

Review: Bio - RANGKUMAN KUIS-KUIS HARIAN

[People](#) [Questions](#)

Respondent



2

Anonymous

12:24

940/1000



Time to complete

Points



Info :

1. Pertanyaan kemungkinan bisa ke duplicate
2. Jawaban kalau salah & menurut anda benar ss sent ke saya (Orlando)
3. Jika nama kamu tidak ad di bagian **Nama**, chat saya (Orlando)

1

Score / 0 pts



Nama *

- Jeannice
- Jovan
- Liko
- Orlando
- Shawn
- Shecilia
- Stevanie
- Tony
- Wilbert
- ?:?

Biologi - 1

Punya : Wilbert

2

10 / 10 pts

Auto-graded



Valvula bikuspidalis terdapat diantara..

- Serambi kanan dan bilik kanan
- Serambi kiri dan bilik kiri ✓
- Bilik kiri dan bilik kanan
- Bilik kiri dan serambi kanan

3

10 / 10 pts

Auto-graded



Katup diantara serambi kanan dan diliik kanan adalah..

- Valvula trikuspidalis ✓
- Valvula bikuspidalis
- Valvula semilunaris
- Valvula bikuspidalis dan semilunaris

4

Berikut merupakan ciri-ciri pembuluh nadi manusia, kecuali...

10 / 10 pts 
Auto-graded

- Denyut terasa
- Dinding pembuluh tebal dan elastis
- Jika terluka darah keluar tidak memancar ✓
- Mengalirkan darah keluar jantung

5

Fungsi dari pembuluh nadi paru-paru adalah..

10 / 10 pts 
Auto-graded

- Mengangkut darah kaya karbon dioksida menuju paru-paru ✓
- Mengangkut darah kaya oksigen menuju paru-paru
- Mengangkut darah kaya oksigen ke seluruh tubuh
- Mengangkut darah kaya karbon dioksida ke seluruh tubuh

6

Cara kerja jantung dapat dipengaruhi oleh

10 / 10 pts 
Auto-graded

- Kerja keras
- Emosi
- Saraf simpati dan parasimpati
- Semua benar ✓

7

Yang bukan merupakan ciri pembuluh balik adalah.

10 / 10 pts 
Auto-graded

- Letaknya diperlakukan kulit, tampak hijau kebiruan
- Dinding pembuluh tipis dan tidak elastis
- Satu katup dekat dekat jantung ✓
- Banyak katup disepanjang pembuluh

8

Fungsi dari kapiler arteri adalah..

10 / 10 pts 
Auto-graded

Mengangkut karbon dioksida ke sel-sel tubuh

Mengangkut oksigen ke paru-paru

Mengangkut sari-sari makanan dan oksigen ke sel-sel tubuh ✓

Mengangkut zat sisa metabolisme dan karbon dioksida dari sel-sel tubuh

9

Tekanan sistolik normal adalah.....mmHg

10 / 10 pts

Auto-graded

120/80 ✓

120/90

100/80

100/90

10

Ruang jantung manusia yang mengadung darah kaya oksigen adalah..

10 / 10 pts

Auto-graded

Serambi kanan dan serambi kiri

Serambi kanan dan bilik kanan

Serambi kiri dan bilik kiri ✓

Serambi kanan dan bilik kiri

11

Fungsi pembuluh vena cava adalah...

10 / 10 pts

Auto-graded

Membawa darah kaya oksigen ke paru-paru

Membawa darah kaya oksigen ke paru-paru

Membawa darah kaya karbon dioksida ke paru-paru

Membawa darah kaya karbon dioksida dari seluruh tubuh ✓

12

Protein darah yang berfungsi untuk membantu proses pembekuan darah adalah...

10 / 10 pts

Auto-graded

Globulin

Albumin

Fibrinogen ✓

Serum

13

10 / 10 pts

Auto-graded

Sel darah ini berfungsi mengangkut oksigen ke seluruh tubuh adalah...

- Trombosit
- Leukosit
- Eritosit ✓
- Plasma darah

14

10 / 10 pts 
Auto-graded

Istilah kelebihan jumlah sel darah putih dalam tubuh manusia, disebut juga...

- Leukositosis ✓
- Leukopeni
- Amoeboid
- Fagositosis

15

10 / 10 pts 
Auto-graded

Pembuluh balik jantung disebut juga...

- Arteri koronaria
- Vena koronaria ✓
- Vena pulmonalis
- Aorta

16

10 / 10 pts 
Auto-graded

Tempat perombakan sel darah merah yang sudah, tua dan mati adalah...

- Usus
- Hati ✓
- Pankreas
- Ginjal

17

10 / 10 pts 
Auto-graded

Protein dalam plasma darah yang berfungsi sebagai antibodi adalah..

- Fibrinogen
- Albumin
- Globulin ✓
- Protrombin

18

10 / 10 pts 
Auto-graded

Vitamin dan mineral yang dapat membantu proses pembekuan darah adalah...

- Vitamin B dan Zat besi
- Vitamin K dan Kalsium ✓
- Vitamin A dan Fosfor
- Vitamin E dan Kalium

19

Kemampuan sel darah putih mampu menembus dinding pembuluh kapiler darah disebut juga..

10 / 10 pts 
Auto-graded

- Fagositosis
- Leukopeni
- Leukositosis
- Diapedesis ✓

20

Plasma darah tanpa fibrinogen disebut dengan..

10 / 10 pts 
Auto-graded

- Hemoglobin
- Serum ✓
- Vaksin
- Toksin

21

Jumlah normal trombosit dalam tubuh...../mm kubik darah.

10 / 10 pts 
Auto-graded

- 200.000 - 400.000 ✓
- 50.000- 60.000
- 50.000.000
- 14000 - 15000

Biologi - 2

Punya : Stevanie

22

Ciri ciri pembuluh darah vena

10 / 10 pts 
Auto-graded

- Membawa darah keluar dari jantung
- Kaya CO₂ ✓
- Membawa darah masuk kedalam jantung ✓
- Kaya O

23

Ciri ciri pembuluh darah arteri

10 / 10 pts

Auto-graded

- Membawa darah keluar dari jantung ✓
- Membawa darah masuk kedalam jantung
- Kaya CO₂
- Kaya O₂ ✓

24

Ciri ciri pembuluh darah arteri

10 / 10 pts

Auto-graded

- Katup 1 ✓
- Katup banyak
- Tebal dan elastis ✓
- Di potong darah muncrat ✓

25

Ciri ciri pembuluh darah vena

10 / 10 pts

Auto-graded

- Katu banyak ✓
- Tipis, tidak elastis ✓
- Di potong darah muncrat
- Katup 1
- Darah menetes ✓
- Tebal dan elastis

26

Sistol

0 / 10 pts

Auto-graded

- Bilik kontraksi ✓
- Bilik relaksasi ✗
- Serambi kontraksi
- Serambi relaksasi ✓
- Darah menetes

27

peredaran darah : Jantung –seluruh tubuh – jantung

10 / 10 pts

Auto-graded

- peredaran darah ganda
- peredaran darah panjang
- peredaran darah besar
- peredaran darah kecil ✓

28

peredaran darah : Jantung –seluruh tubuh – jantung

10 / 10 pts 
Auto-graded

- peredaran darah besar ✓
- peredaran darah pendek
- peredaran darah kecil
- peredaran darah ganda

29

Darah di serambi dexter berasal dari

10 / 10 pts 
Auto-graded

- seluruh tubuh ✓
- paru-paru
- serambi sinister
- bilik dexter

30

Darah di ventrikel dexter di alirkan ke

10 / 10 pts 
Auto-graded

- serambi sinister
- seluruh tubuh
- paru-paru ✓
- bilik dexter

31

Darah di ventrikel dexter di alirkan ke

10 / 10 pts 
Auto-graded

- bilik dexter
- atrium dexter ✓
- paru-paru
- serambi sinister

32

Komponen Padat Darah

10 / 10 pts 
Auto-graded

- sel-sel darah ✓
- leukosit ✓
- eritrosit ✓
- trombosit ✓

33

Komponen Padat Darah yang tidak memiliki inti sel

10 / 10 pts 
Auto-graded

sel-sel darah

leukosit

eritrosit ✓

trombosit ✓

34

Ciri-ciri leukosit

10 / 10 pts

Auto-graded

fagosit ✓

umur 120 hari

diproduksi oleh sumsum tulang ✓

menjaga sistem kekebalan tubuh ✓

35

Kelebihan leukosit

0 / 10 pts

Auto-graded

leukositosis ✓

leukopenia ✗

anemia

leukimia ✓

36

Ciri-ciri eritrosit

10 / 10 pts

Auto-graded

berbentuk bulat dilengkapi

dengan cekungan (bikonka) di ✓
bagian tengahnya

sel darah merah lebih mudah berubah

umur 120 hari ✓

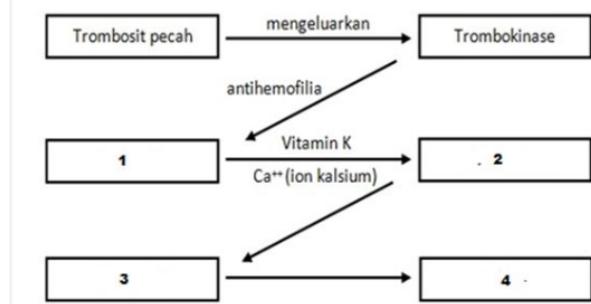
ada hemoglobin ✓

37

1 & 2

10 / 10 pts

Auto-graded



Trombin menjadi trombokinase

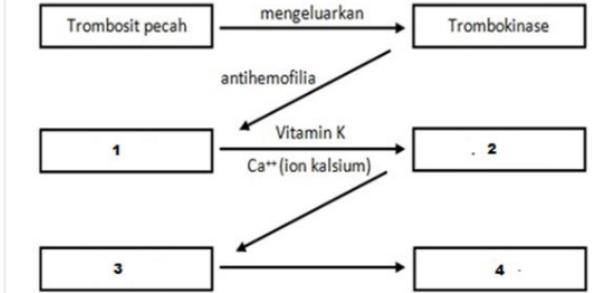
Trombin menjadi Fibrinogen

- Trombosit menjadi trombokinase
- protrombin menjadi trombin ✓

38

3 & 4

10 / 10 pts Auto-graded

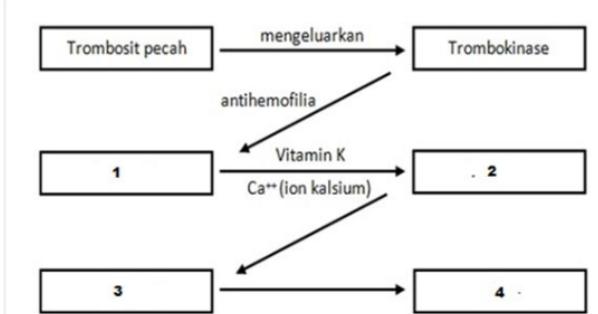


- Fibrinogen menjadi fibrin ✓
- Trombosit menjadi trombokinase
- protrombin menjadi trombin
- Trombin menjadi trombokinase

39

Dari gambar di bawah , bagian yang ada di tubuh kita saat kita tidak luka

10 / 10 pts Auto-graded

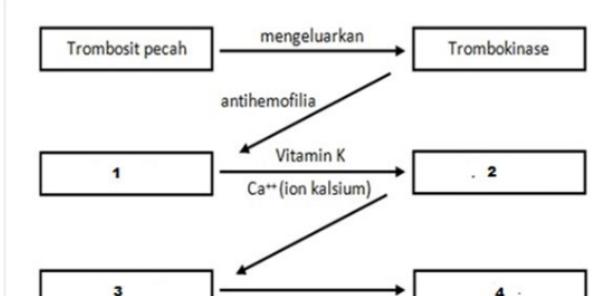


- trombosit, 1 dan 3 ✓
- Trombosit, trombokinase, 1 dan 3
- 1, 2, 3, dan 4
- trombokinase, 1, 2 dan 3

40

Dari gambar di bawah , bagian yang ada di tubuh kita saat kita luka

10 / 10 pts Auto-graded

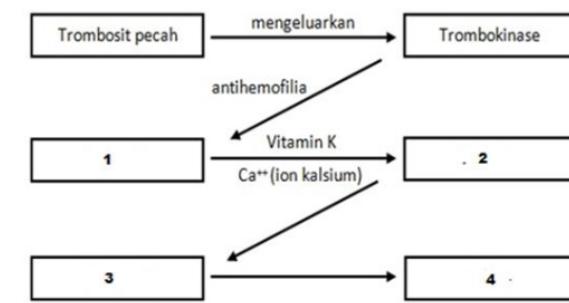


- 1, 2, 3, dan 4
- Trombosit, 1 dan 3
- Trombosit, trombokinase, 1, 2, 3
dan 4 ✓
- Trombokinase, 1, 2 dan 3

41

Fungsi vitamin K

10 / 10 pts



- Mempercepat Fibrinogen menjadi trombokinase
- Mempercepat Trombosit menjadi trombokinase
- Mempercepat protrombin menjadi trombokinase
- Mempercepat protrombin menjadi trombin ✓

42

Tipe darah ini hanya bisa mendonorkan darahnya pada orang yang dengan tipe darah yang sama

10 / 10 pts

- AB ✓
- O
- A
- B

43

Donor Universal

10 / 10 pts

- AB
- O ✓
- A
- B

44

Golongan darah yang antigen A pada sel darah merahnya

10 / 10 pts

AB

O

A ✓

B

45

Golongan darah yang tidak memiliki antigen A dan B pada sel darah merah

10 / 10 pts 
Auto-graded

AB

O ✓

A

B

46

Golongan darah O- bisa di donorkan ke semua golongan darah saat keadaan penting. Hal ini disebabkan karena golongan darah O

10 / 10 pts 
Auto-graded

Tidak memiliki antigen, tetapi memiliki antibodi anti-A dan anti-B ✓

Memiliki antigen A dan antibodi anti-B

Memiliki antigen B dan antibodi anti-A

tidak memiliki antibodi A dan B

47

pembuluh limfa atau getah bening

10 / 10 pts 
Auto-graded

darah yang tidak mengandung eritrosit ✓

merupakan peredaran terbuka ✓

berfungsi sebagai pertahanan tubuh ✓

mengandung leukosit, trombosit dan fibrinogen ✓

semua salah

48

tonsil

10 / 10 pts 
Auto-graded

darah yang tidak mengandung eritrosit

disekeliling faring ✓

mengumpulkan dan mengeluarkan patogen yang masuk ke faring ✓

amandel ✓

49

Limpa / kura

10 / 10 pts
Auto-graded

- darah yang tidak mengandung eritrosit
- di belakang lambung ✓
- berfungsi sebagai pertahanan tubuh ✓
- tempat pembentukan dan pembongkaran eritrosit ✓

50

Pembuluh limfa

10 / 10 pts
Auto-graded

- membentuk simpul/kelenjar limfa ✓
- embuluh limfa kanankhirnya masuk ke vena di bawah tulang selangka kanan ✓
- ujungnya terbuka ✓
- pembuluh limfa kiri akhirnya masuk ke vena di bawah tulang selangka kiri ✓

51

Pembuluh limfa

10 / 10 pts
Auto-graded

- ujungnya terbuka ✓
- jalannya searah ✓
- banyak katup ✓
- jalannya todak searah

52

kondisi ketika tekanan darahmu kurang dari 90/60 mmHg

10 / 10 pts
Auto-graded

- Hipotensi ✓
- Hemofilia
- Leukimia
- Hipertensi

53

Anemia

10 / 10 pts
Auto-graded

- kekurangan eritrosit ✓
- Kurangnya hemoglobin ✓
- kekurangan zat besi, dan kekurangan vitamin B12. ✓
- kekurangan volume darah ✓

54

Sistem peredaran darah dapat mengalami gangguan (penyakit) dan kelainan bawaan (faktor genetika)

10 / 10 pts

Auto-graded

- Thalasemia ✓
- Hemofilia ✓
- Leukimia ✓
- kekurangan volume darah ✓

55

Kanker darah

10 / 10 pts

Auto-graded

- kekurangan volume darah
- Hemofilia
- Thalasemia
- Leukimia ✓

56

Karbon monoksida

10 / 10 pts

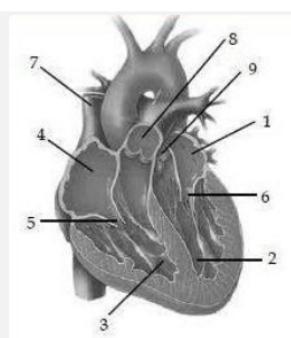
Auto-graded

- dihasilkan dari pembakaran rokok ✓
- dapat menyebabkan penurunan kemampuan sel darah merah mengangkut oksigen ✓
- dihasilkan oleh asap dari mesin-mesin pabrik, dan asap kendaraaan ✓
- gas beracun ✓

Biologi - 3

Punya : Orlando, Shawn

57



10 / 10 pts

Auto-graded

Gambar no. 3 di bawah ini menunjukkan...

- Atrium Sinister

- Ventrikel Sinester
- Ventrikel Dexter ✓
- Atrium Dexter

58

Pembuluh darah vena adalah pembuluh darah yang membawa darah...

10 / 10 pts Auto-graded

- Menuju jantung ✓
- Keluar dari paru-paru
- Menuju paru-paru
- Keluar dari jantung

59

Pembuluh darah arteri adalah pembuluh darah yang membawa darah kaya akan oksigen kecuali...

10 / 10 pts Auto-graded

- Arteri koronaria
- Aorta
- Vena Pulmonalis
- Arteri Pulmonalis ✓

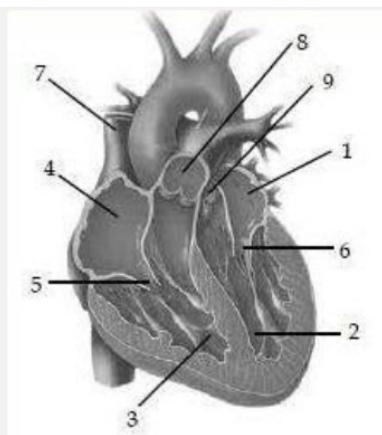
60

Pembuluh darah yang membawa darah kaya CO₂ dari tubuh bagian bawah menuju jantung adalah...

10 / 10 pts Auto-graded

- Vena Pulmonalis
- Vena Cava Inferior ✓
- Vena Cava Superior
- Arteri Pulmonalis

61



10 / 10 pts Auto-graded

Gambar no. 5 di bawah ini menunjukkan...

- Katup Aorta

Katup Tricuspidalis ✓

Katup Pulmonalis

Katup Bicuspidalis

62

Sistem peredaran darah pada manusia adalah peredaran darah dan peredaran darah

10 / 10 pts

Auto-graded

Terbuka - Tunggal

Tertutup - Tunggal

Terbuka - Ganda/rangkap

Tertutup - Ganda/rangkap ✓

63

Bagian plasma darah yang tidak memiliki fibrinogen disebut dengan...

10 / 10 pts

Auto-graded

Serum ✓

Globulin

Antigen

Albumin

64

Komponen darah yang jumlahnya paling banyak adalah...

10 / 10 pts

Auto-graded

Plasma darah ✓

Sel-sel darah

Keping Darah

Sel darah merah

65

Berikut ini merupakan fungsi darah, kecuali....

10 / 10 pts

Auto-graded

Mengangkut nutrisi, oksigen dan zat sisa metabolisme

Menghasilkan hormon ✓

Sebagai sistem kekebalan tubuh

Mengatur suhu tubuh

66

Sistem peredaran yang mengalirkan darah dari jantung ke paru-paru lalu kembali lagi ke jantung disebut....

10 / 10 pts

Auto-graded

Peredaran darah kecil ✓

Peredaran darah jantung

Peredaran darah besar

Peredaran darah rangkap

67

Aliran peredaran darah besar adalah:
jantung (bilik kiri) -> aorta -> seluruh tubuh -> vena cava superior dan
vena cava inferior ->

10 / 10 pts 
Auto-graded

Serambi kanan ✓

Bilik kanan

Bilik Kiri

Serambi kiri

68

Komponen yang tidak terdapat di dalam plasma darah adalah...

10 / 10 pts 
Auto-graded

Fibrinogen

Trombokinase ✓

Globulin

Air

69

Peredaran darah ganda merupakan peredaran darah dimana darah
mengalir melewati jantung sebanyak...

10 / 10 pts 
Auto-graded

1 kali

2 kali ✓

3 kali

4 kali

70

Aliran peredaran darah kecil adalah:
jantung (bilik kanan) -> -> Paru-paru -> -> serambi kiri.

10 / 10 pts 
Auto-graded

Arteri pulmonalis - Vena pulmonalis ✓

Vena pulmonalis - Arteri pulmonalis

Vena cava superior - vena cava inferior

Arteri pulmonalis - aorta

71

Komponen plasma darah yang memiliki jumlah paling banyak adalah...

10 / 10 pts 
Auto-graded

Air ✓

Protein darah

Serum

Nutrisi

72

Sel darah putih memiliki kemampuan dapat menembus kapiler darah yang disebut dengan...

10 / 10 pts 
Auto-graded

Diapedesis ✓

Trombosis

Amuboid

Fagositosis

73

Limfosit adalah leukosit yang berfungsi untuk...

10 / 10 pts 
Auto-graded

Mengangkut oksigen

Membentuk antibodi ✓

Mengangkut enzim dan hormon

Mengangkut karbon dioksida

74

Sel darah yang berperan penting dalam proses pembekuan darah untuk menghentikan pendarahan jika terjadi luka adalah...

10 / 10 pts 
Auto-graded

Basofil

Leukosit

Eritrosit

Trombosit ✓

75

Kemampuan sel darah putih memakan benda asing atau kuman disebut dengan...

10 / 10 pts 
Auto-graded

Fagositosis ✓

Diapedesis

Trombosis

Amoeboid

76

Perbedaan yang benar antara sel darah merah dan sel darah putih pada gambar di bawah ini adalah nomor...

10 / 10 pts 
Auto-graded

No.	Perbandingan	Sel Darah Merah (eritrosit)	Sel Darah Putih (leukosit)
1	Jumlah	5000-10000 sel/mm ³	5-6 juta sel/mm ³
2	Fungsi	Pertahanan tubuh	Mengangkut oksigen
3	Umur	±120 hari	12-13 hari
4	Inti sel	Ada	Tidak ada

1

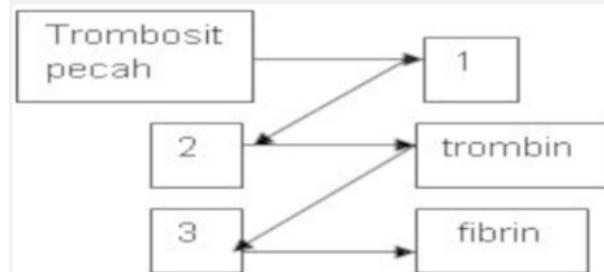
2

3 ✓

4

77

Urutan nomor 1, 2 dan 3 yang benar pada skema pembekuan darah berikut adalah...



10 / 10 pts

Auto-graded

- trombokinase, fibrinogen, dan protrombin
- protrombin, fibrinogen, dan trombokinase
- protrombin, trombokinase, dan fibrinogen
- trombokinase, protrombin, dan fibrinogen ✓

78

Aglutinin adalah protein yang terdapat pada..., sedangkan aglutinogen adalah protein yang terdapat pada

10 / 10 pts

Auto-graded

- plasma darah - eritrosit ✓
- Plasma darah - trombosit
- eritrosit - plasma darah
- trombosit - plasma darah

79

Pada saat seseorang melakukan transfusi darah, akan terjadi aglutinasi apabila...

10 / 10 pts

Auto-graded

- Golongan darah A ditransfusikan ke AB
- Golongan darah B ditransfusikan ke AB
- Golongan darah O ditransfusikan ke A
- Golongan darah A ditransfusikan ke O ✓

80

Denny melakukan tes golongan darah. Setelah melakukan tes golongan darah, diketahui darah milik Denny memiliki aglutinogen a dan b namun tidak memiliki aglutinin. Maka dapat diketahui golongan darah Denny adalah....

10 / 10 pts

Auto-graded

- A

B

AB ✓

O

81

Pada transfusi darah, jika darah donor tidak sesuai dengan darah resipien maka akan terjadi ...

10 / 10 pts 
Auto-graded

Darah resipien dan donor menggumpal

Golongan darah resipien berubah

Darah resipien menggumpal ✓

Darah donor menggumpal

82

Pelebaran vena akibat katup vena tidak berfungsi dengan baik sehingga menghambat aliran darah ke janung disebut dengan...

10 / 10 pts 
Auto-graded

varises ✓

trombositopenia

hemofilia

leukemia

83

Atherosklerosis merupakan penimbunan pada arteri.

10 / 10 pts 
Auto-graded

zat kapur

asam amino

lemak ✓

zat gula

84

Anemia yang disebabkan karena kekurangan Vitamin B12 atau kurangnya penyerapan Vitamin B12 disebut dengan....

10 / 10 pts 
Auto-graded

Anemia sel sabit

Anemia perniosis ✓

Anemia perdarahan

Anemia nutrisional

85

Apabila tekanan sistole darah lebih tinggi dari 150mmHg maka akan mengakibatkan...

10 / 10 pts 
Auto-graded

hipertensi ✓

kintonari

- hipertensi
- polisitemia
- hemofilia

86

Kondisi saat eritrosit melebihi normal sehingga darah menjadi kental dinamakan dengan...

10 / 10 pts 
Auto-graded

- polisitemia ✓
- hemofilia
- leukemia
- varises

Biologi - 4

Punya : Shecilia

87

Katup (valvula) trikuspidalis

10 / 10 pts 
Auto-graded

- Antara Serambi kanan dan bilik kanan ✓
- Antara Serambi kiri dan kanan
- Antara Bilik kanan dan kiri
- Antara Bilik kiri dan serambi kiri

88

Ruangan jantung manusia yang kaya CO₂

10 / 10 pts 
Auto-graded

- Serambi kiri
- Serambi kanan
- Bilik kiri
- Bilik kanan ✓

89

Ciri ciri atrium kiri

0 / 10 pts 
Auto-graded

- Kaya darah mengandung oksigen ✓
- Kaya darah mengandung karbon dioksida ✗
- Dinding nya lebih tebal dari bilik kanan ✗
- Dinding nya lebih tipis dari bilik kiri dan kanan ✓

90

10 / 10 pts 
Auto-graded

Ruang jantung manusia yang memompa darah ke seluruh dunia

- Bilik kiri ✓
- Serambi kiri
- Bilik kanan
- Serambi kanan

91

Ruang jantung manusia yang menerima darah dari paru-paru

10 / 10 pts 
Auto-graded

- Bilik kiri
- Bilik kanan
- Serambi kanan
- Serambi kiri ✓

92

Ciri ciri pembuluh darah vena

0 / 10 pts 
Auto-graded

- Membawa darah masuk kedalam jantung ✓
- Kaya O ×
- Membawa darah keluar dari jantung
- Kaya CO₂ ✓

93

Ciri ciri pembuluh darah arteri

10 / 10 pts 
Auto-graded

- Membawa darah masuk kedalam jantung
- Membawa darah keluar dari jantung ✓
- Kaya O₂ ✓
- Kaya CO₂

94

Ciri ciri pembuluh darah arteri

0 / 10 pts 
Auto-graded

- Katu banyak
- Katup 1 ✓
- Tebal dan elastis ✓
- Di potong darah muncrat ✓

95

Ciri ciri pembuluh darah vena

10 / 10 pts 
Auto-graded

- Di potong darah muncrat
- Tebal dan elastis
- Katup 1
- Katu banyak ✓
- Tipis, tidak elastis ✓
- Darah menetes ✓

96

Sistol

0 / 10 pts 
Auto-graded

- Bilik relaksasi ✗
- Serambi kontraksi
- Serambi relaksasi ✓
- Bilik kontraksi ✓
- Darah menetes

97

peredaran darah : Jantung – paru-paru – jantung

10 / 10 pts 
Auto-graded

- peredaran darah kecil ✓
- peredaran darah panjang
- peredaran darah ganda
- peredaran darah besar

98

peredaran darah : Jantung – seluruh tubuh – jantung

10 / 10 pts 
Auto-graded

- peredaran darah besar ✓
- peredaran darah kecil
- peredaran darah ganda
- peredaran darah pendek

99

Darah di serambi dexter berasal dari

10 / 10 pts 
Auto-graded

- serambi sinister
- paru-paru
- seluruh tubuh ✓
- bilik dexter

100

Darah di ventrikel dexter di alirkan ke

10 / 10 pts 
Auto-graded

- paru-paru ✓
- seluruh tubuh
- serambi sinister
- bilik dexter

Biologi - 5

Punya : **Bonus**

101

10 / 10 pts 
Auto-graded

Pak Sawan menderita sakit jantung. Berikut ini saran yang paling tepat diberikan kepada Pak Sawan adalah

- Pak Sawan harus mengurangi konsumsi minuman beralkohol dan mengurangi rokok
- Pak Sawan harus berolahraga dengan keras untuk melatih kekuatan otot jantung
- Pak Sawan harus menjaga pola makan dengan menghindari makana yang berlemak ✓
- Pak Sawan harus mengonsumsi makanan bergizi tinggi serta tidak lupa mengonsumsi obat
- Pak Sawan harus minum baygon untuk membuat badannya kembali sehat
- Pak Sawan harus 24/7 olahraga setiap detik untuk meningkatkan kesehatan jantungnya
- Pak Sawan harus makan ayam geprek mak judes untuk kesehatan jantungnya