



+ LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK



TEMA 2

SUB TEMA 3

Pembelajaran 1

**" Memelihara Kesehatan Organ
Pernapasan"**

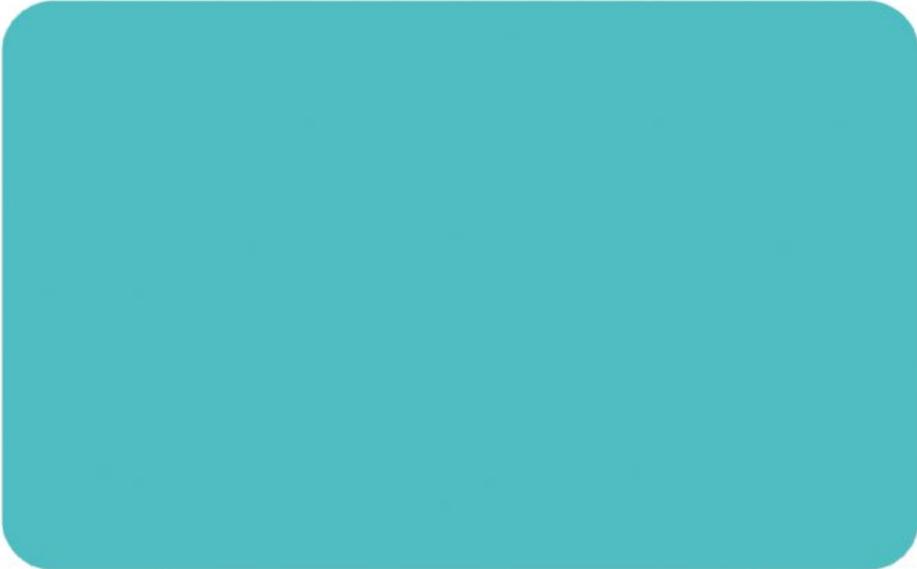
Nama :

No. Absen :

SD NEGERI BENDUNGAN KOTA SEMARANG



Amatilah video di bawah ini !



Catatlah hal-hal penting dari video tersebut pada kolom di bawah ini !



"Maskermu melindungiku dan maskerku melindungimu...!!!"

B. Kerjakanlah soal dibawah ini!

1. Apakah bermain hujan-hujan dapat menyebabkan sakit?
 - a. Tidak, karena terkena air hujan tidak akan menimbulkan masalah kesehatan, bila daya tahan tubuh kita dalam kondisi yang cukup baik
 - b. Ya, karena akan menimbulkan berbagai penyakit seperti influenza, batuk dan flu, demam, diare, atau gatal-gatal
 - c. Ya, karena jika air hujan yang turun untuk pertama kali setelah kemarau panjang, dianggap mengandung sejumlah penyakit
 - d. Tidak, karena jika hujan turun saya lebih suka tinggal di dalam rumah
2. Amatilah teks bacaan yang terdapat pada video pembelajaran tentang "Sembilan Bahaya Kabut Asap dan Cara Mengatasinya". Carilah kosakata baru dari teks bacaan lalu, carilah maknanya / artinya pada Kamus Besar Bahasa Indonesia! Lalu, buatlah garis ke jawaban yang benar!

| Kosakata |
|----------|
| Alergi |
| Infeksi |
| Kronis |
| Akut |

| Arti / Makna |
|--|
| Timbul secara mendadak dan cepat memburuk |
| Masuknya bibit penyakit ke dalam tubuh |
| Perubahan reaksi tubuh terhadap kuman penyakit |
| Terus-menerus berlangsung |

3. Informasi yang didapatkan dari teks bacaan yang terdapat dalam video pembelajaran adalah
 - a. Tujuh Bahaya Kabut Asap dan Cara Mengatasinya
 - b. Sembilan Bahaya Kabut Asap dan Cara Mengatasinya
 - c. Bencana Banjir di Indonesia
 - d. Bermain Hujan – Hujan
4. Kabut asap dapat berakibat pada terganggunya sistem manusia.
 - a. pencernaan
 - b. gerak

"Maskermu melindungiku dan maskerku melindungimu...!!"

- c. saraf
- d. pernapasan

5. Di bawah ini merupakan bahaya kabut asap bagi kesehatan, kecuali
- a. dapat menyebabkan iritasi pada mata, hidung, dan tenggorokan
 - b. dapat menyebabkan reaksi alergi, peradangan, dan mungkin juga infeksi
 - c. dapat menghirup udara yang bersih dan sehat
 - d. dapat menyebabkan polusi pada air bersih, tanaman sayuran, buah-buahan, dan makanan yang tidak ditutup

6. Diberikan beberapa pilihan di bawah ini!

- 1. Selalu memakai masker jika harus pergi ke luar rumah / gedung. Pakailah masker dengan benar untuk menutupi hidung dan mulut
- 2. Minumlah air putih lebih banyak dan lebih sering
- 3. Lebih sering beraktivitas di luar rumah
- 4. Buah-buahan dan sayuran dicuci sebelum dikonsumsi. Bahan makanan dan minuman yang dimasak perlu dimasak dengan baik

Yang bukan merupakan cara melindungi diri dari kabut asap yaitu

- a. 2
- b. 1
- c. 4
- d. 3

7. Dari teks bacaan yang terdapat pada video pembelajaran tentang "Sembilan Bahaya Kabut Asap dan Cara Mengatasinya", pilihlah jawaban Benar atau Salah dari soal yang diberikan!

- a. Pertanyaan : Apa penyebab terjadinya kabut asap?
Jawaban : Penyebab terjadinya kabut asap yaitu kebakaran lahan dan hutan.

Keterangan :

Benar

Salah

"Maskermu melindungiku dan maskerku melindungimu...!!"

b. Pertanyaan : Siapa saja yang terganggu kesehatannya akibat dari kabut asap?

Jawaban : Semua orang, baik orang yang sehat maupun yang sakit.

Keterangan :

Benar

Salah

c. Pertanyaan : Dimana bencana kabut asap terjadi pada tahun 2015?-

Jawaban : Di sebagian Pulau Jawa dan Bali.

Keterangan :

Benar

Salah

d. Pertanyaan : Bagaimana cara kita melindungi diri dari kabut asap?

Jawaban : Cara melindungi diri dari kabut asap diantaranya yaitu : 1)

Hindari atau kurangi aktivitas di luar rumah / gedung, terutama bagi mereka yang menderita penyakit jantung dan gangguan pernapasan; 2) Selalu memakai masker jika harus pergi ke luar rumah / gedung. Pakailah masker dengan benar untuk menutupi hidung dan mulut; 3) Minumlah air putih lebih banyak dan lebih sering agar debu atau partikel halus yang menempel pada tenggorokan larut dan masuk kedalam pencernaan sehingga, ikut terbuang bersama kotoran; 4) Segeralah berobat ke dokter atau sarana pelayanan kesehatan terdekat bila mengalami kesulitan bernapas atau gangguan kesehatan lain; 5) Segera lakukan perilaku hidup bersih sehat (PHBS) seperti makan makanan bergizi, banyak minum, banyak mengonsumsi buah, jangan dekat-dekat orang merokok, dan istirahat cukup; 6) Upayakan agar asap dari luar tidak masuk ke dalam rumah / gedung; 7) Tempat penampungan air minum dan makanan harus ditutup dan terlindung dengan baik.; dan 8) Buah-buahan dan sayuran dicuci sebelum dikonsumsi. Bahan makanan dan minuman yang dimasak perlu dimasak dengan baik.

Keterangan :

Benar

Salah

e. Pertanyaan : Mengapa asap kebakaran hutan dan lahan tidak baik bagi kesehatan?

Jawaban : Karena akan menyebabkan penyakit pencernaan.

Keterangan :

Benar

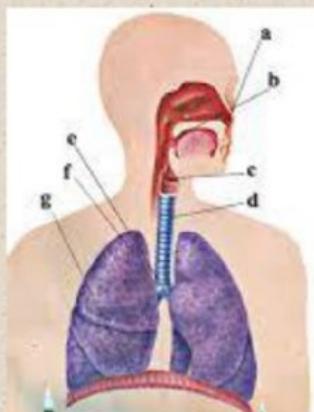
Salah

"Maskermu melindungiku dan maskerku melindungimu...!!!"

8. Salah satu ciri makhluk hidup yaitu menghirup oksigen dari udara lingkungan hidup dan mengeluarkan karbondioksida dan uap air melalui alat pernapasan. Hal tersebut merupakan definisi dari

- a. bernapas
- b. bergerak
- c. memerlukan makanan
- d. tumbuh dan berkembang

9. Amatilah gambar di bawah ini! Berilah keterangan bagian alat pernapasan manusia!



Bagian alat pernapasan manusia :

- a.
- b.
- c.
- d.
- e.
- f.
- g.

10. Bernapas merupakan salah satu kebutuhan makhluk hidup. Untuk bisa bernapas makhluk hidup seperti manusia, hewan, dan tumbuhan memerlukan oksigen dari lingkungan sekitarnya. Agar kita dapat bernapas dengan baik maka, kita harus menjaga organ pernapasan kita. Kita harus menjaga organ pernapasan dikarenakan beberapa hal di bawah ini, kecuali ...

- a. akan berdampak pada sistem pencernaan kita
- b. agar kita mendapatkan oksigen yang baik bagi sistem metabolisme tubuh
- c. agar terhindar dari penyakit sistem pernapasan
- d. agar kita memiliki pola hidup yang sehat

"Maskermu melindungiku dan maskerku melindungimu...!!!"

11. Di bawah ini yang bukan merupakan cara menjaga organ pernapasan, yaitu

- a. rutin berolahraga
- b. mengonsumsi makanan bergizi
- c. merokok
- d. menjadikan rumah sebagai area yang asri



Suatu hari menjelang sore, langit tampak gelap. Mendung gelap menggantung di langit. Tiba-tiba secercah kilat menyambar dan terdengar suara petir menggelegar. Kemudian hujan turun dan air tumpah deras dari langit. Angin pun berembus sehingga suhu udara menjadi terasa dingin.

Jika kamu berada dalam suasana seperti itu, apa yang akan kamu lakukan? Apakah kamu akan tinggal di dalam rumah, memakai baju tebal, dan minum teh hangat? Atau sebaliknya, apakah kamu lebih suka keluar dan bermain hujan-hujan?

Menurutmu, apakah bermain hujan-hujan dapat menyebabkan sakit? Mengapa? Jelaskan jawabanmu!

Tuliskan pendapatmu di kolom di bawah ini !!

"Maskermu melindungiku dan maskerku melindungimu...!!"