

SECTION A: 25 MARKS
BAHAGIAN A: 25 MARKAH

INSTRUCTION:

This section consists of **TWENTY (20)** objective questions.

ARAHAN:

Bahagian ini mengandungi DUA PULUH (20) soalan objektif.

CLO1
C1

1. Unilateral relationship between parents and children, children are victims of punishment by their parents. This statement refers to:

Hubungan unilateral antara ibu bapa dan anak-anak, anak-anak adalah mangsa hukuman oleh ibu bapa mereka. Pernyataan ini merujuk kepada:

- A. Democratic
Demokrasi
- B. Laissez-faire
Laissez-faire
- C. Autocratic
Autokratik
- D. Early experience
Pengalaman awal

CLO1
C1

2. Psychologist _____ found that personality is a chain of behavior of a person that occurs under certain circumstances.

Ahli psikologi _____ mendapati personaliti adalah rantaian tingkah laku seseorang yang berlaku dalam keadaan tertentu.

- A. Andrew B. Cider
Andrew B. Cider
- B. Mischel (1976)
Mischel (1976)
- C. Allport
Allport
- D. Krech & Associates (1976)
Krech & Associates (1976)

CLO1
C2

3. Children feel fearful, insecure and less self-confident when they live in dangerous neighborhood where burglary often happens.

Kanak-kanak berasa takut, tidak selamat dan kurang keyakinan diri apabila mereka tinggal di kawasan kejiranan yang mana kes kecurian kerap berlaku.

The above statement refers to:

Kenyataan di atas merujuk kepada:

- A. Family
Keluarga
- B. Colleagues
Rakan-rakan
- C. Early experience
Pengalaman awal
- D. Society
Masyarakat

CLO1
C2

4. The following list is a genetic that plays a big role in the process of moulding children's personality, **EXCEPT**:

*Berikut adalah senarai genetik yang memainkan peranan yang besar dalam proses pembentukan personaliti kanak-kanak, **KECUALI**:*

- A. Illness
Penyakit
- B. Thinking skills
Kemahiran berfikir
- C. Physical size
Saiz fizikal
- D. Temper
Amarah

CLO1
C1

5. The following factors to be considered on planning a balanced menu, **EXCEPT**:

Faktor-faktor berikut perlu dipertimbangkan dalam perancangan menu yang seimbang, KECUALI:

- A. Flavours
Perasa
- B. Colours
Warna
- C. Textures
Tekstur
- D. Appearance
Penampilan

CLO1
C1

6. Which of the followings are **TRUE** about carbohydrates?

*Manakah antara berikut **BENAR** berkenaan karbohidrat?*

- i. Can be grouped into two categories: simple and complex
Boleh dikategorikan kepada dua: mudah dan kompleks
 - ii. Main source of carbohydrates is from animal products like meat, fish and eggs
Sumber utama karbohidrat adalah dari produk berasaskan haiwan seperti daging, ikan dan telur
 - iii. Carbohydrates helps to control our body temperature and carries nutrients from our cells, which are needed for cells to function
Karbohidrat membantu mengawal suhu badan dan menyimpan nutrien dari sel badan yang diperlukan untuk sel badan berfungsi
 - iv. Sources of carbohydrates include grain product such as breads, cereals and rice
Sumber karbohidrat termasuklah produk bijirin seperti roti, bijirin dan beras
- A. i, iv
 - B. ii, iii
 - C. i, iii
 - D. iii, iv

CLO1
C2

7. Which of the following is **NOT TRUE** about safety guidelines before exercising?

*Antara berikut, yang manakah **TIDAK BENAR** tentang garis panduan keselamatan sebelum bersenam?*

- A. Do not exercise when you are sick or feeling unwell
Jangan bersenam apabila anda sakit atau berasa tidak sihat
- B. Dress appropriately and comfortably regarding the type of exercise you want to do
Berpakaian yang sesuai dan selesa untuk jenis senaman yang anda ingin lakukan
- C. Do aerobic exercise such as brisk walking, jogging, swimming or stair climbing
Lakukan senaman aerobik seperti berjalan pantas, berjoging, berenang atau menaiki tangga
- D. Exercise within an hour after eating
Bersenam dalam masa sejam selepas makan

CLO1
C2

8. Which of the following is the **CORRECT** formula to calculate Body Mass Index?

*Yang manakah formula yang **BETUL** untuk mengira Indeks Jisim Badan?*

- A. $BMI = \frac{\text{Weight (kg)}}{\text{Height (m)}}$
 $BMI = \frac{\text{Berat (kg)}}{\text{Tinggi (m)}}$
- B. $BMI = \frac{\text{Height (m)}}{\text{Weight (kg)}}$
 $BMI = \frac{\text{Tinggi (m)}}{\text{Berat (kg)}}$
- C. $BMI = \frac{\text{Weight (kg)}}{\text{Weight (kg) x Height (m)}}$
 $BMI = \frac{\text{Berat (kg)}}{\text{Tinggi (m) x Tinggi (m)}}$
- D. $BMI = \frac{\text{Height (m)}}{\text{Weight (kg) x Height (m)}}$
 $BMI = \frac{\text{Tinggi (m)}}{\text{Berat (kg) x Tinggi (m)}}$

CLO1
C1

- 9.
- Keep on complaining about the things that she feels unsatisfied with
Sentiasa mengadu dengan perkara yang dia tidak puashati
 - Cannot enjoy life anymore
Tidak dapat menikmati kehidupan lagi
 - Too much conflict in a person's life
Terlalu banyak konflik dalam kehidupan seseorang

The above factors refer to:

Faktor di atas merujuk kepada:

- A. Healthy mind
Minda sihat
- B. Critical thinking
Pemikiran kritikal
- C. Logical thinking
Pemikiran logik
- D. Unhealthy mind
Minda tidak sihat

CLO1
C1

10. There are _____ steps in problem solving and decision-making processes

Terdapat _____ langkah di dalam proses penyelesaian masalah dan membuat keputusan

- A. Eight
Lapan
- B. Four
Empat
- C. Ten
Sepuluh
- D. Seven
Tujuh

CLO1
C111. Which of the following is **NOT** the characteristics of a healthy mind?*Manakah di antara berikut **BUKAN** ciri-ciri minda yang sihat?*

- A. Flexibility
Kebolehsuaian
- B. Balance
Keseimbangan
- C. Resilience
Ketahanan
- D. Self-reliant
Berdikari

CLO1
C2

12. "Being involved in community gives a sense of purpose and satisfaction that paid work cannot."

Which of the following **BEST** illustrates the method of keeping a healthy mind for the above statement?

"Terlibat dalam komuniti memberikan rasa bermatlamat dan kepuasan yang tidak dapat diperolehi daripada kerja berbayar."

*Yang manakah di antara berikut **TERBAIK** menggambarkan cara untuk mengekalkan minda yang sihat bagi pernyataan di atas?*

- A. volunteer
sukarela
- B. accept compliments
menerima pujian
- C. give and accept support
memberi dan menerima sokongan
- D. take a realistic approach
mengambil pendekatan yang realistik

CLO1
C113. Which of the following statement **BEST** describes attitude?

*Yang manakah di antara pernyataan berikut **TERBAIK** menerangkan sikap?*

- A. Attitude is a proper or correct conduct or deportment
Sikap ialah tingkah laku atau kelakuan yang wajar atau betul
- B. Attitude is a typical pattern of thinking, feeling and behavior
Sikap ialah corak pemikiran, perasaan dan tingkah laku tipikal
- C. Attitude is the ability to influence and guide others towards achievement of goals
Sikap ialah kebolehan untuk mempengaruhi dan dan membimbing orang lain ke arah pencapaian matlamat
- D. the way you communicate your mood to others or a way of thinking about somebody or something
Cara anda menyampaikan perasaan anda kepada orang lain atau cara berfikir tentang seseorang atau sesuatu

CLO1
C1

14. Cognitive component of attitudes refers to _____

Komponen kognitif bagi sikap merujuk kepada _____

- A. a person's tendency to behave in a particular way toward an object
kecenderungan seseorang untuk berkelakuan dengan cara tertentu terhadap objek
- B. the part of attitude that reflects the intention of a person in the short-run or long run
sebahagian tingkah laku yang mencerminkan niat seseorang dalam jangka pendek atau panjang
- C. the belief, thought and attribute that would normally being associated with an object
kepercayaan, pemikiran dan sifat yang biasanya dikaitkan dengan objek
- D. the feeling or emotion that are brought to the surface about something
perasaan atau emosi yang ditonjolkan terhadap sesuatu

CLO1
C2

15. "It refers to all physical, psychological, social or organizational aspects of a job that require continuous physical and/or psychological effort. It has been identified as one of the most common sources of job-related stress."

The above statement **BEST** refers to _____

"Ia merujuk kepada semua aspek fizikal, psikologikal, sosial atau organisasi sesuatu pekerjaan yang memerlukan usaha fizikal dan/atau psikologikal yang berterusan. Ia dikenalpasti sebagai salah satu sumber tekanan berkaitan kerja yang paling biasa."

Pernyataan di atas **TERBAIK** merujuk kepada _____

- A. job demands
kehendak pekerjaan
- B. abrupt change
perubahan mendadak
- C. changing job
bertukar kerja
- D. laid off
diberhentikan kerja

CLO1
C2

16.

- Lack of trust
Kurang kepercayaan
- No reward or recognition
Tiada ganjaran atau penghargaan
- No clear direction and vision
Tiada halatuju atau visi yang jelas

The above are some situations that lead to stress caused by _____.

Di atas adalah beberapa situasi yang membawa kepada tekanan yang disebabkan oleh _____.

- A. social
sosial
- B. job security
keselamatan kerja
- C. internal/emotional conflict
konflik dalaman/emosional
- D. conflicts with supervisor
konflik dengan penyelia

CLO1
C217. Identify a statement that is **NOT TRUE** about women's dress code.*Kenalpasti pernyataan yang **TIDAK BENAR** tentang kod berpakaian bagi wanita.*

- A. Learn and know what style suits you
Pelajari dan tahu gaya apakah yang bersesuaian dengan anda
- B. Two to three colored clothes are the best choice
Pakaian dua ke tiga warna adalah pilihan terbaik
- C. Choose a strong fragrance to help mask the body odor
Pilih wangian yang kuat untuk membantu menutup bau badan
- D. Use thin, light and sweat absorbent fabric during the day
Gunakan fabrik yang nipis, ringan dan menyerap peluh pada waktu siang

CLO1
C2

18.

- Influence by past experience
Dipengaruhi oleh pengalaman lalu
- Reflection of current level of self-esteem
Mencerminkan tahap harga diri semasa

Identify the types of image for the above statements.

Kenalpasti jenis imej bagi pernyataan-pernyataan di atas.

- A. Self-image
Imej sendiri
- B. Received image
Imej yang diterima
- C. Perceived image
Imej yang dirasakan
- D. Required image
Imej yang diperlukan

CLO1
C2

19. Choose the **CORRECT** statement that is related to basic principles of table manners.

*Pilih pernyataan yang **BENAR** yang berkaitan dengan prinsip asas adab di meja makan.*

- A. Do personal grooming at the desk
Melakukan dandanan peribadi di meja
- B. It is acceptable to place your elbows on the table while eating
Adalah tidak mengapa untuk meletakkan siku anda di meja ketika sedang makan
- C. Leave the table only after the VIPs or Guest of Honour has left
Tinggalkan meja hanya selepas VIPs atau Tetamu Kehormat keluar
- D. Personal belongings such as mobile phone or handbag should be place on the table
Barangan peribadi seperti telefon bimbit dan beg tangan hendaklah diletakkan di atas meja

CLO1
C2

20. Identify a statement that is **NOT** related to the rules of making an introduction.

*Kenalpasti pernyataan yang **TIDAK** berkaitan dengan peraturan semasa melakukan perkenalan.*

- A. Shake hand firmly
Berjabat tangan dengan kemas
- B. Repeat the person's name
Mengulang nama orang tersebut
- C. Stand up while introducing yourself
Berdiri ketika memperkenalkan diri
- D. Smile cynically and maintain eye contact
Senyum sinis dan kekalkan pandangan mata

SECTION B: 75 MARKS
BAHAGIAN B: 75 MARKAH

INSTRUCTION:

This section consists of **THREE (3)** structured questions. Answer **ALL** question.

ARAHAN:

Bahagian ini mengandungi TIGA (3) soalan struktur. Jawab SEMUA soalan.

QUESTION 1

SOALAN 1

- CLO1
C1 (a) List **FIVE (5)** characteristics of an introvert person.
Senaraikan LIMA (5) ciri-ciri orang yang introvet.
- [5 marks]
[5 markah]
- CLO1
C1 (b) Describe **FIVE (5)** personality traits of a secretary.
Nyatakan LIMA (5) ciri peribadi seorang setiausaha.
- [10 marks]
[10 markah]
- CLO1
C2 (c) Explain **FIVE (5)** factors under environment that can influence personality.
Terangkan LIMA (5) faktor-faktor di bawah persekitaran yang boleh mempengaruhi personaliti.
- [10 marks]
[10 markah]

QUESTION 2**SOALAN 2**

- CLO1
C1 (a) List and describe TWO (2) types of attitude.
Senarai dan huraikan DUA (2) jenis sikap.
- [5 marks]
[5 markah]
- CLO1
C2 (b) Explain FIVE (5) adjustments to develop a positive attitude.
Terangkan LIMA (5) pelarasan untuk membentuk sikap positif.
- [10 marks]
[10 markah]
- CLO1
C2 (c) Identify any FIVE (5) habits of highly effective people.
Kenalpasti mana-mana LIMA (5) tabiat orang yang efektif.
- [10 marks]
[10 markah]

QUESTION 3**SOALAN 3**

- CLO1
C1 (a) Explain FIVE (5) common mistakes people probably make while dining.
Terangkan LIMA (5) kesilapan yang biasa dilakukan ketika menjamu selera.
- [10 marks]
[10 markah]
- CLO1
C2 (b) Discuss FIVE (5) things to avoid in an introduction in social ethics
Bincangkan LIMA (5) perkara yang perlu dielakkan semasa perkenalan di dalam etika sosial
- [5 marks]
[5 markah]

CLO1
C2

(c) Identify and explain **FIVE (5)** etiquettes as a newcomer at workplace.

*Kenal pasti dan jelaskan **LIMA (5)** etiket sebagai pekerja baru di tempat kerja.*

[10 marks]

[10 markah]

**END OF QUESTION
SOALAN TAMAT**