. pengilang bekas makanan

24. Apakah maksud kualiti makanan?

- A. Makanan yang mampu memberikan kesan yang baik kepada pengguna
- B. Makanan yang bersih dan bebas daripada bahan yang mengancam kesihatan
- C. Makanan yang sedap dan enak dimakan
- D. Makanan yang diproses untuk memastikannya tahan lama

PENDIDIKAN KESIHATAN Tingkatan 2

Arahan : Pilih jawapan yang tepat bagi soalan yang berikut.

25. Apakah tindakan yang boleh diambil sekiranya anda terbeli makanan yang telah tamat tempoh?

- A. Merujuk kepada pemilik kedai resit bukti pembelian untuk pertukaran barang yang baru
- B. Memarahi pemilik kedai yang cuai
- C. Menyaman pemilik kedai tanpa usul periksa
- D. Menyebarkan di media sosial agar pemilik kedai kerugian

26. Siapakah yang bertanggungjawab memastikan keselamatan dan kualiti makanan sentiasa mematuhi standard?

- A. Pihak berkuasa
- B. Pembeli
- C. Pengguna
- D. Pengusaha

27. Berikut merupakan gejala keracunan makanan, **kecuali**

- A. cirit-birit
- B. terlebih berat badan
- C. muntah
- D. sakit perut

28.

- P – Mencegah kecederaan menjadi bertambah teruk
Q – Menyelamatkan nyawa
R – Membantu pemulihan

Berdasarkan pernyataan di atas, manakah merupakan tujuan pertolongan cemas?

- A. P dan Q sahaja
- B. P dan R sahaja
- C. Q dan R sahaja
- D. P, Q dan R

29. Pilihlah langkah-langkah yang betul dalam kaedah membuat penilaian terhadap kecederaan mangsa.

- A. Melihat keadaan ->sentuh ->bercakap ->aktif ->pasif ->kemahiran
- B. Bercakap ->melihat keadaan ->sentuh ->aktif ->pasif ->kemahiran
- C. Sentuh ->melihat keadaan ->bercakap ->aktif ->pasif ->kemahiran
- D. Pasif ->melihat keadaan ->sentuh ->bercakap ->aktif ->kemahiran

30. Antara yang berikut, manakah merupakan nombor panggilan kecemasan?

- A. 009
- B. 119
- C. 994
- D. 999

