B. Soal Pilihan Ganda Kompleks (Nomor 16-20)

Petunjuk: Pilihlah jawaban yang tepat, jumlah jawaban benar dapat lebih dari satu!

16. Berikut ini yang termasuk organ/struktur penyusun sistem peredaran darah manusia adalah ... (Jawaban dapat lebih dari satu)

A. Jantung

B. Pembuluh darah (arteri dan vena)

C. Lambung

D. Darah

Tabel Hasil Uji Biuret pada Bahan Makanan Berwarna Putih

Nama Bahan Makanan	Warna Awal Bahan	Warna Setelah Ditetesi Biuret	Hasil Uji / Kesimpulan
Putih Telur (Rebus/Mentah)	Putih / Bening	Ungu Tua	(+) Mengandung protein tinggi
Tahu Putih (Dihaluskan)	Putih	Ungu	(+) Mengandung protein
Susu Sapi Cair / Skim	Putih	Ungu	(+) Mengandung protein
Santan Kelapa	Putih	Tetap Biru Muda (Warna reagen)	(-) Tidak mengandung protein / sangat sedikit
Tepung Kanji / Tapioka (Larutan)	Putih Keruh	Tetap Biru Muda (Warna reagen)	(-) Tidak mengandung protein (Hanya amilum)
Nasi (Dihaluskan)	Putih	Tetap Biru Muda (Warna reagen)	(-) Tidak mengandung protein (Hanya karbohidrat)

17. Berdasarkan hasil uji makanan tersebut, yaitu perubahan warna ungu setelah ditetesi larutan biuret, pernyataan berikut yang tepat adalah ... (Jawaban dapat lebih dari satu)

A. Bahan makanan tersebut mengandung protein

B. Bahan makanan tersebut mengandung amilum

C. Larutan biuret digunakan untuk menguji kandungan protein pada makanan

D. Warna ungu menunjukkan hasil uji positif protein

18. Kebiasaan gaya hidup berikut yang dapat meningkatkan risiko gangguan sistem pencernaan adalah ... (Jawaban dapat lebih dari satu)

A. Makan tergesa-gesa tanpa dikunyah dengan baik

B. Mengonsumsi cukup air putih dan serat setiap hari

C. Sering menunda waktu makan dalam waktu lama

D. Sering mengonsumsi makanan pedas dan asam secara berlebihan

LIVEWORKSHEETS

Zat besi merupakan komponen penting dalam pembentukan hemoglobin, protein dalam sel darah merah yang berfungsi mengikat dan mengangkut oksigen ke seluruh tubuh.

19. Berdasarkan bacaan, dampak dari kekurangan zat besi terhadap sistem peredaran darah adalah ... (Jawaban dapat lebih dari satu)

A. Menyebabkan anemia (kekurangan sel darah merah yang sehat)

B. Meningkatkan kemampuan darah mengikat oksigen

C. Tubuh mudah lelah dan lesu karena suplai oksigen berkurang

D. Meningkatkan produksi hemoglobin secara optimal

20. Rekomendasi pola hidup sehat berikut yang tepat untuk mencegah gangguan sistem peredaran darah adalah ... (Jawaban dapat lebih dari satu)

A. Membatasi konsumsi garam dan lemak jenuh berlebih

B. Rutin berolahraga dan menjaga berat badan ideal

C. Menghindari kebiasaan merokok

D. Mengonsumsi makanan cepat saji setiap hari agar praktis

C. Soal Menjodohkan (Nomor 21-25)

Petunjuk: Tarik garis pada Kolom A dengan jawaban yang tepat pada Kolom B. Kolom B memuat lebih banyak pilihan daripada Kolom A sebagai pengecoh. Tuliskan huruf jawaban pada lembar jawaban.

No	Kolom A (Pernyataan)		Kolom B (Jawaban)
21	Organ yang menghasilkan cairan empedu untuk mencerna lemak		Hati
22	Enzim yang mengubah protein menjadi pepton		Pepsin
23	Pembuluh darah yang membawa darah kaya karbon dioksida menuju jantung		Vena
24	Gangguan akibat kekurangan zat besi dalam darah		Anemia
25	Zat gizi yang berfungsi sebagai zat pembangun dan pengganti sel tubuh yang rusak		Protein

LIVEWORKSHEETS

D. Soal Benar-Salah (Nomor 26-30)

Petunjuk: Berilah tanda centang (√) pada kolom BENAR jika pernyataan tepat, atau kolom SALAH jika pernyataan tidak tepat.

No	Pernyataan	BENAR	SALAH
26	Pernyataan: Arteri selalu membawa darah menuju jantung.		
27	Pernyataan: Hati berperan menghasilkan cairan empedu yang membantu mencerna lemak.		
28	Pernyataan: Konsumsi makanan tinggi garam (natrium) secara berlebihan dapat meningkatkan risiko hipertensi.		
29	Pernyataan: Vitamin dan mineral berfungsi sebagai sumber energi utama bagi tubuh.		
30	Pernyataan: Golongan darah O disebut sebagai donor universal karena dapat mendonorkan darah ke semua golongan darah lain.		

LIVEWORKSHEETS