



Penilian



Nama :

Kelas :

1. Salah satu penyebab gangguan sistem pencernaan adalah..
 - a. Makan makanan sehat
 - b. Pola makan teratur
 - c. Konsumsi alkohol berlebihan
 - d. Mengelola stres dengan baik
2. Gejala yang umum terjadi pada gangguan pencernaan adalah...
 - a. Berat badan bertambah
 - b. Mual dan molas
 - c. Kulit menjadi halus
 - d. Nafsu makan meningkat
3. Makanan pedas dan asam secara berlebihan dapat menyebabkan...
 - a. Diare
 - b. Maag
 - c. Obesitas
 - d. Karies gigi
4. Berikut ini yang bukan merupakan cara menjaga kesehatan sistem pencernaan adalah...
 - a. Makan makanan bergizi
 - b. Mengunyah makanan dengan baik
 - c. Langsung tidur setelah makan
 - d. Mengelola stres
5. Keracunan makanan umumnya disebabkan oleh...
 - a. Kurang minum air
 - b. Makanan yang tercemar bakteri
 - c. Terlalu banyak makan sayur
 - d. Kurang istirahat