

MATERI : SISTEM PENCERNAAN

LKPD POLA MAKAN

✿ Kompetisi Dasar

- 3.5. Menganalisis sistem pencernaan pada manusia dan memahami gangguan yang berhubungan dengan sistem pencernaan, serta upaya menjaga kesehatan sistem pencernaan.
4. 5. Menyajikan hasil penyelidikan tentang pencernaan mekanis dan kimiawi

✿ Indikator Pencapaian

- 3.5.4 Mengidentifikasi gangguan sistem pencernaan manusia.
- 3.5.5 Menganalisis penyebab gangguan sistem pencernaan (gastritis).
- 3.5.6 Mengidentifikasi makanan penderita gastritis yang dikonsumsi setiap hari.
- 3.5.7 Menganalisis kandungan makanan penderita gastritis yang dikonsumsi setiap hari.
- 3.5.8 Memberikan solusi tentang pola makan untuk penderita gastritis.
- 4.5.2. Merumuskan solusi pola makan untuk penderita gastritis.
- 4.5.3. Menyajikan data hasil uji kandungan pada menu makanan untuk penderita gastritis.
- 4.5.4. Membuat desain jadwal makan dan menu makanan untuk penderita gastritis.

✿ Nama Kelompok

✿ Anggota Kelompok

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.



Kelas

TUJUAN EKSPERIMENT



Membuat pola
makan untuk
penderita gastritis

Dari Jadwal Makan sampai
Menu Makanan

Fenomena Masalah

PENYEBAB GASTRITIS DI SMPN 1 BALONGEBNDO

Penyebab	Persentase
Masalah Psikologis	10%
Infeksi Bakteri	15%
Mengkonsumsi makanan berlemak, berminyak dan pedas	30%
Telat Makan	25%
Mengkonsumsi minuman bersoda, berkarbonat dan beralkohol	20%

Berdasarkan fenomena masalah diatas salah satu penyebab siswa di SMPN 1 Balongbendo terkena gastritis adalah pola makan yang tidak teratur dan makanan yang sehat.

✓ **Petunjuk**

Berdasarkan fenomena diatas peserta didik berliterasi tentang penyebab penyakit gastritis yang dialami peserta didik SMPN 1 Balongbendo.

Lesson 01

RUMUSAN MASALAH

A student is shown sitting at a desk, working on a laptop computer.

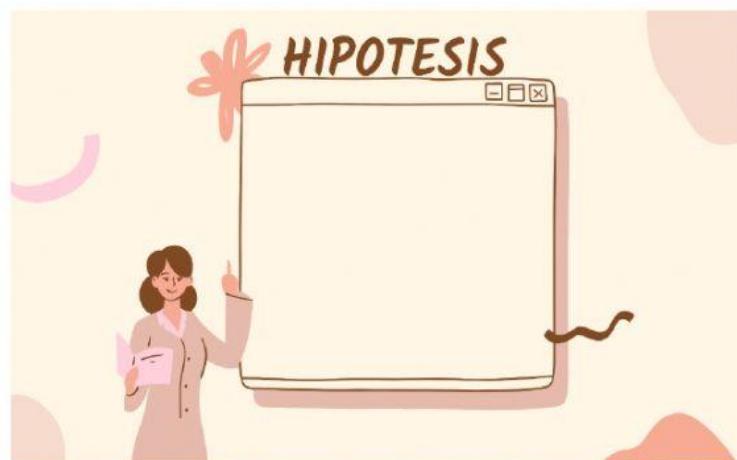
Petunjuk :

- ✓ Rumusan masalah berisi hasil diskusi yang diambil dari fenomena masalah tersebut saat membuat panduan menu makanan untuk penderita gastritis.



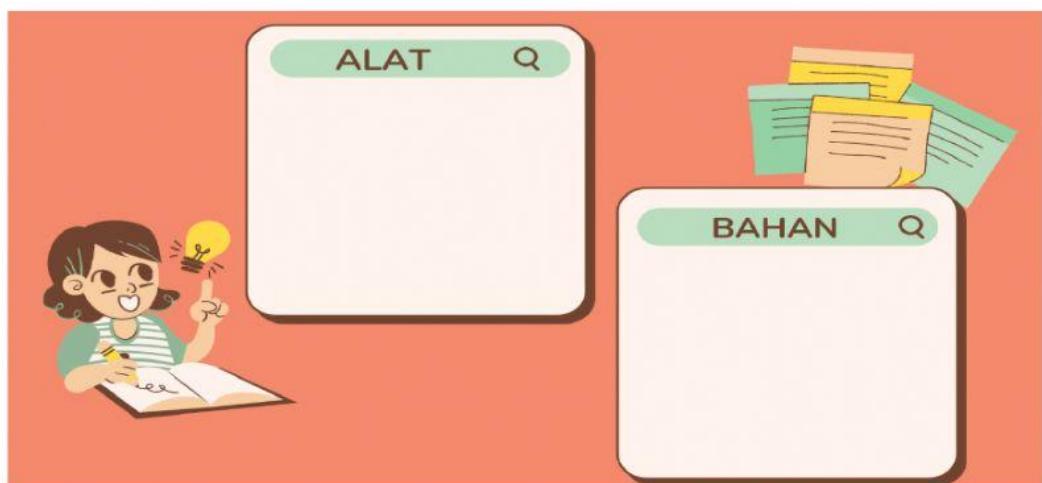
Petunjuk :

- ✓ Hasil kajian literatur berisi tentang hasil mencari informasi dari berbagai sumber untuk menyelesaikan rumusan masalah tentang panduan makanan pada penderita gastritis.



Petunjuk :

- ✓ Hipotesis berisi hasil diskusi yang diambil dari kajian literatur dalam membuat panduan makanan untuk penderita gastritis.



Petunjuk :

- ✓ Alat dan bahan yang dibutuhkan dalam membuat panduan makanan untuk penderita gastritis.

NAME:

GRADE:

JADWAL PROYEK

DAY	KEGIATAN	HASIL	FOTO
	Menyiapkan Alat dan Bahan		
	Membuat Desain Rancangan Jadwal Makan		
	Membuat Desain Rancangan Menu Makanan		
	Menguji Kandungan Pada Rancangan Menu Makanan		
	Mencetak Panduan Makanan		

Petunjuk :

- ✓ Jadwal proyek berisi tentang kegiatan dilakukan selama membuat proyek panduan pola makan untuk penderita gastritis.
- ✓ Untuk foto dapat diisi link tempat upload foto saat kegiatan tersebut berlangsung.

Tabel
Uji Kandungan Bahan Makanan

No	BAHAN MAKANAN	UJI BIURET	BURAM	UJI LUGOL
1				
2				
3				
4				
5				
6				

Petunjuk

- ✓ Menguji kandungan bahan makanan pada menu makanan yang akan dikonsumsi penderita gastritis.
- ✓ Uji karbohidrat dengan cairan amilum
- ✓ Uji lemak dengan kertas buram
- ✓ Uji protein dengan cairan biuret

DISKUSI KELOMPOK

Gangguan Sistem Pencernaan Manusia



- 1 Berdasarkan eksperimen yang kalian lakukan, untuk menentukan menu makanan apa yang harus kalian lakukan terlebih dahulu ?

- 2 Apakah ada cairan (biuret / lugol) yang menyebabkan nasi putih mengalami perubahan warna dan jelaskan perubahannya?

- 3 Apakah ada cairan (biuret / lugol) yang menyebabkan tahu, tempe, telur dan daging ayam mengalami perubahan warna dan jelaskan perubahannya?

- 4 Mengapa minyak, telur dan daging ayam dapat mengubah kertas buram menjadi transparan sedangkan yang lain tidak?

- 5 Setelah melakukan eksperimen, sebutkan kandungan apa yang dimiliki oleh bahan makanan tersebut ?

❖ Hasil Projek

Hasil projek bisa dalam bentuk buku panduan makan untuk penderita gastritis. Dengan ketentuan isi sebagai berikut :

- Cover
- Jadwal Makan
- Menu Makanan
- Hasil Uji
- Penutup