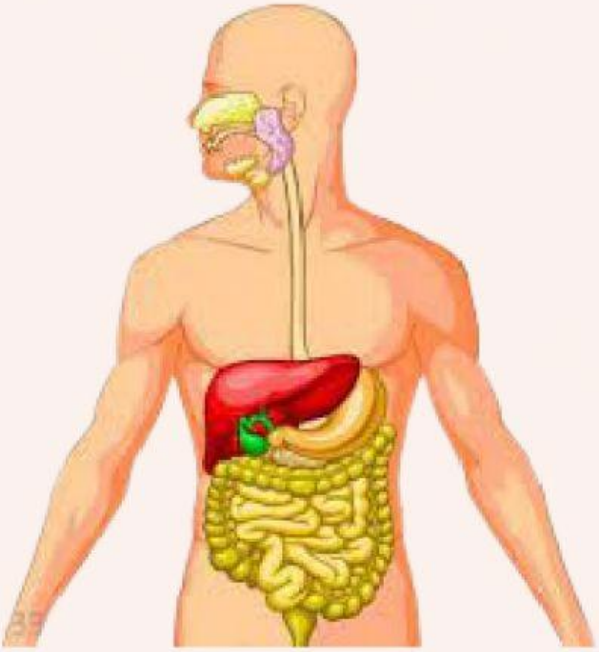
E-LKPD

Sistem Pencernaan Manusia

Sub Materi : Nutrisi









Untuk Kelas VIII
SMP/MTs
Semester 1

Nama :

Kelompok :

Kelas :

LIVEWORKSHEETS



E-LKPD Sistem Pencernaan Manusia

Petunjuk E-LKPD

1. Bacalah baik-baik pernyataan dan perintah yang ada pada E-LKPD!
2. Jawablah pertanyaan pada kolom yang telah disediakan
3. Setelah selesai, klik **finish!** pada bagian bawah E-LKPD>klik **Email my answer to my teacher>** isi **Enter your full name** dengan nama lengkap kalian > isi **Group/level** dengan kelas kalian > isi **School Subject** dengan **"IPA"** > isi **Enter your teacher's email or key code dengan "st.asriani1507@gmail.com" >** lalu klik **send.**
4. Apabila ada pertanyaan silahkan bertanya pada guru.
5. Siapkan paket internet dengan jaringan yang baik untuk mengerjakan E-LKPD ini!

Indikator Pencapaian Kompetensi

3.5.1 Mendeskripsikan kebutuhan energi sehari-hari
3.5.2 Mengidentifikasi jenis bahan makanan serta kandungan bahan makanan dalam kehidupan sehari-hari melalui uji bahan makanan
3.5.3 Menjelaskan jenis nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh
4.5.1 Melakukan penyelidikan kandungan nutrisi pada makanan kemasan
4.5.2 Melakukan penyelidikan jenis nutrisi yang terkandung dalam makanan
4.5.3 Melakukan penyelidikan kandungan vitamin C pada buah-buahan

Tujuan

3.5.1 Peserta didik dapat mendeskripsikan kebutuhan energi sehari-hari dengan benar
3.5.2 Peserta didik dapat mengidentifikasi jenis bahan makanan serta kandungan bahan makanan dalam kehidupan sehari-hari melalui uji bahan makanan dengan benar
3.5.3 Peserta didik dapat menjelaskan jenis nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh dengan benar
4.5.1 Peserta didik dapat melakukan penyelidikan kandungan nutrisi pada makanan kemasan dengan tepat
4.5.2 Peserta didik dapat melakukan penyelidikan jenis nutrisi yang terkandung dalam makanan dengan tepat
4.5.3 Peserta didik dapat melakukan penyelidikan kandungan vitamin C pada buah-buahan dengan tepat

LIVEWORKSHEETS



E-LKPD Sistem Pencernaan Manusia

Pendahuluan :

Junk food adalah makanan yang dapat disajikan dengan cepat serta mengandung banyak kalori tetapi dengan nilai gizi yang jumlahnya sedikit. Orang yang mengonsumsi ***Junk food*** tidak akan merasa kenyang tetapi akan menyebabkan berbagai masalah pencernaan. Oleh karena itu, kita perlu mengetahui makanan apa saja yang mengandung nutrisi bagi tubuh.



Fase 1 : *Reading* (Di luar tatap muka)

Bacalah bahan bacaan yang telah disediakan melalui link, lalu tuliskan konsep-konsep esensial yang kalian pahami maupun yang belum dipahami sesuai dengan tujuan pembelajaran serta tuliskan istilah-istilah ilmiah atau istilah penting dan tuliskan di bawah ini!

Daftar istilah penting

1. Malnutrisi
2.
3.

Konsep yang telah dipahami

Saya telah mengerti tentang...

Konsep yang belum dipahami

Saya belum mengerti tentang...

LIVEWORKSHEETS



E-LKPD Sistem Pencernaan Manusia



Fase 2 : *Connecting*

Ayo simak video di bawah ini!

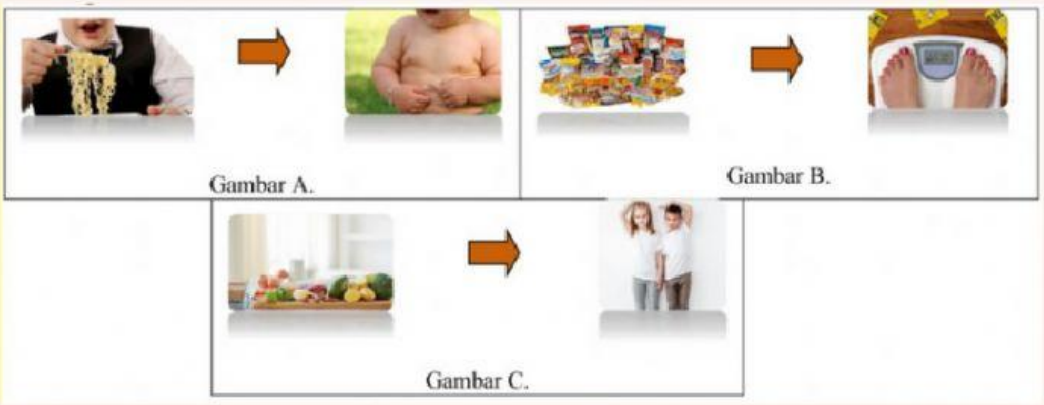
Berdasarkan video yang telah kalian tonton dan bahan bacaan yang telah kalian baca sebelumnya, tuliskan beberapa informasi yang dapat kalian peroleh pada kolom di bawah ini!



Fase 3 : *Observing*



Ayo Amati gambar di samping!!



LIVEWORKSHEETS



E-LKPD Sistem Pencernaan Manusia

Apa yang kalian dapatkan setelah mengamati gambar di atas?

Gambar A :

Gambar B :

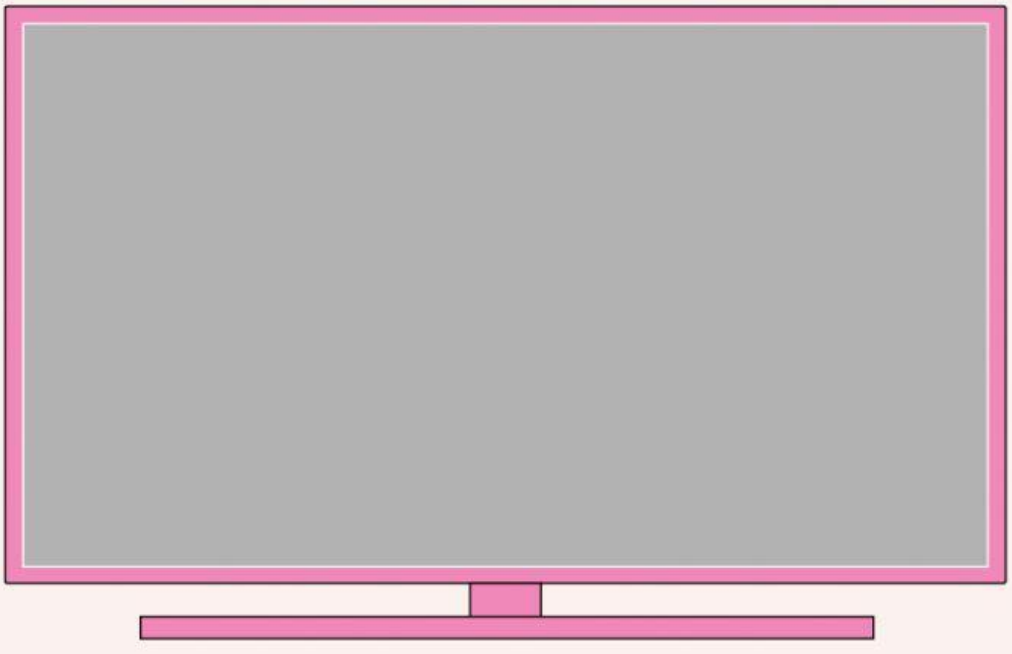
Gambar C :

Berdasarkan gambar di atas, kalian akan menemukan permasalahan. Tuliskan permasalahan tersebut ke dalam bentuk pertanyaan!



Ayo Lakukan Penyelidikan!

Perhatikan video percobaan di bawah ini!



LIVEWORKSHEETS



E-LKPD Sistem Pencernaan Manusia

Buatlah daftar alat dan bahan yang kamu perlukan untuk melakukan percobaan pada video!

Alat :

Bahan

1.	**5.**	**9.**	**13.**
2.	6.	10.	14.
3.	7.	11.	15.
4.	8.	12.	16.

Langkah-langkah percobaan

a. Percobaan 1: Uji Amilum

LIVEWORKSHEETS

b. Percobaan 2: Uji Lemak

c. Percobaan 3: Uji Kandungan Vitamin C

Berilah tanda ✓ apakah bahan makanan tersebut termasuk amilum atau lemak berdasarkan hasil penyelidikan yang telah kalian lakukan!

Tabel 1. Uji Bahan Makanan

No.	Bahan Makanan	Amilum	Lemak
1.	Nasi	✓	

LIVEWORKSHEETS



E-LKPD Sistem Pencernaan Manusia

Tabel 2. Uji Bahan Makanan

No.	Bahan Makanan yang mengandung vitamin C	Keterangan
1.	Larutan Vitamin C	+++

Keterangan : +++ = Tinggi ++ = Sedang + = Rendah



Fase 4 : *Discussion*

Diskusikan bersama hasil penyelidikan yang kalian lakukan, melalui pertanyaan berikut ini!

1. Bahan makanan apa saja yang mengandung amilum dan lemak? Jelaskan!

2. Berdasarkan penyelidikan kalian, bahan apakah yang mengandung vitamin C paling banyak? Jelaskan!

3. Apa saja nutrisi yang diperlukan oleh tubuh? Jelaskan!

LIVEWORKSHEETS

4. Apakah kita perlu mengonsumsi berbagai jenis makanan yang mengandung nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh? Mengapa demikian?

5. Apa yang terjadi jika tubuh kita kekurangan dan kelebihan karbohidrat, lemak dan vitamin? Jelaskan!

6. Dalam kehidupan sehari-hari kita mmbutuhkan banyak nutrisi untuk melakukan berbagai aktivitas, maka bagaimanakah cara kita agar kebutuhan energi dan nutrisi kita terpenuhi?



Fase 5 : *Evaluation*

Kesimpulan

Buatlah Kesimpulan berdasarkan kegiatan yang telah kalian lakukan!

Jurnal Refleksi

Buatlah jurnal refleksi berdasarkan pembelajaran yang telah dilakukan! Uploadlah jurnal refleksi kalian pada link di bawah ini!

Klik!

LIVEWORKSHEETS