



**DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN PROVINSI JAWA TENGAH**  
**SMA NEGERI 3 SEMARANG**  
**PENILAIAN AKHIR SEMESTER TP. 2020/2021**



**LEMBARAN SOAL**

Mata Pelajaran : Penjasorkes  
Kelas : X Semua Jurusan

---

**Pilih salah satu jawaban yang benar!**

1. Dalam permainan olahraga bola voli teknik dasar dalam olahraga bola voli meliputi, passing, service, smash dan block. Variasi latihan teknik dasar passing dalam permainan olahraga bola voli terutama bertujuan meningkatkan ....
  - A. keterampilan
  - B. kerja sama
  - C. kekompakan
  - D. sportivitas
  - E. kelenturan
2. Dalam permainan bola voli setiap pemain sebaiknya menguasai teknik dasar dalam permainan olahraga bola voli. Perkenaan bola pada saat melakukan passing bawah adalah ....
  - A. bagian telapak tangan
  - B. bagian jari-jari tangan
  - C. seluruh bagian tangan
  - D. bagian lengan tangan bawah
  - E. bagian ujung jari-jari tangan
3. Passing bawah biasanya dipergunakan oleh para pemain jika bola datangnya rendah, baik untuk dioperkan kepada teman seregunya maupun untuk dikembalikan ke lapangan lawan melewati atas jaring atau net. Gerakan bola hasil passing bawah dalam bola adalah ....
  - a. lurus
  - b. menukik
  - c. memantul
  - d. melengkung
  - e. mendatar
4. Ayu adalah seorang pemain bola voli yang berposisi sebagai *set upper* di tim sekolahnya, tugasnya adalah mengatur serangan dan memberikan umpan kepada penyerang (*spiker*) dari timnya untuk melakukan *smash*, untuk menyusun serangan dan memberikan umpan bola kepada penyerang Ayu dapat menggunakan teknik ...
  - a. service atas
  - b. service bawah
  - c. smash
  - d. passing atas

- e. passing bawah
- 5. Service bawah adalah cara melakukan pukulan permukaan dari petak service dengan memukul bola dengan tangan dari bawah sebagai usaha menghidupkan bola dalam permainan. Servis dalam permainan bola voli hanya dapat dilakukan pada...
  - a. belakang garis servis selebar 9 meter
  - b. kotak service 3 meter
  - c. tempat bebas
  - d. menurut kesukaaan yang melakukan servis
  - e. service atas
- 6. Apabila kita sempat melihat pertandingan bola voli pada event olympiade brazil beberapa waktu yang lalu, kita dapat mengamati hampir semua tim melakukan teknik *service* dari belakang garis akhir dengan posisi bebas dan melakukan *service* dengan lompatan seperti teknik *smash*, dari pengamatan tersebut dapat kita simpulkan bahwa pada era bola voli modern sekarang pengertian *service* adalah sebagai ...
  - a. penyajian bola dalam permainan bola voli
  - b. serangan dari umpan dalam bola voli
  - c. pukulan permulaan dalam permainan bola voli
  - d. salah satu syarat dimulainya permainan
  - e. serangan pertama dalam permainan
- 7. Ketika melakukan service dalam olahraga bola voli sangat menentukan dalam permainan bola voli. Service yang bolanya melambung dan mengambang tidak ada perputaran disebut ....
  - a. tennis service
  - b. service atas
  - c. floating service
  - d. overhead service
  - e. jumping service
- 8. Semua pukulan yang mengarah ke lapangan lawan yang bertujuan untuk mematikan bola tersebut sehingga akan menghasilkan poin. Untuk menyusun pola penyerangan dapat dilakukan dengan menganalisis situasi pertandingan sesuai dengan kondisi lawan dan alam sekitar. Ketika seorang pemain akan melakukan smash namun pemain lawan sudah bersiap melakukan bendungan, maka pemain tersebut dapat menerapkan taktik smash dengan cara ....
  - a. memberikan umpan jauh
  - b. menggunakan smash tipu atau pura-pura smash tetapi hanya di tip ke daerah kosong
  - c. memberikan bola servis pada lawan yang passingnya lemah
  - d. memberikan servis ke daerah kosong
  - e. memberikan bola servis pada lawan yang baru membuat kesalahan
- 9. Saat melakukan service atas dalam permainan bola voli , perkenaan bola dengan tangan harus koordinasi dengan baik, agar bola dapat melaju dengan cepat sesuai dengan sasarannya serta untuk menghasilkan pukulan yang keras, maka teknik yang tepat perkenaan tangan dengan bola saat melakukan service atas adalah ...

- a. pangkal tangan
- b. telapak tangan
- c. jari jari
- d. kepalan tangan
- e. punggung tangan

10. Smash adalah pukulan yang dilakukan untuk melakukan serangan kepada team lawan, maka pukulan dilakukan dengan keras dan tajam, untuk menghasilkan pukulan yang tepat maka harus ada umpan yang tepat pula, agar mendapat umpan yang baik maka tooser akan menggunakan teknik yang paling efektif dan efisien, teknik dasar bola voli yang dipergunakan tersebut adalah .....

- a. passing bawah
- b. pukulan bawah
- c. passing atas
- d. blocking
- e. cover

11. Teknik dasar dalam bola voli meliputi passing bawah, passing atas, service, blok, smash teknik tersebut dipergunakan oleh pemain untuk memainkan bola agar bisa menguasai permainan dan melakukan serangan meraiik angka, jika kita menerima bola yang berada di atas kepala berada di depan kita, bola tersebut baru sekali sentuhan dalam team, maka teknik yang tepat yang kita pergunakan adalah .....

- a. passing atas
- b. passing bawah
- c. service
- d. smash
- e. blok

12. Teknik melakukan passing atas diawali dari teknik kaki, teknik tangan, perkenaan tangan dengan bola, teknik kaki sangat penting saat melakukan passing atas karena berguna untuk membantu dorongan ke atas, teknik kaki yang tepat saat melakukan passing atas adalah .....

- a. kedua kaki rapat
- b. kedua kaki dibuka dan lurus
- c. kedua kaki dibuka dan mengeper
- d. salah satu kaki di angkat
- e. kedua kaki rapat dan ditekuk

13. Teknik tangan saat melakukan passing atas dimulai dorongan tangan, lecutan tangan serta perkenaan tangan dengan bola, teknik perkenaan tangan dengan bola yang paling tepat agar bola dapat melambung dengan baik adalah .....

- a. seluruh telapak tangan
- b. salah satu telapak tangan
- c. seluruh jari tangan
- d. ibu jari dan kelingking
- e. tidak harus jari tangan

14. Kebugaran jasmani sangat dibutuhkan seorang atlet untuk kegiatan sehari-hari maupun performa saat di lapangan agar memperoleh hasil yang optimal. Kebugaran jasmani merupakan .....

- A. kesanggupan tubuh untuk melakukan berbagai aktivitas dengan baik tanpa mengalami kelelahan yang berarti dan setelah melakukan aktivitas secara optimal, tubuh kehilangan cadangan tenaga untuk dapat melakukan kegiatan lainnya
- B. kondisi dimana tubuh (fisik dan psikis) terbebas dari segala penyakit

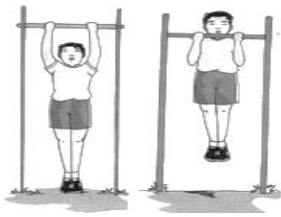
- C. suatu kemampuan tubuh untuk bekerja dalam waktu yang lama tanpa mengalami kelelahan yang berarti setelah menyelesaikan pekerjaan tersebut
- D. kesanggupan tubuh untuk menjalankan pekerjaan yang dibebankan tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan sehingga masih mempunyai cadangan tenaga untuk menjalankan tugas berikutnya
- E. kesanggupan sistem jantung, paru-paru, dan pembuluh darah untuk berfungsi secara optimal baik pada keadaan istirahat maupun kerja
15. Komponen-komponen kebugaran jasmani:
- (1) kelentukan
  - (2) koordinasi
  - (3) daya tahan otot
  - (4) kecepatan
  - (5) kekuatan
  - (6) komposisi tubuh
  - (7) kelincahan
  - (8) keseimbangan
  - (9) daya ledak
  - (10) daya tahan jantung dan paru-paru
- Dari banyaknya komponen di atas yang termasuk dalam komponen kebugaran jasmani berhubungan dengan kesehatan adalah ....
- A. (1), (3), (5), (7), (9)
  - B. (1), (3), (5), (6), (10)
  - C. (2), (4), (6), (8), (10)
  - D. (2), (4), (7), (8), (9)
  - E. (3), (5), (6), (8), (10)
16. Liliana Natsir adalah seorang pemain bulu tangkis professional, dalam sebuah sesi latihan fisik dia melakukan latihan fisik dengan berlari sejauh 7 Km dengan kecepatan tetap dan konstan, latihan fisik yang dilakukan Liliana Natsir tersebut adalah latihan untuk meningkatkan kemampuan fisik pada aspek ...
- a. *speed*
  - b. *agility*
  - c. *strength*
  - d. *endurance*
  - e. *explosive power*
17. Perhatikan pernyataan di bawah ini!
- (1) meningkatkan kekuatan tanpa mengabaikan kecepatan atau menitik beratkan pada kekuatan
  - (2) meningkatkan kecepatan tanpa mengabaikan kekuatan atau menitik beratkan pada kecepatan
  - (3) meningkatkan kecepatan tanpa mengabaikan daya tahan atau menitik beratkan pada kecepatan

- (4) meningkatkan kekuatan dan kecepatan sekaligus, kekuatan dan kecepatan dilatih secara simultan
- (5) meningkatkan daya tahan tanpa mengabaikan kekuatan atau menitik beratkan pada daya tahan

Upaya dalam meningkatkan unsur daya ledak dapat dilakukan dengan cara ....

- a. (1), (2), dan (3)
  - b. (1), (2), dan (4)
  - c. (2), (4), dan (5)
  - d. (2), (3), dan (5)
  - e. (3), (4), dan (5)
18. Tingkat kebugaran jasmani seseorang dapat dilatih dan ditingkatkan melalui berbagai aktivitas fisik yang dilatih secara rutin dan terprogram, salah satu jenis latihan fisik yang menggabungkan antara aspek kekuatan dan kecepatan untuk menunjang gerak yang harus dilakukan secara eksplosif dalam aktivitas fisik disebut ....
- a. *speed*
  - b. *agility*
  - c. *strength*
  - d. *flexibility*
  - e. *explosive power*
19. Daya tahan merupakan syarat yang harus dimiliki oleh setiap orang dalam melakukan suatu aktifitas baik itu aktifitas olahraga atau aktifitas yang banyak menguras tenaga hal ini bertujuan agar badan kita tidak mengalami kelelahan. Oleh karena itu, bentuk latihan untuk meningkatkan daya tahan pernapasan-jantung-peredaran darah yang disebut ergosistem sekunder yang dilatih melalui peningkatan ergosistem primer (system saraf-otot, dan tulang rangka). Di bawah ini yang bisa digunakan untuk melatih daya tahan adalah ....
- a. *sit-up*
  - b. *push-up*
  - c. *fartlek*
  - d. *squat jump*
  - e. *vertical jump*
20. Seorang pelatih Bola Basket memberikan program latihan fisik kepada seluruh atletnya dengan melakukan aktivitas latihan fisik berupa skipping, lari lambat jarak jauh dengan lama latihan 1 – 3 menit dan pengulangan 10 – 20 kali, atau lari cepat jarak pendek dengan lama latihan 5 – 30 detik dan pengulangan 15 – 25 kali. Tujuan pelatih adalah untuk meningkatkan kondisi fisik dari aspek ....
- a. kekuatan
  - b. daya tahan
  - c. kecepatan
  - d. kelincahan
  - e. daya ledak otot

21. Gambar di bawah ini adalah salah satu bentuk latihan kebugaran untuk .....



- a. meningkatkan daya ledak otot lengan dan bahu
- b. meningkatkan kekuatan dan kelenturan otot lengan dan bahu
- c. meningkatkan kekuatan dan ketahanan otot lengan dan bahu
- d. meningkatkan kekuatan pergelangan tangan dan jari tangan
- e. meningkatkan daya tahan otot lengan dan bahu

22. Kemampuan seseorang dalam memakai dan mempergunakan organ tubuhnya seperti jantung

dan paru-paru secara efektif dan efisien dalam melakukan aktivitasnya dinamakan ...

- a. Daya tahan
- b. kekuatan
- c. kecepatan
- d. kelincahan
- e. keseimbangan

23. Latihan untuk meningkatkan daya jantung dan paru-paru harus dilakukan dengan rutin/ terus menerus dalam jangka waktu yang teratur, latihan –latihan tersebut antara lain .....

- a. fartlek, interval training, cross country
- b. lari lintas alam, puss up, lari 50 meter
- c. jalan sehat, jogging, lari 20 meter
- d. lari bolak balik, lari jauh, sepeda
- e. renang, lari bolak balik, jogging

24. Seorang pelatih Sepak bola memberikan program latihan fisik kepada seluruh atletnya dengan melakukan aktivitas lari dengan jarak yang jauh ( lintas alam ) dengan kecepatan yang setabil, lain waktu pelatih tersebut memberikan latihan fisik dengan lari fartlek atau interval training. Tujuan pelatih adalah untuk meningkatkan kondisi fisik dari aspek ...

- a. Kelincahan ( Agility )
- b. Kecepatan ( Speed )
- c. Daya tahan ( Endurance )
- d. Daya ledak otot ( Eksplosive power )
- e. Kekuatan ( Strength )

25. Dalam sebuah sesi latihan fisik di cabang bola voli para pemain melakukan aktivitas latihan fisik berupa lompat jongkok dua kaki, lompat satu kaki bergantian, melompat dua kaki dengan box, kemudian melakukan lompat dua kaki menaiki dan menuruni anak tangga tribun. Tujuan semua bentuk latihan tersebut adalah untuk meningkatkan kemampuan fisik berupa ...

- a. Kelincahan ( Agility )
- b. Kecepatan ( Speed )
- c. Daya tahan ( Endurance )
- d. Kelenturan ( Flexibility )
- e. Daya ledak otot ( Eksplosive power )

26. Gerakan mencium lutut dan sikap duduk dengan paha kaki tetap menempel di lantai dalam 10 kali hitungan merupakan bentuk latihan yang dapat meningkatkan ....

- a. Kelincahan ( Agility )
- b. Kecepatan ( Speed )
- c. Daya tahan ( Endurance )
- d. Kelenturan ( Flexibility )
- e. Daya ledak otot ( Eksplosive power )

27. Tingkat kebugaran seseorang bisa diukur dengan alat ukur yang sudah baku, kebugaran jasmani yang baik pasti didukung oleh komponen-komponen kebugaran yang baik, antara lain

kekuatan, kelincahan, kecepatan, dll. Jika seorang duduk tungkai lurus kaki rapat ke alat pengukur, kemudian atlet tersebut diminta untuk menggerakkan punggung ke depan, mendorong semaksimal raihan dan ujung jari akan mencapai titik terjauh, gerakan ini adalah salah satu teknik pengukur untuk mengukur komponen kebugaran, yaitu ....

- a. Kelincahan ( Agility )
- b. Kecepatan ( Speed )
- c. Daya tahan otot punggung ( Endurance )
- d. Kelentukan otot punggung ( Flexibility )
- e. Daya ledak otot ( Explosive power )

28. Santi merupakan salah satu anggota atlet senam artistik di kotanya. Setiap saat dia berlatih dengan banyak melakukan gerakan-gerakan seperti melompat, meroda, kayang, split yang beberapa diantaranya membutuhkan kemampuan sendi untuk melakukan gerakan secara luas dan maksimal, definisi demikian merupakan komponen kebugaran jasmani pada aspek ...

- A. Keseimbangan
- B. Kelentukan
- C. Kekuatan
- D. Keseimbangan
- E. Daya tahan

29. Simpulkan fungsi gerakan yang terdapat dalam pernyataan berikut di bawah ini!

Persiapan : duduk berhadapan dengan telapak kaki saling bertemu.

Pelaksanaan: meluruskan kedua kaki sambil duduk dan saling berpegangan tangan, lakukan gerakan tarik menarik dengan teman, berulang-ulang (8x hitungan).

- A. kekuatan otot kaki
- B. kekuatan otot punggung
- C. kelentukan otot kaki
- D. kekuatan otot lengan
- E. kelincahan jari tangan

30. Dalam sebuah pertandingan tidak jarang atlet mengalami kram atau cidera. Hal ini mengakibatkan kerugian bagi atlet itu sendiri. Cidera tersebut dapat terjadi jika ....

- A. fleksibilitas meningkat
- B. jangkauan gerak meningkat
- C. sendi dan otot dipanaskan
- D. tidak melakukan peregangan sebelum latihan
- E. tangan dan kaki bergerak melebihi jangkauan normalnya

31. Seseorang dikatakan mempunyai tingkat kebugaran jasmani yang baik dengan menjaga kebugaran tubuh, maka seseorang dapat mengurangi resiko terserang penyakit. Selain itu, dengan kondisi fisik yang bugar, maka seseorang setelah melakukan aktivitas akan mengalami ....

- A. pemulihan yang berarti
- B. kesehatan yang tinggi
- C. kelelahan yang berarti
- D. terhindar dari cidera otot
- E. kelelahan yang tidak berarti

32. Unsur kebugaran jasmani yang mana dilihat dari kemampuan seseorang untuk dapat melakukan gerakan dengan ruang gerak seluas luasnya persendian disebut ....

- A. Kecepatan
- B. Kelentukan
- C. Keseimbangan
- D. Daya tahan
- E. Kekuatan

33. Melakukan gerakan roll depan dalam senam lantai harus melalui tahapan-tahapan yang benar. Tahapan melakukan roll depan yang tidak benar adalah....

- a. Posisi badan berdiri tegak, tangan diangkat ke atas lalu mengguling di atas matras
- b. Posisi badan membungkuk, kedua tangan menapak matras lalu mengguling
- c. Pada saat mengguling ke depan, posisi badan melingkar
- d. Pada saat mengguling ke depan, tengkuk terlebih dahulu mengenai matras
- e. Setelah gerakan mengguling ke depan, kaki diluruskan ke depan

34. Melakukan tahapan gerak roll belakang yang benar adalah ... .

- a. Sikap badan, dan pandangan menghadap ke matras
- b. Membungkuk sambil kedua tangan memegang lutut kaki, dan menghadap matras
- c. Membungkuk sambil kedua telapak tangan diatas bahu, mengguling membelakangi matras
- d. Sikap badan tegak lurus, loncat sambil mengguling ke belakang
- e. Mengguling ke belakang dengan bantuan teman

35. Teknik dasar guling ke depan atau Roll depan harus dilakukan dengan urutan yang benar dan perkenaan badan yang tepat. Ketika seseorang melakukan teknik guling depan bagian yang terlebih dahulu mengenai matras adalah....

- a. Tengkuk
- b. Kepala
- c. Dahi
- d. Bahu
- e. Lengan

36. Ada beberapa kesalahan yang sering terjadi saat pesenam melakukan guling ke depan, yang menyebabkan pesenam berguling miring atau badan jatuh ke samping adalah...

- a. Tumpuan kedua tangan tidak seimbang
- b. Perkenaan pada bagian tubuh terlebih dahulu
- c. Melontarkan kaki ke atas
- d. Dag digarik ke sehingga menempel dekat dada
- e. Arah pandangann ke belakang

37. Pada saat pesenam melakukan roll belakang bagian tubuh yang pertama kali mendarat di matras adalah...

- a. Dag
- b. Tengkuk
- c. Pinggul
- d. Punggung
- e. Tangan/lengan



38. Seorang siswa melakukan latihan gerak senam lantai dengan melakukan sikap dan terlentang membusur bertumpu pada kedua tangan dan kaki dengan siku lengan dan lutut kaki pada jarak berdekatan, gerak yang dilakukan dalam senam lantai adalah gerakan...
- Sikap lilin
  - Meroda
  - Kayang
  - Handstand
  - Headstand
39. Salah satu senam yang dilakukan tanpa alat adalah senam lilin, yang membutuhkan keseimbangan yang tinggi pula. Sikap lilin yang benar adalah dilakukan dengan posisi kaki...
- Lurus ke depan
  - Lurus ke samping
  - Lurus keatas
  - Badan dan kaki lurus
  - Menopang berat badan
40. Urutan dalam melakukan gerakan guling ke belakang atau Roll belakang diakhiri dengan sikap sempurna berdiri kembali. Sebelum pesenam melakukan sikap berdiri kembali agar dapat seimbang pesenam harus melakukan sikap...
- Jongkok
  - Duduk
  - Menunduk
  - Pandangan ke depan
  - Tangan ke atas
41. Tahapan pada saat membusur, kedua kaki menempel dimatras. Pada saat bersamaan, dorongkan pinggul ke atas untuk memindahkan berat badan tangan dan kepala pasif hingga berdiri kembali. Tahapan kayang diatas terdapat pada fase....
- Sikap sempurna
  - Mendarat
  - Awalan
  - Gerakan
  - Akhiran
42. Pada saat pesenam melakukan sikap kayang agar dapat membentuk posisi badan yang membusur atau melengkung maka posisi lutut baiknya adalah...
- Ditekuk
  - Menahan
  - Dirapatkan
  - Diluruskan
  - Dirapatkan dan diluruskan
43. Urutan dalam melakukan roll belakang pada nomor empat (4) bertujuan untuk...
- Menggulingkan badan ke belakang
  - Menahan agar bisa memutar kebelakang
  - Menjaga keseimbangan
  - Dapat mengguling ke depan
  - Kembali ke posisi awal

44. Remaja didefinisikan sebagai tahap perkembangan transisi yang membawa individu dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, masa ini dikenal juga dengan masa “*Storm and Stress*”, atau “badai dan tekanan jiwa”. Oleh karena itu remaja adalah sosok manusia yang memiliki sifat menonjol adalah ....
- Dinamis, penuh gejolak dan emosional
  - Stabil dalam emosinya dan selalu bersikap tenang
  - Selalu berbuat negative dan selalu menentang
  - Perubahan dalam pergaulan
  - Jiwa yang selalu bergelora
45. Masa remaja adalah masa transisi sehingga sangat rentan untuk menerima pengaruh pengaruh, baik yang bersifat positif atau negatif. Hal ini perlu dicermati oleh orang tua, guru dan masyarakat yang peduli dengan pergaulan remaja. Di bawah ini yang bukan pengaruh positif pergaulan remaja adalah ....
- Meningkatkan prestasi belajar sehingga dapat meraih prestasi belajar dengan baik.
  - Dapat mengembangkan bakat dan minat pada remaja
  - Dapat mengisi waktu dengan kegiatan kegiatan positif
  - Dapat mengembangkan sikap yang berkarakter (religious, sopan, tanggung jawab)
  - Bergaul dengan berbagai kelompok teman nakal
46. Kenakalan remaja adalah suatu perbuatan yang melanggar norma, aturan, atau hukum dalam masyarakat yang dilakukan pada usia remaja atau transisi masa anak-anak ke dewasa. Kenakalan remaja meliputi semua perilaku yang menyimpang dari norma-norma hukum pidana yang dilakukan oleh remaja. Perilaku tersebut akan merugikan dirinya sendiri dan orang-orang di sekitarnya. Di bawah ini yang bukan termasuk kiat kiat untuk mencegah kenakalan remaja adalah ...
- Seks education dan kampanye penyuluhan tentang bahaya pergaulan bebas
  - Mengadakan penyuluhan tentang bahaya pergaulan bebas pada perkumpulan remaja, gang motor, dan organisasi pemuda.
  - Meningkatkan pendidikan agama baik dilingkungan rumah tangga dan masyarakat
  - Membatasi pemakaian gadget dan internet terutama yang mengakses situs pendidikan.
  - Meningkatkan dan menerapkan pendidikan karakter di sekolah sekolah.
47. Pergaulan yang tidak terbatas atau pergaulan bebas akan berdampak pada diri sendiri, keluarga dan masyarakat. Dampak psikis akan pertama kali dirasakan oleh...
- Masyarakat
  - Keluarga
  - Sekolah
  - Diri sendiri dan keluarga
  - Komite Sekolah
48. Pergaulan bebas akan membawa pelakunya kepada perilaku yang tidak baik seperti mengkonsumsi narkoba, menularnya penyakit kelamin, tawuran antar pelajar dan sebagainya. Di bawah ini yang bukan termasuk cara atau kiat mengatasi pergaulan bebas adalah ....
- Banyak beraktivitas secara positif
  - Menjaga keseimbangan pola hidup
  - Berpikir masa depan
  - Selalu menutup diri
  - Jujur pada diri sendiri

49. Usia remaja berada pada masa gejolak seks yang besar, sementara di sisi lain mereka harus mampu menguasai gejolak tersebut. Untuk itu Pendidikan seks harus di fahami oleh remaja, Tujuan utama pendidikan seks bagi remaja adalah ....
- a. Menghindari terjadinya hubungan seks bebas
  - b. Membantu program keluarga Berencana
  - c. Mengurangi usia perkawinan muda
  - d. Menurunkan angka kehamilan
  - e. Menghindari penyakit kelamin
50. Akibat seks bebas menyebabkan remaja mengambil jalan pintas ketika tahu dirinya telah hamil di luar, jalan pintas tersebut adalah menggugurkan kandungan (aborsi). Aborsi memiliki resiko...
- a. Kelainan jantung
  - b. Kelainan tingkah laku
  - c. Gangguan pernapasan
  - d. Meningkatkan kecemasan
  - e. Pendarahan sampai kematian