



## **Tautan Belajar Evaluasi Materi**

Temanggung

JENIS UJIAN : UAS  
MATA PELAJARAN : Swamedikasi  
KODE SOAL : FARF605

---

1. Kondisi saat seseorang mengalami kesulitan untuk tidur atau tidak bisa tidur cukup lama sesuai dengan waktu yang dibutuhkan tubuh meski dia memiliki kesempatan untuk melakukannya disebut sebagai....

- a. Stress
- b. Kelelahan
- c. Kecemasan
- d. Mengantuk
- e. Insomnia

2. Berikut adalah yang termasuk penyebab dan gejala insomnia, kecuali....

- a. Kesulitan untuk memulai tidur pada malam hari
- b. Sering terbangun pada Tengah malam atau bangun terlalu pagi
- c. Bangun tidur dengan tubuh yang lelah
- d. Berolahraga secara teratur
- e. Kekhawatiran akan tidur

3. Penyebab sifat adiktif pada rokok adalah karena adanya kandungan....

- a. Tar
- b. Karbon monoksida
- c. Nikotin
- d. Arsenic
- e. Aseton

4. Durasi terapi pengganti nikotin berkisar selama....

- a. 1 bulan
- b. 3 bulan ✓
- c. 5 bulan
- d. 7 bulan
- e. 9 bulan

5. Beberapa bentuk terapi pengganti nikotin, kecuali....

- a. Sirup ✓
- b. Permen karet
- c. Koyo
- d. Tablet
- e. Inhaler

6. Manfaat berhenti merokok selama 24-28 jam adalah....

- a. Tekanan darah, denyut jantung dan aliran darah tepi membaik
- b. Tingkat CO di dalam darah menjadi normal
- c. Nikotin mulai tereliminasi dari tubuh ✓
- d. Resiko penyakit jantung koroner menurun
- e. Resiko kanker paru berkurang

7. Manfaat berhenti merokok selama 1 tahun adalah....

- a. Tekanan darah, denyut jantung dan aliran darah tepi membaik
- b. Tingkat CO di dalam darah menjadi normal
- c. Nikotin mulai tereliminasi dari tubuh
- d. Resiko penyakit jantung koroner menurun ✓
- e. Resiko kanker paru berkurang

8. Prinsip dasar terapi pengganti nikotin adalah....

- a. Menggantikan nikotin darah sehingga dapat mengurangi gejala-gejala berhenti merokok ✓

- b. Mengurangi jumlah rokok secara berangsur-angsur
- c. Kenali waktu dan situasi dimana paling sering merokok
- d. Berhenti merokok seketika atau total
- e. Motivasi, yakni bulatkan tekad untuk berhenti merokok

9. Obesitas atau kelebihan berat badan merupakan penyebab....

- a. Stress
- b. Kelelahan dan mengantuk
- c. Insomnia
- d. Kecemasan
- e. Depresi

10. Berikut ini adalah cara untuk mengatasi insomnia, kecuali...

- a. Tidur dan bangun dalam periode waktu yang teratur
- b. Makan makanan yang mengandung rendah karbohidrat sebelum tidur
- c. Berolahraga secara teratur
- d. Mandi dengan air hangat 30 menit atau 1 jam sebelum tidur
- e. Mengonsumsi kopi atau minuman keras secara berlebihan

11. Sesuatu yang dikonsumsi secara oral dalam dosis tertentu dalam bentuk pil, kapsul, bubuk atau cairan dan dinyatakan dapat mempengaruhi kesehatan disebut....

- a. Multivitamin
- b. Obat herbal
- c. Suplemen Nonvitamin Nonmineral
- d. Suplemen makanan
- e. Asam folat

12. Kombinasi dari banyak vitamin berbeda dalam bentuk tablet, kapsul, bubuk ataupun cairan yang berguna untuk memenuhi kebutuhan vitamin yang dibutuhkan oleh tubuh disebut....

- a. Multivitamin
- b. Obat herbal
- c. Suplemen Nonvitamin Nonmineral
- d. Suplemen makanan

e. Asam folat

13. Jenis nutrisi yang tidak dapat diproduksi secara alami oleh tubuh sehingga perlu dipenuhi melalui asupan makanan adalah....

- a. Vitamin A
- b. Vitamin B9
- c. Vitamin C
- d. Vitamin E
- e. Vitamin D

14. Salah satu suplemen yang mampu membantu menjaga kesehatan jantung dan memelihara fungsi otak adalah....

- a. Zat tembaga
- b. Zat besi
- c. Asam lemak omega-3
- d. Asam folat
- e. Kalsium

15. Jumlah dosis yang disarankan jika mengalami kekurangan vitamin D adalah....

- a. 500 IU/hari
- b. 1000 IU/hari
- c. 3000 IU/hari
- d. 5000 IU/hari
- e. 7000 IU/hari

16. Dietary supplements yang dapat dikonsumsi untuk membantu menjaga kepadatan tulang serta menurunkan resiko terjadinya osteoporosis adalah....

- a. Betakaroten
- b. Kalsium
- c. Asam folat
- d. Sangobion
- e. Glukosamin

17. Contoh suplemen Nonvitamin Nonmineral (NVNM) adalah....

- a. Betakaroten
- b. Kalsium
- c. Asam folat
- d. Sangobion
- e. Glukosamin

18. Saran konsumsi suplemen yang mengandung asam lemak omega-3 adalah....

- a. Satu kali dalam seminggu
- b. Dua kali dalam seminggu
- c. Tiga kali dalam seminggu
- d. Empat kali dalam seminggu
- e. Lima kali dalam seminggu

19. Berikut adalah suplemen nonvitamin nonmineral (NVNM), kecuali....

- a. Glukosamin
- b. Probiotik
- c. Gingseng
- d. Kalsium
- e. Gingko biloba

20. Suplemen yang penting yang selalu diberikan kepada ibu hamil guna mengurangi resiko kelainan pada janin adalah....

- a. Vitamin A
- b. Vitamin B9
- c. Vitamin C
- d. Vitamin E
- e. Vitamin D

21. Bahan atau ramuan bahan yang berupa bahan tumbuhan, bahan hewan, bahan mineral,

sediaan galenik atau campuran dari bahan-bahan tersebut yang secara tradisional telah digunakan sebagai pengobatan berdasarkan pengalaman disebut sebagai....

- a. Pengobatan tradisional
- b. Obat tradisional
- c. Jamu
- d. Obat herbal terstandar
- e. Fitofarmaka

22. Jamu adalah....

- a. Obat tradisional Indonesia berdasarkan data empiris dan tidak memerlukan pembuktian ilmiah sampai dengan klinis
- b. Obat tradisional Indonesia berdasarkan data empiris yang memerlukan pembuktian ilmiah sampai dengan klinis
- c. Obat tradisional yang telah dibuktikan khasiat dan keamanannya secara pra-klinis (terhadap hewan percobaan) dan lolos uji toksisitas akut maupun kronis
- d. Obat tradisional yang telah teruji khasiatnya melalui uji praklinis (pada hewan percobaan) dan uji klinis (pada manusia) serta terbukti keamanannya melalui uji toksisitas
- e. Obat yang dibuat dari bahan yang terstandar seperti ekstrak yang memenuhi parameter mutu serta dibuat secara higienis

23. Obat tradisional yang telah teruji khasiatnya melalui uji praklinis (pada hewan percobaan) dan uji klinis (pada manusia) serta terbukti keamanannya melalui uji toksisitas disebut sebagai....

- a. Jamu
- b. Obat herbal terstandar
- c. Fitofarmaka
- d. Obat herbal
- e. Obat tradisional

24. Dibawah ini merupakan contoh Jamu, kecuali....

- a. Diapet
- b. Kuku Bima Gingseng
- c. Jamu nyonya mener
- d. Jamu air mancur
- e. Tolak angin

25. Contoh Obat Herbal Terstandar adalah....

- a. Diapet
- b. Kuku Bima Gingseng
- c. Jamu nyonya mener
- d. Jamu air mancur
- e. Tolak angin

26. Contoh Fitofarmaka adalah....

- a. Kuku Bima Gingseng
- b. Stimuno
- c. Antangin
- d. Lelap
- e. Tolak angin

27. Penggunaan obat tradisional sebagai complementary medicine adalah....

- a. Ketika melakukan pengobatan ini bersama dengan pengobatan konvensional
- b. Ketika Anda melakukan pengobatan ini sebagai pengganti pengobatan konvensional
- c. Ketika Anda melakukan pengobatan secara tepat dalam pemilihan bahan
- d. Ketika Anda tepat dosis dalam melakukan pengobatan tradisional
- e. Ketika Anda tepat waktu dan cara penggunaan dalam pengobatan tradisional

28. Di bawah ini yang merupakan tepat cara penggunaan obat tradisiopnal adalah....

- a. Penggunaan tanaman obat antara satu dengan yang lainnya tidak boleh disamakan
- b. Penggunaan obat tradisional tidak boleh digunakan pada waktu yang sama
- c. Pemakaian obat tradisional tidak boleh sembarangan dan berlebihan
- d. Tidak semua tanaman dapat berkhasiat sebagai pengobatan
- e. Obat tradisional bebas diperoleh tanpa resep dokter

29. Dalam pemakaian obat tradisional tidak boleh sembarangan dan berlebihan, termasuk dalam

**kategori....**

- a. Tepat pemilihan obat
- b. Tepat dosis
- c. Tepat waktu penggunaan
- d. Tepat cara penggunaan
- e. Tepat telaah informasi

**30. Dalam penggunaan obat tradisional perlu diberikan jeda waktu tidak boleh digunakan bersamaan, termasuk dalam kategori....**

- a. Tepat pemilihan obat
- b. Tepat dosis
- c. Tepat waktu penggunaan
- d. Tepat cara penggunaan
- e. Tepat telaah informasi

**31. Instrumen, apparatus, mesin dan/atau implant yang tidak mengandung obat yang digunakan untuk mencegah, mendiagnosis, menyembuhkan dan meringankan penyakit, merawat orang sakit, memulihkan kesehatan pada manusia, dan/atau membentuk struktur dan memperbaiki fungsi tubuh disebut sebagai....**

- a. Alat kesehatan
- b. Obat konvensional
- c. Obat tradisional
- d. Obat-obatan umum
- e. Instrumen kesehatan

**32. Alat kesehatan yang digunakan untuk menutup luka adalah....**

- a. Plester
- b. Gunting
- c. Pinset
- d. Termometer
- e. Sarung tangan medis

**33. Di bawah ini merupakan alat kesehatan yang digunakan untuk kondisi yang lebih darurat,**



kecuali....

- a. Inhaler
- b. Nebulizer
- c. Tensimeter
- d. Termometer
- e. Tabung oksigen

34. Alat kesehatan yang berfungsi untuk menyalurkan obat-obatan melalui saluran pernapasan dan digunakan dengan cara dihirup adalah....

- a. Inhaler dan nebulizer
- b. Tensimeter
- c. Termometer
- d. Tabung oksigen
- e. Alat tes gula darah

35. Alat kesehatan yang berfungsi untuk mengukur tekanan darah adalah adalah....

- a. Inhaler dan nebulizer
- b. Tensimeter
- c. Termometer
- d. Tabung oksigen
- e. Alat tes gula darah

36. Alat kesehatan yang berfungsi untuk mengukur detak jantung dan kadar oksigen dalam darah adalah adalah....

- a. Inhaler dan nebulizer
- b. Tensimeter
- c. Pulse oximeter
- d. Tabung oksigen
- e. Alat tes gula darah

37. Alat kesehatan yang umum digunakan untuk terapi pengobatan bagi penderita penyakit kronis seperti asma, PPOK, stroke dan gagal jantung adalah....

- a. Inhaler dan nebulizer

- b. Tensimeter
- c. Pulse oximeter
- d. Tabung oksigen
- e. Alat tes gula darah

38. Alat kesehatan yang digunakan untuk memeriksa kadar gula darah adalah....

- a. Inhler dan nebulizer
- b. Tensimeter
- c. Pulse oximeter
- d. Tabung oksigen
- e. Alat tes gula darah

39. Alat kesehatan yang digunakan untuk memeriksa suhu tubuh adalah....

- a. Inhler dan nebulizer
- b. Tensimeter
- c. Pulse oximeter
- d. Tabung oksigen
- e. Termometer

40. Obat-obatan umum yang harus tersedia di rumah sebagai pbat nyeri dan pereda demam adalah....

- a. Obat batuk
- b. Paracetamol
- c. Obat antihistamin
- d. Larutan antiseptik
- e. Cairan alkohol

41. Penyakit kulit yang disebabkan oleh infeksi bakteri *Staphylococcus aureus* dan ditandai dengan adanya lepuhan berisi cairan adalah ...

- a. Eksim
- b. Impetigo
- c. Psoriasis
- d. Dermatitis kontak

e. Vitiligo

42. Gangguan kulit yang ditandai dengan bercak putih yang muncul akibat berkurangnya melanin disebut ...

a. Albinisme

b. Dermatitis

c. Vitiligo

d. Psoriasis

e. Kurap

43. Jerawat disebabkan oleh gangguan pada ...

a. Sistem imun

b. Kelenjar keringat

c. Kelenjar minyak

d. Melanosit

e. Pembuluh darah

44. Penyakit kulit yang disebabkan oleh infeksi jamur pada kulit kepala adalah ...

a. Skabies

b. Tinea capitis

c. Herpes zoster

d. Melanoma

e. Psoriasis

45. Gejala utama penyakit dermatitis atopik adalah ...

a. Kemerahan dan gatal pada kulit

b. Kulit mengelupas dan nyeri

c. Kulit memucat

d. Bintik-bintik hitam

e. Luka bernanah

46. Berikut ini yang merupakan faktor risiko utama terjadinya melanoma adalah ...

- a. Paparan sinar matahari berlebihan
- b. Konsumsi makanan pedas
- c. Kebersihan diri yang buruk
- d. Alergi makanan
- e. Pola tidur yang buruk

47. Penyakit kulit yang disebabkan oleh kutu yang hidup di bawah permukaan kulit adalah ...

- a. Kurap
- b. Skabies
- c. Eksim
- d. Psoriasis
- e. Herpes

48. Penyebab utama penyakit psoriasis adalah ...

- a. Infeksi bakteri
- b. Gangguan autoimun
- c. Infeksi virus
- d. Infeksi jamur
- e. Kutu kulit

49. Berikut ini yang termasuk penyakit kulit akibat alergi adalah ...

- a. Dermatitis kontak
- b. Herpes
- c. Tinea pedis
- d. Impetigo
- e. Skabies

50. Infeksi jamur pada kaki yang menyebabkan kulit pecah-pecah disebut ...

- a. Tinea pedis
- b. Tinea corporis
- c. Tinea capitis

d. Herpes zoster

e. Albinisme

51. Gangguan pada mata yang ditandai dengan lensa mata yang kehilangan elastisitas sehingga sulit melihat benda dekat disebut ...

a. Miopia

b. Hipermetropia

c. Presbiopia

d. Astigmatisme

e. Katarak

52. Penyakit mata yang disebabkan oleh infeksi bakteri *Chlamydia trachomatis* dan dapat menyebabkan kebutaan adalah ...

a. Glaukoma

b. Konjungtivitis

c. Trachoma

d. Katarak

e. Miopia

53. Kondisi mata yang tidak dapat memfokuskan cahaya secara merata karena kelengkungan kornea yang tidak sempurna disebut ...

a. Presbiopia

b. Astigmatisme

c. Hipermetropia

d. Glaukoma

e. Miopia

54. Penyakit telinga yang disebabkan oleh infeksi bakteri atau virus di telinga bagian tengah disebut ...

a. Otitis media

b. Otosklerosis

c. Tinnitus

d. Presbikusis

e. Vertigo

55. Gangguan telinga yang ditandai dengan suara berdenging tanpa sumber suara eksternal disebut ...

a. Vertigo

b. Otosklerosis

c. Tinnitus

d. Otitis eksterna

e. Presbikusis

56. Glaukoma terjadi akibat tekanan tinggi pada bola mata yang dapat menyebabkan ...

a. Buta warna

b. Kebutaan permanen

c. Miopia

d. Astigmatisme

e. Katarak

57. Gangguan pada hidung yang ditandai dengan peradangan pada sinus dan menyebabkan rasa nyeri di wajah adalah ...

a. Polip hidung

b. Rinitis alergi

c. Sinusitis

d. Epitaksis

e. Faringitis

58. Gangguan telinga yang menyebabkan seseorang mengalami kehilangan pendengaran akibat proses penuaan disebut ...

a. Otitis media

b. Tinnitus

c. Presbikusis

d. Otosklerosis

e. Vertigo

59. Katarak terjadi ketika ...

- a. Tekanan di dalam mata meningkat
- b. Lensa mata menjadi keruh
- c. Kornea mata tidak rata
- d. Otot mata melemah
- e. Retina mata rusak

60. g yang ditandai dengan pertumbuhan jaringan abnormal di dalam rongga hidung disebut ...

- a. Sinusitis
- b. Polip hidung
- c. Rinitis
- d. Epistaksis
- e. Tonsilitis

61. Penyakit yang menyerang sistem reproduksi wanita akibat infeksi bakteri *Neisseria gonorrhoeae* disebut ...

- a. Sifilis
- b. Gonore
- c. Herpes genital
- d. Kanker serviks
- e. HIV/AIDS

62. Endometriosis adalah kondisi gangguan reproduksi pada wanita yang terjadi ketika ...

- a. Sel telur tidak dibuahi
- b. Jaringan endometrium tumbuh di luar rahim
- c. Hormon estrogen menurun
- d. Terjadi infeksi pada saluran reproduksi
- e. Plasenta tidak berkembang

63. Penyakit menular seksual yang ditandai dengan luka pada alat kelamin dan disebabkan oleh bakteri *Treponema pallidum* adalah ...

- a. Gonore
- b. Herpes genital
- c. Sifilis
- d. Klamidis
- e. HIV/AIDS

64. Salah satu gejala utama kanker serviks pada wanita adalah ...

- a. Nyeri saat berhubungan
- b. Gangguan menstruasi
- c. Perdarahan di luar siklus menstruasi
- d. Infeksi saluran kemih
- e. Pembengkakan kelenjar getah bening

65. Penyakit yang ditandai dengan munculnya benjolan atau kutil di sekitar alat kelamin akibat infeksi virus HPV adalah ...

- a. Gonore
- b. Herpes genital
- c. Klamidia
- d. Kanker serviks
- e. Kutil kelamin

66. Gangguan reproduksi yang menyebabkan pria mengalami pembengkakan dan nyeri pada testis akibat infeksi virus adalah ...

- a. Prostatitis
- b. Epididimitis
- c. Orkitis
- d. Kanker testis
- e. Infertilitas

67. Penyebab utama infertilitas pada pria adalah ...

- a. Kelebihan hormon estrogen



- b. Penyumbatan saluran sperma
- c. Gangguan siklus menstruasi
- d. Penurunan hormon progesteron
- e. Kehamilan ektopik

68. Herpes genital disebabkan oleh virus ...

- a. Human Papillomavirus (HPV)
- b. Herpes Simplex Virus (HSV)
- c. Human Immunodeficiency Virus (HIV)
- d. Varicella Zoster Virus
- e. Epstein-Barr Virus

69. Penyakit menular seksual yang dapat menyebabkan kemandulan jika tidak ditangani dengan baik adalah ...

- a. Gonore
- b. Sifilis
- c. Klamidia
- d. Herpes genital
- e. HIV/AIDS

70. Kehamilan ektopik adalah kondisi di mana ...

- a. Sel telur dibuahi di saluran tuba
- b. Janin berkembang di luar rahim
- c. Plasenta tidak berkembang
- d. Sel telur gagal dibuahi
- e. Hormon progesteron menurun