UNIT 05 | PENDIDIKAN MORAL TINGKATAN 1 | SESI 2026

Serlahkan Potensi Diri

Nota, contoh dan 40 objektif

Potensi diri ialah bakat, kebolehan dan kekuatan yang boleh dikembangkan melalui pengalaman serta latihan. Unit ini membimbing anda mengenali diri berdasarkan bukti, menerima maklum balas dan merancang penambahbaikan. Potensi tidak terhad kepada keputusan peperiksaan. Kemahiran mendengar, mengurus, berkarya dan bekerjasama boleh digunakan untuk kesejahteraan serta diteroka bagi pembelajaran dan kerjaya masa depan.

Nama: _____ Kelas: _____

Tarikh: _____

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | KSSM

Latihan asli, bukan soalan rasmi atau ramalan peperiksaan. Tahap soalan dan markah ialah panduan latihan kendiri.

Daripada kefahaman kepada amalan

Kenali Kenal pasti bakat, kekuatan dan aspek diri yang perlu diperbaiki.	**Nilai** Gunakan contoh tindakan dan maklum balas untuk menyokong penilaian.
Rancang Pilih tugas, masa latihan dan bantuan yang sesuai dengan kemampuan.	**Amalkan** Laksanakan sumbangan selamat dan nilai manfaatnya bersama penerima.

Beri alasan, hormati perasaan dan cuba tindakan yang selamat dalam kehidupan harian.

Nota dan contoh berlangkah

5.1 Kenali kekuatan dan kelemahan

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.1

Mengenali diri bermula dengan memerhatikan perkara yang dapat dilakukan dan perkara yang masih mencabar. Kekuatan ialah kebolehan atau sifat yang membantu kita melaksanakan sesuatu dengan baik. Kelemahan ialah aspek yang memerlukan sokongan, latihan atau cara baharu. Gunakan contoh sebenar daripada pembelajaran dan kehidupan harian. Satu kegagalan tidak membuktikan seseorang lemah dalam semua perkara. Maklum balas guru, keluarga atau sahabat boleh melengkapkan pemerhatian sendiri tanpa menentukan seluruh nilai diri.

- Catat kebolehan bersama contoh yang dapat diperhatikan.
- Bezakan minat daripada tahap kemahiran semasa.
- Kenali aspek khusus yang perlu diperbaiki.
- Semak penilaian diri melalui maklum balas yang berhemah.

Kenali kekuatan dan kelemahan

Kenali	Bezakan	Catat
Kenal pasti contoh penyusunan bahan yang berjaya.	Asingkan kemahiran menyusun bahan daripada mengingat tarikh.	Catat satu kekuatan dan satu aspek untuk diperbaiki.

Hubungkan maklumat, alasan dan tindakan dalam situasi sebenar.

Contoh berlangkah: Ravi menyusun bahan kumpulan dengan baik tetapi kerap terlupa tarikh penghantaran.

1. Kenal pasti contoh penyusunan bahan yang berjaya.
2. Asingkan kemahiran menyusun bahan daripada mengingat tarikh.
3. Catat satu kekuatan dan satu aspek untuk diperbaiki.

Jawapan: Kekuatan Ravi ialah pengurusan bahan; dia perlu memperbaiki pengurusan tarikh tugasan.

Elak silap: Jangan melabel seluruh diri sebagai gagal hanya kerana satu tugasan sukar.

Cuba: Alya suka melukis tetapi belum dapat menghasilkan garisan kemas. Apakah dua perkara berbeza ini?

Minat Alya ialah melukis; kekemasan garisan ialah kemahiran yang masih perlu dilatih.

5.2 Rancang penambahbaikan yang realistik

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.2

Kelemahan lebih mudah diperbaiki apabila masalah dikenal pasti secara khusus. Pilih sasaran kecil, cara latihan yang sesuai dan masa untuk menyemak kemajuan. Jika satu cara belum berkesan, dapatkan maklum balas dan ubah strategi. Meminta bantuan bukan tanda gagal. Pelan yang baik mengambil kira masa belajar, rehat dan tanggungjawab lain. Bandingkan hasil semasa dengan usaha terdahulu supaya kemajuan kecil turut dihargai, tanpa menjanjikan kejayaan serta-merta atau memaksa diri melebihi kemampuan.

• Pilih satu aspek khusus untuk dilatih.

• Tetapkan sasaran kecil yang dapat diperhatikan.

• Minta bantuan orang yang sesuai.

• Semak hasil dan ubah strategi jika perlu.

Rancang penambahbaikan yang realistik

Fokus	Latih	Semak
Kenal pasti kelajuan pertuturan sebagai aspek latihan.	Latih satu perenggan dengan jeda pada tanda baca.	Minta rakan memberi maklum balas tentang kejelasan.

Hubungkan maklumat, alasan dan tindakan dalam situasi sebenar.

Contoh berlangkah: Suri sering bercakap terlalu laju ketika membentangkan hasil kumpulan.

1. Kenal pasti kelajuan pertuturan sebagai aspek latihan.

2. Latih satu perenggan dengan jeda pada tanda baca.

3. Minta rakan memberi maklum balas tentang kejelasan.

Jawapan: Suri menilai kejelasan pertuturan dan melaras latihan berdasarkan maklum balas.

Elak silap: Latihan tanpa rehat atau meniru hasil orang lain tidak menggantikan pembelajaran sendiri.

Cuba: Bagaimanakah sasaran "mahu lebih pandai" boleh dijadikan khusus?

Contohnya, berlatih menerangkan satu isi selama dua minit dan meminta satu cadangan penambahbaikan.

5.3 Buktikan kekuatan melalui contoh

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.3

Kekuatan diri dapat dijelaskan dengan contoh tindakan dan hasilnya. Pernyataan bahawa seseorang rajin menjadi lebih jelas apabila disertai contoh latihan yang dibuat secara konsisten. Kebolehan akademik, seni, sukan, komunikasi dan pengurusan semuanya boleh menjadi kekuatan. Namun, pencapaian kumpulan tidak boleh didakwa sebagai usaha sendiri sepenuhnya. Nyatakan sumbangan dengan jujur, hargai bantuan orang lain dan kenali batas kebolehan semasa. Bukti yang sesuai membantu kita memilih peluang latihan seterusnya.

• Sebut kekuatan dan tindakan yang membuktikannya.

• Kaitkan tindakan dengan hasil yang relevan.

• Akui sumbangan ahli kumpulan lain.

• Gunakan bukti daripada lebih daripada satu pengalaman jika ada.

Buktikan kekuatan melalui contoh

Kenali	Semak	Hubungkan
Kenal pasti sifat yang didakwa, iaitu teliti.	Semak tindakan menyemak senarai dan mengenal pasti item tertinggal.	Hubungkan tindakan dengan senarai yang lebih lengkap.

Hubungkan maklumat, alasan dan tindakan dalam situasi sebenar.

Contoh berlangkah: Dina mendakwa dirinya teliti selepas menyemak senarai alat dan menemui dua item tertinggal.

1. Kenal pasti sifat yang didakwa, iaitu teliti.

2. Semak tindakan menyemak senarai dan mengenal pasti item tertinggal.

3. Hubungkan tindakan dengan senarai yang lebih lengkap.

Jawapan: Contoh itu menyokong kekuatan Dina dalam ketelitian, bukan membuktikan dia mahir dalam semua bidang.

Elak silap: Bilangan pujian atau tanda suka bukan satu-satunya bukti kebolehan.

Cuba: Apakah bukti bahawa seseorang pandai mendengar?

Dia memberi ruang orang lain bercakap dan dapat merumuskan maksud mereka dengan tepat.

5.4 Hargai keistimewaan tanpa merendahkan orang

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.4

Menghargai diri bermaksud menerima bahawa kebolehan dan pengalaman kita mempunyai nilai, sambil terbuka kepada pembelajaran. Kita boleh berbangga secara sederhana apabila berusaha atau membuat kemajuan. Perasaan selepas berjaya atau gagal mungkin berbeza antara individu. Elakkan perbandingan yang merendahkan diri atau orang lain. Mengakui kelemahan tidak menghapuskan kekuatan. Hargai juga sokongan dan peluang yang diterima, serta benarkan diri mencuba bidang baharu mengikut minat dan keperluan yang munasabah.

• Raikan usaha serta kemajuan, bukan kedudukan semata-mata.

• Terima pujian dengan sederhana.

• Hormati keistimewaan yang berbeza antara individu.

• Gunakan percakapan diri yang membina dan realistik.

Hargai keistimewaan tanpa merendahkan orang

Perhatikan	Akui	Hargai
Perhatikan perubahan berbanding latihan terdahulu.	Akui rasa kecewa jika ada tanpa menghina diri.	Hargai kemajuan dan pilih langkah latihan seterusnya.

Hubungkan maklumat, alasan dan tindakan dalam situasi sebenar.

Contoh berlangkah: Iman belum terpilih sebagai wakil kelas tetapi penerangannya kini lebih jelas.

1. Perhatikan perubahan berbanding latihan terdahulu.

2. Akui rasa kecewa jika ada tanpa menghina diri.

3. Hargai kemajuan dan pilih langkah latihan seterusnya.

Jawapan: Iman boleh menghargai kejelasan pertuturan yang bertambah sambil terus memperbaiki kelemahan.

Elak silap: Menghargai diri tidak bermaksud menganggap diri sentiasa betul atau lebih bernilai daripada orang lain.

Cuba: Bolehkah seseorang menghargai diri walaupun belum memenangi pertandingan?

Boleh, kerana usaha, kemajuan dan kebolehannya tetap bernilai tanpa kemenangan.

5.5 Gunakan potensi untuk kesejahteraan

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.5

Potensi menjadi bermanfaat apabila digunakan melalui tindakan yang sesuai. Kebolehan melukis boleh membantu menghasilkan panduan belajar, manakala kemahiran menyusun boleh memudahkan kerja bersama. Pilih sumbangan berdasarkan keperluan sebenar, kemampuan dan keselamatan. Jangan mengambil alih semua tugas atau menjanjikan perkara yang tidak mampu ditunaikan. Dapatkan persetujuan pihak terlibat, bekerjasama dan nilai hasil selepas aktiviti. Pengalaman ini memberi peluang mengembangkan kebolehan sambil menjaga keseimbangan hidup dan menghormati sumbangan orang lain.

• Padankan kebolehan dengan keperluan sebenar.

• Dapatkan persetujuan dan bahagikan tugas secara adil.

• Pilih aktiviti yang selamat serta mampu dilaksanakan.

• Nilai manfaat dan catat penambahbaikan selepas aktiviti.

Gunakan potensi untuk kesejahteraan

Tanya	Hasilkan	Semak
Tanya keperluan kumpulan dan semak maklumat dengan guru.	Hasilkan gambar ringkas bersama ahli lain.	Dapatkan maklum balas sebelum panduan digunakan.

Hubungkan maklumat, alasan dan tindakan dalam situasi sebenar.

Contoh berlangkah: Nadia suka melukis dan kumpulannya memerlukan panduan mengasingkan bahan kitar semula.

1. Tanya keperluan kumpulan dan semak maklumat dengan guru.

2. Hasilkan gambar ringkas bersama ahli lain.

3. Dapatkan maklum balas sebelum panduan digunakan.

Jawapan: Nadia menggunakan kebolehannya untuk membantu orang lain memahami panduan dengan lebih jelas.

Elak silap: Potensi bukan alasan untuk menunjuk-nunjuk atau mengawal semua keputusan kumpulan.

Cuba: Bagaimanakah murid yang pandai menyusun maklumat boleh membantu rakan?

Dengan menyediakan ringkasan yang tepat bersama rakan dan memberi ruang mereka memahami sendiri.

Latihan objektif

Pilih satu jawapan terbaik, A, B, C atau D. Setiap soalan membawa 1 markah latihan.

Markah saya: _____ / 40

01. Rizal menyusun alat dengan kemas tetapi sering lewat menyiapkan laporan. Penilaian diri manakah paling tepat?

A. Dia tidak mempunyai sebarang kekuatan.

B. Dia pasti mahir dalam semua tugas berkumpulan.

C. Dia perlu berhenti melakukan laporan.

D. Dia mahir menyusun alat tetapi perlu memperbaiki pengurusan masa.

M5Q01 | Asas | 5.1

02. Nina mahu mengenali kekuatan dirinya. Maklumat manakah paling berguna?

A. Bilangan barang mahal yang dimilikinya.

B. Kedudukan kawannya dalam pertandingan.

C. Andaian bahawa minatnya pasti sudah dikuasai.

D. Contoh tugas yang dilakukannya dengan baik dan maklum balas yang khusus.

M5Q02 | Asas | 5.1

03. Taufik suka bermain gitar tetapi masih sukar menukar kord. Apakah kesimpulan yang wajar?

A. Minatnya membuktikan dia pemain yang mahir.

B. Dia tidak patut mempunyai minat itu.

C. Kesukaran itu pasti tidak boleh berubah.

D. Dia berminat bermain gitar dan kemahiran kord masih perlu dilatih.

M5Q03 | Asas | 5.1

04. Guru berkata, "Susunan isi kamu jelas, tetapi suara agak perlahan." Apakah catatan kendiri yang paling tepat?

A. Semua bahagian pembentangan saya gagal.

B. Saya tidak perlu berlatih kerana susunan isi jelas.

C. Kekuatan saya ialah menyusun isi; kelantangan suara perlu diperbaiki.

D. Guru tidak mengiktiraf langsung usaha saya.

M5Q04 | Asas | 5.1

05. Selepas satu ujian sukar, Hana berkata, "Saya lemah dalam segala-galanya." Apakah respons paling membina?

A. Bandingkan dirimu hanya dengan murid yang mendapat markah terendah.

B. Mari semak bahagian yang sukar dan kenal pasti perkara yang telah kamu kuasai.

C. Ya, satu ujian cukup untuk menilai semua kebolehan.

D. Abaikan semua kesilapan supaya kamu sentiasa berasa hebat.

M5Q05 | Asas | 5.1

06. Farid mahu mengetahui sama ada dia pendengar yang baik. Bukti manakah sesuai?

A. Dia meneka maksud rakan sebelum rakan selesai.

B. Dia dapat merumuskan pandangan rakan dengan tepat selepas mendengarnya.

C. Dia selalu bercakap paling lama.

D. Dia mengelakkan semua perbincangan.

M5Q06 | Asas | 5.1

07. Mira menulis bahawa dia "kurang teratur". Catatan manakah menjadikan kelemahan itu lebih khusus?

A. Saya tidak sebaik semua orang lain.

B. Saya kerap terlupa membawa buku kerana tidak menyemak jadual.

C. Semua pelajaran tidak sesuai untuk saya.

D. Tiada apa-apa yang boleh saya lakukan.

M5Q07 | Asas | 5.1

08. Dua orang guru memberikan pandangan berbeza tentang kepimpinan Lee dalam dua aktiviti. Apakah langkah terbaik Lee?

A. Meneliti contoh tindakan dalam kedua-dua aktiviti sebelum membuat penilaian.

B. Menganggap kedua-dua guru pasti salah.

C. Menerima hanya pandangan yang memujinya.

D. Memutuskan bahawa dirinya langsung tidak mempunyai kekuatan.

M5Q08 | Asas | 5.1

09. Apakah sasaran paling khusus bagi murid yang sering terlupa tugasan?

A. Tidak melakukan sebarang kesilapan lagi.

B. Menyemak buku catatan tugasan sebelum pulang setiap hari persekolahan.

C. Menjadi murid terbaik dengan segera.

D. Menunggu guru mengingatkan setiap perkara.

M5Q09 | Asas | 5.2

10. Ali sukar memahami satu langkah pengiraan. Apakah tindakan yang paling membantu?

A. Menyalin jawapan rakan tanpa memahami langkah.

B. Menyembunyikan latihan agar tiada orang tahu.

C. Meminta guru menerangkan langkah itu dan mencuba contoh baharu.

D. Menghafal nombor jawapan bagi semua soalan.

M5Q10 | Asas | 5.2

11. Selepas seminggu berlatih, suara Devi masih kurang jelas. Apakah langkah seterusnya?

A. Mengelakkan bercakap selama-lamanya.

B. Berlatih tanpa rehat sehingga lewat malam.

C. Menganggap semua latihan tidak berguna.

D. Mendapatkan maklum balas tentang sebutan dan mengubah cara latihan.

M5Q11 | Asas | 5.2

12. Mengapakah pelan memperbaiki kelemahan perlu menyediakan masa rehat?

A. Supaya maklum balas guru tidak diperlukan.

B. Supaya semua latihan boleh ditangguhkan tanpa had.

C. Supaya kejayaan menjadi pasti tanpa usaha.

D. Supaya latihan dapat dilakukan secara seimbang bersama keperluan harian.

M5Q12 | Asas | 5.2

13. Sasaran Yana ialah menyiapkan tiga latihan ringkas dengan teliti. Apakah cara terbaik menyemak kemajuannya?

A. Menukar sasaran setiap kali sebelum berlatih.

B. Memilih kerja rakan untuk dihantar atas namanya.

C. Membandingkan ketepatan dan kesilapan latihan sendiri dari semasa ke semasa.

D. Mengira pujian dalam media sosial sahaja.

M5Q13 | Asas | 5.2

14. Aiman hanya mempunyai sedikit masa selepas membantu penjaganya. Pelan latihan manakah paling sesuai?

A. Latihan pendek pada masa dipersetujui dan semakan mingguan.

B. Tidak mencuba apa-apa kerana masanya terhad.

C. Meninggalkan semua tanggungjawab tanpa berbincang.

D. Memaksa latihan panjang setiap malam walaupun terlalu penat.

M5Q14 | Asas | 5.2

15. Mei gagal mencapai sasaran pertama untuk melukis bentuk dengan kemas. Apakah pembaikan pelan yang munasabah?

A. Menyimpulkan dirinya tiada kebolehan dalam apa-apa bidang.

B. Mengaku hasil orang lain sebagai hasilnya.

C. Mengecilkan sasaran kepada satu bentuk dan meminta tunjuk ajar.

D. Menghapuskan semua catatan supaya kesilapan tidak dilihat.

M5Q15 | Asas | 5.2

16. Rafi mahu lebih berani bertanya dalam kelas. Langkah awal manakah paling praktikal?

A. Mengganggu rakan supaya guru memberi perhatian.

B. Memaksa diri bercakap sepanjang pelajaran.

C. Menunggu sehingga tidak pernah berasa gementar lagi.

D. Menulis satu soalan dahulu dan bertanya pada masa yang sesuai.

M5Q16 | Asas | 5.2

17. Pernyataan manakah menjelaskan kekuatan secara paling berasas?

A. Saya menguasai semua perkara kerana menang sekali.

B. Saya hebat kerana saya berkata demikian.

C. Saya teliti kerana menyemak senarai dan mengesan dua alat yang tertinggal.

D. Saya pasti terbaik kerana kawan saya popular.

M5Q17 | Faham | 5.3

18. Kumpulan Santhia berjaya menyiapkan pameran. Bagaimanakah dia patut menjelaskan kekuatannya?

A. Semua kejayaan itu berlaku kerana saya seorang.

B. Ahli lain tidak mempunyai kebolehan kerana saya ketua.

C. Saya tidak boleh menyebut sebarang sumbangan sendiri.

D. Saya menyusun jadual, manakala ahli lain menyediakan bahan dan penerangan.

M5Q18 | Faham | 5.3

19. Apakah contoh kekuatan yang bukan bergantung pada markah peperiksaan?

A. Menenangkan perbincangan dengan mendengar pandangan semua ahli.

B. Memiliki beg yang paling baharu.

C. Menyimpan keputusan ujian orang lain.

D. Memilih pakaian yang paling mahal.

M5Q19 | Faham | 5.3

20. Johan mendakwa dia tekun. Bukti manakah paling menyokong dakwaan itu?

A. Dia membeli alat latihan tetapi tidak menggunakannya.

B. Dia meneruskan latihan berkala dan menyemak kesilapan selepas setiap sesi.

C. Dia bercakap tentang kejayaan tanpa mencuba.

D. Dia menyuruh rakan melakukan semua latihan.

M5Q20 | Faham | 5.3

21. Lina menerima banyak tanda suka pada gambar projeknya. Mengapakah dia masih perlu menilai hasil sebenar?

A. Tanda suka tidak semestinya menunjukkan ketepatan atau mutu kerja.

B. Populariti sentiasa membuktikan semua kemahiran.

C. Semua pujian mesti dianggap palsu.

D. Hasil kerja tidak boleh dinilai oleh sesiapa.

M5Q21 | Faham | 5.3

22. Hakim dapat menerangkan arahan kepada rakan sehingga mereka faham. Kekuatan manakah paling jelas dalam contoh ini?

A. Kemahiran membaiki peralatan elektrik.

B. Ketepatan melukis peta.

C. Komunikasi yang jelas.

D. Kepantasan berlari.

M5Q22 | Faham | 5.3

23. Ayu hanya pernah membantu satu aktiviti. Bagaimanakah dia patut menggambarkan kebolehannya secara jujur?

A. Saya pasti pakar mengurus semua acara.

B. Saya tidak pernah memerlukan bantuan sesiapa.

C. Saya lebih mahir daripada semua murid.

D. Dalam aktiviti itu, saya berjaya menyusun bahan mengikut kegunaan.

M5Q23 | Faham | 5.3

24. Nabil mahu memilih antara tugas pengacara dan penyusun bahan. Maklumat manakah paling membantu?

A. Dakwaan bahawa ketua mesti melakukan semua tugas.

B. Popularitи kelas lain sahaja.

C. Contoh pengalaman bercakap dan mengurus bahan serta maklum balas yang diterima.

D. Harga kasut ahli kumpulan.

M5Q24 | Faham | 5.3

25. Apakah contoh menghargai keistimewaan diri secara sederhana?

A. Menerima pujian atas usaha dan mengucapkan terima kasih kepada yang membantu.

B. Menolak semua pujian kerana belum menjadi juara.

C. Merendahkan rakan yang mempunyai minat berbeza.

D. Menganggap diri tidak perlu belajar lagi.

M5Q25 | Faham | 5.4

26. Syafiq belum memenangi pertandingan tetapi hasil lukisannya semakin kemas. Apakah yang wajar dihargainya?

A. Kemajuan kemahiran dan usaha yang telah dilakukan.

B. Hanya hadiah yang tidak diterimanya.

C. Dakwaan bahawa keputusan pertandingan tidak pernah penting kepada sesiapa.

D. Keupayaan mengejek peserta lain.

M5Q26 | Faham | 5.4

27. Kawan Rina pandai bersukan, manakala Rina pandai mengurus maklumat. Sikap manakah paling sesuai?

A. Menghargai kebolehan yang berbeza dan saling membantu.

B. Menganggap hanya bakat sukan mempunyai nilai.

C. Mendakwa kebolehan Rina menjadikannya lebih bernilai sebagai manusia.

D. Memaksa kedua-duanya mempunyai minat yang sama.

M5Q27 | Faham | 5.4

28. Apakah percakapan diri yang paling membina selepas melakukan kesilapan?

A. Orang lain mesti dipersalahkan setiap kali saya tersilap.

B. Bahagian ini belum saya kuasai; saya boleh cuba cara latihan lain.

C. Saya tidak berguna dalam semua perkara.

D. Saya tidak pernah bersalah walaupun ada bukti.

M5Q28 | Faham | 5.4

29. Dua murid memberikan reaksi berbeza selepas pembentangan: seorang lega, seorang masih gementar. Apakah respons paling menghormati mereka?

A. Mendengar pengalaman masing-masing tanpa memaksa perasaan yang sama.

B. Mengatakan hanya perasaan lega dibenarkan.

C. Memaksa kedua-duanya menafikan perasaan sebenar.

D. Menganggap murid yang gementar tidak menghargai diri.

M5Q29 | Faham | 5.4

30. Selepas menerima kritikan yang khusus dan sopan, apakah tanda menghargai diri yang matang?

A. Menolak semua cadangan kerana sudah mempunyai kekuatan.

B. Mempertimbangkan cadangan tanpa menganggap seluruh diri tidak bernilai.

C. Membalas dengan menghina kebolehan pemberi cadangan.

D. Menganggap satu kelemahan memadamkan semua kejayaan.

M5Q30 | Faham | 5.4

31. Arun mahir bercerita tetapi tidak selesa menyertai pertandingan. Bagaimanakah dia boleh menghargai kebolehannya?

A. Berhenti bercerita kerana tidak suka bertanding.

B. Membenarkan orang lain memaksanya menerima semua jemputan.

C. Memilih peluang bercerita yang sesuai dan berkongsi mengikut keselesaannya.

D. Menganggap kebolehannya tidak bernilai tanpa pertandingan.

M5Q31 | Faham | 5.4

32. Maya berasa kecewa kerana lukisannya tidak dipilih. Apakah tindakan yang menggabungkan penerimaan perasaan dengan penghargaan diri?

A. Menghina hasil yang dipilih.

B. Mengakui kekecewaan, mengenal pasti kemajuan dan meminta cadangan khusus.

C. Menentukan bahawa dia tidak mempunyai sebarang keistimewaan.

D. Berpura-pura tidak pernah mencuba.

M5Q32 | Faham | 5.4

33. Danial pandai melukis. Kelas memerlukan tanda arah pameran yang tepat dan mudah digunakan. Apakah langkah paling lengkap sebelum tanda dipasang?

A. Memilih warna berdasarkan undian kelas sahaja.

B. Melukis hiasan yang menarik dahulu tanpa menyemak laluan.

C. Berbincang tentang laluan, menghasilkan tanda jelas dan menyemaknya dengan guru.

D. Meniru susunan tanda lama tanpa memastikan laluan masih sama.

M5Q33 | Aplikasi | 5.5

34. Laila pandai menyusun maklumat dan mahu membantu rakan yang sukar mengulang kaji. Apakah tindakan awal paling sesuai supaya bantuannya relevan?

A. Membeli buku baharu sebagai satu-satunya persediaan.

B. Memilih topik kegemarannya sendiri untuk diajar dahulu.

C. Bertanya bahagian yang sukar dan cara bantuan yang rakan perlukan.

D. Menyediakan ringkasan semua bab sebelum bertanya keperluan.

M5Q34 | Aplikasi | 5.5

35. Siti pandai menerangkan. Matlamatnya ialah membantu rakan memahami langkah penyelesaian dan boleh mencuba sendiri. Apakah cara terbaik?

A. Menghantar banyak latihan tanpa penerangan tentang bahagian sukar.

B. Menerangkan langkah, meminta rakan mencuba dan membincangkan kesilapannya.

C. Memberikan jawapan lengkap untuk dibaca tanpa percubaan baharu.

D. Menceritakan kejayaannya dahulu sepanjang masa belajar.

M5Q35 | Aplikasi | 5.5

36. Ken membantu menyusun bahan tetapi menemui almari berat yang perlu dialih. Dia belum diberi tugas mengalihnya. Apakah tindakan paling selamat?

A. Mengajak seorang rakan mengalih almari supaya kerja cepat siap.

B. Memerhatikan cara orang lain mengangkatnya lalu mencuba sendiri.

C. Mengalihkan sedikit dahulu sebelum memberitahu guru.

D. Minta orang dewasa mengurus almari dan teruskan tugas ringan yang dipersetujui.

M5Q36 | Aplikasi | 5.5

37. Bala pandai menggunakan komputer, tetapi mempunyai tugasan lain. Kumpulan memerlukan poster dalam masa yang dipersetujui. Apakah keputusan paling seimbang?

A. Setujui bahagian yang mampu Bala buat dan agihkan baki kerja kepada ahli lain.

B. Kurangkan masa semakan supaya Bala boleh membuat seluruh poster.

C. Berikan semua kerja kepadanya dahulu dan bincang jika lewat nanti.

D. Minta Bala mengajar semua kemahiran komputer sebelum sebarang kerja bermula.

M5Q37 | Aplikasi | 5.5

38. Panduan belajar bergambar telah disediakan. Kumpulan mahu mengetahui sama ada panduan membantu pemahaman. Maklum balas manakah paling berguna?

A. Penulis menilai betapa seronoknya menghasilkan gambar.

B. Pengguna menerangkan isi dengan panduan dan menyebut bahagian yang mengelirukan.

C. Pengguna memilih warna muka hadapan yang disukai.

D. Ahli mengira jumlah halaman yang berjaya disiapkan.

M5Q38 | Aplikasi | 5.5

39. Nora pandai menyusun maklumat dan mahu meneroka penggunaannya bagi masa depan. Apakah langkah paling berasas?

A. Mencuba tugas berkaitan dan berbincang dengan guru bimbingan tentang pilihan pembelajaran serta kerjaya.

B. Menunggu keputusan peperiksaan sahaja sebelum mengenali kebolehannya.

C. Mengambil semua aktiviti yang popular tanpa menilai minat atau kemampuan.

D. Memilih satu kerjaya terus berdasarkan satu pujian rakan.

M5Q39 | Aplikasi | 5.5

40. Dua ahli mahu melukis poster tetapi tugas menyemak fakta belum diisi. Apakah penyelesaian paling lengkap?

A. Benarkan kedua-duanya melukis dahulu dan tinggalkan semakan jika masa habis.

B. Gunakan gambar lebih besar supaya fakta menjadi kurang penting.

C. Pilih pelukis melalui undian tetapi jangan bincangkan tugas semakan.

D. Bincang perkongsian lukisan dan lantik penyemak fakta yang mampu dengan persetujuan.

M5Q40 | Aplikasi | 5.5

Jawapan dan penerangan

01 D	**02 D**	**03 D**	**04 C**	**05 B**	**06 B**	**07 B**	**08 A**
09 B	**10 C**	**11 D**	**12 D**	**13 C**	**14 A**	**15 C**	**16 D**
17 C	**18 D**	**19 A**	**20 B**	**21 A**	**22 C**	**23 D**	**24 C**
25 A	**26 A**	**27 A**	**28 B**	**29 A**	**30 B**	**31 C**	**32 B**
33 C	**34 C**	**35 B**	**36 D**	**37 A**	**38 B**	**39 A**	**40 D**

01. D | Dia mahir menyusun alat tetapi perlu memperbaiki pengurusan masa.

Penyusunan alat ialah kekuatan yang mempunyai bukti, manakala kelewatan laporan menunjukkan aspek pengurusan masa yang perlu diperbaiki. Satu kelemahan tidak menentukan seluruh kebolehan Rizal.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.1

02. D | Contoh tugas yang dilakukannya dengan baik dan maklum balas yang khusus.

Contoh tugas dan maklum balas khusus membantu Nina menilai kebolehannya berdasarkan perkara yang dapat diperhatikan. Pemilikan barang atau pencapaian orang lain tidak membuktikan kekuatan dirinya.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.1

03. D | Dia berminat bermain gitar dan kemahiran kord masih perlu dilatih.

Minat menunjukkan kecenderungan Taufik, bukan tahap penguasaan semua kemahiran gitar. Kesukaran menukar kord ialah aspek khusus yang boleh dijadikan sasaran latihan dan sokongan.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.1

04. C | Kekuatan saya ialah menyusun isi; kelantangan suara perlu diperbaiki.

Maklum balas guru menyebut dua aspek yang berbeza. Mencatat kedua-duanya membantu murid mengekalkan kekuatan dan merancang latihan suara tanpa membuat penilaian melampau terhadap diri.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.1

05. B | Mari semak bahagian yang sukar dan kenal pasti perkara yang telah kamu kuasai.

Menyemak bahagian tertentu memberi gambaran yang lebih tepat tentang pembelajaran Hana. Keputusan satu ujian tidak mewakili semua kebolehan, dan kesilapan tetap boleh digunakan untuk merancang penambahbaikan.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.1

06. B | Dia dapat merumuskan pandangan rakan dengan tepat selepas mendengarnya.

Merumuskan pandangan dengan tepat menunjukkan Farid memberi perhatian dan memahami mesej rakan. Banyak bercakap atau meneka sebelum selesai tidak membuktikan kemahiran mendengar yang baik.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.1

07. B | Saya kerap terlupa membawa buku kerana tidak menyemak jadual.

Catatan tentang buku dan jadual mengenal pasti masalah yang nyata serta boleh ditangani. Label umum yang menghina diri tidak menunjukkan tindakan penambahbaikan yang diperlukan.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.1

08. A | Meneliti contoh tindakan dalam kedua-dua aktiviti sebelum membuat penilaian.

Prestasi boleh berbeza mengikut tugas dan keadaan. Meneliti contoh daripada kedua-dua aktiviti membantu Lee mengenali kekuatan serta aspek yang belum konsisten, tanpa memilih pujian semata-mata.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.1

09. B | Menyemak buku catatan tugasan sebelum pulang setiap hari persekolahan.

Semakan buku catatan ialah tindakan khusus yang boleh dilakukan dan dinilai. Sasaran yang terlalu umum atau bergantung sepenuhnya pada peringatan orang lain sukar membantu pembentukan kebiasaan.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.2

10. C | Meminta guru menerangkan langkah itu dan mencuba contoh baharu.

Penerangan khusus diikuti percubaan sendiri membantu Ali membina pemahaman. Menyalin jawapan mungkin menyiapkan tugasan, tetapi tidak membuktikan bahawa kelemahan dalam langkah pengiraan telah diperbaiki.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.2

11. D | Mendapatkan maklum balas tentang sebutan dan mengubah cara latihan.

Maklum balas membantu Devi mengenal pasti punca kesukaran dan memilih latihan yang lebih sesuai. Kemajuan yang belum kelihatan tidak semestinya bermaksud kebolehannya tidak boleh berkembang.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.2

12. D | Supaya latihan dapat dilakukan secara seimbang bersama keperluan harian.

Masa rehat menjadikan pelan lebih seimbang dan munasabah untuk diteruskan. Rehat bukan pengganti usaha, dan mana-mana pelan tetap memerlukan semakan serta penyesuaian mengikut keadaan.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.2

13. C | Membandingkan ketepatan dan kesilapan latihan sendiri dari semasa ke semasa.

Ketepatan dan jenis kesilapan berkaitan terus dengan sasaran Yana. Perbandingan hasil sendiri menunjukkan perubahan yang berguna, manakala pujian atau kerja orang lain tidak mengukur pembelajarannya.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.2

14. A | Latihan pendek pada masa dipersetujui dan semakan mingguan.

Latihan pendek yang dirancang boleh disesuaikan dengan tanggungjawab Aiman. Pelan realistik lebih berguna daripada tuntutan melampau atau menganggap masa terhad menghapuskan semua peluang untuk berkembang.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.2

15. C | Mengecilkan sasaran kepada satu bentuk dan meminta tunjuk ajar.

Sasaran yang lebih kecil dan tunjuk ajar membolehkan Mei menumpukan kemahiran tertentu. Kegagalan awal memberi maklumat untuk melaras pelan, bukan alasan untuk menipu atau merendahkan seluruh diri.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.2

16. D | Menulis satu soalan dahulu dan bertanya pada masa yang sesuai.

Menyediakan satu soalan membantu Rafi memulakan latihan secara terancang. Keberanian boleh dikembangkan melalui langkah kecil yang sesuai, tanpa mengganggu kelas atau menunggu rasa gementar hilang sepenuhnya.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.2

17. C | Saya teliti kerana menyemak senarai dan mengesan dua alat yang tertinggal.

Penyemakan senarai dan pengesanan alat tertinggal ialah bukti ketelitian yang berkaitan. Dakwaan umum atau satu kemenangan tidak mencukupi untuk membuktikan penguasaan dalam semua perkara.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.3

18. D | Saya menyusun jadual, manakala ahli lain menyediakan bahan dan penerangan.

Penjelasan itu memberikan bukti kemahiran mengurus jadual dan mengakui peranan ahli lain. Kejujuran tentang sumbangan tidak menghalang seseorang menghargai kekuatannya dalam kerja berkumpulan.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.3

19. A | Menenangkan perbincangan dengan mendengar pandangan semua ahli.

Mendengar dan membantu perbincangan berjalan baik menunjukkan kemahiran sosial yang berguna. Kekuatan diri merangkumi pelbagai kebolehan, bukan hanya pencapaian akademik atau pemilikan barang.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.3

20. B | Dia meneruskan latihan berkala dan menyemak kesilapan selepas setiap sesi.

Latihan berkala dan semakan kesilapan menunjukkan usaha Johan yang konsisten. Membeli alat atau bercakap tentang kejayaan sahaja belum membuktikan sifat tekun dalam melakukan sesuatu.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.3

21. A | Tanda suka tidak semestinya menunjukkan ketepatan atau mutu kerja.

Reaksi dalam talian boleh memberi galakan tetapi tidak semestinya menilai mutu kerja secara khusus. Lina perlu melihat hasil dan maklum balas yang berkaitan untuk mengenali kekuatannya.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.3

22. C | Komunikasi yang jelas.

Tindakan menerangkan sehingga rakan faham menunjukkan komunikasi yang jelas. Situasi tidak memberikan bukti tentang pembaikan elektrik, larian atau lukisan peta, walaupun kebolehan tersebut juga boleh bernilai.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.3

23. D | Dalam aktiviti itu, saya berjaya menyusun bahan mengikut kegunaan.

Pernyataan khusus menghubungkan kebolehan Ayu dengan pengalaman sebenar tanpa melebih-lebihkan penguasaan. Pengalaman pertama boleh menjadi bukti awal kekuatan serta asas untuk peluang latihan seterusnya.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.3

24. C | Contoh pengalaman bercakap dan mengurus bahan serta maklum balas yang diterima.

Pengalaman dan maklum balas membantu Nabil menilai kesesuaian kekuatan dengan tugas. Pemilihan peranan patut mengambil kira keperluan serta peluang belajar, bukan popularity atau pemilikan barang.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.3

25. A | Menerima pujian atas usaha dan mengucapkan terima kasih kepada yang membantu.

Menerima pujian dengan sederhana mengiktiraf usaha sendiri serta sokongan orang lain. Menghargai diri tidak memerlukan kemenangan atau merendahkan individu yang mempunyai kebolehan berbeza.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.4

26. A | Kemajuan kemahiran dan usaha yang telah dilakukan.

Kemajuan dan usaha mempunyai nilai walaupun Syafiq belum menang. Menghargai perubahan itu membantu penilaian diri yang seimbang tanpa menafikan perasaan kecewa atau merendahkan peserta lain.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.4

27. A | Menghargai kebolehan yang berbeza dan saling membantu.

Kebolehan yang berbeza boleh saling melengkapi dalam kehidupan bersama. Menghargai diri tidak menjadikan seseorang lebih bernilai sebagai manusia atau memerlukan semua orang mempunyai minat yang sama.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.4

28. B | Bahagian ini belum saya kuasai; saya boleh cuba cara latihan lain.

Percakapan itu mengakui kesukaran khusus tanpa menghina diri atau menafikan kesilapan. Sikap realistik membolehkan seseorang menghargai kekuatan sambil menerima bahawa pembelajaran masih diperlukan.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.4

29. A | Mendengar pengalaman masing-masing tanpa memaksa perasaan yang sama.

Mendengar pengalaman masing-masing menghormati perbezaan perasaan dan keperluan sokongan. Menghargai diri tidak bermaksud seseorang mesti sentiasa berasa yakin atau gembira selepas setiap aktiviti.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.4

30. B | Mempertimbangkan cadangan tanpa menganggap seluruh diri tidak bernilai.

Kritikan terhadap hasil tertentu boleh membantu pembelajaran tanpa menentukan nilai seluruh diri. Sikap matang menggabungkan penghargaan terhadap kekuatan dengan kesediaan menilai cadangan yang munasabah.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.4

31. C | Memilih peluang bercerita yang sesuai dan berkongsi mengikut keselesaannya.

Kebolehan Arun tetap boleh dihargai melalui peluang yang sesuai dengan keselesaan dan keperluannya. Pertandingan ialah satu pilihan, bukan satu-satunya cara mengembangkan atau mengiktiraf potensi diri.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.4

32. B | Mengakui kekecewaan, mengenal pasti kemajuan dan meminta cadangan khusus.

Maya boleh menerima kekecewaan sambil menghargai kemajuan yang telah dicapai. Meminta cadangan khusus membantu langkah seterusnya tanpa perlu merendahkan diri atau karya orang lain.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.4

33. C | Berbincang tentang laluan, menghasilkan tanda jelas dan menyemaknya dengan guru.

Perbincangan laluan, reka bentuk jelas dan semakan memenuhi tujuan tanda arah. Warna atau hiasan boleh membantu, tetapi tidak menggantikan ketepatan maklumat yang diperlukan oleh pengguna.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.5

34. C | Bertanya bahagian yang sukar dan cara bantuan yang rakan perlukan.

Bertanya membantu Laila memadankan kebolehannya dengan kesukaran sebenar rakan. Ringkasan, topik kegemaran atau buku baharu mungkin berguna, tetapi belum memastikan keperluan penerima difahami.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.5

35. B | Menerangkan langkah, meminta rakan mencuba dan membincangkan kesilapannya.

Penerangan, percubaan dan semakan menghubungkan bantuan dengan pemahaman rakan. Jawapan lengkap atau banyak latihan sahaja belum menunjukkan bahawa rakan memahami langkah yang perlu digunakan.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.5

36. D | Minta orang dewasa mengurus almari dan teruskan tugas ringan yang dipersetujui.

Bantuan orang dewasa menjaga keselamatan sambil membolehkan Ken terus menyumbang melalui tugas sesuai. Pengalaman melihat atau bantuan seorang rakan tidak semestinya menjadikan pengalihan almari selamat.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.5

37. A | Setujui bahagian yang mampu Bala buat dan agihkan baki kerja kepada ahli lain.

Skop yang dipersetujui membolehkan Bala menyumbang tanpa menanggung semua tugas. Menunda perbincangan beban atau mengurangkan semakan boleh menjejaskan keseimbangan tanggungjawab serta mutu hasil bersama.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.5

38. B | Pengguna menerangkan isi dengan panduan dan menyebut bahagian yang mengelirukan.

Penerangan pengguna dan bahagian mengelirukan menunjukkan sama ada panduan memenuhi tujuannya. Warna, jumlah halaman atau keseronokan menghasilkan bahan ialah maklumat tambahan, bukan bukti utama pemahaman.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.5

39. A | Mencuba tugas berkaitan dan berbincang dengan guru bimbingan tentang pilihan pembelajaran serta kerjaya.

Pengalaman tugas dan maklumat bimbingan membantu Nora mengembangkan kebolehan serta meneroka pilihan. Satu pujian atau keputusan sahaja tidak menentukan kerjaya yang sesuai secara pasti.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.5

40. D | Bincang perkongsian lukisan dan lantik penyemak fakta yang mampu dengan persetujuan.

Perbincangan perlu meliputi lukisan serta semakan fakta supaya hasil menarik dan tepat. Menyelesaikan perebutan peranan sahaja belum memastikan bahagian penting yang belum diisi dilaksanakan.

Skop unit buku teks KPM hlm. 47-58 | Rujukan 2.2.5

Amal dan renung

Kad potensi dan satu sumbangan

Kenali satu kekuatan dan gunakan dalam tugas kecil yang dipersetujui dengan guru, penjaga atau rakan.

SP 2.2.4, 2.2.5

1. Catat satu kekuatan dengan contoh serta satu perkara yang hendak diperbaiki.

2. Pilih sumbangan selamat seperti menyusun bahan atau menerangkan arahan, kemudian dapatkan persetujuan.

3. Laksanakan sumbangan dan minta satu maklum balas khusus tentang manfaatnya.

Aktiviti ini bukan ujian atau penentuan tahap penguasaan.

Catat pengalaman sebenar selepas mencuba. Jangan tulis maklumat peribadi orang lain. Kuiz dan catatan ini bukan penentuan tahap penguasaan PBD.

Apakah bukti kekuatan saya?

Apakah perasaan saya dan sebabnya selepas mencuba?

Apakah perubahan kecil untuk percubaan seterusnya?

Sumber dan skop

DSKP KSSM Pendidikan Moral Tingkatan 1, KPM/BPK, BPK 2015, Terbitan 2016, ISBN 978-967-420-135-7. Buku teks KPM/DBP, Cetakan Pertama 2016, ISBN 978-983-49-1121-8. Tahun 2026 ialah sesi murid, bukan edisi buku teks baharu.

DSKP KPM, salinan rujukan | Buku teks KPM, salinan rujukan

Latihan asli berbantu AI untuk murid sesi 2026. Bukan edisi buku teks baharu, soalan rasmi, ramalan atau pengesahan KPM. Markah ialah panduan latihan, bukan skema peperiksaan. Jawapan lain yang berasas dan relevan boleh diterima. Semakan guru bebas belum dibuat. © 2026 LauPeh, setakat hak yang boleh dilindungi.