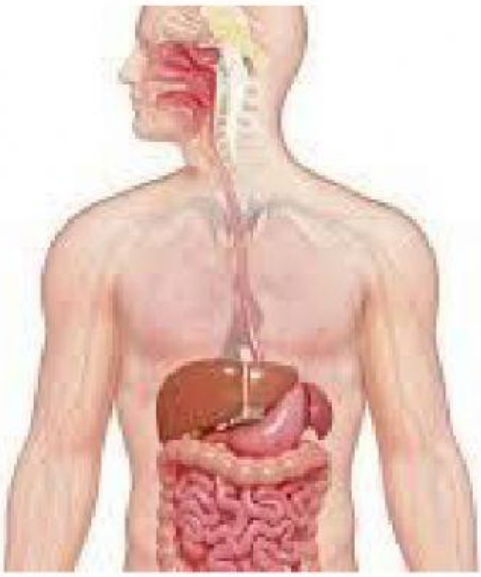
LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

SISTEM PENCERNAAN PADA MANUSIA



NAMA KELOMPOK :

KELAS

VIII

KELAS :

NO ABSEN :

LIVEWORKSHEETS

SISTEM PENCERNAAN PADA MANUSIA

Dalam kehidupan sehari-hari manusia membutuhkan nutrisi untuk metabolisme tubuhnya, salah satu nutrisi yang harus tersedia adalah karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral. Adapun semua nutrisi akan di olah di dalam tubuh manusia untuk dijadikan energi yang akan di salurkan melalui pembuluh darah menuju sel – sel tubuh.

Tubuh manusia mempunyai sistem pencernaan yang kompleks dan bertujuan untuk mencerna makanan dalam bentuk kompleks menjadi zat makanan yang dapat diserap oleh tubuh dalam bentuk yang sederhana seperti asam amino, glukosa. Maka dari itu dalam kesempatan kali ini kita akan membahas dan mengidentifikasi jenis makanan atau nutrisi yang diperlukan oleh tubuh di sekitar kita. Tentunya nutrisi adalah salah satu penunjuang kita dimana di masa pandemi seperti sekarang ini sangat diperlukan nutrisi yang seimbang. Untuk lebih memahami, maka ikutlah pembahasan berikut.

LIVEWORKSHEETS

LKPD 3.5-01

SISTEM PENCERNAAN PADA MANUSIA

IDENTITAS PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SMP KR DHARMA MULYA

Kelas/Semester : VIII/1

Mata Pelajaran : IPA

Materi Pokok : Sistem Pencenaan Pada Manusia

Alokasi waktu : 2 X 30 menit

Petunjuk Belajar

a. Kerjakanlah semua evaluasi yang terdapat dalam LKPD 3.5-01
b. Bacalah dengan cermat dan eliti petunjuk langkah – langkah sebeum melakukan kegiatan!
c. Bacalah buku ajar dan buku referensi yang relevan dengan materi Sistem Pencernaan Pada Manusia untuk memperkuat konsep dan pemahaman!
d. Tanyakanlah pada guru jika ada hal yang kurang jelas!

LIVEWORKSHEETS

KOMPETENSI DASAR
DAN
INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

KOMPETENSI DASAR :

3.5 Menganalisis sistem pencernaan pada manusia, gangguan yang berhubungan dengan sistem pencernaan, serta upaya menjaga kesehatan sistem pencernaan.

INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI :

3.5.1 Menganalisis jenis-jenis zat makanan yang ada di rumah dengan benar

3.5.2 Menguji kandungan bahan makanan dengan benar.

3.5.3 Menelaah fungsi dari bahan makanan

LIVEWORKSHEETS

INFORMASI PENDUKUNG

CaloRieco merupakan salah satu teknologi yang digunakan untuk membantu mengatur pola makan sehat. Saat mengonsumsi suatu jenis makanan, biasanya orang hanya berdasarkan rasanya yang nikmat tanpa memperhitungkan kandungan kalorinya. Padahal jumlah kaori yang terkandung dalam suatu makanan perlu diperhitungkan. Selain itu tubuh juga memerlukan makanan yang bergizi lengkap dengan porsi seimbang untuk memenuhi kebutuhan energi. Apa saja zat – zat makanan yang diperlukan tubuh?

a. Jenis Nutrisi

1. KARBOHIDRAT
2. PROTEIN
3. LEMAK
4. VITAMIN
5. MINERAL
6. SERAT TUMBUHAN
7. AIR

CONTOH PEMECAHAN MASALAH

Perhatikan kasus berikut.

Diabetes pada Anak

Anak yang menderita diabetes bisa mengalami gejala berupa sering haus dan sering buang air kecil, serta banyak makan tapi berat badannya justru turun. Sebagai orang tua, penting bagi Anda untuk mengenali berbagai risiko dan gejala diabetes pada anak agar kondisi ini tidak terlambat ditangani oleh dokter.

Tubuh membutuhkan hormon insulin untuk membantu sel-sel, jaringan, dan organ tubuh menggunakan glukosa atau gula darah sebagai sumber energi. Hormon insulin ini dihasilkan di pankreas.

Ketika hormon insulin berkurang atau sel-sel tubuh kesulitan menggunakan insulin, maka dapat terjadi penumpukan gula darah. Hal inilah yang menyebabakan penyakit diabetes.

LIVEWORKSHEETS

Menurut data dari Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI), angka kejadian diabetes pada anak usia 0-18 tahun di Indonesia meningkat hingga lebih dari 1000 kasus dalam kurun waktu 10 tahun terakhir ini.

PEMECAHAN MASALAH

Menurut hasil penelitian di ketahui beberapa faktor penyebab Diabetes mellitus pada anak, yaitu :

- Memiliki orang tua atau saudara dengan riwayat penyakit diabetes.
- Berat badan berlebih atau obesitas pada anak.
- Kebiasaan sering mengonsumsi makanan tinggi gula dan lemak.
- Kurang aktif bergerak atau jarang olahraga.

STIMULATION

RASA INGIN TAHU

1. **Perhatikan gambar berikut!**

Mengapa makanan disamping bisa membuat badan kita menjadi gemuk?

Ternyata dengan mengurangi konsumsi es krim, maka kita bisa mempunyai tubuh yang ideal

PROBLEM STATMENT

RASA INGIN TAHU

1. Mengapa mengurangi makan es krim secara berlebihan akan bisa menjaga tubuh ideal
2. Berdasarakan kandungannya, apa yang menyebabkan es krim bisa membuat badan gemuk?

LIVEWORKSHEETS

DATA COLLECTING
RASA INGIN TAHU

A. **Nama Kegiatan** : Uji Kandungan Protein

B. **Tujuan Kegiatan** :

Untuk menguji kandungan protein melaui Laboratorium Maya

C. **Alat dan bahan** :

D. **Langkah kegiatan** :

PENGOLAHAN DATA DAN VERIFIKASI (TANGGUNGJAWAB)

Melalui virtual laboratorium, literasi digital dan buku ajar, kalian bisa menemukan kandungan dan fungsi dari bahan makanan yang ditemukan.

LIVEWORKSHEETS

E. Bahan makanan dan fungsinya

NO	NAMA BAHAN	KANDUNGAN	FUNGSI
1			
2			
3			
4			
5			

KESIMPULAN

TELITI DAN TANGGUNG JAWAB

.....

.....

.....

.....

.....

.....

LIVEWORKSHEETS