



LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)

Satuan Pendidikan : SMA Negeri 9 Palembang
Mata Pelajaran : Biologi
Kelas/Semester : XI/Ganjil
Materi : Sistem Pencernaan (Zat Makanan)

A. Identitas

Kelompok :

Kelas :

Anggota Kelompok :

1.
2.
3.
4.
5.
6.

B. Tujuan Pembelajaran

1. Setelah peserta didik menonton video tentang kasus permasalahan gizi pada anak di Indonesia peserta didik secara berkelompok dapat menjelaskan kandungan zat makanan yang dibutuhkan oleh tubuh manusia dengan tepat.
2. Setelah peserta didik mendiskusikan secara kritis dan kolaboratif pada LKPD, peserta didik dapat menentukan kebutuhan energi (BMR) pada manusia dengan benar.
3. Setelah peserta didik mendiskusikan secara kritis dan kolaboratif pada LKPD, peserta didik dapat menentukan status gizi seseorang menggunakan indeks massa tubuh (IMT) pada manusia yang benar.

Fase 1. Stimulasi

Silahkan tonton video pada barcode di bawah ini!



Fase 2. Identifikasi masalah

Setelah menonton video permasalahan gizi anak Indonesia, jawablah pertanyaan pada LKPD ini.



Fase 3. Pengumpulan Data

Diskusikan dan lakukan kajian literatur dari modul, menonton video pembelajaran zat makanan dan referensi lainnya untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan di bawah ini!

Simaklah link video berikut ini untuk menjawab pertanyaan pada LKPD!



Untuk menambah referensi, bacalah modul ini!



Berdasarkan permasalahan yang ada di video, jawablah pertanyaan berikut!

1.



Apa yang menyebabkan 12% anak Indonesia mengalami kelebihan berat badan? Jelaskan zat makanan yang mempengaruhi permasalahan pada video tersebut?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

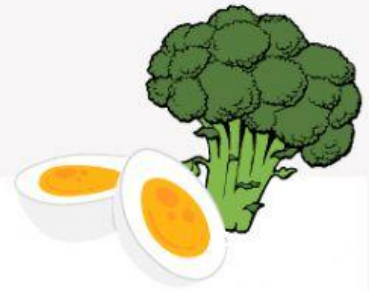
.....

.....

.....

.....

2.



Apa yang menyebabkan 12% anak Indonesia bertubuh kurus? Jelaskan zat makanan apa yang dibutuhkan untuk memenuhi gizi seimbang!

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3.



Menurut anda seberapa penting kita mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Kebutuhan Energi

Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan tepat!



Rina adalah seorang calon paskibraka nasional. Ia memiliki tinggi badan 165 cm dengan berat badan 48 kg. Apakah Rina sudah memiliki postur tubuh yang ideal untuk menjadi sorang paskibraka nasional? Tentukan IMT atau BMI!

.....

.....

.....



Hitunglah angka metabolisme basal (AMB) seorang laki-laki dengan berat badan 60kg!

.....

.....

.....



Kesimpulan

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....