

A. PILIHAN GANDA (20 Soal)

Pilihlah jawaban yang paling tepat!

Bacalah teks berikut untuk nomor 1–4!

Tubuh yang sehat sangat penting bagi setiap anak. Tubuh sehat dapat diperoleh dengan makan makanan bergizi, berolahraga teratur, dan istirahat cukup. Selain itu, menjaga kebersihan diri juga perlu dilakukan setiap hari. Dengan tubuh sehat, kita dapat belajar dan bermain dengan baik.

1. Ide pokok paragraf di atas adalah

- a. bermain setiap hari
- b. pentingnya menjaga tubuh sehat
- c. makanan mahal
- d. olahraga berbahaya

2. Cara menjaga kesehatan menurut teks adalah

- a. tidur larut malam
- b. makan makanan bergizi
- c. malas bergerak
- d. tidak mandi

3. Kata selain itu menunjukkan hubungan

- a. pertentangan
- b. penambahan
- c. sebab akibat
- d. waktu

4. Manfaat tubuh sehat adalah

- a. sulit belajar
- b. dapat belajar dan bermain baik
- c. cepat sakit
- d. malas bergerak

Bacalah teks berikut untuk nomor 5–8!

Setiap pagi, Dito bangun pukul lima. Ia merapikan tempat tidur, mandi, lalu sarapan. Setelah itu, Dito berjalan kaki ke sekolah bersama temannya. Tubuh Dito menjadi lebih bugar dan ia jarang terlambat.

5. Kebiasaan baik Dito pada pagi hari adalah

- a. tidur lagi
- b. mandi dan sarapan
- c. bermain game
- d. menonton televisi

6. Dito pergi ke sekolah dengan cara

- a. naik pesawat
- b. berjalan kaki
- c. naik kapal
- d. berlari sendiri

7. Manfaat kebiasaan Dito adalah

- a. tubuh bugar
- b. sering sakit
- c. malas sekolah
- d. terlambat terus

8. Kata lalu pada teks menunjukkan

- a. urutan kegiatan
- b. sebab akibat
- c. tempat
- d. tujuan

9. Makanan bergizi banyak mengandung

- a. sampah
- b. zat gizi
- c. debu
- d. plastik

10. Contoh makanan sehat adalah

- a. buah dan sayur
- b. permen setiap hari

- c. mie instan terus-menerus
- d. kerupuk saja

11. Jika tangan kotor, kita harus

- a. tidur
- b. mencuci tangan
- c. berlari
- d. bernyanyi

12. Olahraga bermanfaat untuk

- a. melemahkan tubuh
- b. menjaga kebugaran
- c. membuat malas
- d. merusak tulang

13. Sinonim kata sehat adalah

- a. bugar
- b. sakit
- c. lemah
- d. malas

14. Antonim kata bersih adalah

- a. rapi
- b. kotor
- c. harum
- d. segar

15. Kata baku yang benar adalah

- a. ijin
- b. aktifitas
- c. higienis
- d. resiko

16. Kalimat tanya yang tepat untuk menanyakan alasan adalah

- a. Siapa yang datang?
- b. Mengapa kita harus sarapan?
- c. Kapan berangkat?
- d. Di mana sekolahmu?

17. Tanda baca yang tepat pada kalimat perintah adalah

- a. ?
- b. .
- c. !
- d. ,

18. Istirahat cukup berarti

- a. tidur sangat sedikit
- b. tidur sesuai kebutuhan
- c. begadang setiap malam
- d. tidak tidur

19. Jika sakit, tindakan yang tepat adalah

- a. tetap bermain hujan-hujan
- b. memberi tahu orang tua dan berobat
- c. berlari terus
- d. makan sembarangan

20. Kesimpulan dari teks pertama adalah

- a. kesehatan tidak penting
- b. hidup sehat perlu dilakukan setiap hari
- c. anak tidak perlu olahraga
- d. tidur harus dihindari

B. BENAR SALAH (10 Soal)

Tuliskan **Benar** atau **Salah**!

1. Makan sayur dan buah baik untuk kesehatan.
2. Tidur terlalu larut adalah kebiasaan sehat.
3. Mencuci tangan dapat mencegah penyakit.
4. Olahraga membuat tubuh bugar.
5. Sarapan tidak penting bagi anak sekolah.
6. Tubuh sehat membantu belajar lebih baik.
7. Air putih baik diminum setiap hari.
8. Gigi perlu disikat secara teratur.
9. Bermain tanpa istirahat sepanjang hari baik untuk tubuh.
10. Menjaga kebersihan diri termasuk hidup sehat.

C. MENJODOHKAN (10 Soal)

Pasangkan kolom A dengan kolom B!

No	Kolom A	Kolom B
1	Sarapan	a. menjaga kebersihan mulut
2	Olahraga	b. sumber energi pagi
3	Sikat gigi	c. tubuh bugar
4	Cuci tangan	d. mencegah kuman
5	Sayur	e. makanan sehat
6	Istirahat	f. memulihkan tenaga
7	Sehat	g. bugar
8	Kotor	h. lawan kata bersih
9	Dokter	i. membantu saat sakit
10	Air putih	j. menjaga cairan tubuh

D. JAWABAN SINGKAT (10 Soal)

1. Apa manfaat sarapan pagi?
 2. Sebutkan satu contoh olahraga!
 3. Mengapa kita harus mencuci tangan?
 4. Apa sinonim kata sehat?
 5. Apa antonim kata bersih?
 6. Sebutkan satu makanan bergizi!
 7. Berapa kali sebaiknya mandi dalam sehari?
 8. Mengapa tidur cukup penting?
 9. Siapa yang membantu saat kita sakit?
 10. Sebutkan satu kebiasaan hidup sehat!
-

E. URAIAN (10 Soal)

1. Jelaskan pentingnya menjaga kesehatan tubuh!
2. Sebutkan tiga contoh makanan bergizi!
3. Mengapa anak-anak perlu berolahraga?
4. Bagaimana cara menjaga kebersihan diri?
5. Ceritakan kebiasaan sehat yang kamu lakukan setiap pagi!
6. Mengapa sarapan penting sebelum berangkat sekolah?

7. Apa akibat jika jarang mencuci tangan?
 8. Jelaskan manfaat tidur cukup bagi tubuh!
 9. Bagaimana cara menjaga kesehatan gigi?
 10. Menurutmu, mengapa hidup sehat harus dibiasakan sejak kecil?
-

KUNCI JAWABAN

A. Pilihan Ganda

- 1.b
- 2.b
- 3.b
- 4.b
- 5.b
- 6.b
- 7.a
- 8.a
- 9.b
- 10.a
- 11.b
- 12.b
- 13.a
- 14.b
- 15.c
- 16.b
- 17.c
- 18.b
- 19.b
- 20.b

B. Benar Salah

- 1. Benar
- 2. Salah
- 3. Benar
- 4. Benar
- 5. Salah
- 6. Benar
- 7. Benar
- 8. Benar
- 9. Salah
- 10. Benar

C. Menjodohkan

1-b
2-c
3-a
4-d
5-e
6-f
7-g
8-h
9-i
10-j

D. Jawaban Singkat (Contoh)

1. Memberi energi pagi hari
 2. Lari / senam / bersepeda
 3. Agar kuman hilang
 4. Bugar
 5. Kotor
 6. Sayur / buah / ikan
 7. Dua kali sehari
 8. Agar tubuh segar dan pulih
 9. Dokter
 10. Sarapan / olahraga / mandi teratur
-

E. Uraian

Jawaban menyesuaikan pendapat siswa selama logis dan sesuai materi.