



KEMENTERIAN PENDIDIKAN MALAYSIA

**KURIKULUM STANDARD SEKOLAH MENENGAH**  
**Dokumen Penjajaran Kurikulum**  
**SAINS RUMAH TANGGA**  
**TINGKATAN 5**

**EDISI 2**



Tajuk	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
<b>6.0 KESELAMATAN DI TEMPAT KERJA DALAM INDUSTRI HOSPITALITI</b>	<p><b>6.1 Tanggungjawab Mematuhi Peraturan Keselamatan di Tempat Kerja dalam Industri Hospitaliti</b></p> <p>6.1.2 Menerangkan kepentingan menjaga keselamatan di tempat kerja dalam industri hospitaliti.</p> <p>6.1.3 Menghuraikan peraturan keselamatan dan garis panduan kesihatan mengikut Akta Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan 1994 (Akta 514).</p> <p>6.1.4 Menama dan menjelaskan peranan agensi yang menguatkuasakan undang-undang dan peraturan keselamatan pekerjaan.</p> <p>6.1.6 Mengesan kerosakan peralatan dan keadaan yang tidak selamat di tempat kerja dalam industri hospitaliti.</p>	<p>6.1.1 Menyenaraikan jenis tempat kerja dalam industri hospitaliti.</p> <p>6.1.5 Membuat kesimpulan kesan tidak mematuhi prosedur keselamatan di tempat kerja dalam industri hospitaliti.</p>	<p>6.1.7 Menghuraikan tindakan untuk mengatasi masalah kerosakan peralatan dan keadaan yang tidak selamat di tempat kerja dalam industri hospitaliti.</p> <p>6.1.8 Mematuhi peraturan keselamatan semasa berada di tempat kerja.</p>
	<p><b>6.2 Persekitaran Selamat dan Ergonomik Pergerakan di Tempat Kerja</b></p> <p>6.2.1 Memerihalkan persekitaran selamat di tempat kerja.</p>	<p>6.2.8 Merumuskan langkah pencegahan kemalangan yang efektif di tempat kerja.</p>	

Tajuk	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p>6.2.2 Menerangkan punca kemalangan di tempat kerja.</p> <p>6.2.3 Memberi justifikasi kepentingan persekitaran selamat di tempat kerja.</p> <p>6.2.4 Menerangkan maksud ergonomik pergerakan di tempat kerja.</p> <p>6.2.5 Menerangkan kepentingan menilai beban, saiz dan risiko sebelum mengangkat objek.</p> <p>6.2.6 Mempertimbangkan aspek pergerakan sebelum mengangkat dan memindahkan objek:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>(i) keadaan dan bentuk beban</li> <li>(ii) menilai berat beban</li> <li>(iii) jarak lokasi pemindahan</li> <li>(iv) keperluan bantuan</li> <li>(v) menilai risiko</li> </ul> <p>6.2.7 Menunjuk cara postur badan yang baik semasa mengangkat dan memindahkan objek berat.</p>		

Tajuk	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p><b>6.3 Amalan Keselamatan Mencegah Kebakaran dan Rawatan Awal Kecederaan Akibat Kebakaran</b></p> <p>6.3.1 Mengenal pasti ruang tempat kerja yang berisiko tinggi kepada kebakaran.</p> <p>6.3.2 Menerangkan punca kebakaran di tempat kerja.</p> <p>6.3.3 Menjelaskan tindakan jika berlaku kebakaran:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>(i) membunyikan penggera</li> <li>(ii) membuat panggilan kecemasan</li> <li>(iii) menggunakan peralatan pemadam api</li> <li>(iv) pengungsian bangunan</li> <li>(v) prosedur pemindahan mangsa kebakaran</li> <li>(vi) mendaftar mangsa yang tercedera dan menentukan rawatan yang sesuai</li> <li>(vii) menyediakan maklum balas yang cepat dan tepat tentang mangsa</li> </ul>	<p>6.3.6 Mengkaji prosedur keselamatan di pelbagai institusi untuk mencegah kebakaran.</p> <p>6.3.7 Mencadangkan langkah pencegahan kebakaran di tempat kerja.</p>	

Tajuk	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p>6.3.4 Mengenal pasti rawatan awal kecederaan akibat kebakaran.</p> <p>6.3.5 Menunjukkan cara rawatan awal kecederaan akibat kebakaran mengikut prosedur yang betul.</p>		
<b>7.0 SANITASI DALAM PENYEDIAAN DAN PENYIMPANAN MAKANAN</b>	<p><b>7.1 Amalan Sanitasi dalam Perkhidmatan Penyediaan Makanan</b></p> <p>7.1.1 Menyatakan maksud sanitasi dalam perkhidmatan penyediaan makanan.</p> <p>7.1.2 Menerangkan kepentingan amalan sanitasi yang baik dalam pengendalian dan penyediaan makanan.</p> <p>7.1.3 Menghuraikan prosedur dan peraturan yang ditetapkan oleh pihak berkuasa berkaitan sanitasi makanan.</p>	<p>7.1.4 Mengkaji amalan pengendali makanan berdasarkan prosedur dan peraturan perkhidmatan penyediaan makanan.</p> <p>7.1.5 Menyediakan laporan kajian amalan pengendali makanan dalam perkhidmatan penyediaan makanan.</p>	<p>7.1.6 Merumuskan amalan terbaik aspek sanitasi dalam perkhidmatan penyediaan makanan.</p>
	<p><b>7.2 Amalan Kebersihan Diri di Tempat Kerja</b></p> <p>7.2.2 Menerangkan amalan kebersihan dan penampilan diri</p>	<p>7.2.1 Menyatakan kepentingan menjaga kebersihan diri dalam bidang penyediaan makanan.</p>	<p>7.2.5 Mereka bentuk pakaian yang selamat dan sesuai mengikut bidang kerja.</p>

Tajuk	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p>yang sesuai mengikut bidang kerja.</p> <p>7.2.3 Menjelaskan kepentingan pemilihan jenis pakaian, kasut dan penutup kepala yang sesuai dipakai pada setiap masa di tempat kerja.</p> <p>7.2.4 Membanding dan menilai kelengkapan berpakaian yang dipakai oleh staf mengikut bidang kerja dalam penyediaan makanan.</p>		<p>7.2.6 Mengamalkan penampilan diri yang bersih serta berpakaian lengkap dan sesuai mengikut bidang kerja.</p>
	<p><b>7.3 Amalan Menjaga Kebersihan dan Keselamatan Makanan</b></p> <p>7.3.1 Menyatakan maksud pencemaran makanan, pencemaran silang dan keracunan makanan.</p> <p>7.3.2 Menerangkan perubahan fizikal pada makanan tercemar.</p> <p>7.3.3 Mengklasifikasi jenis pencemaran makanan.</p> <p>7.3.4 Mengenal pasti punca pencemaran makanan dan pencemaran silang.</p>	<p>7.3.9 Menyediakan laporan kajian prosedur pengendalian makanan yang selamat.</p> <p>7.3.10 Merumuskan amalan terbaik aspek pengendalian makanan yang selamat dalam perkhidmatan penyediaan makanan.</p>	

Tajuk	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p>7.3.5 Mengenal pasti jenis dan ciri mikroorganisma penyebab kerosakan makanan dan pembawa penyakit:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>(i) Bakteria</li><li>(ii) Fungi (Kulat dan Yis)</li><li>(iii) Virus</li></ul> <p>7.3.6 Menerangkan kepentingan kawalan suhu semasa penyediaan dan pengendalian makanan.</p> <p>7.3.7 Menghuraikan prosedur kawalan stok termasuk kuantiti, penghantaran, penyimpanan, pelabelan dan pergerakan stok.</p> <p>7.3.8 Mengkaji dan menilai prosedur pengendalian makanan yang selamat ketika penyediaan, penyimpanan dan pelupusan makanan.</p>		



Tajuk	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
<b>8.0 PERALATAN PENYEDIAAN DAN PENYAJIAN MAKANAN</b>	<p><b>8.1 Perabot dan Kelengkapan Dapur serta Perunggu Meja</b></p> <p>8.1.3 Mengenal pasti jenis, teknik penggunaan dan kaedah penyenggaraan peralatan untuk menghidang.</p> <p>8.1.4 Menyediakan perunggu meja mengikut jenis sajian:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>(i) Melayu</li> <li>(ii) Cina</li> <li>(iii) India</li> <li>(iv) Barat</li> </ul> <p>8.1.4 Menilai peralatan ruang dapur dari aspek bahan buatan, ketahanan, reka bentuk, harga, penyenggaraan dan penyimpanan.</p> <p>8.1.5 Menentukan peralatan ruang dapur untuk kegunaan domestik dan industri penyediaan makanan berdasarkan hasil penilaian.</p>	<p>8.1.1 Menamakan perabot dan kelengkapan ruang dapur.</p> <p>8.1.2 Mengenal pasti jenis, teknik penggunaan dan kaedah penyenggaraan peralatan untuk proses penyediaan makanan.</p>	
<b>9.0 PENGURUSAN DAN PENYEDIAAN MAKANAN</b>	<p><b>9.1 Prinsip dan Kaedah Memasak</b></p> <p>9.1.1 Menerangkan tujuan memasak makanan.</p> <p>9.1.2 Menerangkan kaedah memasak menggunakan:</p>	<p>9.1.4 Membeza dan menilai hasil masakan menggunakan pelbagai kaedah memasak haba lembap, haba kering dan pancaran gelombang</p>	<p>9.1.6 Mencadangkan kaedah memasak yang sesuai bagi menu kumpulan individu tertentu.</p>

Tajuk	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p>(i) Prinsip Haba Lembap</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>(a) Mencilur</li> <li>(b) Mencarak</li> <li>(c) Merebus</li> <li>(d) Mereneh</li> <li>(e) Merendidih</li> <li>(f) Mengukus</li> <li>(g) <i>Double-boiling</i></li> <li>(h) <i>Braising and pot roasting</i></li> </ul> <p>(ii) Prinsip Haba Kering</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>(a) Membakar</li> <li>(b) Menggril</li> <li>(c) Memanggang</li> <li>(d) <i>Gratinating</i></li> <li>(e) Menggoreng</li> </ul> <p>(iii) Pancaran Gelombang Mikro</p> <p>9.1.3 Memasak bahan makanan menggunakan pelbagai kaedah mengikut prosedur yang betul dan selamat.</p>	<p>mikro dari aspek rupa, tekstur dan rasa.</p> <p>9.1.5 Merumuskan kelebihan dan kekurangan menggunakan prinsip memasak haba lembap, haba kering dan pancaran gelombang mikro.</p>	
	<p><b>9.2 Hidangan Berasaskan Sayuran bagi Sajian Timur, Barat dan Vegetarian</b></p> <p>9.2.3 Menerangkan prosedur penyimpanan sayuran.</p>	<p>9.2.1 Mengklasifikasi sayuran dan memberi contoh.</p> <p>9.2.2 Menerangkan cara pemilihan sayuran yang berkualiti.</p>	<p>9.2.12 Mengamalkan langkah keselamatan dan kebersihan dalam penyediaan makanan.</p>

Tajuk	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p>9.2.4 Menjelaskan kaedah memasak yang sesuai bagi mengekalkan nutrien sayuran.</p> <p>9.2.6 Menyediakan <i>mise en place</i> berdasarkan menu yang telah ditentukan.</p> <p>9.2.7 Memasak hidangan berasaskan sayuran bagi sajian Timur, Barat dan Vegetarian menggunakan peralatan yang betul.</p> <p>9.2.8 Menghias dan menghidang hidangan berasaskan sayuran menggunakan perunggu meja yang sesuai.</p> <p>9.2.9 Menilai hidangan berasaskan sayuran berdasarkan kriteria ditetapkan.</p> <p>9.2.11 Menyediakan hidangan berdasarkan resipi baharu yang dicipta.</p>	<p>9.2.5 Merancang menu dan memilih resipi berasaskan sayuran bagi sajian Timur, Barat dan Vegetarian.</p> <p>9.2.10 Mengira kos dan menyediakan refleksi berdasarkan penilaian hidangan berasaskan sayuran.</p>	

Tajuk	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p><b>9.3 Hidangan Berasaskan Ikan dan Karang Laut bagi Sajian Timur dan Barat</b></p> <p>9.3.3 Menerangkan prosedur penyimpanan ikan dan karangan laut.</p> <p>9.3.4 Menjelaskan kaedah memasak yang sesuai bagi mengekalkan nutrien ikan dan karangan laut.</p> <p>9.3.6 Menyediakan <i>mise en place</i> berdasarkan menu yang telah ditentukan.</p> <p>9.3.7 Memasak hidangan berasaskan ikan dan karangan laut bagi sajian Timur dan Barat menggunakan peralatan yang betul.</p> <p>9.3.8 Menghias dan menghidang hidangan berasaskan ikan dan karangan laut menggunakan perunggu meja yang sesuai.</p> <p>9.3.9 Menilai hidangan ikan dan karangan laut berdasarkan kriteria ditetapkan.</p>	<p>9.3.1 Mengklasifikasi ikan dan karangan laut dan memberi contoh.</p> <p>9.3.2 Menerangkan cara pemilihan ikan dan karangan laut yang berkualiti.</p> <p>9.3.5 Merancang menu dan memilih resipi berasaskan ikan dan karangan laut untuk sajian Timur dan Barat.</p> <p>9.3.10 Mengira kos dan menyediakan refleksi berdasarkan penilaian hidangan berasaskan ikan dan karangan laut.</p>	<p>9.3.12 Mengamalkan langkah keselamatan dan kebersihan dalam penyediaan makanan.</p>

Tajuk	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	9.3.11 Menyediakan hidangan berdasarkan resipi baharu yang dicipta.		
	<p><b>9.4 Hidangan Berasaskan Daging bagi Sajian Timur dan Barat</b></p> <p>9.4.3 Menerangkan prosedur penyimpanan daging.</p> <p>9.4.4 Menjelaskan kaedah memasak yang sesuai bagi mengekalkan nutrien daging.</p> <p>9.4.5 Merancang menu dan memilih resipi berasaskan daging bagi sajian Timur dan Barat.</p> <p>9.4.6 Menyediakan <i>mise en place</i> berdasarkan menu yang telah ditentukan.</p> <p>9.4.7 Memasak hidangan berasaskan daging bagi sajian Timur dan Barat menggunakan peralatan yang betul.</p> <p>9.4.8 Menghias dan menghidang hidangan daging menggunakan perunggu meja yang sesuai.</p>	<p>9.4.1 Menyatakan jenis serta bahagian potongan daging.</p> <p>9.4.2 Menerangkan cara pemilihan daging yang berkualiti.</p> <p>9.4.10 Mengira kos dan menyediakan refleksi berdasarkan penilaian hidangan berasaskan daging.</p>	<p>9.4.12 Mengamalkan langkah keselamatan dan kebersihan dalam penyediaan makanan.</p>

Tajuk	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p>9.4.9 Menilai hidangan berasaskan daging berdasarkan kriteria ditetapkan.</p> <p>9.4.11 Menyediakan hidangan berdasarkan resipi baharu yang dicipta.</p>		
	<p><b>9.5 Sos bagi Sajian Timur dan Barat</b></p> <p>9.5.1 Mengklasifikasi sos dan memberi contoh.</p> <p>9.5.2 Menyatakan kriteria pemilihan sos berdasarkan jenis hidangan.</p> <p>9.5.3 Mengenal pasti bahan dan kaedah menyediakan sos.</p> <p>9.5.4 Menerangkan prosedur penyimpanan sos.</p> <p>9.5.5 Merancang menu dan memilih resipi berasaskan sos sajian Timur dan Barat.</p> <p>9.5.6 Menyediakan <i>mise en place</i> berdasarkan menu yang telah ditentukan.</p> <p>9.5.7 Memasak sos bagi sajian Timur dan Barat</p>	<p>9.5.10 Mengira kos dan menyediakan refleksi berdasarkan penilaian hasil sos.</p> <p>9.5.12 Mengamalkan langkah keselamatan dan kebersihan dalam penyediaan makanan, berdasarkan kriteria ditetapkan.</p>	

Tajuk	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p>menggunakan peralatan yang betul.</p> <p>9.5.8 Menghias dan menghidang sos menggunakan perunggu meja yang sesuai.</p> <p>9.5.9 Menilai hasil sos mengikut berdasarkan ditetapkan.</p> <p>9.5.11 Menyediakan hidangan berdasarkan resipi baharu yang dicipta.</p>		
	<p><b>9.6 Hidangan Berasaskan Bijirin dan Hasil Bijirin bagi Sajian Timur dan Barat</b></p> <p>9.6.5 Merancang menu dan memilih resipi berasaskan bijirin dan hasil bijirin bagi sajian Timur dan Barat.</p> <p>9.6.6 Menyediakan <i>mise en place</i> berdasarkan menu yang telah ditentukan.</p> <p>9.6.7 Memasak hidangan berasaskan bijirin dan hasil bijirin bagi sajian Timur dan Barat menggunakan peralatan yang betul.</p>	<p>9.6.1 Menamakan bijirin serta contoh hasil bijirin.</p> <p>9.6.2 Menerangkan cara pemilihan bijirin dan hasil bijirin.</p> <p>9.6.3 Menerangkan prosedur penyimpanan bijirin dan hasil bijirin.</p> <p>9.6.4 Menjelaskan kaedah memasak yang sesuai bagi mengekalkan</p>	<p>9.6.10 Mengira kos dan menyediakan refleksi berdasarkan penilaian hidangan berasaskan bijirin dan hasil bijirin.</p> <p>9.6.12 Mengamalkan langkah keselamatan dan kebersihan dalam penyediaan makanan.</p>

Tajuk	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p>9.6.8 Menghias dan menghidang hidangan berasaskan bijirin dan hasil bijirin menggunakan perunggu meja yang sesuai.</p> <p>9.6.9 Menilai hidangan berasaskan bijirin dan hasil bijirin berdasarkan kriteria yang ditetapkan.</p> <p>9.6.11 Menyediakan hidangan berdasarkan resipi baharu yang dicipta.</p>	<p>nutrien bijirin dan hasil bijirin.</p>	
	<p><b>9.7 Hidangan Desert bagi Sajian Timur dan Barat</b></p> <p>9.7.4 Merancang menu dan memilih resipi desert sajian Timur dan Barat.</p> <p>9.7.5 Menyediakan <i>mise en place</i> berdasarkan menu yang telah ditentukan.</p> <p>9.7.6 Memasak hidangan desert bagi sajian Timur dan Barat menggunakan peralatan yang betul.</p>	<p>9.7.1 Menyatakan maksud serta kegunaan desert.</p> <p>9.7.2 Menamakan contoh desert Timur dan Barat.</p> <p>9.7.3 Mengenal pasti bahan serta kaedah memasak yang sesuai bagi penyediaan desert.</p>	<p>9.7.9 Mengira kos dan menyediakan refleksi berdasarkan penilaian hidangan desert.</p> <p>9.7.11 Mengamalkan langkah keselamatan dan kebersihan dalam penyediaan makanan.</p>



Tajuk	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p>9.7.7 Menghias dan menghidang desert menggunakan perunggu meja yang sesuai.</p> <p>9.7.8 Menilai hidangan desert berdasarkan kriteria ditetapkan.</p> <p>9.7.10 Menyediakan hidangan berdasarkan resipi baharu yang dicipta.</p>		
	<p><b>9.8 Hidangan Roti dan Masakan Beryis</b></p> <p>9.8.5 Merancang menu dan memilih resipi roti dan masakan beryis.</p> <p>9.8.6 Menyediakan <i>mise en place</i> berdasarkan menu yang telah ditentukan.</p> <p>9.8.7 Memasak roti dan masakan beryis menggunakan peralatan yang betul.</p> <p>9.8.8 Menghias dan menghidang roti dan masakan beryis menggunakan perunggu meja yang sesuai.</p>	<p>9.8.1 Mengklasifikasikan roti dan masakan beryis serta memberi contoh.</p> <p>9.8.2 Menerangkan prosedur penyimpanan roti dan masakan beryis.</p> <p>9.8.3 Mengenal pasti bahan dan kaedah membuat roti dan masakan beryis.</p>	<p>9.8.10 Mengira kos dan menyediakan refleksi berdasarkan penilaian roti dan masakan beryis.</p> <p>9.8.12 Mengamalkan langkah keselamatan dan kebersihan dalam penyediaan makanan.</p>

Tajuk	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	<p>9.8.9 Menilai hidangan berasaskan roti dan masakan beryis berdasarkan kriteria ditetapkan.</p> <p>9.8.11 Menyediakan hidangan berdasarkan resipi baharu yang dicipta.</p>		
	<p><b>9.9 Hidangan Pastri</b></p> <p>9.9.3 Merancang menu dan memilih resipi pastri mengikut jenis sajian.</p> <p>9.9.4 Menyediakan <i>mise en place</i> berdasarkan menu yang telah ditentukan.</p> <p>9.9.5 Memasak pastri menggunakan peralatan yang betul.</p> <p>9.9.6 Menghias dan menghidang pastri menggunakan perunggu meja yang sesuai.</p> <p>9.9.7 Menilai pastri berdasarkan kriteria ditetapkan.</p>	<p>9.9.1 Mengklasifikasikan pastri dan memberi contoh.</p> <p>9.9.2 Mengenal pasti bahan dan kaedah membuat pastri.</p>	<p>9.9.8 Mengira kos dan menyediakan refleksi berdasarkan penilaian pastri.</p> <p>9.9.10 Mengamalkan langkah keselamatan dan kebersihan dalam penyediaan makanan.</p>

Tajuk	Kandungan Asas	Kandungan Tambahan	Kandungan Pelengkap
	9.9.9 Menyediakan hidangan berdasarkan resipi baharu yang dicipta.		
	<p><b>9.10 Masakan mengikut Tema:</b>  <b>(i) Sajian Keraian, dan</b>  <b>(ii) Projek Keusahawanan</b></p> <p>9.10.1 Merancang menu dan memilih resipi masakan mengikut tema.</p> <p>9.10.2 Menyediakan <i>mise en place</i> berdasarkan menu.</p> <p>9.10.3 Memasak dan menghias hidangan dengan mengamalkan langkah keselamatan dan kebersihan.</p> <p>9.10.4 Menghidang hasil masakan menggunakan perunggu meja yang sesuai.</p> <p>9.10.6 Menilai hasil masakan berdasarkan kriteria ditetapkan.</p> <p>9.10.7 Merancang dan melaksanakan projek jualan makanan.</p>	<p>9.10.8 Mengepek makanan yang dijual secara kreatif.</p> <p>9.10.9 Menyediakan laporan berdasarkan projek keusahawanan.</p>	





Bahagian Pendidikan dan Latihan Teknikal Vokasional  
Kementerian Pendidikan Malaysia,  
Aras 5 & 6, Blok E14, Kompleks E,  
Pusat Pentadbiran Kerajaan Persekutuan,  
62604 Putrajaya.