



* satu perenggan

* 1 isi 2% (5 isi 10%)

* 5 markah bahasa

* kesimpulan

* Tidak perlu ubah a
klu nak ubah, ubali
sikit cukup.

Latihan 1 Ringkasan 15%

Baca petikan di bawah ini dengan teliti. Berdasarkan petikan tersebut, tulis sebuah ringkasan tentang khasiat buah zaitun dalam bidang perubatan dan kosmetik. Panjangnya ringkasan anda hendaklah tidak melebihi 80 patah perkataan. Anda digalakkan supaya menggunakan ayat sendiri tanpa mengubah maksud asal petikan.

Pokok zaitun merupakan antara tanaman tertua di dunia. Sejarah telah merekodkan kepelbagaian penggunaan pokok zaitun dalam bidang perubatan dan kosmetik sejak dahulu lagi. Buahnya memiliki kandungan minyak yang sangat berkhasiat dan kandungan mineral yang baik untuk kesihatan. Antaranya termasuklah kalsium, magnesium, protein, dan serat yang tinggi. Menurut kajian, buah zaitun ini juga mengandungi antioksidan yang tinggi. Dalam hal ini, buah zaitun boleh menstabilkan radikal bebas sehingga mampu untuk melambatkan pertumbuhan sel kanser dalam tubuh.

Kandungan komposisi *flavanoid* yang terdapat dalam buah zaitun pula mampu untuk merendahkan kolesterol berbahaya dalam darah dengan bertindak sebagai agen antihistamina dan antimikrob. *Flavanoid* ini juga menjadi perangsang minda kepada manusia. Dengan memakan buah zaitun setiap hari, seseorang akan dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh agar tubuh tidak mudah diserang penyakit seperti demam, batuk, dan selesema. Komposisi asid lemak tepu dan asid lemak tidak tepu dalam minyak ekstrak pulpa buah zaitun juga seimbang dari segi peratusan. Minyak daripada buah ini sangat efektif dalam melembutkan kulit wajah dan tubuh badan. Selain itu, kandungan kalium yang terdapat dalam minyak zaitun sangat berkhasiat untuk menurunkan tekanan darah tinggi sekali gus mencegah risiko terkena serangan jantung yang dikenal sebagai pembunuh secara senyap dalam kalangan masyarakat.

Sesungguhnya, buah zaitun mempunyai pelbagai khasiat untuk kegunaan manusia. Namun begitu, untuk memasarkan produk berasaskan buah zaitun ini, sesebuah syarikat memerlukan strategi yang jitu dengan membuat penyelidikan pasaran, di samping perlu mengkaji isu penerimaan oleh pihak pengguna. Pada masa yang sama, syarikat perlu memikirkan tempat yang paling sesuai untuk pasaran buah berkenaan.

(Dipetik dan diubah suai daripada Dewan Kosmik, 2013)

Antara khasiat buah zaitun ialah mampu melambatkan
_____. Selain itu, ia juga mampu
menurunkan _____.
Flavanoid juga menjadi perangsang _____. Di
samping itu, buah zaitun boleh meningkatkan kekebalan
_____. Minyak zaitun juga
melembutkan _____ serta dapat
mencegah _____ terkena _____.
(_____patah perkataan)