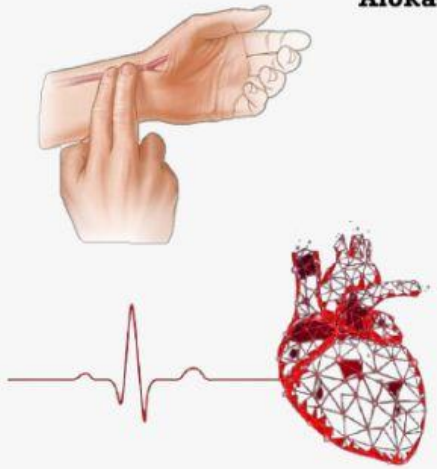


LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

Sekolah : SMPN 2 Barombong
Kelas/Semester : VIII/1
Mata Pelajaran : Ilmu Pengetahuan Alam
Tema : Sistem Peredaran Darah
Subtema : Frekuensi Denyut Jantung
Alokasi Waktu : 55 menit



LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD) PRAKTIKUM IPA

Untuk kelas VIII

SISTEM PEREDARAN DARAH PADA MANUSIA

Nama : 1.....2.....

3.....4.....

5.....

Kelas :

MENGHITUNG DENYUT NADI

✓ KOMPETENSI DASAR :

4.7 Menyajikan hasil percobaan pengaruh aktivitas (jenis, intensitas atau durasi) dengan frekuensi denyut jantung.

🎯 TUJUAN PEMBELAJARAN :

- ✓ Peserta didik mampu menyajikan data hasil percobaan pengaruh aktivitas terhadap setelah frekuensi denyut jantung dengan tepat setelah melakukan kegiatan praktikum.
- ✓ Peserta didik mampu menyebutkan faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi frekuensi denyut jantung.

🔗 Alat dan Bahan :

1. Alat Tulis
2. Stopwatch (dapat menggunakan perangkat pada *handphone* guru)

Pahami terlebih dahulu :

1. Baca semua tahapan kegiatan praktikum, jangan memulai praktikum jika belum memahami apa yang akan dikerjakan!
2. Jika masih ada yang tidak dipahami, silahkan bertanya pada gurumu!
3. Agar tujuan pembelajaran dapat berjalan, kegiatan praktikum ini akan dilakukan secara berkelompok. Anggota kelompok akan ditentukan oleh gurumu.
4. Siapkan tabel pengamatan individualmu!



Langkah kerja :

Kegiatan 1

1. Duduklah dengan santai.
2. Setelah 1 menit, tempatkan 2 jarimu (jari telunjuk dan jari tengah) pada pergelangan tanganmu. Seperti gambar dibawah ini.



3. Tekan sedikit kedua jarimu pada pergelangan tangan sampai terasa ada denyut nadi.
4. Hitunglah denyut nadi selama 1 menit menggunakan *stopwatch*.
5. Catatlah hasil dalam tabel pengamatan. Lakukan perhitungan dengan teliti agar perhitungan yang kamu peroleh akurat.
6. Lakukan perhitungan denyut nadi kembali, tetapi setelah kamu duduk selama 2 menit.
7. Catatlah hasil dalam tabel pengamatan. Lakukan perhitungan dengan teliti agar perhitungan yang kamu peroleh akurat.



Setelah mencatat. Lanjutkan dengan kegiatan 2!

Kegiatan 2

1. Lakukan kegiatan jalan dengan santai selama 1 menit.
2. Setelah 1 menit, tempatkan 2 jari (jari telunjuk dan jari tengah) pada pergelangan tanganmu. Seperti gambar dibawah ini.



3. Tekan sedikit kedua jarimu pada pergelangan tangan sampai terasa ada denyut nadi.
4. Hitunglah denyut nadi selama 1 menit menggunakan *stopwatch*.
5. Catatlah hasil dalam tabel pengamatan. Lakukan perhitungan dengan teliti agar perhitungan yang kamu peroleh akurat.
6. Lakukan perhitungan denyut nadi kembali, tetapi setelah kamu berjalan santai selama 2 menit.
7. Catatlah hasil dalam tabel pengamatan. Lakukan perhitungan dengan teliti agar perhitungan yang kamu peroleh akurat.

Setelah mencatat, Lanjutkan dengan kegiatan 3!

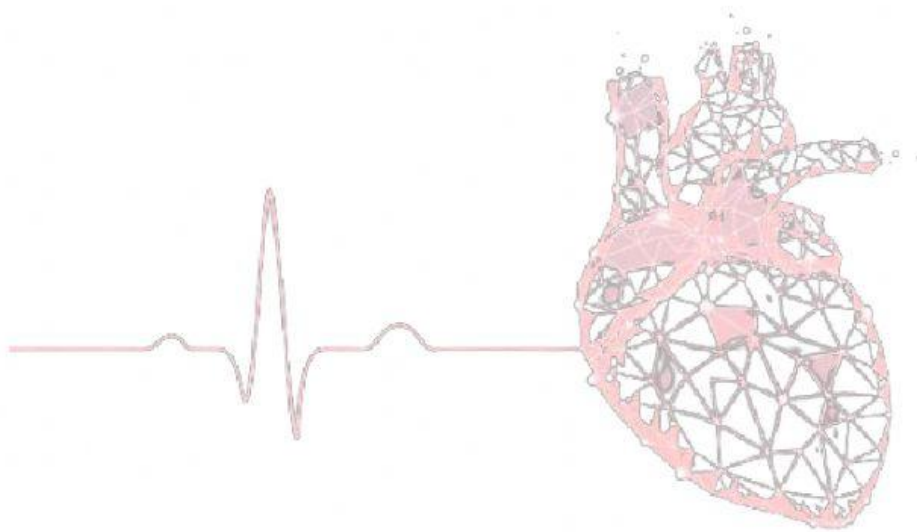
Kegiatan 3

1. Lakukan kegiatan berlari kecil selama 1 menit.
2. Setelah 1 menit, tempatkan 2 jari (jari telunjuk dan jari tengah) pada pergelangan tanganmu. Seperti gambar dibawah ini.



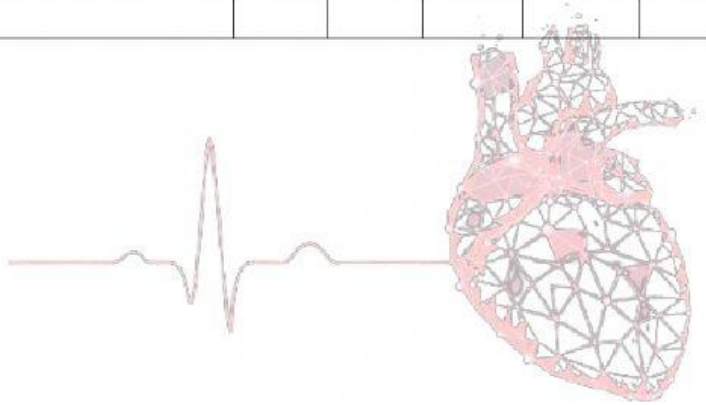
3. Tekan sedikit kedua jarimu pada pergelangan tangan sampai terasa ada denyut nadi.
4. Hitunglah denyut nadi selama 1 menit menggunakan *stopwatch*.
5. Catatlah hasil dalam tabel pengamatan. Lakukan perhitungan dengan teliti agar perhitungan yang kamu peroleh akurat.
6. Lakukan perhitungan denyut nadi kembali, tetapi setelah kamu berlari kecil selama 2 menit.
7. Catatlah hasil dalam tabel pengamatan. Lakukan perhitungan dengan teliti agar perhitungan yang kamu peroleh akurat.

- ❖ Setelah menyelesaikan semua kegiatan dan mencatat hasilnya, kumpulkan hasil pengamatanmu pada ketua kelompok.
- ❖ Ketua kelompok akan menggabungkan semua hasil pengamatan anggotanya.
- ❖ Diskusikan dan jawablah secara bersama-sama pertanyaan yang telah disediakan di bawah tabel pengamatan!



Tabel Pengamatan berkelompok

No	Nama	Jenis Kelamin (L/P)	Berat Badan (Kg)	Frekuensi Denyut Nadi pada Beberapa Aktivitas dengan Intensitas yang Berbeda					
				Keg 1. Duduk tenang		Keg 2. Berjalan Santai		Keg 3. Lari-Lari Kecil	
				1 menit	2 menit	1 menit	2 menit	1 menit	2 menit
1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
6.									



Diskusikan dengan anggota kelompokmu!

1. Manakah frekuensi denyut nadi yang lebih tinggi, setelah duduk tenang selama 1 menit atau setelah duduk tenang selama 2 menit?

Jawab :

2. Manakah frekuensi denyut nadi yang lebih tinggi, setelah berjalan santai selama 1 menit atau setelah berjalan santai selama 2 menit?

Jawab :

3. Manakah frekuensi denyut nadi yang lebih tinggi, setelah berlari kecil selama 1 menit atau setelah berlari kecil selama 2 menit?

Jawab :

4. Manakah frekuensi denyut nadi yang lebih tinggi antara perempuan atau laki-laki?

Mengapa demikian?

Jawab :

5. Mengapa dengan menghitung denyut nadi kita dapat mengetahui jumlah denyut jantung?

Jawab :

.....

6. Berdasarkan hasil pengamatan tersrebut, faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi frekuensi denyut jantung?

Jawab :

.....

.....

.....

.....